

Алевтина Корзунова

# БОЛЬШАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

## ЗОЛОТОГО УСА

ВСЕ ИЗВЕСТНОЕ  
И НЕИЗВЕСТНОЕ

КНИГА,  
КОТОРАЯ  
ЛЕЧИТ



⊕ Я ПРИВЛЕКАЮ ЗДОРОВЬЕ!

Алевтина Корзунова

# БОЛЬШАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗОЛОТОГО УСА

МОСКВА



2005

УДК 615.89

ББК 53.59

К 66

Оформление художника *Е. Брынчик*

Публикуется с разрешения правообладателя:

Литературного агентства «Научная книга»

*Данная книга не является учебником по медицине.  
Все рекомендации в издании должны быть согласованы  
с лечащим врачом.*

**Корзунова А. Н.**

**К 66** Большая энциклопедия золотого уса. — М.: Изд-во Эксмо, 2005. — 256 с.

ISBN 5-699-09906-9 Мир книги

ISBN 5-699-09437-7

Наверняка вы уже убедились в целебных свойствах золотого уса или слышали о нем от друзей или знакомых. Действительно, это неприхотливое домашнее растение обладает поистине феноменальными свойствами. Золотой ус применяют при нарушениях обмена веществ, простудных заболеваниях, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, при лечении кожных заболеваний, артритов и артрозов, а также для укрепления иммунитета и кровеносной системы, как ранозаживляющее и противоопухолевое средство.

Но в магазинах такое разнообразие книг по золотому усу. Какую именно выбрать? Что нужно именно вам? В этой энциклопедии собраны все самые необходимые и подробные сведения целебные свойства золотого уса, советы по выращиванию и уходу за растением в домашних условиях, важные предостережения и, конечно, огромное количество рецептов. Вы обязательно отыщете то, что нужно именно вам. Или узнаете что-то новое, если у вас уже есть книги по золотому усу.

Эта книга поможет вам стать здоровым!<sup>1</sup>

УДК 615.89

ББК 53.59

ISBN 5-699-09906-9 Мир книги

ISBN 5-699-09437-7

© ООО «Издательство «Эксмо», 2005

## Введение

Добрый день, дорогие мои читатели!

Очень рада новой встрече с вами. Хочется верить, что новая книга о целебном золотом усе принесет вам много пользы и радости. Многие уже убедились в поистине волшебной силе этого скромного растения, и сторонников народной медицины стало больше.

По-прежнему не стало лучше наше здравоохранение, и простым людям все так же, как и раньше, приходится самим заботиться о своем здоровье. Телевидение, газеты и журналы еще больше все усложняют. Назойливая и недостоверная реклама путает людей, создает ложную картину, вместо того чтобы просто рассказать, чем и как лечиться. Поход в аптеку и к врачам зачастую сам по себе становится стрессом, а особенно, когда подсчитаешь скромный семейный бюджет. Да и дорогостоящие заморские лекарства очень часто не приносят желаемого облегчения, а в некоторых случаях могут вызывать нехорошие побочные реакции. Как быть и кому верить?

Ко мне постоянно обращаются люди, которым не смогла помочь официальная медицина, многим из них по разным причинам нельзя назначить обычное лечение. Раньше мне нечего было им посоветовать, кроме того, что они и так уже слышали от других врачей. Но с тех пор, как я убедилась в лечебных свойствах золотого уса, моя жизнь стала гораздо приятнее. Да и жизнь моих пациентов тоже. Насколько легче встречать больных, когда можешь дать им реальную надежду на излечение! Не было ни одного раза, чтобы больной человек разочаровался в моем совете. Всем, буквально всем смогло помочь это скромное растение.

Вы можете спросить меня: «А зачем вы пишете еще одну книгу о золотом усе? Ведь их уже столько написано, что можно сказать нового об этом растении?» Вы не правы, мои дорогие! Можно, и довольно много. Во-первых, накопилось много новых, проверенных опытом рецептов применения золотого уса при разных болезнях, во-вторых, я постаралась подобрать наиболее удобную для вас, мои читатели, форму изложения материала. В этой моей книге все рецепты расположены таким образом, чтобы в них легко мог ориентироваться любой человек: по ал-

## Введение

---

---

фавиту. Теперь достаточно знать свое заболевание, и вы легко сможете подлечиться сами. Да и за лекарством не придется далеко ходить, оно растет на вашем подоконнике. В моей новой книге есть самые простые советы о том, как поддержать вашего целителя в хорошей форме и помочь ему расти

Я буду рада быть с вами в те моменты, когда вы станете читать эту книгу, и пусть моя надежда на ваше исцеление поможет вам! Мы еще не раз встретимся с вами как на страницах этой книги, так и во многих других моих книгах. После первого издания моей книги о золотом усе последовало много откликов читателей, и я поняла, что не зря взяла на себя такую ответственность, как написание книги. Таким образом я смогу рассказать гораздо большему числу людей о целебных свойствах различных растений и всем читателям дать нужный совет. А ведь золотой ус не единственный лекарь в нашем доме. Их много, наших зеленых друзей, которые тихо стоят на подоконнике в ожидании того часа, когда они смогут помочь нам. А пока продолжайте знакомство с золотым усом. Мира и здоровья вам и вашему дому!

# Глава 1

## ЦЕЛИТЕЛЬНЫЙ ЗОЛОТОЙ УС

Золотой, или китайский ус, венерин, или живой волос, домашний женьшень, кукурузка — это все народные названия одного и того же чудодейственного растения, которое вот уже более 100 лет разводят как комнатное. Широкую популярность и всенародную любовь каллизия душистая (*Callisia fragrans*) — таково латинское название растения — завоевала не случайно.

Название рода *Callisia* происходит от греч. *kalos* — «красивый», *lis* — «лилия». Родина этого чуда — солнечная Мексика. Именно там впервые выросло это крупное растение с двумя типами побегов. Побеги первого типа — прямостоячие, мясистые, похожие на молодую кукурузу, от 70—80 см до 2 м высотой. У них нормально развиты листья, которые достигают в длину 20—30 см, в ширину — 5—6 см. Достигнув зрелого возраста, растение выбрасывает отростки-усы, на концах которых формируется листовая метелка. Растение становится пригодным после того, как на отростках образуется не менее 9 полноценных суставчиков. Другой тип побегов — горизонтальные. На них вырастают недоразвитые листья. Усы состоят из суставчиков, на концах которых формируется листовая метелочка. Цветки золотого уса мелкие, менее одного сантиметра в диаметре. Плотные пучки собраны в метельчатые соцветия. Однако стоит отметить, что для того, чтобы увидеть, как цветет золотой ус, и почувствовать тонкий, необыкновенно нежный гиациントвый запах его цветков, необходимо правильно ухаживать за растением.

В комнатах встречается каллизия изящная с листьями длиной 5—7 см и шириной 2,5—3 см. Листья сверху бархатистые, темно-зеленые с узкими продольными серебристо-белыми полосками по жилкам, снизу фиолетово-зеленые или фиолетовые. Все растение бархатно-опущенное.

Есть еще 1 вид каллизии, похожий на каллизию изящную, но без серебристых полос на листьях и с ярко-розовой окраской цветков.

Золотой ус обладает необыкновенными оздоравливающими свойствами. Действуя на организм как биогенный стимулятор, это растение помогает бороться со многими заболеваниями, при этом спектр действия золотого уса чрезвычайно широк.

От одних недугов растение помогает избавиться окончательно, при других облегчает состояние больного, и можно с

уверенностью сказать, что нет такого заболевания, которое бы не было подвержено целебному влиянию золотого уса. Это растение — кладезь биоактивных веществ, минералов и витаминов — всего того, что несет нам здоровье.

Абсолютно здоровый человек сегодня — большая редкость. Мы все чаще жалуемся на боли в спине и суставах, на гипертонию, гипотонию, различные виды аллергии — от пищевой до бытовой. Но допустим, у вас ничего не болит, однако даже вам не стоит забывать о профилактике. Вы приобретаете в аптеке дорогие поливитамины и биоактивные добавки? Познакомьтесь с каллизией душистой — и вы будете приятно удивлены приливом сил, бодрости, энергии и улучшением общего самочувствия, ведь золотой ус — это прекрасное средство для укрепления иммунитета.

В последнее время часто пишут о панацеи от всех болезней. Возможно, и с вами случалось такое: доверившись многообещающей рекламе, вы начали применять новомодное лекарство, но увы. Исцеления не последовало. Поэтому я не удивлюсь, если вы скептически отнесетесь и к золотому усу. Панацеи на свете не существует. В каждом конкретном случае требуется определенная схема лечения. Главная заповедь врача — не навреди! Поэтому перед началом лечения необходимо обратиться за консультацией к врачу.

Золотой ус — поистине таинственное растение, дающее избавление от многих недугов, но на данный момент нельзя представить исчерпывающий список веществ, содержащихся в этом растении, которые делают его замечательным высокоэффективным и надежным лекарственным средством. Однако ряд исследований в этой области уже проведен.

Дорогие читатели, вам хорошо известно, что целебные свойства растений объясняются их химическим составом. Все на слышаны о фитонцидах, которыми богаты лук и чеснок, — биологически активных веществах, способных побеждать или тормозить вирусные инфекции. Клетчатка, пектин, антиоксиданты снижают уровень «плохого» холестерина в крови и повышают уровень «хорошего». Минеральные соли и микроэлементы отвечают за плотность костной ткани и за состояние обмена веществ. Фитохимические соединения предупреждают возникновение рака легких и прямой кишки. А чем объясняются целебные свойства золотого уса?

Лекарственными свойствами представителей семейства коммелиновых — именно к нему относятся каллизия душистая, а также традесканция, зебрина, роэо, комелины и палиссоты — ученые заинтересовались давно. Эти исследования были начаты в Гарвардском университете США и Канаде, где изучали свойства

растений тропических лесов Южной и Центральной Америки. В ходе исследований ученые заинтересовались каллизией душистой, в соке которой содержится большое количество биологически активных веществ.

В нашей стране изучением свойств каллизии душистой занималась группа ученых Иркутского медицинского института под руководством профессора Семенова в 80-е гг. XX в., а также ученые из Санкт-Петербурга. Эти исследования подтвердили, что растение действительно обладает сильно выраженными лекарственными свойствами благодаря высокому содержанию биологически активных веществ. Большой вклад в изучение свойств золотого уса внесли А. Кородецкий и В. Огарков, народный целитель России, гомеопат.

Однако одно и то же вещество может быть и лекарством, и ядом. Все зависит от его концентрации и ситуации. Иркутским ученым удалось выявить побочные действия, вызванные применением золотого уса, но это тема отдельной главы.

Какие же полезные вещества содержит золотой ус?

Оказывается, сок этого удивительного растения богат биологически активными веществами из группы флавоноидов (флавонолов) и стероидов (фитостеролов). Что представляют собой флавоноиды? Большинство из них является пигментами, которые придают окраску различным органам растения, другие – родоначальники дубильных веществ. Фармацевтическая промышленность использует эти вещества для изготовления красителей, антисептиков. Сок каллизии душистой содержит 2 вида флавоноидов: кварцетин и кемпферол.

Кварцетин обладает Р-витаминной и противоопухолевой активностью, спазмолитическим, антиоксидантным, диуретическим действием. Благодаря этому кварцетин используют при борьбе с онкологическими заболеваниями, аллергией, геморрагическими диатезами, кровоизлияниями в сетчатку глаза, нарушениями работы капилляров, при гипертонии, нефrite, ревматизме, скарлатине. Но это еще далеко не полный перечень заболеваний, с которыми помогает справиться золотой ус.

Кемпферол обладает тонизирующим, капилляроукрепляющим, диуретическим, противовоспалительным действием, выводит натриевые соли. Все это позволяет с успехом применять его при нарушении работы мочевыделительной системы. Кемпферол включают в состав противовоспалительных препаратов.

Стероиды, обнаруженные в соке растения, широко распространены также в организмах животных и человека, где они выполняют функцию биологических регуляторов. К стероидам относятся витамины группы D, желчные кислоты, стероидные гормоны.

Бета-ситостерол, относящийся к группе химических соединений фитостероидов, применяют при нарушениях обмена веществ, эндокринных заболеваниях, простатите, аденоме простаты.

В соке каллизии были обнаружены также хром, никель, железо, медь — важнейшие для организма человека элементы.

Золотой ус можно вырастить в домашних условиях. Однако это непросто. Для того чтобы золотой ус отблагодарил вас целебными свойствами и стал настоящим эликсиром здоровья, придется проявить максимум внимания и заботы. Но поверьте, это стоит того! Золотой ус приобретает лечебные свойства только тогда, когда на горизонтальных отростках образуется не менее 9 полноценных суставчиков, которые в процессе роста становятся фиолетовыми. Если же горизонтальные побеги остаются зелеными даже при достижении целебного возраста, то ваше растение, к сожалению, целебным не стало. Ему не хватило солнечных лучей, необходимых для выработки целебных веществ.

Золотой ус размножается верхушечной частью горизонтальных побегов, которую срезают на 2 суставчика ниже метелочки посередине третьего и ставят в стакан с водой до образования корней. Причем отросток можно брать только у того растения, побеги которого выросли до 12 суставчиков. Пока растение находится в воде, ухаживать за ним нужно особенно тщательно, ведь именно сейчас закладываются его целебные свойства. Кализия станет лучше расти и будет более мощной, если корневая система растения хорошо разовьется. Поэтому многие люди, практикующие разведение золотого уса в домашних условиях, советуют не спешить пересаживать растение в грунт сразу же при появлении первых маленьких корешков. Лучше пересадить отросток в горшок с землей, когда корневая система будет уже достаточно сформирована.

Но помещение растения в воду не единственный способ размножения золотого уса. Можно срезать черенки и посадить их непосредственно в землю. Хорошенько опрыскайте растение, закройте его стеклянной банкой или просто прозрачным пакетом и поставьте в освещенное место. Получится своеобразная теплица. Через 3 дня уберите банку и оставьте растение на не слишком освещенном месте. Не забывайте поливать золотой ус и обрызгивать его водой. Затем поместите растение в более освещенное место. Необходим обильный полив в течение нескольких дней. Это требуется для лучшего укоренения растения. Существует еще несколько способов размножения золотого уса. Один из них особенно удобен, если вы собираетесь высаживать растение в открытый грунт. Да-да, не удивляйтесь, многие успешно выращивают золотой ус на даче. При этом удается получить больше сырья для приготовления лекарственных препаратов. Данный

способ заключается в том, что боковые побеги растения укореняются на стеблях в почве. Нужно позаботиться об опоре для ствола. В этом случае боковые побеги будут свободно расти. Они дадут корни. Конечно, этот процесс можно ускорить. Распределите побеги по всей грядке, присыпьте землей, но ни в коем случае не отрезайте от растения. Сделать это можно будет только через несколько дней, когда побеги дадут корни. Вот теперь можете пересаживать растение в другое место. Выкапывайте его осторожно, стараясь не повредить корни.

Тем, кто собирается выращивать золотой ус на даче, можно предложить еще один более простой способ. В середине весны поместите отростки в воду, а когда они дадут корни, высадите на хорошо удобренные грядки.

Как утверждают специалисты, наиболее благоприятный период для разведения растения — март и апрель. Однако практика показывает, что этим правилом вполне можно пренебречь. Не бойтесь пересаживать растение в любое другое время.

Существует специальный прием, который позволяет вырастить как можно больше горизонтальных побегов на золотом усе. Как только на усах сформируется листовая метелочка, срезать ее. После этого ус раздвоится и будет расти уже в виде двух веточек, на концах которых со временем сформируется еще по одной листовой метелочке. Если впоследствии использовать для посадки метелочки с раздвоенными усами, то и потомство получится с раздвоенными усами.

Землемесь для посадки золотого уса должна быть плотной. Оптимальный вариант — дерновая земля и парниковый перегной с добавлением 30% крупного речного песка. При разведении золотого уса обязательно используйте толченую яичную скорлупу. Не забудьте про опору, которая необходима для слабого стебля.

Перед посадкой землю необходимо обильно полить, сделать глубокое отверстие и добавить чайную ложку гумата. Если углубление достигает, например, 12 см, то ствол макушки надо погрузить в землю на 5 см, хорошо уплотнив землю вокруг него.

В летний период, если есть такая возможность, выносите растение на балкон — это значительно улучшит свойства золотого уса. А в теплых районах можно на весь летний период высаживать растение в открытый грунт, где оно прекрасно приживется.

Но помните, что в полдень растение должно находиться в тени деревьев! Золотой ус — теплолюбивое растение, однако прямые солнечные лучи ему противопоказаны. Интенсивное облучение может привести к тому, что кончики листьев приобретут коричневый цвет и завянут. Появление этих признаков говорит и о других ошибках в уходе за растением: нехватке мине-

рального питания, недостаточном поливе. Поливать золотой ус следует умеренно, особенно в зимний период, и делать это нужно только в вечернее время. Здесь важно избежать и другой крайности — не доводить землю до пересыхания.

В период интенсивного роста не забывайте о комплексных удобрениях, предназначенных специально для комнатных растений. Земля должна быть немного влажной летом и чуть подсушенной в зимнее время.

Отдельно стоит сказать о месте, в котором будет жить ваше растение. Золотой ус любит просторные помещения со свежим воздухом, поэтому кухня, наполненная пусты и восхитительными, но губительными для растения ароматами домашней выпечки, не подойдет. Нельзя помещать растение и в комнату, где постоянно стоит запах табака.

При следовании всем этим рекомендациям вы сможете вырастить уникальное растение, которое обеспечит вам здоровье на долгие годы.

Но золотой ус дарит вам не только здоровье. Поклонники стиля фэн-шуй считают комнатные растения символом радости, успеха и процветания. Растения следует размещать в разных частях дома и непременно — в юго-восточном секторе, который отвечает за материальное благосостояние, а также раскрытие и развитие творческих способностей.

Специалисты по эзотерическим наукам считают, что золотой ус помогает сохранить мир и гармонию в семье, предотвратить ссоры между супругами. Не секрет, что усталость делает нас чересчур раздражительными. Хроническое переутомление может превратить любого человека в нервного монстра, тем более если вы — неисправимый трудоголик. Гнев — это конфликты, подорванное здоровье. Мы выплескиваем агрессию на окружающих, которыми, как правило, оказываются близкие люди. Это может показаться удивительным, но золотой ус помогает избежать такой проблемы.

Общение с живой природой помогает нам обрести душевное спокойствие, восполнить запасы энергии. Наши предки верили в то, что у каждого растения есть своя душа, собственный разум, оно способно слушать и понимать. Вполне возможно, что вы так не думаете. Однако постарайтесь отбросить сомнения и поверить, что между вами и растением под названием золотой ус может установиться особая связь. Для этого нужно не так уж много — ежедневно дотрагиваться до его листьев. Впоследствии вам будет намного проще справиться с любым недугом с помощью препаратов, приготовленных на основе этого растения.

По состоянию золотого уса можно судить об атмосфере в доме. Если вы окружаете растение заботой, холите его и лелеете,

но тем не менее состояние золотого уса нельзя назвать хорошим, это тревожный сигнал. Наверняка вы и сами чувствуете, что семейным отношениям недостает тепла и взаимопонимания. А чуткое растение ощущает все неблагоприятные вибрации. Поэтому, если с растением что-то произошло, это говорит о присутствии достаточно серьезной проблемы. Возможно, вам стоит пересмотреть свои отношения с окружающими.

Бывает и наоборот — в силу занятости человек не может уделять много времени уходу за комнатными растениями. Однако, несмотря на это, золотой ус выглядит на редкость ухоженным и свежим. Все дело в благоприятной атмосфере, царящей в доме.

Но если это растение отличается гиперчувствительностью, как же его использовать для приготовления лекарств, не причинив вреда? Я хочу дать вам такой совет: если в вашем доме растет только 1 золотой ус, не используйте его для приготовления лекарственных средств. Возьмите отросток (лучше несколько) и пересадите в другие горшки.

Если у вас есть дети, обязательно поместите одно растение в их комнате. Золотой ус выделяет фитонциды, которые обладают антисептическими свойствами, так что многим бактериям вход на эту территорию будет воспрещен.

Старайтесь по возможности чаще вытираять пыль с широких листьев, иначе степень энергетической защиты вашего дома значительно снизится.

Цветение золотого уса — явление довольно редкое, и говорит оно не только о хорошем уходе. Таким образом растение показывает, что в вашем доме нет проблем с положительной энергетикой.

Современная наша жизнь, к сожалению, не располагает к общению с природой. С раннего утра до позднего вечера мы чем-то заняты: работа, домашние дела, телевизор, газеты, компьютер. Безусловно, никто не собирается утверждать, что нужно жить отшельником где-нибудь в лесной глухи. Цивилизация идет вперед быстрым шагом, и наша задача — не отставать от нее. Но ведь мы собственоручно обедняем нашу жизнь тем, что не даем себе возможности насладиться общением с природой. И пусть далеко не каждый день мы можем отправиться в лес или на море, но в наших силах превратить собственную квартиру в настоящий райский уголок, выращивая цветы. А выращивание такого растения, как каллизия душистая, доставит вам не только эстетическое удовольствие, но и поможет обеспечить себя и своих близких бесплатными лекарствами от самых разных болезней.

## Глава 2

# СБОР, СУШКА И ХРАНЕНИЕ РАСТИТЕЛЬНОГО ЛЕКАРСТВЕННОГО СЫРЬЯ

Золотой ус в этой книге будет встречаться в составе рецептов, содержащих различные лекарственные растения, поэтому необходимо привести основные правила по сбору, сушке и хранению растительного лекарственного сырья.

Сбор лекарственных растений необходимо проводить только в хорошую сухую погоду. Нельзя собирать в одну тару несколько видов растений одновременно, засорять сборы механическими примесями: землей, песком, другими растениями или их частями, а также растениями, не являющимися лекарственными. При сборе листьев в сырье не должно быть веток, плодов, а при сборе трав — корней, одревесневших стеблей и т. д.

Сбору подлежат только те части растения, которые указаны как лекарственные.

Необходимо знать, в каких органах содержатся действующие начала и когда их больше всего в этих органах. Как правило, наибольшее содержание действующих начал в растениях отмечается по окончании цветения и созревания плодов или до начала распускания листьев или цветков. Лучше производить сбор осенью, когда надземные части еще не отмерли, и по ним легко узнать растение, или когда плоды и семена уже созрели, и растение может размножаться в дальнейшем семенным путем.

Надземные части растений — листья, стебли, цветки — наиболее богаты действующими началами перед наступлением полного цветения. Заготовка их производится в момент цветения растения.

Кору с растений снимают ранней весной до начала сокодвижения или во время его до распускания почек. Насыщенность соком тканей деревьев ранней весной позволяет легко сдирать кору.

Плоды и семена наиболее богаты лекарственными веществами в зрелом состоянии, но не переспелые, их заготовляют по мере созревания.

При сборе лекарственного сырья выдергивать растения с корнем не допускается, потому что с корнями уничтожаются запасы этого растения в месте сборов.

Лекарственное сырье собирается в какую-либо тару. Корни — в корзины, мешки; листья, цветки, плоды складываются в корзины возможно рыхлее. Туго набивать ни корзины, ни мешки не следует, так как сырье нагревается и часть действующих начал в растениях разлагается. Из тех же соображений нельзя оставлять собранные растения на ночь не разложенными, в кучках.

Перед сушкой собранное лекарственное сырье перебирают, сортируют. Подземные части очищают от земли, моют в холодной, лучше проточной воде. Листья и цветки отбирают от посторонних примесей, удаляют побуревшие, заплесневелые и испорченные насекомыми. Семена, плоды и почки просеиваются и отвешиваются от сора и пыли. Сочные плоды (ягоды) перед сушкой провяливаются на солнце или в печи, но при этом следят, чтобы они не подгорели.

Сушка собранных растений производится немедленно после сбора. Их раскладывают тонким слоем на какой-либо подстилке в проветриваемом помещении. Большинство лекарственных растений нельзя сушить на солнце, так как при этом разрушается хлорофилл и сырье теряет свой зеленый цвет, разрушаются и некоторые действующие вещества.

Готовое сырье должно быть хорошо высушено, ломаться с хрустом, но не крошиться.

Высшенное сырье требует определенных условий хранения. Места хранения должны быть совершенно сухими, без сора, пыли, насекомых. Ядовитые растения хранятся отдельно от неядовитых, с запахом — отдельно от непахучих.

Готовое сырье должно быть упаковано в тару и снабжено биркой с указанием названия сырья, его веса и времени заготовки. Тарой для упаковки служат мешки, ящики. Некоторое сырье упаковывается в тюки, кипы. В тюки с прессованием упаковываются листья, трава, кора и некоторые цветки; ягоды и некоторое другое сырье упаковываются в двойные мешки (вложенные один в другой). Легкое сырье укладывается в большие мешки. Нежные виды лекарственного сырья укладываются в ящики, выложенные плотной оберточной бумагой.

Сроки хранения, как правило, для цветков и травы 1—2 года, для корневищ, корней, клубней, коры — 3—5 лет.

## Глава 3

# СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ФОРМ

В качестве лекарственного сырья используются различные части растений, которые собирают в определенный период года, очищают, высушивают и сохраняют в определенных условиях.

Перед лечебным употреблением лекарственное сырье, как правило, подвергается соответствующей обработке, т. е. из него готовят удобную для применения форму.

Очень редко бывает достаточным одного измельчения. Чаще лекарственное сырье, кроме измельчения, подвергается дополнительной обработке: настаиванию или отвариванию в соответствующей экстрагирующей жидкости (воде, спирте и др.).

В домашних условиях можно использовать различные методы приготовления.

Настои и отвары представляют собой водные извлечения из лекарственного сырья. Настои чаще готовят из листьев, цветов и травы, а отвары из грубых частей растений — корней, коры, корневищ и др. Растительное сырье предварительно измельчают: траву, листья и цветы — до частиц размером не более 5 мм, корни, стебли, кору — не более 3 мм, плоды и семена — не более 0,5 мм. Измельченные части растений отвешивают и помещают в эмалированный или фарфоровый сосуд, заливают водой комнатной температуры, закрывают крышкой и ставят на кипящую водяную баню. Настои нагревают в течение 15 мин, а отвары — 30 мин при частом помешивании. После этого сосуд снимают с водяной бани и охлаждают при комнатной температуре: настои — не менее 45 мин, а отвары — 10 мин. Затем производят процеживание сначала через цедилку (отжимая остаток растения), а после — сквозь вату и добавляют воды до соответствующего объема. Если отвары готовятся из растительного сырья, содержащего дубильные вещества (коры дуба, корневища ревеня и др.), то процеживание производят немедленно после снятия со суда с водяной бани.

Обычно настои и отвары готовят из расчета 1:10. Настои и отвары — скоропортящиеся лекарственные формы, их следует хранить в прохладном месте не более 3—4 дней.

Настойки представляют собой жидкые спиртовые, спиртово-водные или спиртово-эфирные извлечения из лекарственных

растений. Готовят их следующим образом. Растительное сырье, предварительно высушенное и измельченное, отвешивают, помещают в специальный сосуд и заливают экстрагирующей жидкостью (70%-ным спиртом). Настаивание производят при комнатной температуре в течение 7 дней, затем сливают жидкость. Остаток растений отжимают, промывают той же экстрагирующей жидкостью, вновь отжимают и доводят настойку до соответствующего объема той же жидкостью. Для приготовления настойек обычно 1 весовую часть растения берут на 5 объемных частей получаемой настойки. Если же растительное сырье содержит сильнодействующие вещества, то настойки готовят из расчета 1:10. Полученные настойки отстаивают в течение нескольких дней при температуре не выше 8°C, после чего фильтруют. Готовые настойки должны быть прозрачными и обладать запахом и вкусом соответствующего лекарственного сырья.

Сборы и чаи представляют собой смеси высушенных и измельченных лекарственных растений. Различные части лекарственных растений, входящих в состав сборов или чаев, подвергают измельчению по отдельности. Траву, кору, листья и некоторые корни разрезают, твердые корни и корневища дробят, кожистые листья размельчают в крупный порошок, семена и плоды измельчают в специальной мельнице.

Измельченное лекарственное сырье тщательно и осторожно перемешивается до получения равномерной смеси. К сбору могут быть добавлены различные эфирные масла и растворы солей.

Сборы и чаи предназначены для приготовления на дому настоев и отваров, полосканий и припарок, лечебных ванн и др.

Готовые сборы и чаи хранят в сухом месте. Сборы и чаи, содержащие душистые вещества, сохраняют в жестяных коробках, а остальные — в закрытых деревянных ящиках. Для предупреждения порчи сборов (особенно содержащих ягоды) в ящики помещают банку с ватой, пропитанной хлороформом, по мере испарения хлороформа вновь добавляют.

Что касается золотого уса, то перед приготовлением лекарства из его усов или ствола их необходимо обернуть полиэтиленовым пакетом и поместить в холодильник (под морозильную камеру, температура +2—4°C) и хранить там в течение 2 недель.

Листья срывают с растения по мере необходимости, выдерживая в холодильнике 3 дня.

Из ствола растения готовится спиртовая вытяжка. 4—5 суставчиков заливаются 2 стаканами 70%-ного спирта и настаиваются некоторое время. Однако при применении будет наблюдаться довольно сильное местное покраснение кожного покрова.

Усы каллизии душистой приготавливают в виде спиртовой настойки для внутреннего применения. Однако не следует при-

## ГЛАВА 3

---

---

нимать ее часто. Если в течение 3 недель вы употребляли настойку по 1 ч. или по 1 дес. л. в день, то непременно сделайте семидневный перерыв.

Листья золотого уса используются при лечении сахарного диабета. Лекарственные формы, приготовленные из листьев золотого уса, даже при длительном применении не вызывают аллергии и побочных действий.

Целебные вещества каллизии душистой находятся в ней в очень концентрированном виде, поэтому необходимо строго соблюдать дозировку при применении препаратов, сделанных из различных частей растения. О противопоказаниях и побочных действиях при лечении золотым усом подробнее в следующей главе.

## Глава 4

### ЗОЛОТОЙ УС: МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

Как известно, «одна капля — лекарство, стакан — яд». Эта мудрость верна и по отношению к золотому усу. Панацеи не существует. Уважаемые читатели, будьте осторожны, не используйте рецепты народной медицины, в том числе на основе золотого уса, не советуясь со специалистами. Подумайте о последствиях, прежде чем применять различные препараты, настойки и отвары из золотого уса.

Здесь приводится перечень возможных реакций организма на внутренний прием лекарственных препаратов, полученных из различных частей золотого уса. Знатоки этого растения — Н. Огарков, А. Кородецкий, А. Корзунова и другие — призывают к осторожности в применении препаратов из каллизии душистой.

Золотой ус очень сильный биологический стимулятор. Начиная принимать препараты из золотого уса, первые 2–3 дня человек ощущает небывалый прилив сил, приятное ощущение тепла по всему телу, резко улучшаются самочувствие, общий тонус. Однако уже через неделю или чуть меньше происходит такое же резкое ухудшение самочувствия. В организме происходит накопление так называемых фитостероидов, что приводит к их передозировке, особенно если вы страдаете каким-либо видом аллергии. Организм не справляется с их переработкой, поэтому у вас могут появиться головная боль, общая слабость, отек слизистых оболочек, неприятные ощущения в горле, увеличение щитовидной железы. По данным В. В. Телятьева, золотой ус изучался еще более 20 лет назад в Иркутском медицинском институте на фармацевтическом факультете под руководством профессора Семенова. Было выявлено, что при употреблении внутрь сильно повреждаются голосовые связки, голос садится, и восстановление его затруднительно.

При распаде фитостероидов в организме (при передозировке) образуются вещества, неблагоприятно влияющие на кожу. Организм не может вывести эти вещества через обычную выделительную систему (почки, печень), в результате в области жизни появляется сильный зуд, раздражение принимает вид мокнущей экземы.

Поэтому при первых признаках передозировки в организме веществ золотого уса необходимо прекратить пить отвар и не-

## ГЛАВА 4

---

медленно начать прием энтеросорбентов (активированного угля).

При приеме препаратов золотого уса необходимо придерживаться определенных правил.

Старайтесь не есть жареного, острого, соленого, животных жиров, сахаросодержащих продуктов (конфет, печенья, халвы). На все время лечения и минимум год после него строго запрещены: курение и употребление алкогольных напитков (лекарства не в счет), заряженной воды, мочи. Нельзя пить в большом количестве фруктовые и овощные соки. Этот запрет вызван тем, что все иные методы народной медицины совершенно не совместимы с данным курсом лечения.

В дни приема средства исключите мясные и молочные продукты, сахар и соль, картофель, а также дрожжевой хлеб. Предпочтение следует отдавать рыбным блюдам, сыру, орехам, кроме арахиса, сырым овощам, сокам (свекольному и морковному), кашиам, пророщенному зерну. В пищу употреблять только растительное масло. Голодать нельзя, но перед началом лечения хорошо провести полную очистку организма по методу Н. Семеновой.

Противораковый масляный бальзам нежелательно применять при раке печени, так как при всех формах заболевания печени противопоказаны спиртовые вытяжки. При раке щитовидной железы вместо спиртовой вытяжки золотого уса можно после консультации с врачом применять спиртовую вытяжку из всего растения (стебля, листьев, корня) дурнишника, собранного в сентябре

## Глава 5

### ЛЕЧЕНИЕ ЗОЛОТЫМ УСОМ

#### ЗАБОЛЕВАНИЯ СИСТЕМЫ КРОВИ

##### *Анемия*

Анемия, или малокровие, — уменьшение в крови общего количества гемоглобина, которое, за исключением острых кровопотерь, характеризуется снижением уровня гемоглобина в единице объема крови. В большинстве случаев при анемии падает и уровень эритроцитов в крови. Анемии всегда вторичны, т. е. являются одним из симптомов какого-то общего заболевания. Наряду с часто встречающимися формами анемии имеются и очень редкие, требующие для диагностики сложных приемов. Некоторые формы анемии можно диагностировать лишь в специализированных учреждениях.

Анемия постеморрагическая острая — малокровие вследствие острой кровопотери за короткий срок. Минимальная кровопотеря, представляющая опасность для здоровья взрослого человека, — 500 мл.

Причиной кровопотери могут быть травмы, хирургическое вмешательство, кровотечение при язве желудка или двенадцатиперстной кишки, из расширенных вен пищевода, при нарушении гемостаза, внематочной беременности, заболеваниях легких и т. п.

При кровотечении отмечаются сосудистые нарушения: сердцебиение, одышка, падение артериального и венозного давления, бледность кожных покровов и слизистых оболочек. Выраженность этих изменений не находится в четкой связи только с количеством потерянной крови, так как нередко коллапс появляется и в ответ на боль, травму, вызвавшую кровопотерю. Существенный признак внутреннего кровотечения — внезапная сухость во рту. Тяжесть клинической картины определяется не только количеством потерянной крови, но скоростью кровопотери. Определенное значение имеет и источник кровопотери: кровотечение в желудочно-кишечный тракт может сопровождаться повышением температуры тела, картиной интоксикации; полостные кровотечения могут даже при небольшом количестве излившшейся крови вызывать симптомы сдавления органов и т. п.

Железодефицитные анемии связаны с дефицитом железа в организме, при этом нарушается образование гемоглобина, что

ведет вначале к множественным трофическим нарушениям (сухость кожи, ломкость ногтей, выпадение волос), а потом развивается само заболевание. Эти анемии заслуживают особого внимания, так как встречаются чаще всего.

Причиной железодефицитной анемии является недостаточное поступление в организм железа: в большинстве случаев решающую роль играют хронические кровопотери, не компенсируемые поступлением железа с пищей, реже (это бывает у детей) анемия обусловлена малым исходным поступлением железа в организм плода из-за дефицита железа у матери. Особую группу составляют больные после операций на кишечнике или с тяжелым поражением тонкого кишечника.

Для больных с железодефицитной анемией характерны вялость, повышенная утомляемость еще до развития выраженной анемии, запор, головная боль, извращение вкуса (больные едят мел, глину, появляется склонность к острой, соленой пище и т. п.), ломкость, искривление и поперечная исчерченность ногтей, выпадение волос, насильтственные позывы на мочеиспускание, недержание мочи. Кроме этих признаков, не имеющих прямого отношения к уровню гемоглобина в крови, отмечаются специфические для всех анемий признаки: бледность кожи и слизистых оболочек, сердцебиение, одышка при физической нагрузке.

$B_{12}$ -дефицитные (мегалобластные) анемии — группа анемий, возникающих в результате дефицита витамина  $B_{12}$ . Независимо от причин этого дефицита характеризуются появлением в костном мозге крупных эритроцитов, которые не могут долго существовать в сосудах и разрушаются, вызывая анемию. Кроме этого,  $B_{12}$ -дефицитные анемии сопровождаются атрофическими изменениями слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта и изменениями нервной системы.

$B_{12}$ -дефицитная анемия развивается в результате недостаточного поступления в организм цианокобаламина (витамина  $B_{12}$ ), встречается преимущественно у лиц пожилого возраста. Причина дефицита витамина  $B_{12}$  чаще связана с нарушением выработки особого белка, соединяющегося с пищевым витамином  $B_{12}$  и обеспечивающего его всасывание. Нередко первые признаки заболевания появляются после перенесенного энтерита, гепатита. В первом случае это связано с нарушением всасывания витамина  $B_{12}$  в тонкой кишке, во втором — с расходованием его запасов в печени, являющейся основным депо витамина  $B_{12}$ . Однако и та и другая причина могут играть роль пускового механизма лишь при уже ранее имевшемся скрытом дефиците этого витамина. Развитие  $B_{12}$ -дефицитной анемии даже после полного удаления желудка происходит через 5—8 лет и более после операции. В течение этого срока больные живут запасами вита-

мина в печени при минимальном пополнении его за счет незначительного всасывания в тонкой кишке. Весьма редкой формой В12-дефицитной анемии является нарушение усвоения витамина при заражении широким лентециом, когда паразит поглощает его большое количество. Причинами нарушенного всасывания витамина В12 при поражении кишечника могут быть тяжелый хронический энтерит, дивертикулез тонкого кишечника, возникновение слепой петли тонкой кишки после операции на ней. В возникновении дефицита витамина в последних случаях важную роль играет его поглощение избыточно развившейся кишечной микробной флорой. Одной из причин нарушенного выделения особого белка, связывающегося с витамином В12, может быть хроническая алкогольная интоксикация, когда она сопровождается токсическим поражением слизистой оболочки желудка.

Клиническая картина дефицита витамина В12 характеризуется поражением кроветворной ткани, пищеварительной и нервной систем. Отмечаются слабость, утомляемость, сердцебиение при физической нагрузке. Желудочная секреция угнетена. Нередко наблюдаются признаки глоссита — «полированный» язык, ощущение жжения в нем. Кожа больных иногда слегка желтушна. Определяется небольшое увеличение селезенки, реже печени.

Гемолитическая анемия (злокачественная) связана с усиленным разрушением эритроцитов. Все гемолитические анемии характеризуются увеличением в крови и моче содержания продуктов распада эритроцитов.

Существует множество форм гемолитических анемий. Все они сопровождаются типичными клиническими проявлениями болезни — желтухой, увеличением селезенки, склонностью к образованию камней в желчном пузыре, бледностью кожи и слизистых оболочек, сердцебиением, одышкой при физической нагрузке.

Имеются и более редкие виды анемий, которые сложнее выявить, они часто требуют специального лечения в приспособленных для этого больницах.

При анемии пить чай (по 3 стакана в день) из следующей смеси трав: зверобоя — 3 ст. л., цветов глухой крапивы — 2 ст. л., столько же листьев ежевики и золотого уса. Все смешать. Залить кипятком, варить около 3 ч. Пить горячим.

Мелиссы — 15 г на стакан кипятка. Настоять, укутав на 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1—2 ст. л. 5—6 раз в день. Применяется при малокровии, снимает симптомы, сопровождающие анемию: сердцебиение, головокружение.

## ЗАБОЛЕВАНИЯ УХА, ГОРЛА, НОСА

### *Ангина*

Ангина — это острое общее инфекционное заболевание с преимущественным поражением нёбных миндалин. Воспалительный процесс может развиваться и в других скоплениях лимфаденоидной ткани глотки и гортани — в язычной, гортанной, носоглоточной миндалинах. Тогда соответственно говорят о язычной, гортанной или носоглоточной ангине. Инфицирование может быть извне или собственными микробами. Возможны два пути передачи инфекции: воздушно-капельный и пищевой. Внутреннее инфицирование происходит из полости рта или глотки (из-за хронического воспаления нёбных миндалин, кариозных зубов и др.). Источником инфекции могут быть также гнойные заболевания носа и его придаточных пазух.

Наиболее часто возбудителями инфекции являются стафилококк, стрептококк, пневмококк. Есть сведения о возможности вирусных ангин. Предрасполагающие факторы: местное и общее охлаждение, снижение сопротивляемости организма. Ангиной чаще болеют дети дошкольного и школьного возраста и взрослые до 35—40 лет, особенно в осенний и весенний периоды.

Ангина начинается с боли при глотании, недомогания, повышения температуры тела. Нередки жалобы на боль в суставах, головную боль, периодический озноб. Длительность заболевания и местные изменения в нёбных миндалинах зависят от формы ангины. При рациональном лечении и соблюдении режима ангина в среднем длится 10—11 дней.

Различают катаральную, фолликулярную и лакунарную форму ангины. По существу, это различные проявления одного и того же воспалительного процесса в нёбных миндалинах.

Ангина катаральная обычно начинается внезапно и сопровождается першением, нерезкой болью в горле, общим недомоганием, повышенной температурой. Нерезко выражены изменения в крови. При осмотре глотки отмечаются умеренная отечность, покраснение нёбных миндалин и прилегающих участков нёбных дужек; мягкое нёбо и задняя стенка глотки не изменены. Катаральная ангина может быть начальной стадией другой формы ангины, а иногда проявлением той или иной инфекционной болезни.

Ангины лакунарная и фолликулярная характеризуются более выраженной клинической картиной. Головная боль, боль в горле, недомогание, общая слабость. Изменения в крови значительно, чем при катаральной ангине. Нередко заболевание начинается ознобом, повышением температуры до 38—39°C и выше,

особенно у детей. При осмотре глотки отмечают выраженное покраснение и припухлость нёбных миндалин и прилегающих участков мягкого нёба и нёбных дужек. При фолликулярной ангине видны нагноившиеся фолликулы, просвечивающие сквозь слизистую оболочку в виде мелких желто-белых пузырьков. При лакунарной ангине также образуются желтовато-белые налеты, но они локализуются в устьях лакун. Эти налеты в дальнейшем могут сливаться друг с другом, покрывая всю или почти всю свободную поверхность миндалин, и легко снимаются шпателем.

Ангина может осложниться развитием острого гнойного воспаления клетчатки около миндалин. Процесс чаще односторонний, характеризуется резкой болью в горле при глотании, головной болью, ознобом, ощущением разбитости, слабостью, гнусавостью, непроизвольным сокращением жевательных мышц, повышением температуры тела до 38—39°C, неприятным запахом изо рта, обильным выделением слюны. При осмотре глотки отмечают резкое покраснение и отечность тканей мягкого нёба с одной стороны. Нёбная миндалина на этой стороне смещена к срединной линии и книзу. Вследствие отечности мягкого нёба осмотреть миндалину нередко не удается. Подвижность пораженной половины мягкого нёба значительно ограничена, что может привести к вытеканию жидкой пищи из носа. Если в первые 2 дня энергичное лечение флегмонозной ангины не начато, то на 5—6-й день может образоваться гнойник в клетчатке вокруг миндалин. Осложнениями ангин являются ревматизм, орхит, менингит, нефрит и т. д.

При ангине поможет следующее средство. Готовится оно на основе лукового сока, и, конечно, в качестве ингредиента выступает и золотой ус. Луковицу измельчите, отожмите сок, смешайте его с небольшим количеством сока золотого уса, чайной ложкой меда и принимайте полученную жидкость по чайной ложке 3—4 раза в день. Это избавит вас от ангины.

В пол-литровую бутыль из-под молока нарезать до половины поровну листьев золотого уса и столетника, засыпать сверху сахарным песком. Обвязать горлышко марлей. Настоять 3 дня, затем налить туда водки доверху, завязать марлей снова. Настоять еще 3 дня, процедить, отжать. Получится сладко-горький ликер. Принимать до полного выздоровления. Применяется при ангине и увеличенных гlandах.

При воспалениях в горле для полоскания применяют водный настой (на кипятке) из следующих растений: корней золотого уса и окопника — по 15,0 г; цветов лесной мальвы — 10,0 г; лепестков розы (культурных, садовых форм — чаще всего той, которая употребляется на варенье) — 10,0 г; дубовой коры —

5,0 г; цветов коровяка — 10,0 г; листьев шалфея — 5,0 г и корня валерианы — 5,0 г. 4 ст. л. (каждая с верхом) смеси залить на ночь 1 л кипятка. Утром подогреть, не доводя до кипения, и теплым настоем 6—7 раз в день полоскать горло. На ночь шею смазывать окопниковой мазью, оберачивать фланелевым шарфом и тепло укрываться.

Ромашка — 2 части; золотой ус — 3 части; эвкалипт — 1 часть; ноготки, цветы — 1 часть. Все измельчить и хорошо смешать. 1 ст. л. смеси на 1/2 стакана кипятка. Кипятить 2 мин. Настоять, укутав, 30 мин, процедить. Полоскать 2 раза в день, утром и вечером, разделив раствор пополам. Начинать полоскание раствором температурой 26°C, постепенно убавляя по 1°C в день, и довести до 16°C. Затем месяц полоскать при 15—16°C. Такое полоскание позволяет снять воспаление в горле и закалить его.

Натереть на мелкой терке 2 свеклы. Отжать 1 стакан сока. В стакан сока красной свеклы влить 1 ст. л. уксуса (но не уксусной кислоты) и 5 ч. л. сока золотого уса. Этим раствором полоскать горло 5—6 раз в день, можно 1 глоток проглотить. Проводить полоскание до полного выздоровления.

Взять чайную ложку меда, залить его лимонным соком, добавить щепотку красного молотого перца. Хорошо перемешать и оставить на некоторое время. Смесь должна настояться. Затем добавить столовую ложку сока золотого уса. Принимать средство следует в 1 прием 2—3 раза в день до полного исчезновения боли в горле.

Попробуйте заменить привычное полоскание содой применением следующего средства: измельчить пару долек чеснока, залить 2 стаканами теплой кипяченой воды, через 2 ч процедить. Добавить половину ч. л. меда и чайную ложку сока золотого уса. Полоскать горло несколько раз в день вплоть до выздоровления.

### *Насморк*

Насморк, или ринит, — это воспаление слизистой оболочки носа. Различают острый и хронический ринит. Острый ринит может быть самостоятельным заболеванием или симптомом острых инфекционных заболеваний (грипп, корь, дифтерия и др.).

Предрасполагающим фактором служит главным образом переохлаждение, реже причиной могут быть механические или химические раздражения. Острый ринит всегда двусторонний.

Вначале отмечается легкое недомогание, ощущение сухости в носоглотке, зуд в носу. Носовое дыхание затруднено, появля-

ются чиханье, слезотечение, снижается обоняние, изменяется тембр голоса, наблюдаются обильные жидкые выделения из носа. В дальнейшем выделения становятся слизисто-гнойными, при повреждении мелких кровеносных сосудов — кровянистыми. Воспаление слизистой оболочки носа может распространяться и на другие отделы дыхательных путей, а также на придаточные пазухи, носослезный канал, слуховую трубу, барабанную полость. При благоприятном течении через 12—14 дней исчезает заложенность носа, восстанавливается обоняние.

Причинами хронического насморка служат затянувшийся или повторяющийся острый ринит; длительное воздействие различных раздражителей — химических, термических, механических; раздражение слизистой оболочки носа гноевым секретом при заболеваниях придаточных пазух носа; длительное расстройство кровообращения в слизистой оболочке носа (пороки сердца, миокардиты, нефриты, эмфизема, бронхэктомы, эндокринные заболевания).

При хроническом насморке отмечается периодическая заложенность носа и обильное слизистое отделяемое. Больные указывают, что левая половина носа заложена при положении на левом боку, правая — на правом, носовое дыхание затруднено в положении лежа на спине. Общее состояние обычно не страдает.

Выделяют также аллергический насморк. Малейшее раздражение нервных окончаний полости носа (охлаждение, резкий запах и др.) ведет к бурной реакции слизистой оболочки полости носа. При сезонной форме насморка раздражителем может быть пыльца злаков. При круглогодичной форме раздражителями выступают так называемые бытовые аллергены (косметические средства, домашняя пыль, волосы и перхоть домашних животных и др.). Симптомы аллергического насморка возникают внезапно, появляется заложенность носа с обильными водянисто-слизистыми выделениями, чиханьем.

Пожалуй, первым сигналом того, что вы простудились, является насморк. От него можно легко избавиться. Как только вы почувствовали, что вашему носу становится тяжело, приготовьте следующий «коктейль»: в стакане воды растворите столовую ложку меда и добавьте две ч. л. сока золотого уса. Выпейте и одновременно закапайте в нос сок золотого уса.

Если же насморк все-таки начался, поможет промывание носа настоями или отварами золотого уса. Измельченный лист растения залить стаканом воды, довести до кипения и кипятить на медленном огне примерно 3—4 мин. Добавить 1 ч. л. соли и

1/2 ч. л. меда, перемешать до полного растворения и промыть теплым раствором нос, так чтобы смесь попала и в носоглотку.

Для лечения хронического насморка взять 5 г эвкалипта, залить двумя стаканами горячей воды, добавить немного соли и меда. Дать смеси настояться, затем процедить и остудить до теплого состояния. Выжать сок из листа золотого уса, добавить его в смесь. Полученный настой предстоит втягивать поочередно каждой ноздрей утром и вечером до полного выздоровления.

**Внимание!** Прополис — очень сильное природное лекарство, особенно в сочетании с золотым усом. Чтобы избежать возможного воспаления, при лечении описанными выше препаратами нужно соблюдать осторожность. Прежде чем начать лечение, нужно пожевать немного прополиса. Когда будет достигнут определенный эффект, нужно снижать применение этого продукта, но не резко, а очень постепенно. *Никогда не превышайте дозу в три грамма — большее количество прополиса не должно контактировать с вашим организмом в течение одного раза.*

Хронический насморк отступает перед таким средством, как примочки из смеси сока золотого уса и прополиса. Разведите сухой прополис в смеси воды и сока золотого уса (пропорция 1:1), чуть подогрейте, смочите в нем небольшие марлевые кусочки и приложите к гайморовым пазухам (по бокам от крыльев носа). Через полчаса примочки следует снять. Следующую процедуру проводите не ранее чем через сутки.

Отвар цветов первоцвета 20,0 г и листьев золотого уса — 10,0 г на 1 л воды или целого растения 40,0—60,0 г на 1 л воды принимать при насморке и вообще при всех видах простудных болезней, связанных с заболеваниями горла и легких, а также для промывания полости носа.

С заложенным носом поможет справиться ингаляция, для проведения которой нужно готовить специальные средства. Половину луковицы измельчите, натерев ее на терке или мелко порезав. Также измельчите несколько листьев золотого уса и 1 зубчик чеснока. Смешайте все со столовой ложкой меда, положите смесь в стакан и вдыхайте в течение нескольких мин. Делать это следует 2—3 раза в день, каждый раз приготавливая новую смесь.

Растительное масло подогрейте на водяной бане в течение 30 минут, охладите. Измельчите и смешайте в равных пропорциях чеснок, лук и золотой ус, смешайте с маслом, добавьте немного меда и дайте настояться. Полученной смесью смазывайте слизистую оболочку носа при рините.

Избавиться от ринита можно и при помощи другого средства. Натрите на терке свежую морковь, отожмите сок, смешайте

его с растительным маслом (примерно 1 ст. л.), небольшим количеством меда, соком золотого уса (ч. л.), добавьте несколько капель чесночного сока. Получившуюся жидкость закапывайте в нос по несколько капель 3—4 раза в день, вплоть до выздоровления.

Измельчите несколько листьев золотого уса, отожмите сок и добавьте в него небольшое количество меда. Хорошо перемешайте до растворения меда, затем несколько капель полученной жидкости закапайте в нос. Процедуру проводите несколько раз в день вплоть до выздоровления.

Натрите на терке черную редьку, отожмите из кашицы сок, добавьте в него столовую ложку меда, доведите до кипения, оставьте. Лист золотого уса измельчите, добавьте сок к смеси, перемешайте. Принимайте такое лекарство по 1 ст. л. 3—4 раза в день вплоть до излечения.

Золотой ус, листья — 20 г; ромашка аптечная, цветки — 20 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 20 г. 10 г сбора залить 100 мл кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. Используют по 6—8 капель для закапывания в каждую половину носа до 3—4 раз в день при остром рините.

Календула, цветки — 15 г; коровяк, цветки — 10 г. Весь сбор залить 250 мл воды, довести до кипения, настоять 2 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Используют в теплом виде для промывания обеих половин носа 8 раз в день при остром рините.

Малина обыкновенная, листья — 20 г; календула, цветки — 10 г. 15 г сбора залить 200 мл кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Используют по 6—8 капель для закапывания в каждую половину носа 3—4 раза в день при хроническом рините.

Золотой ус, листья — 10 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 15 г; подорожник большой, листья — 10 г. 14 г сбора залить 160 мл кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. Используют по 4—6 капель для закапывания в каждую половину носа 2—3 раза в день при хроническом рините.

Эвкалипт, листья — 20 г; коровяк, цветки — 20 г; крапива двудомная, листья — 10 г. 10 г сбора залить 120 мл кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Используют по 5—6 капель для закапывания в каждую половину носа 2—3 раза в день при хроническом рините.

При высокой температуре можно использовать рецепты, данные выше (см. Ангина).

**Синусит**

Синусит — острое или хроническое воспаление придаточных пазух носа. Различают гайморит — воспаление слизистой оболочки верхнечелюстной (гайморовой) пазухи; фронтит — воспаление лобной пазухи; этмоидит — воспаление решетчатого лабиринта и сphenоидит — воспаление клиновидной пазухи. Заболевание может быть односторонним или двусторонним с поражением всех придаточных пазух носа с одной или обеих сторон. По частоте заболеваний на первом месте стоит верхнечелюстная пазуха, затем решетчатый лабиринт, потом лобная и клиновидная пазухи. Острый гайморит часто возникает во время острого насморка, гриппа, кори, скарлатины и других инфекционных заболеваний, а также вследствие заболевания корней четырех задних верхних зубов. Для синусита характерно ощущение напряжения или боли в пораженной пазухе, нарушение носового дыхания, выделения из носа, расстройство обоняния на пораженной стороне, светобоязнь и слезотечение. Боль часто разлитая, неопределенная или располагается в области лба, висков и возникает в одно и то же время дня. Может припухать щека и отекать верхнее или нижнее веко. Температура тела повышенна, нередко бывает озноб.

Хронический гайморит бывает при повторных острых воспалениях и особенно часто при затянувшемся воспалении верхнечелюстных пазух, а также при хроническом насморке. Известную роль играют искривление носовой перегородки, врожденная узость носовых ходов. Инфекция, перешедшая с кариозного зуба, также с самого начала нередко имеет вялое хроническое течение.

Основная жалоба больного хроническим гайморитом на обильные выделения из носа. При затрудненном оттоке секрета из пазухи выделений из носа почти нет, и больные жалуются на сухость в глотке, отхаркивание большого количества мокроты по утрам, неприятный запах изо рта. Боли в области пораженной пазухи обычно нет, но она может появиться при обострении процесса или затруднении оттока секрета. Нередко бывают головная боль и расстройство нервной системы (быстрая утомляемость, невозможность сосредоточиться). При обострении могут наблюдаться припухлость щеки и отек век. Иногда бывают трещины и ссадины кожи у входа в нос. Течение заболевания длительное. Часто процесс из-за скучной симптоматики остается нераспознанным.

Средства с приготовлением золотого уса имеют множество положительных эффектов в самых разных областях. Использование золотого уса очень перспективно в плане излечения от

ринитов и синуситов, в том числе и хронических. Кстати, лекарства на основе золотого уса могут применяться не только в лечебных, но и в профилактических целях.

Попробуйте приготовить такое средство. В кастрюлю с кипящей водой добавьте столовую ложку меда и измельченный лист золотого уса, снимите ее с огня и, накрывшись одеялом, вдохните пар поочередно каждой ноздрей. Следует проводить такую ингаляцию не менее 4 раз в день.

Хронический гайморит отступает перед таким средством, как примочки из смеси сока золотого уса и прополиса. Разведите сухой прополис в смеси воды и сока золотого уса (пропорция 1:1), чуть подогрейте, смочите в нем небольшие марлевые кусочки и приложите к гайморовым пазухам (по бокам от носа). Через полчаса примочки следует снять. Следующую процедуру проводите не ранее чем через сутки.

С гайморитом может справиться ингаляция, для проведения которой нужно взять половину луковицы, измельчить, натерев ее на терке или мелко порезав. Также измельчите несколько листьев золотого уса и 1 зубчик чеснока. Смешайте все со столовой ложкой меда, положите смесь в стакан и вдыхайте в течение нескольких мин. Делать это следует 2—3 раза в день, каждый раз приготавливая новую смесь.

5 г эвкалипта залить 2 стаканами горячей воды, добавить немного соли и меда. Дать смеси настояться, затем процедить и остудить до теплого состояния. Выжать сок из листа золотого уса, добавить его в смесь. Полученный настой предстоит втягивать поочередно каждой ноздрей утром и вечером до полного выздоровления.

1 ст. л. травы душицы на 1/2 литра кипятка. Настоять, укутав на 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2—1 стакану 2—3 раза в день при головных болях. Противопоказано беременным женщинам.

При высокой температуре можно воспользоваться следующими рецептами.

Шиповник, малину и смородину (по половине стакана каждого ингредиента) положить в эмалированную кастрюлю, залить кипятком, добавить столовую ложку меда и дать настояться в течение 15 мин. Затем процедить настой и добавить 2 ст. л. сока золотого уса. Готовое средство принимать 3 раза в день по 1/2 стакана перед едой.

Влить 1—1/2 стакана апельсинового сока и стакан крепкого чая в эмалированную кастрюлю, затем добавить сахар и мед, взя-

тые в одинаковой пропорции, 2 семени гвоздики и щепотку корицы. Слегка подогреть смесь на медленном огне (примерно до 60°). Выжать сок из двух лимонов, смешать его с содержимым кастрюли, добавить измельченные листья золотого уса, снова нагреть, не доводя до кипения. Приготовленное средство принимать по 1/2 стакана 2 раза в день.

В эмалированной посуде смешать стакан чая и 2 ст. л. сиропа шиповника. На медленном огне довести эту смесь до 80°С, но не кипятить. В другой посуде также на медленном огне приготовьте следующую смесь: в воду добавить столовую ложку сахара и меда, немного гвоздики и корицы, измельченный лимон вместе с кожурой, измельченный лист золотого уса. Прокипятить эту смесь в течение 10 мин, затем процедить и в горячем виде добавить к первой смеси. Все хорошо перемешать. Принимать напиток нужно по 1/2 стакана 3—4 раза в день в горячем виде.

### *Ларингит*

Ларингит — это воспаление слизистой оболочки гортани. Может быть острым и хроническим. Ларингит острый редко бывает изолированным. Чаще это одно из проявлений острого респираторного заболевания, гриппа, скарлатины, коклюша и т. д. Его развитию способствуют общее и местное переохлаждение, перенапряжение голоса, вдыхание запыленного воздуха, раздражающих паров и газов, погрешности в питании, курение, злоупотребление спиртными напитками. Для ларингита характерно ощущение сухости, першения, саднения, царапанья в горле; кашель вначале сухой, а в дальнейшем сопровождается отхождением мокроты; голос становится хриплым, грубым или совсем беззвучным. Иногда отмечается боль при глотании, головная боль и небольшое повышение температуры. Продолжительность болезни обычно не превышает 7—10 дней. При неблагоприятных условиях заболевание может перейти в подострую или хроническую форму.

Календула, цветки — 20 г; фиалка трехцветная, трава — 15 г; череда трехраздельная, трава — 10 г. 15 г сбора залить стаканом кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Используют для ингаляций при остром ларингите. Длительность одной процедуры 5 мин.

Золотой ус, листья — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; бузина черная, цветки — 15 г; липа, цветки — 15 г. 15 г сбора залить 200 мл кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. Используют при остром ларингите по 1,5—2 мл для вливания в гортань.

Душица обыкновенная, трава — 15 г; череда трехраздельная, трава — 6 г; пижма обыкновенная, цветки — 5 г. 7 г сбора залить 200 мл кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Используют по 1,5—2 мл для вливания в гортань при хроническом ларингите.

Золотой ус, листья — 15 г; шалфей лекарственный, листья — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г. Чайную ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 15 мин и процедить. Используют в теплом виде для полоскания горла 3—4 раза в день при хроническом ларингите.

Золотой ус, листья — 15 г; мать-и-мачеха, листья — 15 г; бузина черная, цветки — 15 г. 15 г сбора залить стаканом кипятка, настоять 15—20 мин, процедить. Используют по 1,5—2 мл для вливания в гортань при хроническом атрофическом ларингите.

## НЕДОСТАТОЧНОСТЬ КРОВООБРАЩЕНИЯ

### *Сердечная недостаточность*

Речь в этом разделе пойдет о хронической сердечной недостаточности. Это состояние, при котором сердце (как насос) не справляется со своими функциями, не обеспечивая нормального кровообращения. Причин этого состояния много: ишемическая болезнь сердца, пороки сердца, артериальная гипертензия, эмфизематозные заболевания легких, миокардит, дистрофия миокарда и др.

Симптомы и течение хронической сердечной недостаточности различаются в зависимости от того, какой отдел сердца поражен.

При недостаточности работы левого желудочка отмечается одышка, учащенное сердцебиение, больной занимает положение сидя с упором рук в колени. Одновременно могут наблюдаться проявления недостаточности мозгового кровообращения (головокружение, потемнение в глазах, обмороки).

Недостаточность работы правого желудочка проявляется набуханием шейных вен, синюшной окраской кончиков пальцев, носа и губ, увеличением печени, отеками тела и полостей организма.

При далеко зашедшей сердечной недостаточности кожа становится истонченной, дряблой, блестящей, отеки покрывают все тело, начинается истощение. Кроме обычных для таких больных лекарственных препаратов, можно применять:

Адонис, трава — 1 часть; боярышник, цвет — 2 части; березовые листья — 1 часть; пустырник, трава — 2 части; сушеница, трава — 2 части; хвощ полевой, трава — 1 часть. 2 ст. л. измельченной смеси на 500 г кипятка. Настоять, укутав 5—6 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде. Применяется при сочетании сердечной недостаточности и гипертензии.

Употребляют внутрь отвар из порезанного подмаренника — 40,0 г на 1 л воды в смеси с соком золотого уса при сердечных отеках.

В народной медицине чай из отвара горицвета не больше 1 столовой ложки порезанного растения на 2 стакана кипятка, в смеси с соком золотого уса — 1 ложка, рекомендуется принимать по 1 ст. л. (максимум) и не чаще, чем через час.

Золотой ус, листья — 1 часть; боярышник, цветки и плоды — 1 часть; хвощ полевой, трава — 1 часть; шиповник, плоды — 1 часть. Из одной столовой ложки смеси и стакана кипяченой воды делают отвар. Пить по 2 ст. л. 3—4 раза в день в течение 10 дней. При хороших результатах курс лечения повторяют через неделю.

Зверобой продырявленный, трава — 1 часть; можжевельник обыкновенный, плоды — 1 часть; рябина красная, плоды — 2 части. Из одной столовой ложки смеси и стакана холодной кипяченой воды готовят настой. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л., пить по 2 ст. л. 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 2 части; береза, почки — 3 части; облепиха крушиновидная, плоды — 2 части. Из одной столовой ложки смеси и стакана кипяченой воды делают отвар. Пить по 1—2 ст. л. 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 1 часть; анис обыкновенный, плоды — 1 часть; петрушка, корень — 2 части; крапива двудомная, лист — 1 часть. Из одной столовой ложки смеси и стакана кипяченой воды делают отвар. Пить по 1—2 ст. л. 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; ландыш майский, цветки — 15 г; адонис весенний, трава — 15 г; толокнянка обыкновенная, листья — 15 г. Две ч. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Принимать данную дозу в течение дня в 3—5 приемов.

Золотой ус, листья — 20 г; адонис весенний, трава — 20 г; пустырник, трава — 20 г; можжевельник обыкновенный, плоды — 20 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Принимать данную дозу в течение дня в 3—5 приемов.

Боярышник, цветки — 25 г; адонис весенний, трава — 15 г; хвощ полевой, трава — 10 г. Две ч. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Добавить сок золотой уса — 3 ч. л. Принимать данную дозу в течение дня в 3—5 приемов.

Золотой ус, листья — 15 г; адонис весенний, трава — 15 г; валериана лекарственная, корневища — 15 г; береза, листья — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Принимать данную дозу в течение дня в 3—5 приемов.

Валериана лекарственная, корневища — 20 г; мятта перечная, листья — 15 г; фенхель обыкновенный, плоды — 10 г; ландыш майский, цветки — 5 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать данную дозу в течение дня в 3—5 приемов.

## ПСИХОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА

### *Головные боли*

Мята перечная — 1 часть; душица — 1 часть; кипрей — 1 часть. 1 ст. л. смеси на 500 г кипятка. Настоять, укутав на 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать по 1/2—1 стакану при головных болях.

1 ст. л. травы душицы на 1/2 л кипятка. Настоять, укутав, на 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2—1 стакану 2—3 раза в день при головных болях. Беременным женщинам пить нельзя.

Сделать крепкую заварку из зеленого или черного чая, добавить туда щепотку мяты и 5 ч. л. сока золотого уса. Выпить бокал такого чая. Через 15—20 мин проходит головная боль.

## СОМАТИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

### ЗАБОЛЕВАНИЯ БРОНХОЛЕГОЧНОЙ СИСТЕМЫ

#### *Бронхиальная астма*

Бронхиальная астма является распространенным заболеванием. Эпидемиологические исследования последних лет свидетельствуют о том, что от 4 до 10% населения планеты страдают бронхиальной астмой различной степени выраженности. Для детей этот процент повышается до 10—15. Несмотря на четкое

определение болезни, достаточно яркие симптомы и большие возможности функциональных методов исследования, бронхиальную астму часто диагностируют как различные формы бронхита и, как следствие этого, неэффективно и неадекватно лечат курсами антибиотиков и противокашлевых препаратов. У 3 из 5 больных бронхиальную астму диагностируют на поздних стадиях болезни. Таким образом, распространенный тезис о том, что «все, что сопровождается свистящими хрипами, еще не является бронхиальной астмой», необходимо изменить, так как более подходящей точкой зрения является следующая: «все, что сопровождается свистящими хрипами, следует считать астмой до тех пор, пока не будет доказано обратное». Бронхиальная астма — хроническое заболевание аллергического или инфекционного характера с преимущественным поражением дыхательных путей. Болезнь характеризуется измененным состоянием бронхов. Обязательным признаком бронхиальной астмы является приступ удушья и (или) астматический статус.

Причиной, приводящей к развитию заболевания, служит изменение чувствительности клеток бронхов. Бронхи сокращаются, вырабатывается повышенное количество слизи в ответ на воздействие физических и фармакологических факторов. Считают, что у 1/3 больных астма имеет наследственное происхождение. В возникновении аллергических форм астмы играют роль небактериальные (домашняя пыль, пыльца растений и др.) и бактериальные (бактерии, вирусы, грибы) аллергены. Наиболее изучены аллергические механизмы возникновения астмы. Выделяют также астму физического усилия, при которой нарушается процесс теплоотдачи с поверхности дыхательных путей.

Чаще заболевание начинается приступообразным кашлем, сопровождающимся одышкой с отхождением небольшого количества стекловидной мокроты. Развернутая картина бронхиальной астмы характеризуется появлением легких, средней тяжести или тяжелых приступов удушья. Приступ может начинаться предвестником (обильным выделением водянистого секрета из носа, чиханьем, приступообразным кашлем и т. п.). Приступ астмы характеризуется коротким вдохом и удлиненным выдохом, сопровождающимся слышимыми на расстоянии хрипами. Грудная клетка находится в положении максимального вдоха. В дыхании принимают участие мышцы плечевого пояса, спины, брюшной стенки. В легких выслушивается множество сухих хрипов. Приступ, как правило, заканчивается отделением вязкой мокроты. Тяжелые затяжные приступы могут перейти в астматическое состояние — один из наиболее грозных вариантов течения болезни.

Во время астматического состояния бронхи не реагируют на бронхорасширяющие препараты. Астматический статус может возникнуть при передозировке симпатомиметических препаратов, при инфекции дыхательных путей, неблагоприятных метеорологических факторах, вследствие быстрой отмены кортикоステроидов.

Вначале перестает отходить мокрота, появляется боль в мышцах плечевого пояса, грудной клетке и в области брюшного пресса. Усиленное дыхание способствует потере влаги с выдыхаемым воздухом, что приводит к увеличению вязкости мокроты и закупорке просвета бронхов вязким секретом. Затем состояние больных ухудшается, появляются выраженные хрипы, слышимые на расстоянии, грудная клетка раздувается. Учащается пульс и повышается артериальное давление. В последней стадии нарастают одышка и цианоз, резкое возбуждение сменяется потерей сознания, возможны судороги, артериальное давление снижается.

Болезнь течет часто циклически: фаза обострения сменяется фазой ремиссии. Бронхиальная астма может осложниться эмфиземой легких, нередко присоединяется инфекционный бронхит, при длительном и тяжелом течении болезни развивается сердечная недостаточность. После консультации и получения разрешения у лечащего врача, если вы не принимаете гормональных препаратов и у вас нет аллергии на растения, золотой ус может помочь справиться с этим недугом.

Он может использоваться в виде различных средств — настоек, бальзамов, мазей.

Благодаря уникальным свойствам золотого уса снижается вязкость мокроты, уменьшается секреция и отек слизистой оболочки бронхов, что улучшает состояние легочной артерии. Все это может привести к полному излечению от астмы.

Вот некоторые из рецептов, применяемых при бронхиальной астме вне периода обострения, содержащих золотой ус.

Возьмите примерно 40 суставчиков лианоподобных отростков золотого уса, тщательно измельчив с помощью острого ножа, сложите в стеклянную емкость. Залейте  $1\frac{1}{2}$  л водки и поставьте на 9 дней в темное место. Готовая водочная настойка должна иметь темный сиреневый цвет.

В течение этих 9 дней нужно провести несколько подготовительных этапов, для того чтобы дальнейшее лечение прошло еще более успешно. Несколько листьев золотого уса положите в темное прохладное место. Эти листья нужно жевать в течение 9 дней, по 1 или 2 ежедневно.

Когда настойка будет готова, начинайте основной курс лечения. Он заключается в том, чтобы принимать по 1 дес. л. приготовленного состава примерно за 40 мин до еды 3 раза в день. Запрещается запивать и заедать настойку.

При проведении лечения с использованием данного состава нужно приготовиться к тому, что в самый начальный период у больного может наблюдаться усиление недуга. Ни в коем случае не прекращайте лечение, продолжайте принимать лекарство, и неприятные симптомы через некоторое время исчезнут. В конечный период лечения вы почувствуете небывалый прилив сил и бодрости, улучшится настроение, организм укрепится, сон станет крепче, а также проснетесь хороший аппетит.

Отвар из семян аниса 15,0—20,0 г на 1 л воды пить со свежим соком золотого уса — 5 ч. л., при грудных болезнях ежечасно по 30—50 мл (винная рюмка) как средство, разжижающее мокроту и отхаркивающее, и при астматических приступах.

Чай из багульника и золотого уса — по 25,0 г на 1 л кипятка, настоять, укутав, 3 ч, процедить. Принимать по 1/2 стакана 5—6 раз в день. Причем считается, что такой чай дает не только временное облегчение при мучительном кашле и одышке, но и излечивает при длительном (2 недели) пользовании им.

Считается, что для такого противоастматического чая хорошо добавить при заварке еще 15,0 г мелко порезанных листьев крапивы малой. Этот чай выпивают за целый день, а вечером снова заготавливают порцию на следующий день.

Золотой ус — 100 г; эфедра (трава) — 40 г; ромашка аптечная — 200 г; березовые почки — 60 г; багульник (трава) — 200 г. Все измельчить, хорошо смешать, 2 ст. л. смеси на 500 г кипятка. Настоять, укутав на 5—6 ч, процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день до еды в теплом виде.

В народе употребляют спиртовую настойку корней золотого уса и бедренца при грудных болезнях, особенно при кашле. Средство это хорошо проверено и очень эффективно. Применяют по 20 капель этой настойки на чайной ложке воды.

Отвар из 30,0 г корней золотого уса и бедренца на 1 л воды пить при хронических заболеваниях горла и при астме.

Почки сосновые — 1 часть; листья подорожника — 1 часть; листья мать-и-мачехи — 1 часть; золотой ус — 2 части. 4 ч. л. смеси на стакан холодной воды. Настоять 2 ч. Затем кипятить 5 мин, настоять 15 мин, процедить. Принимать 1 стакан в течение дня в 3 приема.

Золотой ус — 50 г; чабрец (богородская трава) — 10 г; листья мать-и-мачехи — 10 г; фиалка трехцветная, трава — 10 г; девясил, корни — 10 г; анис, плоды — 10 г. 6 ст. л. смеси кипятить 10 мин в одном литре воды. Укутать на 1 ч. Когда отвар остынет, его следует процедить. Добавить 4 ч. л. сока золотого уса.

Почки сосновые — 1 часть, листья подорожника — 1 часть, листья мать-и-мачехи — 1 часть. 4 ч. л. смеси настоять 2 ч в стакане холодной воды. Кипятить 5 мин, процедить, добавить 7 ч. л. сока золотого уса. В течение дня за 3 приема нужно выпить 1 стакан.

Золотой ус, листья — 2 части; багульник болотный, лист — 3 части; крапива двудомная, лист — 2 части; солодка голая, корень — 2 части. 70 г смеси залить 1 литром кипятка, настаивать ночь в теплом месте (можно в термосе), утром выдержать 25 мин на водяной бане при слабом кипении воды, процедить и принимать по 1/2 стакана 5—6 раз в день до улучшения дыхания (1—2 дня), переходя затем на прием столовыми ложками.

Для улучшения бронхиальной проходимости: золотой ус, листья — 2 части; солодка, корень — 1 часть; фиалка, корень — 1 часть, тимьян, трава — 4 части. Готовить по общим правилам приготовления настоя. Принимать стакан настоя за день в 4 приема.

Золотой ус, листья — 2 части; мятая перечная, трава — 1 часть, солодка голая, корень — 1 часть; тмин обыкновенный, плоды — 1 часть; ромашка аптечная, цветки — 1 часть; череда трехраздельная, трава — 1 часть. 1 ст. л. смеси залить 300 г холодной кипяченой воды, выдержать 30 мин на кипящей водяной бане, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по 50—100 г 4 раза в день.

Золотой ус, листья — 1 часть; анис, плоды — 1 часть; фенхель, плоды — 1 часть; тимьян, трава — 1 часть, солодка, корень — 1 часть; сосна, почки — 1 часть. Готовить по общим правилам приготовления настоя. Принимать стакан настоя за день в 4 приема.

Золотой ус — 1 часть; солодка, корень — 1 часть, череда, трава — 1 часть; хвощ полевой — 1 часть; шиповник, плоды — 1 часть; бессмертник, цветы — 1 часть; девясил, корень — 1 часть; ольха, шишки — 1 часть; одуванчик и лопух, корни — по 1 части. 5 г смеси залить стаканом кипятка, нагревать на водяной бане в течение 15 мин, настоять в течение 45 мин, принимать по 50 мл 3—4 раза в день до еды. Сбор может быть рекомендован при неаллергических формах бронхиальной астмы.

Золотой ус, листья — 10 г; клевер луговой, цветки — 20 г; вероника длиннолистная, трава — 20 г; багульник болотный, трава — 10 г; череда трехраздельная, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; дягиль лекарственный, корни — 15 г; татарник колючий, трава — 15 г; вербена лекарственная, листья — 15 г; анис обыкновенный, плоды — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 10 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; просвирник лесной, цветки — 10 г; багульник болотный, трава — 10 г; фиалка трехцветная, трава — 10 г; синеголовник плосколистный, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить 400 мл кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; вереск обыкновенный, трава — 15 г; иссоп лекарственный, трава — 15 г; татарник колючий, трава — 15 г; душица обыкновенная, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; дягиль лекарственный, корни — 10 г; солодка голая, корни — 10 г; бедренец, корневища — 10 г; тимьян ползучий, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 15 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Котовник кошачий, трава — 30 г; манжетка обыкновенная, листья — 30 г; укроп душистый, плоды — 15 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Коровяк, цветки — 20 г; анис обыкновенный, плоды — 20 г; алтей лекарственный, корни — 10 г; девясиол высокий, корневища — 10 г; душица обыкновенная, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 1—2 мин, настоять в течение часа и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; подорожник большой, листья — 15 г; береза, почки — 15 г; тимьян ползучий, трава — 15 г; череда трехраздельная, трава — 15 г; багульник болотный, трава — 15 г. 20 г сбора залить стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; фенхель обыкновенный, плоды — 20 г; анис обыкновенный, плоды — 20 г; солодка голая, корни — 20 г; сосна обыкновенная, почки — 20 г; тимьян ползучий, трава — 20 г. 10 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и довести количество настоя до первоначального объема. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; фиалка трехцветная, трава — 15 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 15 г; тимьян ползучий, трава — 15 г; девясила высокий, корневища — 15 г; анис обыкновенный, плоды — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3 раза в день.

Солодка голая, корни — 30 г; сосна обыкновенная, почки — 30 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 30 г; укроп душистый, плоды — 15 г; алтей лекарственный, корни — 15 г; багульник болотный, трава — 15 г; череда трехраздельная, трава — 15 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; алтей лекарственный, корни — 15 г; фенхель обыкновенный, плоды — 15 г; фиалка трехцветная, трава — 15 г; солодка голая, корни — 15 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 15 г; анис обыкновенный, плоды — 15 г; багульник болотный, трава — 15 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; фиалка трехцветная, трава — 10 г; подорожник большой, листья — 10 г; багульник болотный, трава — 10 г; девясила высокий, корни — 10 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 10 г; солодка голая, корни — 10 г; календула, цветки — 10 г; мятка перечная, листья — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г; анис обыкновенный, плоды — 10 г. 10 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и довести кипяченой водой количество настоя до первоначального объема. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3 раза в день.

Владимир Огарков рекомендует для комплексного применения вместе с отваром золотого уса аппликацию из глины. Через день следует накладывать на грудь глиняную лепешку диаметром

30 см и толщиной 1 см. Сверху ее необходимо прикрывать вошеной бумагой, кроме того, следует укрываться одеялом. Использовать лепешку повторно не рекомендуется.

Многие люди, страдающие бронхиальной астмой, используют обычный лист золотого уса. Листок следует пожевать, если вас одолел сильный кашель. В случае приступов удушья можно принимать 2 ст. л. спиртовой настойки. Однако нельзя заниматься самолечением, особенно в период приступов. Сначала необходимо посоветоваться с врачом, выяснить, нет ли у вас аллергии на каллизию.

### ***Бронхит острый***

Острый бронхит — это диффузное острое воспаление бронхов. Относится к одним из самых распространенных заболеваний органов дыхания.

Причиной заболевания чаще являются вирусы (вирусы гриппа, парагриппозные, адено-вирусы, респираторно-синцитиальные, коревые, коклюшные и др.), бактерии (стафилококки, стрептококки, пневмококки и др.); физические и химические факторы (сухой, холодный, горячий воздух, окислы азота, сернистый газ и др.). Предрасполагают к заболеванию охлаждение, курение табака, употребление алкоголя, хроническая очаговая инфекция в области носоглотки, нарушение носового дыхания, деформация грудной клетки.

Повреждающий агент проникает в трахею и бронхи с вдыхаемым воздухом, с током крови или по лимфатическим путям. Острое воспаление бронхиального дерева может сопровождаться нарушением бронхиальной проходимости отечно-воспалительного или спастического характера. При этом появляются гиперемия и набухание слизистой оболочки; на стенках бронхов в их просвете слизистый, слизисто-гнойный или гнойный секрет; дегенеративные изменения реснитчатого эпителия. При тяжелых формах воспалительный процесс захватывает не только слизистую оболочку, но и глубокие ткани стенки бронхов.

Симптомы заболевания. Бронхит инфекционной этиологии нередко начинается на фоне острого ринита, ларингита. При легком течении заболевания возникают саднение за грудиной, сухой, реже влажный кашель, чувство разбитости, слабость. Данных, говорящих в пользу острого бронхита, в это время мало, над легкими могут определяться жесткое дыхание, сухие хрипы. Температура тела слегка повышена или нормальная. Состав периферической крови не меняется. Такое течение наблюдается чаще при поражении трахеи и крупных бронхов. При среднетяжелом течении значительно выражены общее недомогание, сла-

бость, характерны сильный сухой кашель с затруднением дыхания и одышкой, боль в нижних отделах грудной клетки и брюшной стенки, связанная с перенапряжением мышц при кашле. Кашель постепенно становится влажным, мокрота приобретает слизисто-гнойный или гнойный характер. Над поверхностью легких выслушиваются жесткое дыхание, сухие и влажные хрипы. Температура тела остается в течение нескольких дней повышенной. Выраженных изменений состава периферической крови нет. Тяжелое течение болезни наблюдается, как правило, при преимущественном поражении самых мелких бронхов. Острые симптомы болезни стихают к 7-му дню и при благоприятном исходе полностью исчезают к 14—15-му дню.

Острый бронхит с нарушением бронхиальной проходимости имеет тенденцию к затяжному течению и переходу в хроническую форму. Тяжело протекают острые бронхиты токсико-химической природы. Болезнь начинается с мучительного кашля с выделением слизистой или кровянистой мокроты, быстро присоединяется бронхоспазм, выслушиваются сухие свистящие хрипы и прогрессирует одышка (вплоть до удушья), нарастают дыхательная недостаточность и гипоксия.

При остром бронхите довольно хорошо помогают средства, в приготовлении которых используется золотой ус.

Столовую ложку меда смешать со столовой ложкой сливочного масла, стаканом молока и 2 ч. л. сока золотого уса. После того как смесь настоится в течение нескольких часов, ее можно использовать для приема внутрь. Применять следует 2 раза в день до полного выздоровления.

Чтобы облегчить течение бронхита: в теплое молоко добавить столовую ложку сока золотого уса. Это средство разжижает мокроту и способствуют ее быстрому отхождению.

Если вы страдаете бронхиальными заболеваниями, приготовьте компресс с использованием сока золотого уса. Половину стакана горчицы надо залить литром горячей воды, добавить 2 ч. л. меда и половину стакана сока золотого уса. Все перемешать и смочить полученным средством махровое полотенце, затем слегка отжать его и положить на грудь. Сверху полотенце прикройте пленкой, шерстяным платком. Через полчаса компресс снимите, слегка оботрите кожу и некоторое время оставайтесь укрытым. Применяется только при нормальной температуре тела.

Бронхит лечится также настоем золотого уса с добавлением меда. Возьмите 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. душицы обыкновенной, 1 ст. л. плодов малины, 1 ст. л. меда, 1 ст. л. земля-

ники садовой. Все ингредиенты измельчите, перемешайте, 4 ст. л. залейте двумя стаканами кипятка и дайте настояться в течение нескольких часов. Принимать лекарство следует в теплом виде по 1/2 стакана 4 раза в день до полного излечения.

Если болезнь сопровождается кашлем и потерей голоса, поможет следующий рецепт. Измельчите и смешайте в одинаковой пропорции сухие листья и плоды земляники, столовую ложку полученной смеси залить стаканом холодной воды и доведите до кипения. В отвар добавить несколько капель сока золотого уса. Лекарство следует принимать по 1 стакану 3—4 раза в день.

Срежьте листья золотого уса в количестве не менее 6, выдержите примерно 2 недели в темном месте при низкой температуре, например в холодильнике, завернув их в плотную ткань. Затем промойте, измельчите и залейте кипяченой водой в соотношении 1:3. Дайте настояться, затем процедите жидкость и добавьте в нее 1/2 килограмма измельченных орехов и 300 г меда. Полученную смесь принимайте по столовой ложке 3 раза в день за 30 мин до приема пищи.

При заболеваниях бронхов помогает смесь, приготовленная по следующему рецепту. Возьмите 1/2 кг меда, 250 г молотого черного кофе и 5 больших листьев золотого уса. Листья измельчите, выжмите сок, смешайте с остальными ингредиентами. В течение 20 дней следует принимать смесь перед едой три раза в день примерно по столовой ложке.

Другой рецепт, способный помочь при болезнях бронхов, готовится также просто. Возьмите стакан меда, смешайте со столовой ложкой сливочного масла, добавьте 2 ст. л. натертого хрена, столько же кашицы из чеснока и 2 ст. л. сока золотого уса. Все перемешайте и принимайте по столовой ложке за час до еды. Курс лечения — 2 месяца.

В виде отвара при бронхитах используют следующую смесь: копытня — 2,0 г, будры — 3,0 г и репейника — 2,0 г. 2 ст. л. этой смеси кипятить в полулитре воды 10 мин и затем парить 20 мин. Процедите и добавьте сок золотого уса — 3 ч. л., пить глотками не больше двух чашек в день.

При сильных бронхитах больным дают чай из листьев золотого уса и мать-и-мачехи по 5,0 г, цветов черной бузины — 5,0 г и спорыша — 5,0 г.

При бронхитах и других заболеваниях дыхательных путей пейте отвар из следующих лекарственных растений, взятых в равных по объему частях: листьев и цветов мать-и-мачехи, раз-

дробленных сухих корней окопника, липового цвета, цветов бузины черной, корневищ золотого уса и пырея, цветов коровяка — 1 ст. л. с верхом смеси на 1 стакан кипятка.

Для удаления густой мокроты из бронхов и для смягчения сухого кашля пейте чай из отвара молодых листьев золотого уса и цветов гречихи (по 40,0 г на 1 л воды).

Порошком из корня золотого уса с корневищем гравилата, принимая по 1,0 г 3—4 раза в день, лечатся в народе от кашля с обильной мокротой, утверждая, что это средство быстрее изгоняет мокроту, чем др. Считают более полезным давать больному порошок с медом.

Отвар золотого уса — 20,0 г и первоцвета лекарственного, иногда отвар 30,0—40,0 г корней на 1 л воды принимать как отхаркивающее средство по 1/2 стакана 2—3 раза в день при сухом кашле и бронхитах.

Мать-и-мачеха, листья — 5 г; черная бузина, цветы — 5 г; спорыш, трава — 5 г. Этую смесь заварить 1 стаканом кипятка. Настоять, укутав, 1 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Пить 3 раза в день.

Мать-и-мачеха, листья — 2 части; душица, трава — 1 часть; ромашка аптечная — 2 части. 2 ст. л. измельченной смеси на 500 г крутого кипятка. Настоять, укутав, 5—6 ч, процедить, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде.

Золотой ус, листья — 2 части; багульник болотный, лист — 3 части; крапива двудомная, лист — 2 части; солодка голая, корень — 2 части. 70 г смеси залить 1 л кипятка, настаивать ночь в теплом месте (можно в термосе), утром выдержать 25 мин на водяной бане при слабом кипении воды, процедить и принимать по 1/2 стакана 5—6 раз в день до улучшения дыхания (1—2 дня), переходя затем на прием столовыми ложками.

Для улучшения бронхиальной проходимости: золотой ус, листья — 2 части; солодка, корень — 1 часть, фиалка, корень — 1 часть; тимьян, трава — 4 части. Готовить по общим правилам приготовления настоя. Принимать стакан настоя за день в 4 приема

Золотой ус, листья — 2 части; мятта перечная, трава — 1 часть; солодка голая, корень — 1 часть; тмин обыкновенный, плоды — 1 часть; ромашка аптечная, цветки — 1 часть; череда трехраздельная, трава — 1 часть. 1 ст. л. смеси залить 300 г холодной кипяченой воды, выдержать 30 мин на кипящей водяной бане, настоять 30 мин, процедить. Принимать по 50—100 г 4 раза в день.

Золотой ус, листья — 1 часть; анис, плоды — 1 часть; фенхель, плоды — 1 часть; тимьян, трава — 1 часть; солодка, корень — 1 часть; сосна, почки — 1 часть. Готовить по общим правилам приготовления настоя. Принимать стакан настоя за день в 4 приема.

### *Бронхит хронический*

Хронический бронхит — это прогрессирующее воспаление бронхов, проявляющееся кашлем. О хроническом характере процесса принято говорить, если кашель продолжается не менее 3 месяцев в год в течение 2 лет подряд. Хронический бронхит — самая распространенная форма хронических неспецифических заболеваний легких, имеющая тенденцию к учащению.

Заболевание связано с длительным раздражением бронхов различными вредными факторами (курением, вдыханием воздуха, загрязненного пылью, дымом, окисью углерода, сернистым ангидридом, окислами азота и другими химическими соединениями) и повторяющейся респираторной инфекцией (главная роль принадлежит респираторным вирусам, палочке Пфейффера, пневмококкам), реже возникает при муковисцидозе, б-анти-трипсиновой недостаточности. Предрасполагающими факторами являются хронические воспалительные и нагноительные процессы в легких, хронические очаги инфекции в верхних дыхательных путях, снижение иммунитета, наследственные факторы. К основным механизмам развития хронического бронхита относятся гипертрофия и гиперфункция бронхиальных желез с усилением секреции слизи, что повышает вязкость мокроты. В этих условиях реснитчатый эпителий не обеспечивает опорожнения бронхиального дерева, дренирование бронхов происходит лишь при кашле. Нарушение дренажной функции бронхов способствует возникновению инфекции, активность и рецидивы которой в значительной степени зависят от местного иммунитета бронхов.

При тяжелом течении отечный эпителий и вязкая мокрота перекрывают просвет бронхов. Появляются участки легкого, до которых не доходит кислород, вследствие чего начинается кислородное голодание.

Симптомы. Начало хронического бронхита обычно постепенное. Первым симптомом является кашель по утрам с отделением слизистой мокроты. Постепенно кашель начинает возникать и ночью, и днем, усиливаясь в холодную погоду, с годами становится постоянным. Количество мокроты увеличивается, она становится слизисто-гнойной или гнойной. Появляется и прогрессирует одышка. В период обострения хронического

бронхита может развиться спазм. Типичны частые обострения, особенно в периоды холодной сырой погоды: усиливаются кашель и одышка, увеличивается количество мокроты, появляются недомогание, потливость по ночам, быстрая утомляемость. Температура тела нормальная или слегка повышенна, могут определяться сухие хрипы над всей поверхностью легких. Течение хронического бронхита часто осложняется развитием эмфиземы легких.

Полного выздоровления хронического бронхита добиться весьма сложно, однако при его лечении могут быть использованы препараты золотого уса.

Взять 1/2 кг меда, 250 г молотого черного кофе и 5 больших листьев золотого уса. Листья измельчить, выжать сок, смешать с остальными ингредиентами. В течение 20 дней следует принимать смесь перед едой три раза в день, примерно по столовой ложке.

При болезнях бронхов способен помочь следующий рецепт. Взять стакан меда, смешать со столовой ложкой сливочного масла, добавить 2 ст. л. натертого хрена, столько же кашицы из чеснока и 2 ст. л. сока золотого уса. Все перемешать и принимать по столовой ложке за час до еды. Курс лечения — 2 месяца.

При хроническом бронхите помогает следующее лекарство. Растирать на медленном огне 100 г липового меда, такие же количества несоленого сливочного масла и свиного нутряного сала. Не доводя до кипения, снять кастрюлю с содержимым с огня, добавить несколько листьев золотого уса, измельченных в кашицу, и 2 ст. л. порошка какао. Хорошо перемешать и настоить смесь в течение суток в темном прохладном месте. Применять это средство по столовой ложке, растворяя его в стакане горячего молока, утром и вечером перед едой. Курс лечения — около месяца. Хранить средство следует в холодильнике в герметично закрытой посуде.

Чтобы облегчить течение бронхита, можно приготовить такое средство: в теплое молоко добавить столовую ложку сока золотого уса. Это средство разжижает мокроту и способствует ее быстрому устранению из организма.

Листьев и цветов мать-и-мачехи, раздробленных сухих корней окопника, липового цвета, цветов бузины черной, корневищ золотого уса и пырея, цветов коровяка — в равных по объему частях. 1 ст. л. с верхом смеси на 1 стакан кипятка.

Багульник, трава — 4 части; березовые почки — 1 часть; душица, трава — 2 части; крапива двудомная, листья — 1 часть. Все измельчить, хорошо смешать. 2 ст. л. смеси на 500 г крутого ки-

пятка. Кипятить 10 мин. Настоять, укутав, 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Применяется при хронических бронхитах.

Смесь, успокаивающая (временно) кашель: лепестков дикого мака — 10,0 г, корня бедренца — 5,0 г залить 2 стаканами кипятка, в течение ночи парить, добавить сок золотого уса — 4 ч. л. С утра и в течение дня пить по большому глотку ежечасно.

1 стакан очищенных кедровых орехов (не жарить их и не мыть) завернуть в полотенце, хорошоенько растереть и положить в стеклянную банку. Добавить стакан сахара, стакан водки и 1 ст. л. сока золотого уса. Банку нужно плотно закрыть крышкой. Первые 3 дня периодически взбалтывать, чтобы сахар не оседал. Средство следует выдержать 10 дней — до полного растворения сахара. Принимать несколько раз в день по чайной ложке. После приема примерно 10 мин не пить и не есть.

Это средство помогает вылечить хронический бронхит с астматическим синдромом.

Эфедра, трава — 40 г; ромашка аптечная — 200 г; березовые почки — 60 г; багульник, трава — 200 г. Все измельчить и хорошо смешать. 2 ст. л. смеси на 500 г кипятка. Настоять, укутав, 5 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Применять по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде. Применяется при астматических бронхитах

При обострении хронического бронхита можно рекомендовать следующую смесь растений. Листьев мать-и-мачехи, цветков ромашки по 2 части, листьев золотого уса, листьев березы, травы багульника, душицы по 1 части. 10 г смеси залить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 мин, настоять 30 мин, отжать. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день во время еды.

Корней алтея — 4 части, корней солодки, листьев мать-и-мачехи — по 2 части, листьев золотого уса, плодов фенхеля, цветков коровяка — по 1 части. 3 г смеси (1 ч. л.) залить стаканом холодной воды, настоять 2 ч, кипятить 5 мин, отжать. Принимать в течение дня глотками.

Травы донника и чабреца, плодов фенхеля, листьев мяты — по 1 части, листьев золотого уса, листьев подорожника, корней алтея — по 2 части, травы медуницы, листьев мать-и-мачехи по — 4 части. 3 г смеси (1 ч. л.) залить стаканом холодной воды, настоять 2 ч, кипятить 5 мин, отжать. Принимать в течение дня глотками.

При затяжном хроническом бронхите можно рекомендовать следующие сборы. Корней девясила, цветков календулы —

по 3 части, листьев подорожника, травы чабреца, листьев мать-и-мачехи — по 5 частей. 5 г смеси залить стаканом воды, кипятить 15 мин, отжать, добавить сок золотого уса — 1 ч. л. Принимать по 50 мл через 3—4 ч.

Корневище золотого уса, травы багульника, шишечки ольхи, травы душицы — по 1 части, травы зверобоя, травы шалфея — по 2 части, плодов рябины — 3 части. 5 г смеси залить стаканом воды, кипятить 15 мин, отжать. Принимать по 100 мл 3 раза в день до еды.

Золотой ус, листья — 1 часть; подорожник большой, листья — 1 часть; береза повислая, почки — 1 часть; багульник болотный, трава — 1 часть; лимонник китайский, плоды — 1 часть. 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом кипятка, прогреть на водяной бане при слабом кипении воды с плотно закрытой крышкой 15 мин, настаивать 45 мин. Пить по 1 ст. л. настоя каждые 3 ч в течение 1 — 2 дней до начала откашливания, затем в течение 2—3 недель по 1—2 ст. л. 4 раза в день.

При хронических бронхитах фитотерапию проводят длительно — в течение 6—7 месяцев. Важное значение имеет сочетание фитотерапии с закаливающими процедурами и санаторно-курортным лечением. Обязательно проводят противорецидивное лечение в течение 5—6 недель, а в случае повторных обострений фитотерапию продолжают до 3—4 месяцев.

### **Бронхоэкстазия. Бронхоэкстatischeкая болезнь**

Бронхоэкстазия характеризуется образованием бронхоэкстазов (расширений) преимущественно в мелких и средних бронхах. В них периодически обостряется хроническое гнойное воспаление.

Бронхоэкстазы — это регионарная деформация и расширение бронхов, превышающее просвет неизмененного бронха в 2 и более раз.

Бронхоэкстatischeкая болезнь — это самостоятельная форма хронических неспецифических заболеваний легких, которая в большинстве случаев возникает в детском и юношеском возрасте, характеризуется образованием инфицированных бронхоэкстазов.

Распространенность бронхоэкстatischeкой болезни колеблется, по данным разных авторов, от 0,45 до 1,2%. Значительно чаще болеют лица мужского пола (соотношение 3:1). Большинство случаев бронхоэкстазий выявляются у больных в возрасте до 5 и в 40—60 лет.

Наиболее частые причины бронхэкстазии — хронический гнойный бронхит, абсцессы легких, туберкулезное и сифилитическое поражение легких, рак легких, инородные тела в бронхах, плевриты и т. д.

В образовании бронхэкстазов в первую очередь играют роль врожденные и приобретенные нарушения в стенке бронха. Кроме того, большое значение имеют патологические процессы в ткани вокруг бронхов, паренхиме легких и плевре, приводящие к стойкому растяжению стенок бронхов, а также повышение давления в бронхах при кашле, растяжение стенок бронхов скапливающейся мокротой и др.

В основе бронхэкстазической болезни лежит врожденная и (или) первично приобретенная неполноценность структуры и функции бронхиальной стенки, при этом врожденные (генетические) факторы являются главными, а приобретенные — дополнительными.

Клиническая картина бронхэкстазий представлена главным образом продуктивным кашлем, кровохарканьем, повышением температуры тела, потливостью, слабостью, отсутствием аппетита, анемией, истощением и иммунной недостаточностью (сопровождающейся частыми пневмониями, хроническими инфекциями верхних дыхательных путей).

При бронхэкстазии применяется следующий рецепт. Почки сосновые — 1 часть; листья подорожника — 1 часть; листья мать-и-мачехи — 1 часть, золотой ус — 2 части. 4 ч. л. смеси на стакан холодной воды. Настоять 2 ч. Затем кипятить 5 мин, настоять в течение 15 мин, процедить. Выпить эту дозу в течение дня в 3 приема.

Для приготовления следующего средства помимо золотого уса понадобится головка чеснока и 2 ст. л. меда. Желательно брать незасахарившийся мед, в этом случае его можно слегка подогреть до текучего состояния. Чеснок и 2 листа золотого уса измельчить и смешать с двумя столовыми ложками меда, поставить в теплое место на несколько часов. Затем тщательно размешать и принимать приготовленную смесь на ночь по 1 ст. л., запивая небольшим количеством воды.

При плохом отхождении мокроты хорошим средством считается следующая смесь растений, взятых поровну: листья будры, копытня и травы репешка. 3 ст. л. смеси залить 3 стаканами кипятка и парить целую ночь. Днем добавить сок золотого уса — 4 ч. л. и выпить в 5 приемов.

Отхаркивающая смесь при всех видах болезней легких: листьев подбела — 40,0 г, цветов коровяка — 40,0 г, цветов дикого

мака — 30,0 г, бузины черной — 20,0 г, липы — 20,0 г, примулы — 20,0 г, легочницы — 40,0 г, травы зверобоя — 40,0 г, цветов гречихи посевной — 30,0 г, цветов мальвы — 40,0 г, побегов паслена сладко-горького — 30,0 г. 4 ч. л. смеси залить 1 л кипятка. Настаивать целую ночь, а днем добавить 5 ч. л. сока золотого уса и пить глотками. В народе рекомендуется при этом постельный режим.

Отвар из корневищ золотого уса, пырея, липового цвета, цветов бузины, листьев подбела и цветов коровяка. Все компоненты в смеси берутся в равных частях. Принимать ежедневно по 3 раза (по 1 ст. л. смеси на стакан кипятка).

Золотой ус, листья — 15 г; багульник болотный, трава — 15 г; душица обыкновенная, трава — 15 г; подорожник большой, листья — 15 г; эвкалипт, листья — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настаивать 2 ч и процедить. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; девясил высокий, корни — 10 г; анис обыкновенный, плоды — 10 г; фиалка трехцветная, трава — 10 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 10 г; тимьян ползучий, трава — 10 г. 4 ч. л. сбора залить стаканом воды комнатной температуры, настоять 2 ч, кипятить 5 мин и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Алтей лекарственный, корни — 20 г; солодка голая, корни — 20 г; шалфей лекарственный, листья — 10 г; сосна обыкновенная, почки — 10 г; тмин обыкновенный, плоды — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настаивать 30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3—4 раза в день.

Анис обыкновенный, плоды — 20 г; шиповник, плоды — 20 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 10 г; ива белая, кора — 10 г; бузина черная, цветки — 10 г. 4 ч. л. сбора залить стаканом воды комнатной температуры, настоять 2 ч, кипятить 5 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; береза, почки — 15 г; анис обыкновенный, плоды — 15 г; багульник болотный, трава — 15 г; сосна обыкновенная, почки — 15 г; душица обыкновенная, трава — 15 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; медуница, трава — 10 г; иссоп лекарственный, трава — 10 г; клевер луговой, цветки — 10 г; анис

обыкновенный, плоды — 10 г; тимьян ползучий, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; сосна обыкновенная, почки — 10 г; эвкалипт, листья — 10 г; фиалка трехцветная, трава — 10 г; девясил высокий, корни — 10 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 10 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; синюха голубая, корневища — 15 г; дягиль лекарственный, корни — 15 г; котовник кошачий, трава — 15 г; багульник болотный, трава — 15 г; любисток лекарственный, корни — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 15 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; солодка голая, корни — 20 г; душица обыкновенная, трава — 20 г; береза, почки — 20 г; подорожник большой, листья — 20 г; шалфей лекарственный, листья — 20 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, настаивать 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Девясил высокий, корни — 30 г; хвощ полевой, трава — 30 г; горец птичий, трава — 30 г; душица обыкновенная, трава — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; лапчатка прямостоячая, корневища — 10 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, настаивать 15—20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; девясил высокий, корни — 10 г; анис обыкновенный, плоды — 10 г; сосна обыкновенная, почки — 10 г; календула, цветки — 10 г; шалфей лекарственный, листья — 10 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; эвкалипт, листья — 10 г; мята перечная, листья — 10 г; подорожник большой, листья — 10 г. 10 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и кипяченой водой довести количество настоя до первоначального объема. Принимать по 1/3—1/2 стакана 3 раза в день.

### **Плеврит**

Плеврит — воспаление плевры с образованием плотного налета на ее поверхности или с появлением жидкости в ее полости. Является осложнением многих болезней, но в определенный период может маскировать основное заболевание.

Причиной возникновения плевритов могут послужить инфекционные факторы, обусловленные воздействием возбудителей специфических (микобактерий туберкулеза) и неспецифических (пневмококков, стафилококков, кишечной палочки, вирусов, грибов и др.) инфекций; возбудители проникают в плевру контактным путем, а также с кровью и лимфой при нарушении полости плевры. Частой причиной развития плеврита являются системные болезни соединительной ткани (ревматизм, системная красная волчанка и др.); новообразования; тромбоэмболия и тромбоз легочных артерий.

В развитии ракового плеврита большое значение имеет блокирование метастазами опухоли лимфатических узлов, лимфатических и венозных сосудов, при прорастании опухоли из прилежащих органов — разрушение плевры.

Симптомы, течение определяются расположением, распространностью, характером воспаления плевры, нарушением работы соседних органов.

Плевриты могут быть с накоплением жидкости (экссудативные) в полости плевры и без ее накопления (сухие). Жидкость, накапливающаяся в полости плевры, может быть прозрачной, содержать кровь или гной. По характеру жидкости можно уточнить причину развития плеврита и выбрать соответствующую терапию.

Основной симптом плеврита — боль в боку, усиливающаяся при вдохе, кашле. Болевые ощущения уменьшаются в положении на пораженном боку. Дыхательная подвижность больной половины грудной клетки заметно ограничивается; врач может выслушать шум трения плевры. Температура тела чаще слегка повышенная, могут появляться озноб, ночной пот, слабость. При экссудативном плевrite часто возникает сухой мучительный кашель рефлекторной природы. По мере накопления жидкости боль в боку исчезает, появляются ощущения тяжести, нарастает одышка, несколько выбухает пораженная сторона, сглаживаются межреберные промежутки. Если жидкость скапливается в нижних отделах, беспокоит боль в грудной клетке, подреберье, в области нижних ребер, икота, боль в животе, метеоризм, напряжение брюшных мышц, боль при глотании. При глубоком вдохе усиливается боль в нижней части грудной клетки. Если жидкости скапливается много, происходит смещение соседних органов в здоровую сторону. Уменьшается глубина дыхания, оно учащается. Возникают нарушения в работе сердечно-сосудистой системы, развивается тахикардия, АД снижается.

Для экссудативных плевритов, особенно инфекционной природы, характерны высокая температура тела с самого начала, выраженные симптомы интоксикации, изменения в крови.

Течение плеврита, как правило, при лечении благоприятное, длительность болезни 14—21 день, но возможны рецидивы на протяжении нескольких недель с последующим выздоровлением.

При инфекционно-аллергических плевритах, в том числе и туберкулезных, возможно образование спаек в плевральной полости, формирование дыхательной недостаточности.

Для лечения плевритов можно воспользоваться следующими рецептами

Мать-и-мачеха, листья — 5 г; черная бузина, цветки — 5 г; спорыш, трава — 5 г. Этую смесь заварить 1 стаканом кипятка. Настоять, укутав, 1 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Пить 3 раза в день.

При плевритах больным дают чай из листьев золотого уса и мать-и-мачехи по 5,0 г), цветов черной бузины — 5,0 г и спорыша — 5,0 г.

Золотой ус, листья — 1 часть; хвош полевой, трава — 1 часть. 2 ст. л. смеси заварить 1 стаканом кипятка и пить в течение дня через каждые 2 ч.

### **Пневмония**

Пневмония, или воспаление легких, — группа заболеваний, которая характеризуется воспалением ткани легких. Этот диагноз означает, что воспалительный процесс на каком-то участке поразил тончайшие, нежнейшие легочные пузырьки-альвеолы, затруднил их работу, состоящую в насыщении крови кислородом и освобождении ее от углекислого газа. Актуальность проблемы пневмоний заключается в сохраняющемся высоком проценте заболеваемости. По-прежнему остается высокой больничная летальность.

Воспаление легких — неоднородное заболевание, в возникновении которого играют роль различные бактерии: пневмо-, стафило- и стрептококки, клебсиелла, палочка Пфейффера, иногда кишечная палочка, протей, гемофильная и синегнойная палочки, возбудитель Ку-лихорадки — риккетсия Бернета, легионелла, палочка чумы, некоторые вирусы, микоплазмы, грибы. В возникновении недуга важную роль может играть одновременное заражение человека вирусами и бактериями. Воздействие на легкие химических веществ (бензин и др.), термических факторов (охлаждение или ожог), радиоактивного излучения обычно сочетается с инфекционными. Пневмонии могут быть следствием аллергических реакций в легких или проявлением системного заболевания (при заболеваниях соединительной ткани).

Возбудители могут проникать в легочную ткань из внешней среды, проходя через бронхи, а также с кровью и лимфой, как правило, из верхних дыхательных путей обычно при наличии в них острых или хронических очагов инфекции и из инфекционных очагов в бронхах (при хроническом бронхите, бронхозастое). Важную роль в развитии заболевания играют нарушения защитных механизмов организма и состояния иммунитета. При охлаждении верхних дыхательных путей избыточно образуется отечная жидкость, происходит затекание слизи в легкие, а в таких условиях бактерии прекрасно выживают и размножаются. Одновременно возможны аллергические реакции. Вирусная инфекция сама по себе, вызывая воспаление верхних дыхательных путей и бронхов, а в части случаев и пневмонию, еще чаще благоприятствует размножению бактерий.

Симптомы и течение пневмоний зависят от вызвавшей причины, характера течения, а также осложнений. Однако можно выделить наиболее общие для данной патологии симптомы. С самого начала заболевания возникает тяжелая интоксикация организма, появляются общая слабость, недомогание, озноб, повышение температуры тела, головные и мышечные боли, повышенная потливость, одышка при обычных физических нагрузках, сердцебиение, изменения в анализах крови. Больные начинают кашлять, выделяется мокрота со слизью или гноем. В области поражения могут высушиваться хрипы. При дыхании и кашле возникают боли в грудной клетке, могут быть боли в брюшной полости, имитирующие при крупозной пневмонии картину острого живота.

Пневмония проявляется обычно в двух классических вариантах: крупозная (долевая) и очаговая (дольковая). Крупозная пневмония характеризуется острым, почти внезапным началом, быстрым подъемом температуры до высоких цифр, потрясающим ознобом, резкими болями в грудной клетке (иногда и в области живота), кашлем с коричневатой («ржавой») мокротой. Протекает крупозная пневмония, как правило, тяжело, особенно в начальном периоде.

В настоящее время наблюдается уменьшение частоты развития крупозных пневмоний и преобладание очаговых форм пневмонии. Очаговая пневмония возникает обычно на фоне острой респираторно-вирусной инфекции. Симптомы при очаговой пневмонии гораздо менее выражены. Температура тела редко превышает 40°C, лихорадка весьма непродолжительна. Более всего больных беспокоят общая слабость, повышенная утомляемость, избыточная потливость, одышка при умеренных физических нагрузках. Кашель обычно сухой или с небольшим количеством слизистой или слизисто-гнойной мокроты. Боли в груд-

ной клетке встречаются реже. Протекают очаговые пневмонии, как правило, в легкой или среднетяжелой форме, однако чаще отмечается затяжное течение.

Частое осложнение пневмоний — экссудативный плеврит. Обычно он слабо выражен и не имеет клинического значения. Тяжелое осложнение пневмоний — абсцесс легких. В легких образуется полость, заполненная гноем, которая может разорваться и привести к ухудшению состояния больного. Реже встречаются такие осложнения, как коллапс, сердечная недостаточность, нефрит, поражение печени, перикардиты, эндокардиты, менингиты.

При пневмонии хорошим средством, кроме основной лекарственной терапии, считается отвар из следующей смеси: 2 ст. л. почек тополя, столько же листьев будры и 1 ст. л. цветов бузины черной; запаривать на ночь 3 стаканами кипятка, а днем добавить сок золотого уса — 4 ч. л. и выпить в 5 приемов.

Хорошим отхаркивающим средством считается следующая смесь растений, взятых поровну: листья будры, копытня и травы репешка. 3 ст. л. смеси залить 3 стаканами кипятка и парить целую ночь. Днем добавить сок золотого уса — 4 ч. л. и выпить в 5 приемов.

Мать-и-мачеха, листья — 2 части; березовые листья — 1 часть; ромашка аптечная — 2 части; багульник, трава — 2 части; душица, трава — 1 часть. Все измельчить, хорошо смешать. 2 ст. л. смеси на 500 г крутого кипятка. Кипятить 10 мин, настоять, укутав, 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Применяется при хронических пневмониях.

При воспалении легких больным дают чай из листьев золотого уса и мать-и-мачехи по 5,0 г, цветов черной бузины — 5,0 г и спорыша — 5,0 г.

При пневмонии пить отвар из следующих лекарственных растений, взятых в равных по объему частях: листьев и цветов мать-и-мачехи, раздробленных сухих корней окопника, липового цвета, цветов бузины черной, корневищ золотого уса и пырея, цветов коровяка. 1 ст. л. с верхом смеси на 1 стакан кипятка.

Мать-и-мачеха, листья — 5 г; черная бузина, цветки — 5 г; спорыш, трава — 5 г. Этую смесь заварить 1 стаканом кипятка. Настоять, укутав, 1 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Пить 3 раза в день.

Корней алтея и солодки — по 2 части, листьев золотого уса и плодов фенхеля — по 1 части. 5 г смеси залить 2 стаканами теплой воды, настоять 3 ч, принимать по 50 мл через 3 ч в теплом виде.

Мать-и-мачеха, листья — 4 части; золотой ус, листья, подорожник, листья, солодка, корень — по 3 части. 5 г смеси залить 2 стаканами теплой воды, настоять 3 ч, принимать по 50 мл через 3 ч в теплом виде.

Подорожник, листья, зверобой, трава, липа, цветок — по 1 части. 10 г смеси залить 2 стаканами кипятка, настоять 6 ч. Добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Принимать по 100 мл 3 раза в день до еды в теплом виде.

Чабрец, трава, фенхель, плод, мята, листья — по 1 части; мать-и-мачеха, листья — 4 части; золотой ус, листья, подорожник, листья, солодка, корень — по 2 части. 25 г смеси залить 1 л кипятка, настоять 6 ч, затем кипятить 10 мин, отжать. Принимать по 150 мл 3—4 раза в день до еды.

Мать-и-мачеха, листья — 1 часть; золотой ус, листья, подорожник, листья — 2 части; хвош полевой, трава — 3 части; персиков цвет, цветки — 4 части. 5 г смеси залить стаканом кипятка, кипятить 10 мин, настоять 1 ч, отжать. Принимать по 50 мл 4—5 раз в день до еды.

При выраженному сопутствующем бронхите и затрудненном отделении мокроты можно рекомендовать следующий рецепт. Чабрец, трава — 5 частей; фиалка трехцветная, трава, сосна, почки — по 4 части; золотой ус, листья, подорожник, листья — 3 части; сушеница, трава — 2 части. 5 г смеси залить стаканом кипятка, нагревать на водяной бане в течение 15 мин, настоять 15 мин. Принимать 3—4 раза в день до еды.

### **Повышенная (высокая) температура**

При высокой температуре можно использовать следующие рецепты.

Взять 1 стакан клюквы, отжать с помощью марли сок, чтобы получилось примерно 1/2 стакана жидкости. 2 листа золотого уса измельчить, залить чуть подогретой кипяченой водой, дать настояться в течение нескольких часов, затем следует добавить мед и клюквенный сок. Перемешать и процедить. Полученную жидкость принимать по несколько ст. л. 3—4 раза в день до полного выздоровления.

По половине стакана шиповника, малины и смородины положить в эмалированную кастрюлю, залить кипятком, добавить столовую ложку меда и дать настояться в течение 15 мин. Затем процедить настой и добавить 2 ст. л. сока золотого уса. Готовое средство принимать 3 раза в день по 1/2 стакана перед едой.

Взять 4—5 ст. л. вишен, добавить измельченный лист золотого уса. Залить смесь горячей водой (5 стаканов), поставить на медленный огонь и выпаривать под крышкой в течение получаса. Затем процедить отвар и добавить в него 1/2 стакана меда, после чего поставить охлаждаться. Принимать во время болезни по 1/2 стакана 3 раза в день до выздоровления.

Взять 1 кг калины, отделить от веточек, протереть через мелкое сите или пропустить через мясорубку. Отжать сок 4 листьев золотого уса размером не менее 20 см. Смешать с калиной, дать настояться в течение суток в прохладном месте, а затем отжать сок. Смешать его со стаканом меда. В выжимки тоже добавить стакан меда, положить их в кастрюлю, накрыть крышкой и поставить на медленный огонь. Через полчаса переложить ягоды в другую емкость, добавить горячий мед и оставить остывать. Этот продукт следует хранить в холодильнике.

Влить 1—1/2 стакана апельсинового сока и стакан крепкого чая в эмалированную кастрюлю, затем добавить сахар и мед, взятые в одинаковой пропорции, 2 семени гвоздики и щепотку корицы. Слегка подогреть смесь на медленном огне (примерно до 60°C). Выжать сок из 2 лимонов, смешать его с содержимым кастрюли, добавить измельченные листья золотого уса, снова нагреть, не доводя до кипения. Приготовленное средство принимать по 1/2 стакана 2 раза в день.

Влить в эмалированную посуду 1 л гранатового сока, добавить стакан крепкого чая и 2 ст. л. сахара. На медленном огне нагреть жидкость примерно до 80°C, затем влить в нее немного водки или коньяка, добавить ложку меда и кашицу из измельченных листьев золотого уса. Перемешать, процедить, как остынет. Пить напиток непременно в горячем виде по 1/2 стакана. Оставшуюся жидкость можно разогревать повторно.

В эмалированной посуде подогреть 1—1/2 л воды, смешанной с соком целого лимона, добавить стакан крепкой заварки и довести до кипения на медленном огне, но не кипятить. В полученную жидкость добавить сок золотого уса, столовую ложку меда и немного ягодного сиропа (можно брать любые ягоды). Напиток можно пить как в горячем, так и в остуженном виде.

Промыть изюм, курагу, пропустить их через мясорубку или мелко нарезать. Орехи растолочь и добавить к первым ингредиентам. Залить все подогретой водой, поставить на огонь и довести до кипения. Затем добавить мед, лимонный сок, сок, выжатый из 5 листьев золотого уса, и подержать посуду на медленном огне еще 2 мин. Приготовленный напиток употреблять в теплом виде утром натощак как укрепляющее средство или же в период простудных заболеваний для быстрого выздоровления.

В эмалированной посуде смешать 1 стакан чая и 2 ст. л. сиропа шиповника. На медленном огне довести эту смесь до 80°C, но не кипятить. В другой посуде, также на медленном огне, приготовить следующую смесь: в воду добавить по столовой ложке сахара и меда, немного гвоздики и корицы, измельченный лимон вместе с кожурой, измельченный лист золотого уса. Прокипятить эту смесь в течение 10 мин, затем процедить и в горячем виде добавить к первой смеси. Все хорошо перемешать. Принимать напиток нужно по 1/2 стакана 3—4 раза в день в горячем виде.

Очистить 1/2 кг яблок от кожицы, натереть их на терке или пропустить через мясорубку. Добавить к полученной массе 2 ст. л. меда, залить водой, поставить смесь на огонь и довести ее до кипения. Все перемешать, влить 3 ст. л. сока из золотого уса, снова подогреть, но до кипения не доводить. Затем добавить горячей крепкой заварки и немного яблочного уксуса. Принимать напиток в горячем виде по 1/2 стакана 3 раза в день.

Залить чай кипятком, оставить на 5 мин настаиваться, затем процедить, добавить мед, коньяк или ликер, подогретое до 70°C красное столовое вино и лимонный сок. Все как следует перемешать и добавить 2 ст. л. малинового сиропа. Принимать напиток в горячем виде перед сном, затем укрыться теплым одеялом, чтобы пропотеть.

Положить в эмалированную посуду плоды рябины и приправы: гвоздику, корицу, лимонные корочки, добавить мед и залить все водой. Поставить посуду с полученной смесью на огонь, довести до кипения и кипятить примерно 3 мин. После этого процедить смесь, добавить сок, выжатый из листьев золотого уса, снова подогреть примерно до 70°C, добавить горячий чай и несколько капель водки или спирта. Принимать в горячем виде по 1/2 стакана 2 раза в день.

### Фарингит

Фарингит — это острое или хроническое воспаление слизистой оболочки глотки. Острый фарингит редко бывает изолированным, чаще сочетается с острым воспалением верхних дыхательных путей (гриппом, катаром дыхательных путей, различными инфекционными заболеваниями). Изолированное поражение слизистой оболочки глотки может наблюдаться при непосредственном воздействии на нее раздражителей, таких, как длительное дыхание через рот и разговор на холоде, курение, алкоголь, очень горячая и очень холодная пища и др.

При фарингите больные ощущают саднение, першение в глотке, небольшую боль при глотании (больше выражена при проглатывании слюны, при так называемом пустом глотке, чем при проглатывании пищи).

Температура тела может быть незначительно повышенной. Общее состояние, как правило, страдает мало. Нёбные миндалины красноваты, местами на них имеются слизисто-гнойные налеты, иногда на задней стенке глотки видны выступы в виде красных зерен, язычок отечный.

У детей младшего возраста (до 2 лет) заболевание протекает более тяжело. Оно чаще сочетается с воспалением слизистой оболочки носоглотки и острым ринитом. Нарушается носовое дыхание. Острый фарингит необходимо отличать от катаральной ангины.

Золотой ус, листья — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; брусника обыкновенная, листья — 10 г. 10 г сбора залить 200 мл воды, настоять 15—20 мин и процедить. Использовать в теплом виде для полоскания горла 3—4 раза в день при остром фарингите.

Золотой ус, листья — 15 г; эвкалипт, листья — 15 г; шалфей лекарственный, листья — 15 г; дуб, кора — 15 г; мята перечная, листья — 15 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, выдержать на кипящей водяной бане в течение 30 мин, охладить в течение 10 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Использовать в теплом виде для полоскания горла 3—4 раза в день при остром фарингите.

Бузина черная, цветки — 20 г; душица обыкновенная, трава — 15 г; шалфей лекарственный, листья — 15 г. 10 г сбора залить 120 мл кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Использовать в теплом виде для полоскания горла 3—4 раза в день при хроническом фарингите.

Шалфей лекарственный, листья — 15 г; малина обыкновенная, листья — 10 г. 3 ч. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 15 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Использовать в теплом виде для полоскания горла 3—4 раза в день при хроническом фарингите.

Подорожник большой, листья — 20 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 20 г. 20 г сбора залить 200 мл кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Использовать в теплом виде для полоскания горла 3—4 раза в день при хроническом фарингите.

## ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

### Артериальная гипертония

Артериальная гипертония — это повышенное артериальное давление. О наличии у вас артериальной гипертонии можно говорить, если повышение артериального давления зарегистрировано врачом как минимум при трех контрольных измерениях артериального давления.

В разных странах существуют различные подходы к определению нормального и повышенного артериального давления, характера течения артериальной гипертонии. В нашей стране используется следующая классификация, принятая в большинстве европейских стран (рекомендации Всемирной организации здравоохранения). Согласно этой классификации повышенным считается артериальное давление выше 140 и 90 мм рт. ст. Выделяют также «пограничную» артериальную гипертонию, в том случае, если цифры находятся в пределах 140—159 и 90—94 мм рт. ст. В зависимости от уровня артериального давления выделяют артериальную гипертонию:

- «легкую» (систолическое давление в пределах 140—179 и диастолическое давление в пределах 90—104 мм рт. ст.);
- «умеренную» (когда систолическое давление выше 180 мм рт. ст., а диастолическое давление в пределах 105 и 114 мм рт. ст.);
- «тяжелую» (систолическое давление выше 200 и диастолическое выше 115 мм рт. ст.).

В развитых странах мира повышенное артериальное давление встречается у 20—30% взрослого населения. Распространенность артериальной гипертонии в нашей стране в последние годы растет. По количеству инсультов Россия опередила такие «неблагополучные» по гипертонии страны, как Китай, Венгрия, Португалия.

Артериальное давление (АД) — это изменяющаяся величина, так как на его уровень влияют различные факторы. Оно ниже, если вы спите или лежите, выше — когда вы стоите, нервничаете, работаете. Цифры артериального давления зависят от пола, возраста, массы тела, роста, внешних обстоятельств. Под понятием «нормальное артериальное давление» врачи подразумевают допустимые границы, в которых может колебаться постоянное для вас артериальное давление.

О наличии повышенного артериального давления могут говорить следующие симптомы: боль, тяжесть в затылке, периодическая одышка, головокружение, утомляемость, слабость, нервозность, раздражительность, частая смена настроения, наруше-

ния сна, носовые кровотечения. Эти симптомы наблюдаются не у всех людей, у многих пациентов гипертония выявляется случайно во время обычного измерения давления.

Причин для повышения артериального давления много.

Если условно представить нашу сердечно-сосудистую систему в виде насоса (сердце), сосудов различного диаметра (артерии и артериолы), замыкающих систему кровотока в круг, и циркулирующей по этому кругу крови, то:

— если насос начинает работать в более интенсивном ритме, что связано с увеличением частоты сердечных сокращений и силы, с которой кровь выбрасывается в русло, то возрастает давление в сосудах. Это может происходить при курении, избыточной массе тела, интенсивной физической нагрузке;

— если уменьшить просвет сосудов, то давление возрастет. Уменьшение просвета сосудов может произойти при различных обстоятельствах. Вначале это уменьшение временное, из-за спазма мышечной оболочки сосуда, затем их просвет становится суженным постоянно из-за утолщения стенки, сужения просвета атеросклеротическими бляшками,

— если увеличить количество жидкости, циркулирующей по кругу, то увеличится и количество жидкости, перекачиваемой насосом и проходящей через трубы, что приведет к повышению давления в системе. Это может произойти при избыточном употреблении в пищу соли, жидкости

Повышение артериального давления может быть связано с поражением какого-либо органа (сердца, сосудов, почек, надпочечников, при травмах головы). В этих случаях говорят о вторичной или симптоматической гипертензии. Если же органической причины для повышения давления нет, то говорят о гипертонической болезни, или первичной гипертонии. На долю вторичных гипертоний приходится от 5 до 10% всех случаев артериальной гипертензии

Наиболее частым осложнением гипертонии является поражение таких важных органов, как сердце, головной мозг, почки. Артериальная гипертония является фактором риска развития сердечно-сосудистых заболеваний, в основе которых лежат атеросклеротические поражения сосудов: ишемическая болезнь сердца, сердечная недостаточность, облитерирующий атеросклероз сосудов нижних конечностей. В течение многих лет на фоне повышенного артериального давления постепенно происходит повреждение различных органов. Если не проводится необходимое лечение, то у пациентов развиваются стенокардия, слабость сердечной деятельности, могут присоединиться ин-

сульт, слепота, почечная недостаточность. Вы должны знать, что прогноз у больных артериальной гипертензией определяется не столько степенью повышения АД, сколько выраженностю изменений в сосудах разных органов.

При артериальной гипертонии может применяться такое универсальное средство, как бальзам на основе золотого уса. Для приготовления этого бальзама необходима спиртовая вытяжка растения. Ее вы можете приобрести в аптеке или приготовить самостоятельно, измельчив несколько листьев растения, залив чистым медицинским спиртом (чтобы уровень жидкости превышал уровень кашицы золотого уса примерно в 2 раза) и оставив на 9 дней в прохладном месте. Затем налейте в стеклянную емкость 40 мл подсолнечного, обязательно нерафинированного, масла и 30 мл спиртовой вытяжки. Плотно закройте крышкой, сильно потрясите в течение нескольких минут и сразу же выпейте одним разом. Лекарство не должно настаиваться, иначе в нем произойдут ненужные и даже вредные реакции.

Приготовленное лекарство рекомендуется принимать трижды в день. Первый этап курса длится 10 дней, затем через 5 дней следует провести второй десятидневный этап, а еще через пятидневный перерыв — третий. Перед приемом лекарства следует ничего не есть, а после приема обязательно поесть через 20 мин. Категорически запрещается чем-либо заедать или запивать лекарство. Бальзам обязательно следует принимать через равные промежутки времени. По истечении третьей десятидневной приема нужно сделать более продолжительный перерыв в 10 дней.

После проведения первого цикла лечения нужно провести второй, затем третий и т. д. Количество циклов определяется состоянием. Если вы проводите профилактическое лечение, достаточно будет 1 или 2 циклов.

Пустырник, трава — 3 части; сушеница, трава — 3 части, бальник, трава — 2 части; почечный чай — 1 часть. 1 ст. л. сбора заварить 300 г кипятка. Кипятить 5 мин, настоять, укутав, 4 ч, процедить, добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать в теплом виде 3 раза в день по 1/2 стакана, за 20 мин до еды. Применяется при гипертонической болезни I и II стадии и при симптоматических гипертензиях без сердечной недостаточности.

Адонис, трава — 1 часть; боярышник, цвет — 2 части; бересклетные листья — 1 часть; пустырник, трава — 2 части; сушеница, трава — 2 части; хвощ полевой, трава — 1 часть. 2 ст. л. измельченной смеси на 500 г кипятка. Настоять, укутав, 5—6 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

кана 3 раза в день перед едой в теплом виде. Применяется при гипертонической болезни I и II стадии и при симптоматических гипертензиях, осложненных сердечной недостаточностью I и II степени в стадии компенсации и субкомпенсации.

Пустырник, трава — 3 части; сушеница, трава — 3 части; багульник, трава — 2 части; хвощ полевой, трава — 1 часть; кора крушины — 1 часть. 2 ст. л. измельченной смеси на 500 г крутого кипятка. Кипятить 10 мин. Настоять, укутав, 30 мин. Процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Применяется при гипертонической болезни.

Адонис, трава — 1 часть; боярышник, плоды — 1 часть; мята перечная, трава — 2 части; пустырник, трава — 3 части; сушеница, трава — 2 части; почечный чай — 1 часть. 2 ст. л. измельченной смеси залить 500 г крутого кипятка. Кипятить 10 мин. Настоять, укутав, 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Применяется при гипертонической болезни I и II стадии и при симптоматических гипертензиях со стенокардией.

При сердечных заболеваниях используют отвар из 3 ст. л. цветов боярышника на 3 стакана кипятка и 3 ч. л. сока золотого уса по 1 стакану трижды в день.

Пустырник, трава — 1 часть; сушеница, трава — 1 часть; боярышник, цветы — 1 часть; листья (трава) омелы — 1 часть. 4 ст. л. смеси настоять 6 ч в 1 л кипятка, процедить и добавить сок золотого уса — 7 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день, через час после еды.

Боярышник, цветки — 2 части; брусника, лист — 1 часть; ромашка аптечная, цветки — 1 часть; календула, цветки — 1 часть. 1 ст. л. на стакан горячей воды, процедить, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по столовой ложке 3—4 раза в день.

Подорожник большой, лист — 1 часть; василек синий, цветки — 1 часть; тмин обыкновенный, растертые плоды — 1 часть, петрушка, мелкоизмельченный корень — 1 часть. 1 ст. л. настоять на стакане горячей воды, процедить, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по столовой ложке 3—4 раза в день.

Пустырник, трава — 1 часть; валериана лекарственная, корень — 1 часть; тмин обыкновенный, плоды — 1 часть; укроп обыкновенный, плоды — 1 часть. 1 ст. л. смеси заварить стаканом кипятка, настоять 1 ч, добавить сок золотого уса — 1 ч. л. Пить теплым, медленно, 3 раза в день по стакану вместо чая.

Сушеница, трава — 20 г; шлемник байкальский, корни — 10 г; валериана лекарственная, корневища — 10 г; толокнянка

обыкновенная, листья — 10 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; омела белая, трава — 10 г; очанка лекарственная, трава — 10 г; земляника лесная, листья — 10 г; донник лекарственный, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Пустырник, трава — 20 г; сушеница болотная, трава — 20 г; боярышник, цветки — 10 г; хвощ полевой, трава — 10 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить 45 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3—1/4 стакана 3—4 раза в день.

Звездчатка средняя, трава — 30 г; панцерия шерстистая, трава — 30 г; пустырник, трава — 30 г; укроп душистый, плоды — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; валериана лекарственная, корневища — 20 г; хвощ полевой, трава — 10 г; боярышник, плоды — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 10 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; хмель обыкновенный, соплодия — 15 г; валериана лекарственная, корневища — 15 г; сушеница, трава — 15 г; брусника обыкновенная, листья — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; звездчатка средняя, трава — 20 г, барвинок малый, трава — 10 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; очанка лекарственная, трава — 10 г; душица обыкновенная, трава — 10 г; аистник, трава — 10 г; хмель обыкновенный, соплодия — 10 г. 3 ч. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день.

Мелисса лекарственная, трава — 20 г; боярышник, плоды — 20 г; котовник кошачий, трава — 20 г; белокурдренник черный, трава — 20 г. 2 ст. л. сбора залить 2 стаканами кипятка, настоять

в течение часа и процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; вереск обыкновенный, трава — 15 г; укроп душистый, плоды — 15 г; пустырник, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Котовник кошачий, трава — 20 г; ястребинка волосистая, трава — 10 г; лаванда, цветки — 10 г; укроп душистый, плоды — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день

Золотой ус, листья — 15 г; сушеница, трава — 15 г; мелисса лекарственная, трава — 15 г; барвинок малый, трава — 15 г; фенхель обыкновенный, плоды — 15 г; пустырник, трава — 15 г 20 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; шлемник байкальский, корни — 20 г; сушеница, трава — 20 г; синюха голубая, корни — 15 г; пион уклоняющийся, корни — 15 г; пустырник, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 10 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; астрагал, трава — 20 г, сушеница, трава — 20 г; барвинок малый, трава — 15 г; боярышник, цветки — 15 г; мелисса лекарственная, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; пустырник, трава — 10 г; подмаренник настоящий, трава — 10 г; бруслица обыкновенная, листья — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; сушеница, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 30 г; валериана лекарственная, корневища — 30 г; василек синий, цветки — 30 г; боярышник, цветки — 30 г; рябина черноплодная, плоды — 30 г; шлемник байкальский, корни — 30 г; хвощ полевой, трава — 20 г; укроп душистый, плоды — 20 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3 раза в день.

Душица обыкновенная, трава — 25 г; валериана лекарственная, корневища — 25 г; пустырник, трава — 25 г; синюха голубая, корни — 25 г; пион уклоняющийся, корни — 15 г; боярышник, цветки — 10 г; сушеница, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 10 мин, охладить и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; валериана лекарственная, корневища — 15 г; хмель обыкновенный, соплодия — 15 г; фенхель обыкновенный, плоды — 15 г; сушеница, трава — 15 г, мята перечная, листья — 15 г; календула, цветки — 15 г; брусника обыкновенная, листья — 15 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; шлемник байкальский, корни — 20 г; пустырник, трава — 15 г; шиповник майский, плоды — 15 г, почечный чай, трава — 15 г; мята перечная, листья — 10 г; сушеница, трава — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г. 10 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и довести кипяченой водой количество настоя до первоначального объема. Принимать по 1/3—1/4 стакана 3 раза в день.

Пустырник, трава — 40 г, сушеница, трава — 20 г; земляника лесная, листья — 20 г; пастушья сумка обыкновенная, трава — 10 г; рябина черноплодная, плоды — 10 г; боярышник, цветки — 10 г; укроп душистый, плоды — 10 г; лен обыкновенный, семена — 10 г; мята перечная, листья — 5 г. 2 ст. л. сбора залить в термосе 500 мл кипятка, настоять 6 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день.

### **Атеросклероз. Ишемическая болезнь сердца**

Атеросклероз — наиболее распространенное хроническое заболевание артерий, связанное с формированием одиночных и множественных очагов липидных, главным образом холестериновых отложений — бляшек во внутренней оболочке артерий.

Последующие разрастания в оболочке артерии соединительной ткани (склероз) и отложение кальция в стенки сосуда приводят к деформации и сужению его просвета вплоть до полной закупорки.

Тем самым вызывается недостаточность кровоснабжения органа, питаемого через пораженную артерию. Кроме того, возможна острая закупорка (окклюзия) просвета артерии либо

тромбом, либо (значительно реже) содержимым распавшейся бляшки, либо и тем и другим одновременно, что ведет к образованию очагов некроза (инфаркт) или гангрены в органе, который кровоснабжается этой артерией.

Атеросклероз встречается с наибольшей частотой у мужчин в возрасте 50—60 и у женщин старше 60 лет.

Несомненно значение так называемых факторов риска развития атеросклероза.

### Приобретенные факторы риска

- 1) курение,
- 2) избыточная масса тела,
- 3) высокий уровень холестерина крови;
- 4) высокое давление,
- 5) стрессы,
- 6) малоподвижный образ жизни

Курение Под влиянием веществ, содержащихся в табачном дыме, происходит увеличение частоты сердечных сокращений, развивается спазм (сужение) сосудов, что приводит к затруднению работы сердца Курение повышает риск развития атеросклероза в 2 раза У курильщиков намного больше шансов, чем у некурящих, заболеть раком легких, мочевого пузыря, обструктивными заболеваниями легких (хронический обструктивный бронхит, бронхиальная астма), язвенной болезнью.

Избыточная масса тела. Большинство людей к 45 годам имеют избыточную массу тела. Избыточное отложение жира в верхней части туловища (окружность талии больше 85 см у женщин и больше 98 см у мужчин) сопровождается риском развития атеросклероза, артериальной гипертензии и сахарного диабета. Следовательно, нормализация массы тела играет существенную роль в снижении уровня давления

Малоподвижный образ жизни Мы все нуждаемся в регулярных физических упражнениях, чтобы чувствовать себя бодрыми и здоровыми. Физические упражнения нормализуют массу тела, поддерживают сердечно-сосудистую систему в хорошем тонусе, способствуют снижению уровня холестерина, стимулируют обменные процессы.

Стресс — это бич нашего века, и именно с ним связывают развитие многих заболеваний (атеросклероз, гипертония, язвенная болезнь и т. д.) К стрессу надо относиться адекватно. Нередки ситуации, когда под его влиянием люди начинают больше курить, употреблять алкоголь, переедать. Все это приводит к обратному результату и усугубляет состояние нестабильности.

Неизменяемые факторы риска:

- 1) мужской пол;
- 2) пожилой возраст;

3) период постменопаузы у женщин,

4) наличие в семейной истории случаев сердечно-сосудистых заболеваний, в том числе гипертонии, а также инсулиновезависимого сахарного диабета.

Однако это не означает, что если ваши родственники страдали ишемической болезнью сердца, то и вы обречены на этот недуг или гипертонию. В то же время вы относитесь к группе высокого риска развития болезни, поэтому вам надо особенно тщательно следить за тем, чтобы устраниТЬ другие факторы риска. Противодействие всем вышеперечисленным факторам риска либо полное или частичное устранение этих факторов составляют основу профилактики атеросклероза

Клиническая картина атеросклероза варьирует в зависимости от преимущественного расположения бляшки и распространенности процесса, но всегда (за исключением атеросклероза аорты) определяется проявлениями и последствиями недостатка кислорода в тканях или органе. Раньше всего и, как правило, тяжелее поражается атеросклерозом аорта, в особенности ее брюшной отдел. Наиболее доказательное проявление атеросклероза — инфаркт миокарда, когда бляшка перекрывает доступ крови к сердцу. Но чаще атеросклероз проявляется в виде ишемической болезни сердца (стенокардии), поражая артерии, кровоснабжающие сердечную мышцу. Для стенокардии присущи сжимающие, давящие или жгучие боли за грудиной или в области сердца. Боли обычно возникают при физической нагрузке или эмоциональном напряжении, продолжаются 2—3, но не более 10—15 мин и исчезают с уменьшением нагрузки или ее прекращением. Наиболее часто боли «отдают» в левую руку, левую лопатку, нижнюю челюсть. После приема нитроглицерина боль прекращается через 3—5 мин. Если нитроглицерин через 10 мин не оказал положительного действия — ситуация крайне серьезная и требует срочной профессиональной медицинской помощи. Прежде чем применять золотой ус, посоветуйтесь со своим врачом о допустимости такого лечения.

Масляный бальзам на основе золотого уса успешно применяется для лечения больных ишемической болезнью сердца, снижает уровень холестерина в крови.

Развитию атеросклероза препятствует следующий состав Редьку натереть, сок отжать, хорошо смешать пополам с медом и соком золотого уса. Принимать от 1/3—1/2 до 1 стакана в день. Увеличивать 1 дозу до стакана постепенно.

Тмин обыкновенный, плоды — 1 часть; василек синий, цветки — 2 части; брусника обыкновенная, ягоды — 2 части. 1 ст. л. смеси на 1 стакан воды, настоять, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день.

Боярышник, цветки — 1 часть; липа, цветки — 1 часть; бузина черная, цветки — 1 часть; мать-и-мачеха, лист — 1 часть. 1 ст. л. смеси заварить стаканом кипятка, настоять 1 ч, как чай, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Пить по 1/3 стакана в теплом виде 3 раза в день.

Шиповник, плоды — 1 часть; укроп, семена — 1 часть; пустырник сердечный, трава — 1 часть; ромашка аптечная, цветки — 1 часть. 1 ст. л. сбора заварить 2 стаканами кипятка в термосе, настоять 2 ч, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Пить на ночь по 1/2 стакана.

Боярышник, плоды — 15 г; рябина черноплодная, плоды — 15 г; земляника лесная, плоды — 15 г. 2 ст. л. сбора залить 500 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 30 мин, охладить 10 мин, процедить и довести кипяченой водой количество отвара до первоначального объема, добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; рябина обыкновенная, плоды — 20 г, боярышник, цветки — 20 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 20 г; мелисса лекарственная, трава — 20 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; будра плющевидная, трава — 10 г; земляника лесная, плоды — 10 г; клевер луговой, цветки — 10 г, боярышник, цветки — 10 г; шиповник, плоды — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

Клевер луговой, цветки — 25 г; мята перечная, листья — 15 г; одуванчик лекарственный, корни — 10 г; душица обыкновенная, трава — 5 г; вероника длиннолистная, трава — 5 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 — 1/2 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; боярышник, цветки — 20 г; душица обыкновенная, трава — 15 г; пустырник, трава — 15 г; хмель обыкновенный, соплодия — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Ежевика сизая, листья — 25 г; ясменник душистый, трава — 20 г; пустырник, трава — 20 г; сушеница, трава — 15 г; боярыш-

ник, цветки — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; череда трехраздельная, трава — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г; брусника обыкновенная, листья — 10 г; кукуруза обыкновенная, рыльца — 10 г; крушина ломкая, кора — 10 г; пустырник, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 3 ч и процедить. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3 раза в день.

Вереск обыкновенный, трава — 30 г; буквица лекарственная, трава — 30 г; мелисса лекарственная, трава — 30 г; вербена лекарственная, листья — 30 г; рута душистая, трава — 15 г; барвинок малый, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Пустырник, трава — 20 г; одуванчик лекарственный, корни — 20 г; донник лекарственный, трава — 15 г; календула, цветки — 15 г; кукуруза обыкновенная, рыльца — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г; мелисса лекарственная, трава — 10 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3—1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; боярышник, цветки — 10 г; крапива двудомная, листья — 10 г; барвинок малый, трава — 10 г; донник лекарственный, трава — 10 г; шиповник майский, плоды — 10 г; каштан конский, цветки — 10 г; малина обыкновенная, плоды — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; боярышник, плоды — 15 г; арония черноплодная, плоды — 15 г; брусника обыкновенная, листья — 10 г; череда трехраздельная, трава — 10 г; пустырник, трава — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г; кукуруза обыкновенная, рыльца — 10 г; крушина ломкая, кора — 10 г. 10 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и довести кипяченой водой количество настоя до первоначального объема. Принимать по 1/3—1/2 стакана 3 раза в день после еды.

Зверобой продырявленный, трава — 30 г; береза, листья — 20 г; боярышник, плоды — 20 г; почечный чай, трава — 20 г; буквица лекарственная, трава — 20 г; бессмертник песчаный, цветки — 10 г; душица обыкновенная, трава — 10 г; крапива двудомная, листья — 10 г; лапчатка гусиная, трава — 10 г; шиповник майский, плоды — 10 г; лен обыкновенный, семена — 5 г; мят

перечная, листья — 5 г. 2 ст. л. сбора залить в термосе 500 мл кипятка, настоять 8 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день.

### **Варикозное расширение вен**

Варикозное расширение вен нижних конечностей — это расширение поверхностных вен, которое сопровождается нарушением работы венных клапанов и ухудшением кровотока.

Существует первичное и вторичное варикозное расширение. Первичное связано со слабостью или нарушениями венозной стенки. Развитию заболевания способствуют беременность, ожирение, длительное пребывание в положении стоя, врожденная слабость соединительной ткани, ношение чулок с тугими резинками. Вторичное варикозное расширение возникает в результате нарушения венозного оттока, когда клапаны не справляются со своей работой, а также при опухолях и травмах. При варикозной болезни поврежденные клапаны позволяют крови проникать в глубокую венозную систему, в результате чего там происходит повышение давления, что приводит к их расширению. Ток крови замедляется, уменьшается питание тканей кислородом, возникают язвы.

Основной симптом в начале заболевания — это появление варикозно-расширенных вен, других жалоб может и не быть. По мере прогрессирования заболевания появляются утомляемость, чувство тяжести в ногах, распирание, судороги в икроножных мышцах, особенно к вечеру, а иногда и по ночам. Отеки обычно возникают к вечеру, особенно после длительного стояния, после ночного отдыха отеки полностью исчезают. Со временем наряду с прогрессированием варикозного расширения вен появляются изменения на внутренней поверхности нижней трети голени: уплотнения, пигментация, дерматит, затем — трофические язвы, плохо поддающиеся лечению. В течение варикозного расширения вен выделяют стадии.

**I стадия** — нет жалоб, только косметические нарушения;

**II стадия** — чувство тяжести, распирания, судороги по ночам,

**III стадия** — отеки, чувство распирания, уплотнение кожи и подкожной клетчатки, пигментация,

**IV стадия** — образование язв.

Осложнениями варикозного расширения вен являются острый тромбофлебит, разрыв варикозного узла с кровотечением и хроническая венозная недостаточность с развитием трофических язв.

При расширении вен и тромбозе может помочь чай из листьев золотого уса и вербены 12,0—15,0 г на 180,0—200,0 г кипятка. Принимать каждый час по 1 ст. л.

Прекрасно зарекомендовавшим себя средством при таком осложнении варикозного расширения вен, как тромбофлебит, является следующее лекарство. Для приготовления взять 2 стакана цветочного или липового меда, 6 лимонов очистить от кожуры и выжать из мякоти сок, измельчить в чесночнице 5 средних головок чеснока. 3—4 листа золотого уса также измельчить, после чего все полученные компоненты перемешать, положить в стеклянную емкость и поставить в темное место на неделю.

Когда лекарство будет готово, начинайте курс лечения. Принимать состав следует 1 раз в день по 4 ч. л., делая небольшие интервалы между приемами (примерно 5—7 мин), ежедневно. Курс лечения — 1 месяц. Очень важно принимать состав добровольно, не пропуская ни одного дня.

Следующая смесь может использоваться вместе с отваром золотого уса. Возьмите 7 лимонов, очистите и выжмите сок. Скорлупу 7 яиц очистите от пленок и прокипятите в течение 5 мин, затем растолките. Смешайте скорлупу с соком, оставьте на неделю, затем процедите через металлическую мелкую сетку и смешайте с двумя стаканами меда. Отдельно измельчите 5 средних головок чеснока, смешайте с полученной первоначально массой, поставьте посуду со смесью на неделю в темное место. Лекарство готово. Принимайте его 1 раз в день после обеда по 4 ч. л. в 4 приема, делая перерывы на 10 мин между приемами. Курс лечения — месяц и более.

При варикозных узлах на ногах принимайте сок из свежих каштановых цветов и листьев золотого уса по 25—30 капель на 1 ст. л. воды 2 раза в день.

Золотой ус, листья — 1 часть, донник лекарственный, трава — 1 часть. 1 ст. л. Заварить стаканом кипятка, настоять. Принимать по 1—2 ст. л. 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 1 часть, горичник русский, корень — 1 часть. 1 ст. л. заварить 2 стаканами кипятка, настоять. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

При наружном применении золотого уса необходимо соблюдать меры предосторожности. В частности, если вы накладываете листья на трофические язвы, не оставляйте их на долгое время. Дело в том, что сначала состояние изменится в лучшую сторону. Но затем (примерно через 3 дня) может возникнуть аллергическая реакция. В связи с этим лучше не накладывать на рану листья, а использовать компрессы с соком растения, предварительно разведя его водой в соотношении 1:3.

Для присыпок гноящихся ран и язв применяют порошок из корневищ золотого уса и аира.

Для промывки гноящихся язв и для компрессов на гноящиеся и незаживающие раны и язвы применяют отвар из корней таволги и золотого уса — по 20,0 г в смеси с корнями раковых шеек — 20,0 г, все на 2 л воды. Кипятить 1/2 ч.

При плохо заживающих язвах и ранах к больным местам прикладывают салфетки, намоченные в растительном масле, в котором не меньше 3 недель настаивались листья золотого уса и цветы зверобоя. Цветов и листьев — 2 части, масла — 4 части по весу. Масло предпочитают миндальное, а если такового нет, то берут подсолнечное.

При лечении трофических язв применяется сок свежего листа папоротника и листьев золотого уса в соотношении 1:1 в виде компрессов и примочек.

100 г листьев эвкалипта заварить в 1 л кипятка, кипятить в течение 5 мин, остудить. Добавить сок золотого уса — 10 ч. л. Применять в виде примочек на область трофических язв.

При трофических язвах можно использовать следующий отвар. сушеница болотная, трава — 30 г на стакан воды с добавлением сока золотого уса — 3 ч. л. Принимать внутрь по 1/3 стакана 3 раза в день.

Для быстрого заживления трофических язв используют сок золотого уса в смеси с соком из корней и листьев лопуха. Полученным соком осторожно смазывают язвы.

20 г измельченной горькой полыни залить стаканом кипятка и нагревать на водяной бане в течение 15 мин. Настоять 1 ч, процедить, отжать, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Делать примочки и компрессы на язвы. Настой хранить не более 2 суток

### *Артриты*

Артрит — воспаление суставов инфекционного и неинфекционного характера. «Реактивные артриты» — термин, принятый для обозначения артритов, развивающихся после инфекций, но без попадания микробов в полость сустава. Обычно реактивные артриты возникают вследствие нарушений иммунитета.

Реактивные артриты могут развиваться после многих инфекций (бактериальных, вирусных и др.) независимо от их тяжести, но чаще — после энтероколитов, вызванных инфекциями мочевых путей, обусловленных хламидиями.

Число пораженных суставов обычно невелико, артрит чаще несимметричен. Преимущественно воспаляются суставы нижних конечностей, особенно пальцев стоп, где также развивается отек, распространяющийся на весь палец, и синюшная или багрово-синюшная окраска кожи (палец становится похожим на сосиску или редиску).

Помимо артритов, характерно развитие воспаления сухожилий в местах их прикрепления к костям, особенно часто в пяточной области. У отдельных больных возможны боли в области позвоночника.

Во многих случаях реактивный артрит непролонгирован (от нескольких дней до нескольких недель), проходит самостоятельно, но у некоторых больных может задерживаться на больший срок и даже стать хроническим.

Ревматоидный артрит характеризуется в основном хроническим прогрессирующим воспалением многих суставов конечностей. Разнообразные нарушения иммунитета приводят к развитию стойкого артрита и даже иногда к разрушению сустава, а также к возникновению в ряде случаев системного поражения соединительной ткани и сосудов.

Заболевание проявляется стойким артритом (обычно полиартиром) с ранним поражением мелких суставов кистей и стоп. Могут поражаться любые суставы конечностей. Характерны ощущение утренней скованности, боль, припухлость суставов (цвет кожи не меняется), симметричность поражения. Заболевание начинается постепенно с медленным, но неуклонным прогрессированием артрита, вовлечением все новых суставов. Затем боли усиливаются, суставы теряют подвижность.

Следующая смесь может использоваться вкупе с отваром золотого уса для лечения полиартиита. Взять 7 лимонов, очистить и выжать сок. Скорлупу 7 яиц очистить от пленок и прокипятить в течение 5 мин, затем растолочь. Смешать скорлупу с соком, оставить на неделю, затем процедить через металлическую мелкую сетку и смешать с 2 стаканами меда. Отдельно измельчить 5 средних головок чеснока, смешать с полученной первоначально массой, добавить отвар золотого уса, поставить посуду со смесью на неделю в темное место. Лекарство готово. Принимать его 1 раз в день после обеда по 4 ч. л. в 4 приема, делая перерывы на 10 мин между приемами. Курс лечения — месяц и более.

Взять 2 стакана цветочного или липового меда, 6 лимонов очистить от кожуры и выжать из мякоти сок, измельчить в чесночнице 5 средних головок чеснока. 3—4 листа золотого уса также измельчить, после чего все полученные компоненты перемешать, положить в стеклянную емкость и поставить в темное

место на полную неделю. Когда лекарство будет готово, начнайте проводить курс лечения. Принимать состав следует 1 раз в день по 4 ч. л., делая небольшие интервалы между приемами (примерно 5—7 мин), ежедневно. Курс лечения — 1 месяц. Очень важно принимать состав добросовестно, не пропуская ни одного дня.

При артритах пить (по 3 стакана в день) отвар цветов бузины в дозе примерно 20,0 г на 1 л воды. При этом рекомендуют лежать в постели и 3 раза в день принимать по 20 капель сока золотого уса.

В народе принимают грыжник в смесях с другими растениями. Готовят обычно отвар (30,0—50,0 г на 1 л кипятка) и пьют в смеси со свежим соком золотого уса — 4 чайные ложки, по 1/2 стакана 3 раза в день.

Спиртовой настой сушеных цветов каштана (40,0 г на 1 л спирта) в смеси со свежим соком золотого уса употребляют для натирания при артритных болях.

Для ванн при артите делают отвар из корней лопуха и золотого уса, травы вереска, крапивы, багульника, татарника, листьев брусличника — доза не ограничена.

Береза, листья — 30 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 30 г; дымянка лекарственная, трава — 30 г; можжевельник обыкновенный, плоды — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, настоять 15 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; фиалка трехцветная, трава — 15 г; береза, листья — 15 г; крапива двудомная, листья — 15 г; дрок красильный, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 1 ч и процедить. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; лопух большой, корни — 20 г; ива, кора — 10 г; толокнянка обыкновенная, листья — 10 г; бузина черная, цветки — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 15 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Липа, цветки — 30 г; крапива двудомная, листья — 20 г; фиалка трехцветная, трава — 10 г, бруслица обыкновенная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3—1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; лабазник вязолистный, трава — 15 г; клевер луговой, цветки — 15 г; хвощ полевой, трава — 15 г; вереск обыкновенный, трава — 15 г. Столовую ложку сбора за-

дить стаканом кипятка, настаивать 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Липа мелколистная, цветки — 20 г; мелисса лекарственная, трава — 10 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 10 г; смородина черная, листья — 10 г. 2 ст. л. сбора залить 500 мл кипятка, настоять 30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1 стакану 2—3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; горец птичий, трава — 15 г; череда трехраздельная, трава — 15 г; лаванда, цветки — 15 г; кипрей узколистный, листья — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; липа, цветки — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г; солодка голая, корни — 10 г; толокнянка обыкновенная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; можжевельник обыкновенный, плоды — 20 г; клевер луговой, цветки — 20 г; сирень обыкновенная, цветки — 20 г; татарник колючий, трава — 20 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 3 ч и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; береза, листья — 15 г; крапива двудомная, листья — 15 г; липа, цветки — 15 г; бузина черная, цветки — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г, ива, кора — 30 г; аир болотный, корневища — 15 г; брусника обыкновенная, листья — 15 г; шалфей лекарственный, листья — 15 г; зверобой продырявленный, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 10 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Можжевельник обыкновенный, плоды — 20 г; хвош полевой, трава — 20 г; фенхель обыкновенный, плоды — 10 г; крушина ломкая, кора — 10 г; крапива двудомная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3—1/2 стакана 3 раза в день.

Сосна обыкновенная, почки — 30 г; зверобой продырявленный, трава — 20 г; крапива двудомная, листья — 20 г; береза, почки — 20 г; тополь черный, почки — 20 г; хвош полевой, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка,

настоять 3 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; можжевельник обыкновенный, плоды — 10 г; лопух большой, корни — 10 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; репешок обыкновенный, трава — 10 г; одуванчик лекарственный, корни — 10 г. 2 ст. л. сбора залить 500 мл воды, кипятить 15—20 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Брусника обыкновенная, листья — 30 г; лабазник вязолистный, трава — 30 г; ромашка аптечная, цветки — 20 г; липа, цветки — 20 г; крапива двудомная, листья — 20 г; бузина черная, цветки — 10 г; хвош полевой, трава — 10 г. 10 г сбора залить 500 мл холодной воды, настоять 12 ч, нагревать до кипения, опять настоять 2 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день.

Боярышник, плоды — 50 г; шиповник майский, плоды — 50 г; береза, листья — 15 г; ива, кора — 15 г; календула, цветки — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; крапива двудомная, листья — 10 г; хвош полевой, трава — 10 г; брусника обыкновенная, листья — 10 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3—1/2 стакана 3—4 раза в день.

Хвош полевой, трава — 40 г; береза, листья — 40 г; ива, кора — 40 г; крапива двудомная, листья — 20 г; бузина черная, цветки — 20 г; можжевельник обыкновенный, плоды — 10 г; календула, цветки — 10 г; крушина ломкая, кора — 10 г; василек синий, цветки — 10 г. 15 г сбора залить 500 мл воды, кипятить 10 мин, охладить и процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день.

Смородина черная, плоды — 50 г; ива, кора — 25 г; пустырник, трава — 20 г; девясил высокий, корни — 15 г; шалфей лекарственный, листья — 15 г; хвош полевой, трава — 15 г; бузина черная, цветки — 10 г; вереск обыкновенный, трава — 10 г; ежевика сизая, листья — 10 г; боярышник, плоды — 10 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3—1/2 стакана 3—4 раза в день.

Багульник болотный, трава — 50 г; береза, почки — 30 г; зверобой продырявленный, трава — 30 г; ромашка аптечная, цвет-

ки — 30 г; хмель обыкновенный, соплодия — 30 г; девясила высокий, корни — 20 г; донник лекарственный, трава — 20 г; крапива двудомная, листья — 20 г; щавель конский, корни — 20 г; липа, цветки — 10 г; мята перечная, листья — 10 г; укроп душистый, плоды — 10 г. 2 ст. л. сбора залить в термосе 500 мл кипятка, настоять 6 ч и процедить. Добавить сок зодотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день.

### Ревматизм

Ревматизм — это воспалительное заболевание соединительной ткани с преимущественным поражением сердца. Болеют в основном дети и молодые люди: женщины в 3 раза чаще, чем мужчины.

Основной причинный фактор при острый формах заболевания — стрептококк. В развитии ревматизма существенное значение придают иммунным нарушениям.

В типичных случаях заболевание развивается через 1—3 недели после перенесенной ангины или реже другой инфекции. У некоторых больных первичный ревматизм возникает через 1—2 дня после охлаждения без какой-либо связи с инфекцией. Повторные случаи болезни часто развиваются после любых заболеваний, оперативных вмешательств, физических перегрузок. Наиболее характерным проявлением ревматизма является сочетание острого полиартрита крупных суставов с умеренно выраженным воспалением в оболочках сердца.

Обычно начало заболевания острое, бурное. Быстро развивается полиартрит, сопровождающийся лихорадкой до 38—40°C с суточными колебаниями 1—2°C и сильным потом, но обычно без озноба. Первым симптомом ревматического полиартрита является нарастающая острые боль в суставах, усиливающаяся при малейших пассивных и активных движениях и достигающая у нелеченых больных большой выраженности. К боли быстро присоединяется отечность мягких тканей в области суставов. Кожа над пораженными суставами горячая, покрасневшая, объем движений из-за боли крайне ограничен. Характерно симметричное поражение крупных суставов — обычно коленных, лучезапястных, голеностопных, локтевых. Воспалительные изменения быстро проходят в одних суставах и столь же быстро нарастают в других. Все суставные проявления исчезают бесследно; даже без лечения они делятся не более 2—4 недель. По мере стихания суставных явлений (реже с самого начала болезни) на первый план выступают симптомы поражения сердца. Больные жалуются на слабые боли или неясные неприятные

ощущения в области сердца, легкую одышку при нагрузках, реже — на сердцебиение или перебои в работе сердца. Поражение сердца при ревматизме часто приводит к развитию его пороков. Также могут поражаться кожа (кольцевая эритема, «ревматические узелки»), легкие, почки, нервная система.

При ревматизме употребляют чай из цветов таволги и листьев золотого уса: 15,0 г на 1 л воды.

Принимать следующую смесь: таволга, цветки — 10,0 г; толокнянка, листья — 15,0 г; грыжник, трава — 10,0 г; кукуруза, столбики (нити) — 15,0 г; фасоль, створки бобов — 10,0 г; бузина травянистая, корень — 15,0 г; береза, почки — 15,0 г; хвощ — 10,0 г; спорыш, трава — 10,0 г; васильки, лепестки — 10,0 г. Все смешать, взять 4 ст. л. (каждая с верхом) этой смеси, залить с вечера 1 л сырой воды, а утром кипятить 5—10 мин, оставить и еще напарить 1/2 ч, после чего процедить, отжать и добавить 5 ч. л. сока золотого уса. Пить теплым в 6—7 приемов в течение дня.

При ревматизме пить (по 3 стакана в день) отвар цветов бузины в дозе примерно 20,0 г на 1 л воды. При этом рекомендуют лежать в постели и 3 раза в день принимать по 20 капель сока золотого уса.

В народе употребляется отвар из побегов туи и корней золотого уса: по 20,0 г на 1 л воды, 3 раза в день по 1 стакану внутрь.

Готовить отвар грыжника (30,0—50,0 г на 1 л кипятка) и пить в смеси со свежим соком золотого уса — 4 ч. л., по 1/2 стакана 3 раза в день.

Отвар из целых растений фиалки душистой (30,0 г на 1 л воды) и молодых побегов золотого уса (40,0 г) принимать внутрь при ревматизме.

Спиртовой настой сущеных цветов каштана (40,0 г на 1 л спирта) в смеси со свежим соком золотого уса употребить для натирания при ревматических болях.

Для ванн при ревматизме делать отвар из корней лопуха и золотого уса, травы вереска, крапивы, багульника, татарника, листьев брусличника — доза не ограничена.

Чай из багульника и золотого уса (по 25,0 г на 1 л кипятка) принимать по 1/2 стакана 5—6 раз в день. Этот чай выпивать за целый день, а вечером снова готовить порцию на следующий день.

При ревматизме делают мазь для втирания. 1 часть мелко порезанного цветущего багульника, 1 часть корней золотого уса и 1 часть мелко порезанного корня чемерицы смешать с 3 частями растопленного свиного жира. Все это поставить на 12 ч в

теплую духовку (нельзя доводить до кипения), затем вынуть, процедить в банку и закрыть бумагой.

Настойку чемерицы и золотого уса прибавляют к мазям для втирания при ревматических болях. Настойку готовят так: 1 часть мелко нарезанных корневищ с корнями залить 120 частями спирта или очень крепкого самогона, настоять 2 недели, процедить и сливать в бутылку.

Багульник — 25 г; золотой ус — 50 г; крапива жгучая малая — 15 г. Все мелко нарезать, смешать. Заварить эту смесь на литр кипятка. Настоять, укутав, 3 ч, процедить. Принимать по 1/2 стакана 5—6 раз в день. Применять при ревматизме.

Липа, цветки — 1 часть; малина, плоды — 1 часть. 2 ст. л. смеси на 2 стакана кипятка. Кипятить 5—10 мин, процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Пить горячим на ночь по 1—2 чашки. Применять при ревматизме.

Малина, плоды — 40 г; мать-и-мачеха, листья — 40 г. 2 ст. л. смеси на 2 стакана кипятка. Кипятить 5—10 мин, процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Пить горячим на ночь по 1—2 чашки.

Мята перечная, листья — 1 часть; бузина черная, цветки — 1 часть; липа, цветки — 1 часть. 2 ст. л. смеси на 2 стакана кипятка. Кипятить 5—10 мин, процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Пить горячим на ночь по 1—2 чашки.

1 ст. л. вереска настаивать ночь в 1/2 литра кипятка, утром процедить и добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 100 г 3 раза в день до еды.

## ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЕ И УРОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

### *Венерические болезни*

За последние 20 лет произошли существенные изменения в ситуации относительно венерических болезней или инфекций, передающихся половым путем (ИППП). ИППП — инфекции, возбудители которых передаются преимущественно при половом контакте. Понимание того, что мы находимся в «разгаре» эпидемии, вызвало огромный интерес к проблеме ИППП. Число венерических болезней за последнее время значительно возросло. К классическим инфекциям (таким, как гонорея, сифилис, танкрайд, венерическая лимфогранулема) прибавилось более 45 заболеваний. Ежегодно в мире регистрируется более 250 млн новых случаев ИППП, среди них: гонореи — 25 млн, хламидийной инфекции — более 50 млн.

Существуют некоторые особенности венерических заболеваний:

- истинная распространенность многих из них неясна;
- большинство инфекций протекает нетяжело и не угрожает жизни больного;
- некоторые инфекции могут быть легко излечимы;
- ИППП широко распространены, что ведет к риску тяжелых осложнений (бесплодия, внематочной беременности, рака шейки матки).

Заболеваемость является показателем полового поведения, повышающего риск инфицирования ВИЧ, а возбудители заболеваний способствуют инфицированию и прогрессированию ВИЧ.

Наряду со специфической терапией венерических заболеваний с успехом могут быть использованы средства народной медицины и, в частности, препараты золотого уса.

При венерических болезнях пить отвар следующей смеси: корня мыльнянки — 15,0 г; корня бузины травянистой — 15,0 г; травы грыжника — 15,0 г и цветов таволги — 15,0 г. Взять 4 ч. л. (с верхом) смеси на 4 стакана воды и варить 10—15 мин, остудить, добавить свежий сок золотого уса — 4 ч. л. За день выпивать 3—4 стакана.

При венерических болезнях принимать отвар из листьев золотого уса и толокнянки. В этих случаях на 3 стакана сырой воды взять по 1 ст. л. с верхом листьев золотого уса и толокнянки и варить, пока не испарится 1/3 жидкости. Остальное отцедить и пить ежедневно по 2 стакана в день. При этом запрещать алкогольные напитки.

В народе принимают грыжник в смеси с золотым усом. Готовят обычно отвар (30,0—50,0 г на 1 л кипятка) и пьют в смеси со свежим соком золотого уса — 4 ч. л., по 1/2 стакана 3 раза в день.

Наружно: отвар золотого уса — 20,0 г, аирного корня — 30,0 г на 1 л воды — женщины используют при болезнях половых органов для сидячих ванн.

### ***Климакс***

Климакс обусловлен возрастной перестройкой женского организма. Процессы инволюции охватывают ЦНС и эндокринные железы.

У большинства женщин климактерический период протекает без выраженных расстройств. Однако нередко его течение осложняется, что выражается в повышенной возбудимости, ла-

бильности настроения, нарушении сна, головокружениях, повышении АД, вегетативно-сосудистых расстройствах (приливы и др.). У 8—10% женщин климакс протекает патологически: частые приливы (до 10—20 раз в сутки и более), внезапное ощущение жара, значительное повышение АД, ожирение, нарушения водно-солевого и других видов обмена, нервно-психические изменения. Климакс и климактерический невроз нередко сопровождаются дисфункциональными маточными кровотечениями.

При маточных кровотечениях, возникших в период климактерия или от других причин, не связанных со злокачественными новообразованиями, что подтверждено обследованием у гинеколога, отваром из листьев золотого уса и корки зрелых семян каштана пользуются для промываний (по 15,0 г на 250—300 г воды кипятить 10 мин на слабом огне). Промывания делают 2 раза в день.

Отвар из 3 ст. л. цветов боярышника на 3 стакана кипятка и 3 ч. л. сока золотого уса, по 1 стакану трижды в день принимать при начинающейся климактерии.

При сильных приливах крови к голове при наступлении климакса принимать 3 раза в день по 10 капель спиртового настоя руты и золотого уса на ложке или кусочке сахара. Настой готовят так: 1 часть сока из свежих размятых листьев руты, 1 часть свежего сока золотого уса залить 6 частями спирта, поставить на 10 дней в темное место, после чего процедить, отжать и опять процедить.

Золотой ус, лист — 1 часть; валериана лекарственная, корень — 1 часть; тысячелистник, трава — 2 части; мятта перечная, лист — 1 часть. Одну столовую ложку смеси залить стаканом холодной кипяченой воды, настоять 2—3 ч, довести до кипения, настоять до остывания, затем процедить. Пить по 1 ст. л. 3—4 раза в день.

Золотой ус, лист — 1 часть; ромашка аптечная, цветки — 2 части; фенхель, плоды — 1 часть; мятта перечная, лист — 1 часть. 1 ст. л. смеси залить стаканом горячей кипяченой воды, настоять 30 мин. Пить по 1 ст. л. 3—4 раза в день.

Золотой ус, лист — 1 часть; боярышник пятилисточный, цветки — 2 части; пустырник сердечный, трава — 2 части; шалфей лекарственный, трава — 1 часть. 1 ст. л. смеси заваривают как чай стаканом кипятка, настоять 20—30 мин, процедить. Пить по 1 ст. л. 3—4 раза в день.

Золотой ус, лист — 1 часть; хмель обыкновенный, соплодия — 1 часть; мелисса лекарственная, трава — 1 часть; шиповник, плоды — 1 часть. 1 ст. л. смеси залить 300 г холодной кипя-

ченой воды, выдерживать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, настоять 1 час, процедить. Принимать по 50 мл 4 раза в день на голодный желудок (за 20 мин до еды или 2 ч после еды).

Золотой ус, листья — 15 г; чистотел большой, трава — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 15 г. Три ч. л. сбора залить тремя стаканами кипящей воды, кипятить 15—20 мин и процедить. Принимать по стакану 2 — 3 раза в день.

Крушина ломкая, кора — 30 г; фенхель обыкновенный, плоды — 20 г; полынь горькая, трава — 10 г; мятта перечная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить 200 мл кипятка, настоять 20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по стакану 2 раза в день (утром и вечером).

Золотой ус, листья — 20 г; мятта перечная, листья — 20 г; полынь горькая, трава — 20 г; фенхель обыкновенный, плоды — 20 г; липа, цветки — 20 г; крушина ломкая, кора — 20 г. 10 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить 45 мин, процедить и довести кипяченой водой количество настоя до первоначального объема. Принимать по стакану 2 раза в день (утром и вечером).

Золотой ус, листья — 20 г; солодка голая, корни — 30 г; бузина черная, цветки — 30 г; крушина ломкая, кора — 30 г; фиалка трехцветная, трава — 20 г; календула, цветки — 20 г. 2 ст. л. сбора залить 500 мл кипятка, настоять 30 мин и процедить. Принимать по стакану 2 раза в день (утром и вечером).

Золотой ус, листья — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; пустырник, трава — 15 г; мятта перечная, листья — 15 г; укроп душистый, плоды — 15 г; жостер слабительный, плоды — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по стакану 2—3 раза в день.

### ***Миома матки***

Миома матки — доброиз качественная опухоль, образующаяся из гладкомышечной ткани матки. Развитие опухоли связано с нарушениями в эндокринной системе организма. Узлы могут располагаться в теле (95%) и шейке (5%) матки.

Обычно возникает у женщин старше 30 лет. Заболевание проявляется циклическими кровотечениями, на фоне которых нередко наблюдаются ациклические маточные кровотечения, обусловленные развитием подслизистого узла или сочетанием опухоли с дисфункциональным маточным кровотечением. Если же опухоль растет в сторону мочевого пузыря и прямой кишки,

то появляются симптомы сдавления этих органов. Рост опухоли относительно медленный. Миома матки может осложниться перекрутом ножки узла, некрозом узла, кровоизлиянием. Необходимо знать, что при быстром росте опухоли, обильных маточных кровотечениях, приводящих к анемии, симптомах сдавления смежных органов, подслизистой миоме, миоме шейки матки, некрозе узла опухоли, перекрутке ножки узла показана операция.

Взять траву резака и лист золотого уса (по 1 объемной части). 1 ст. л. смеси на стакан кипятка, настоять. Пить 2—3 раза в день при фибромиоме в начальной стадии.

Средства на основе золотого уса хорошо зарекомендовали себя при проведении послеоперационных лечений. После удаления миомы, матки нужно курсом применять следующее средство. Взять 50 суставчиков растения, мелко нарезать и залить двумя стаканами водки. Стеклянную банку с полученной смесью на 10 дней поставить в темное место. Затем процедить.

Данный курс лечения требует особенно добросовестного отношения, поскольку длится в течение долгого времени. Принимать лекарство рекомендуется утром, за 40 мин до приема пищи. Настойку следует растворить в воде (в соотношении: на 30 мл воды 10 капель настойки). Вечером за 40 мин до еды рекомендуется повторить прием в той же дозировке. На следующий день доза увеличивается на 1 каплю настойки — принимать следует уже 11 капель на прием, еще на следующий день — 12 капель. Курс лечения проводить в течение 25 дней, ежедневно увеличивая дозу на 1 каплю (в конце лечения вы примете 35 капель).

### *Нарушения менструальной функции*

Менструальная функция является одним из важных показателей состояния здоровья женщины. Неправильное питание, болезни нервной системы, инфекционные и другие заболевания, нарушающие общее состояние и важнейшие функции организма, нередко сопровождаются расстройствами менструального цикла.

Существует мнение, что расстройства менструальной функции, особенно аменорея (отсутствие менструаций), при тяжелых экстрагенитальных заболеваниях наблюдаются чаще, чем при некоторых гинекологических болезнях.

Причины и механизм развития нарушений менструальной функции отличаются сложностью. Связь между патологическими процессами, приводящими к тому или иному типу этих нарушений, выяснена еще не полностью.

Установление причинно-следственных отношений между патологическими явлениями, повлекшими за собой нарушение менструального цикла, нередко представляет значительные затруднения. Например, при ряде эндокринных расстройств, ведущих к понижению функции яичников, наблюдается нарушение обмена веществ и ожирение.

Кроме того, ожирение, связанное с неправильным образом жизни и чрезмерным питанием, также способствует иногда понижению функции яичников.

В том и другом случае могут возникнуть расстройства менструальной функции, характеризующиеся ослаблением менструаций (короткие, скучные).

Сложность выражается также в том, что одна и та же причина может вызывать нарушения менструальной функции с различными клиническими проявлениями. Например, инфантилизм сопровождается разными расстройствами в зависимости от степени задержки развития половых органов.

Механизм возникновения нарушений менструальной функции может быть различным в зависимости от того, на каком уровне сложной регуляции или в каком органе половой системы произошло наиболее значительное нарушение.

Нарушения менструальной функции отличаются большим разнообразием и в зависимости от клинических проявлений делятся на следующие группы:

1. Аменорея — отсутствие менструации более 6 мес.
2. Циклические нарушения — менструальные циклы существуют, но они нарушены.

Для циклических нарушений характерны следующие проявления:

Изменение количества крови, выделяющейся во время менструации. Это нарушение бывает двух видов: а) увеличение количества крови (обильные менструации); б) уменьшение количества крови (скучные менструации).

Нарушение продолжительности менструаций: а) в сторону увеличения (затяжные менструации); б) в сторону укорочения (короткие менструации).

Нарушение ритма менструаций: а) частые менструации; б) редкие менструации.

Указанные циклические расстройства обычно сопутствуют друг другу.

3. Ановуляторные (однофазные) маточные кровотечения (дисфункциональные маточные кровотечения).

4. Болезненные менструации.

Отвар из 30,0 г корней золотого уса и бедренца на 1 л воды пить при скучных месячных кровотечениях.

При скучных месячных «с болями внизу живота» принимать отвар листьев золотого уса и руты, смешанных с семенами петрушки: золотого уса и руты 2 части, петрушки 1 часть, воды 1,5—2 стакана. Варят 10 мин. Выпивают глотками в течение всего дня не более одного стакана.

Есть утверждение, что долго отсутствующие месячные снова возвращаются, если больные пьют отвар из семян петрушки с добавлением к ним травы руты. Берут 2,0 г семян петрушки и 1,0 г травы руты на 1,5 стакана воды, варят 7—10 мин, остужают и добавляют свежий сок золотого уса — 4 ч. л. Пьют глотками, выпивая все за день, или же по полстакана 2 раза в день.

Мелиссы 15 г на стакан кипятка. Настоять, укутав на 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса. Принимать по 1—2 ст. л. 5—6 раз в день. Применяется при болезненных месячных.

Отвар целых растений лапчатки (1 ч. л. на стакан молока) кипятить 5 мин, добавить сок золотого уса и выпивать в 2 приема — утром и вечером. Пить и делать из него примочки на область матки при сильных маточных болях и при болезненных менструациях.

Золотой ус, лист — 1 часть; крушина ольховидная, кора — 1 часть; ромашка аптечная, цветки — 1 часть; манго перечная, лист — 1 часть. 1 ст. л. смеси залить стаканом кипятка, настоять 40 мин, остудить, затем процедить. Принимать по 2 ст. л. 3 раза в день за неделю до ожидаемой менструации.

Золотой ус, лист — 1 часть; тысячелистник, трава — 1 часть; солодка голая, корень — 1 часть; можжевельник обыкновенный, плоды — 1 часть; зверобой продырявленный, трава — 1 часть. 1 ст. л. сбора залить стаканом кипящей воды, выдержать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, настоять 30 мин. Пить по 1 ст. л. 3—4 раза в день за неделю до ожидаемой менструации.

Золотой ус, лист — 1 часть; валериана лекарственная, корень — 2 части; зверобой продырявленный, трава — 1 часть; ромашка аптечная, цветки — 1 часть; календула лекарственная, цветки — 1 часть. 1 ст. л. смеси залить стаканом кипятка, настоять 40 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. каждый час при менструальных болях.

Золотой ус, лист — 1 часть; ревень тангутский, корень — 2 части; череда трехраздельная, трава — 1 часть; рябина красная, плоды — 1 часть; тмин обыкновенный, плоды — 1 часть. 1 ст. л. смеси залить 350 мл воды, выдержать на кипящей водяной бане

в течение 30 мин, настоять 1 час. Пить по 3 ст. л. 3—4 раза в день через 2 ч после еды.

При болезненных менструациях можно использовать следующие сборы:

Тысячелистник обыкновенный, трава — 25 г; ромашка аптечная, цветки — 25 г; боярышник, цветки — 5 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, кипятить 20 мин, охладить 15 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Ромашка аптечная, цветки — 20 г; валериана лекарственная, корневища — 15 г; мята перечная, листья — 15 г. 2 ст. л. сбора залить двумя стаканами кипящей воды, кипятить 20 мин, настоять 15 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по стакану 2 раза в день (утром и вечером).

Золотой ус, листья — 15 г; валериана лекарственная, корневища — 15 г; крушина ломкая, кора — 15 г; мелисса лекарственная, листья — 15 г; лапчатка гусиная, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить 200 мл кипятка, настоять 5 ч и процедить. Принимать по стакану 4 раза в день.

Лапчатка гусиная, трава — 25 г; золототысячник зонтичный, трава — 15 г; горец птичий, трава — 5 г; хвош полевой, трава — 5 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 1 час и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; мята перечная, листья — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; валериана лекарственная, корневища — 10 г; рута душистая, трава — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, кипятить 10 мин, охладить 15 мин и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

При обильных менструациях применяются рецепты:

Золотой ус, листья — 20 г; горец, трава — 20 г; крапива двудомная, листья — 20 г. 2 ст. л. сбора залить 400 мл воды, настоять 30 мин и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 25 г; горец птичий, трава — 25 г; пастушья сумка обыкновенная, трава — 25 г; омела белая, трава — 25 г. 2 ст. л. сбора залить двумя стаканами кипящей воды, кипятить 10 мин, охладить 15 мин и процедить. Принимать по стакану 2 раза в день (утром и вечером).

Пастушья сумка обыкновенная, трава — 30 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 30 г; дуб обыкновенный, кора — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, ки-

питить 10 мин, настоять 15 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по стакану 2 раза в день (утром и вечером).

Золотой ус, листья — 30 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 30 г; лапчатка гусиная, трава — 30 г; валериана лекарственная, корневища — 30 г. 2 ч. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Принимать по стакану 2 раза в день (утром и вечером).

Дуб обыкновенный, кора — 20 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; шалфей лекарственный, листья — 10 г. 2 ст. л. сбора залить 1 л кипящей воды, кипятить 10 мин, охладить 15 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 10 ч. л. Используют в теплом виде для спринцеваний.

Горец птичий, трава — 25 г; крапива двудомная, листья — 15 г; дуб обыкновенный, кора — 5 г; ромашка аптечная, цветки — 5 г. 2 ст. л. сбора залить 1 л кипящей воды, кипятить 20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 10 ч. л. Используют в теплом виде для спринцеваний.

Дуб обыкновенный, кора — 50 г; крапива двудомная, листья — 30 г; омела белая, листья — 30 г; пастушья сумка обыкновенная, трава — 20 г; горец птичий, трава — 20 г. Весь сбор залить тремя стаканами кипящей воды, кипятить 20—25 мин и процедить. Полученный отвар разбавить 1 л кипяченой воды, добавить сок золотого уса — 10 ч. л. и использовать для спринцеваний.

### **Сальпингоофорит**

Сальпингоофорит — воспаление маточных труб с одновременным воспалением яичников. Сальпингит (воспаление маточных труб) вызывается разнообразной микрофлорой (стафилококками и стрептококками, кишечной палочкой, гонококками, микобактериями туберкулеза и др.). Процесс начинается со слизистой оболочки трубы, затем переходит на мышечную оболочку и ее серозный покров. В результате складки внутренней оболочки маточных труб спаиваются, возникает их непроходимость. В трубах может накапливаться жидкость, гной и кровь.

Заболевание протекает в острой, подострой и хронической формах (при генитальном туберкулезе имеет хроническое течение). Острая стадия характеризуется высокой температурой, болью в животе и поясничной области. В хронической стадии выражена боль, образуются мешотчатые воспалительные образования.

Возбудителями оофорита (воспаление яичников) являются те же бактерии, что и при сальпингите. В большинстве случаев

яичники поражаются вторично вследствие сальпингита. Воспалительно измененная маточная труба спаивается с яичником, образуя единое воспалительное образование. Образование гноя в маточной трубе приводит к расплавлению ткани яичника с развитием тубоовариального воспалительного образования.

Различают острую, подострую и хроническую стадии заболевания. Острое воспаление проявляется болью внизу живота и в поясничной области, высокой температурой, ознобом, расстройствами мочеиспускания, нередко нарушениями функции яичников. В хронической стадии больных беспокоят боли в животе, нарушения менструального цикла (кровотечения). Часто отмечаются рецидивы заболевания под влиянием неспецифических факторов (переутомления, переохлаждения, инфекций). Часто выявляется вторичное бесплодие функционального характера. В острой стадии придатки матки отечны и болезненны. В хронической стадии придатки увеличены и болезненны, расположены кзади от матки, имеют эластическую или плотную консистенцию, очень чувствительны.

При воспалительных процессах употребляют горячий отвар из следующей смеси трав: васильки, лепестки — 10,0 г; бузина травянистая, корень — 15,0 г; кукуруза, рыльца — 10,0 г; толокнянка, листья — 15,0 г; хвощ, трава — 5,0 г; грыжник, трава — 10,0 г и береза, почки — 15,0 г. Все смешать, 4 ст. л. (каждая с верхом) этой смеси залить 1 л сырой воды, замочить в течение ночи, а утром кипятить 5—7 мин, остудить и добавить 7 ч. л. сока золотого уса. Выпить этот отвар за день в 5 приемов. Курс лечения — 6 недель.

50 г листьев и стеблей грушанки на 1/2 литра водки. Настоять 2 недели в темном месте, добавить сок золотого уса — 7 ч. л. Принимать по 30—40 капель 3 раза в день. Применяется при воспалении придатков, при бесплодии, непроходимости труб, при воспалительных заболеваниях матки.

Наружно: отвар золотого уса 20,0 г, аирного корня 30,0 г на 1 л воды — женщины используют при болезнях половых органов для сидячих ванн.

### *Простатит*

Простатит — это неспецифическое воспаление предстательной железы.

Простатиты могут возникать в результате воздействия различных бактерий и без их участия. Наиболее частым возбудителем простатита является *Escherichia coli*. Другими возбудителями являются *Enterobacter*, *Proteus*, *Klebsiella* и *Pseudomonas*.

К числу симптомов при простатите относятся: учащенное мочеиспускание, особенно в ночное время, боль в области промежности и мочевого пузыря, прямой кишке, боль во время эякуляции, задержка мочи, высокая температура и явления интоксикации.

Различают острый бактериальный простатит и хронический бактериальный простатит. Острый бактериальный простатит — это обычно остро возникшее заболевание с повышенной температурой тела, с дряблой, увеличенной и болезненной предстательной железой при обследовании. Хронический бактериальный простатит характеризуется постоянной бактериальной инфекцией и наличием воспалительных клеток в секрете предстательной железы, несмотря на продолжительное лечение. Больных в течение длительного времени беспокоят нарушение мочеиспускания и боль в области промежности.

Простатит может осложняться развитием абсцесса (гнойника) предстательной железы. Абсцесс предстательной железы — это угрожающий жизни инфекционный процесс в предстательной железе, который наблюдается у пациентов с недостаточностью иммунитета, например, при диабете или почечной недостаточности.

Золотой ус, листья — 1 часть; подорожник большой, трава — 1 часть; тысячелистник обыкновенный, трава — 1 часть; хвощ полевой, трава — 1 часть. 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом горячей кипяченой воды, приготовить настой. Принимать по 1 ст. л. раза в день.

Золотой ус, листья — 1 часть; толокнянка обыкновенная, лист — 3 части; василек синий, цветки — 1 часть; солодка голая, корень — 1 часть. 1 ст. л. смеси заварить в стакане кипятка, настоять 30 мин, процедить после охлаждения. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день при простатите и болезнях почек.

Зверобой продырявленный, трава — 1 часть; хвощ полевой, трава — 2 части; крапива двудомная, лист — 1 часть; шалфей лекарственный, трава — 2 части. 1 ст. л. сбора и стакан воды использовать для приготовления настоя. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1—2 ст. л. 3—4 раза в день, запивая стаканом настоя шиповника, если нет противопоказаний к употреблению излишней жидкости.

Мать-и-мачеха, лист — 2 части; береза, почки — 2 части; рошька аптечная, цветки — 1 часть; шиповник коричный, плоды — 1 часть. 1 ст. л. сбора настоять на стакане воды в термосе 2 ч. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Пить по 1 ст. л. 4—5 раз в день, запивая стаканом отвара из ягод облепихи, если нет противопоказаний к излишней жидкости.

Лопух большой, корни — 25 г; тополь черный, почки — 15 г, шалфей лекарственный, листья — 10 г. 25 г сбора залить в термосе 500 мл кипятка, настоять 10 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ? л. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; бруслика обыкновенная, листья — 20 г; хвош полевой, трава — 20 г; ромашка аптечная, цветки — 20 г; календула, цветки — 20 г; чистотел большой, трава — 10 г, мята перечная, листья — 10 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; толокнянка обыкновенная, листья — 20 г; ромашка аптечная, цветки — 20 г; лопух большой, корни — 20 г; кипрей узколистный, листья — 20 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 10 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г, лещина обыкновенная, листья — 10 г; хвош полевой, трава — 10 г; горец перечный, трава — 10 г; полынь горькая, трава — 5 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3 раза в день.

Душица обыкновенная, трава — 15 г; кукуруза обыкновенная, рыльца — 15 г; вереск обыкновенный, трава — 15 г; бессмертник песчаный, цветки — 15 г; василек синий, цветки — 10 г; верonica длиннолистная, трава — 10 г; будра плющевидная, трава — 5 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Шиповник, плоды — 50 г; боярышник, плоды — 50 г; сушеница болотная, трава — 25 г; береза, листья — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; бузина черная, цветки — 15 г; донник лекарственный, трава — 10 г; хвош полевой, трава — 10 г; можжевельник обыкновенный, плоды — 10 г; пырей ползучий, корневища — 10 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом воды, выдержать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; кипрей узколистный, листья — 20 г; тополь черный, почки — 20 г; липа, цветки — 20 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 20 г; петрушка, семена — 20 г; подорожник большой, листья — 20 г. 2 ст. л. сбора залить 500 мл кипятка, настоять 30 мин и процедить. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день.

Грушанка круглолистная, листья — 15 г; кипрей узколистный, листья — 15 г; петрушка, семена — 15 г; спаржа лекарственная, трава — 15 г; яснотка белая, цветки — 15 г; тополь черный, почки — 10 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 10 г; бедренец, корневища — 10 г. Столовую ложку сбора залить 500 мл воды, прокипятить 10 мин, настоять 20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; тополь черный, почки — 15 г; бескоренник песчаный, цветки — 15 г; душица обыкновенная, трава — 10 г; хмель обыкновенный, соплодия — 10 г; вереск обыкновенный, трава — 10 г; будра плющевидная, трава — 10 г; алтей лекарственный, корни — 10 г; мать-и-мачеха обыкновенная, листья — 10 г; боярышник, цветки — 10 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом воды, прокипятить 10 мин, настоять 4 ч и процедить. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день.

Горец птичий, трава — 20 г; синюха голубая, корневища — 10 г; вереск обыкновенный, трава — 20 г; тополь черный, почки — 20 г; лещина обыкновенная, листья — 20 г; омела белая, листья — 10 г; брусника обыкновенная, листья — 10 г; душица обыкновенная, трава — 10 г; вероника лекарственная, трава — 10 г; цикорий обыкновенный, корни — 10 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом воды, прокипятить 10 мин, настоять 1 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день.

Боярышник, плоды — 50 г, шиповник, плоды — 50 г; сушеница болотная, трава — 25 г; овес посевной, семена — 20 г; ромашка аптечная, цветки — 20 г; василек синий, цветки — 15 г; брусника обыкновенная, листья — 15 г; пырей ползучий, корневища — 10 г; солодка голая, корни — 10 г; алтей лекарственный, корни — 10 г; чистотел большой, трава — 10 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом воды, выдержать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3 раза в день.

## ЗАБОЛЕВАНИЯ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ И ГЕПАТОБИЛИАРНОЙ СИСТЕМ

### *Гастрит*

Гастрит — это воспаление слизистой оболочки (в ряде случаев и более глубоких слоев) стенки желудка. Острый гастрит — это острое воспаление слизистой оболочки желудка.

Причин острого гастрита очень много. Это химические, механические, термические и бактериальные факторы. Механизм развития гастрита сводится к повреждению поверхностных клеток и желез слизистой оболочки желудка и развитию в ней воспалительных изменений. Воспалительный процесс может ограничиваться поверхностным эпителием слизистой оболочки или распространяться на всю толщу слизистой оболочки и даже мышечный слой стенки желудка.

Гастрит может возникнуть при погрешности в питании, пищевых токсицинфекциях, при воздействии некоторых лекарств (салцилатов, бутадиона, бромидов, наперстянки, антибиотиков, сульфаниламидов), пищевой аллергии (на землянику, грибы и др.), нарушениях обмена веществ, при ожогах.

Симптомы острого гастрита проявляются обычно через 4–8 ч после воздействия причинного фактора. Характерны чувство тяжести и полноты в подложечной области, тошнота, слабость, головокружение, рвота, понос. Кожные покровы становятся бледными, язык обложен серовато-белым налетом, наблюдается слюнотечение или, наоборот, сильная сухость во рту.

Хронический гастрит проявляется хроническим воспалением слизистой оболочки стенки желудка. Весьма распространенное заболевание, составляющее в структуре болезней органов пищеварения около 35%, а среди заболеваний желудка — 80–85%.

Хронический гастрит иногда является результатом дальнейшего развития острого гастрита, однако чаще развивается под влиянием различных факторов (повторных и длительных нарушений питания, употребления острой и грубой пищи, пристрастия к очень горячей пище, плохого разжевывания пищи, еды всухомятку, употребления крепких спиртных напитков).

Причиной хронического гастрита могут быть качественно неполноценное питание (особенно дефицит белка, железа и витаминов); длительный бесконтрольный прием медикаментов, обладающих раздражающим действием на слизистую оболочку желудка (салцилатов, бутадиона, преднизолона, некоторых антибиотиков, сульфаниламидов и др.); производственные вредности (соединения свинца, угольная, металлическая пыль и др.), заболевания, вызывающие кислородное голодание тканей (хроническая недостаточность кровообращения, анемия); интоксикации при заболеваниях почек, подагре (при которых слизистой оболочкой желудка выделяются мочевина, мочевая кислота индол, скатол и др.); действие токсинов при инфекционных заболеваниях. В 75% случаев хронический гастрит сочетается с хроническим холециститом, колитом и другими заболеваниями органов пищеварения.

Под влиянием длительного воздействия различных факторов сначала развиваются нарушения функции желудка, а в дальнейшем — дистрофические и воспалительные изменения и нарушения.

Наиболее частыми симптомами хронического гастрита являются ощущение давления и распирания в подложечной области после еды, изжога, тошнота, иногда тупая боль, снижение аппетита, неприятный вкус во рту. Чаще всего кислотность желудочного сока снижается. В молодом возрасте преимущественно мужчин кислотность желудочного сока может быть нормальной и даже повышенной. Характерны боль, нередко изжога, отрыжка кислым, ощущение тяжести в подложечной области после еды, иногда — запоры.

Отвар листьев земляники — 50,0 г на 1 л воды с соком золотого уса издавна употребляли при гастритах.

Центаврии — 2,0 г, зверобоя — 2,0 г, горечавки — 2,0 г, тысячелистника — 2,0 г, дикого цикория — 3,0 г, дымянки — 4,0 г. Смесь залить 1 л сырой воды, замочить на целую ночь и утром кипятить 5—7 мин. Немного настоять, процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. и выпить все за день в 5 приемов: натощак — 1 стакан и в течение дня — 4 раза по полстакана. При гастритах с пониженной секрецией

При гастритах считается наиболее полезным применять листья подорожника ланцетолистного в смесях с другими растениями, а именно: листьев ланцетолистного подорожника — 0,0 г, травы зверобоя — 40,0 г, золототысячника — 20,0 г, сушеницы болотной — 40,0 г, корня аира — 10,0 г, травы перечной мяты — 10,0 г, спорыша — 20,0 г, цветов тысячелистника — 5,0 г, семян тмина — 6,0 г. 40,0 г этой смеси залить 1 л кипятка. Настоять в закрытой посуде целую ночь, добавить 5 ч. л. сока золотого уса, выпивать натощак 1 стакан, а остальное в 4 приема, каждый прием через час после еды.

При гастритах с повышенной кислотностью: травы вереска — 40,0 г, золототысячника (центаврии) — 30,0 г, зверобоя — 10,0 г, перечной мяты — 20,0 г и коры крушины — 20,0 г. 2 ст. л. смеси на 0,5 л кипятка парить не менее 30 мин, после чего добавить 4 ч. л. сока золотого уса. Выпивать за день.

При гастритах принимать 2 раза в день — перед обедом и перед отходом ко сну — на кусочке сахара или на 1 ч. л. воды по 7 капель настойки: из 1 весовой части шишек хмеля и 2 частей листьев золотого уса на 4 весовых части спирта.

Отвар из смеси следующих трав: золотого уса — 50,0 г, зверобоя — 40,0 г, центаврии — 40,0 г, тысячелистника — 30,0 г, ди-

кого цикория — 30,0 г, дымянки — 20,0 г хорошо помогает при начинающемся гастрите. Если у больного имеется тенденция к запорам, добавить еще кору крушины. Все смешать. Из указанной смеси взять 4 ст. л. с верхом, залить 1 л сырой воды (делать это ежедневно с вечера) и поставить в духовку на всю ночь. Утром кипятить 5—7 мин, считая от начала кипения, снять с огня и оставить отвар накрытым на 1/2 ч, после чего процедить и пить в течение дня.

Фенхель, плоды — 1 часть; алтей, корень — 1 часть; ромашка аптечная — 1 часть; пырей, корневище — 1 часть; солодка, корень — 1 часть. Все хорошо измельчить и смешать. 1 ст. л. смеси на 1 стакан воды. Кипятить 10 мин, настоять, укутав, 3 ч, процедить, добавить сок золотого уса — 3 ч. л., принимать на ночь по 1 стакану настоя. Применяется при острых и хронических гастритах.

Ромашка аптечная, цветы — 10 г; тысячелистник, трава — 10 г; полынь горькая, трава — 10 г; мята перечная, листья — 10 г; шалфей, листья — 10 г. 2 ч. л. смеси на 1 стакан кипятка настаивать, укутав, 30 мин. Процедить и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать настой горячим по 1/2 стакана 2 раза в день за 30 мин до еды.

Мята перечная, листья — 20 г; золототысячник, трава — 5 г. 2 ч. л. смеси на стакан кипятка. Настоять, укутав, 30 мин. Процедить и добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 1 стакану 3 раза в день за 30 мин до еды. Применять при гастритах с жалобами на печень.

Валериана, корень — 10 г; вахта трехлистная, корень — 10 г; мята перечная, листья — 10 г; апельсин, кожура — 10 г. 2 ч. л. смеси на стакан кипятка. Настаивать, укутав, 10 мин. Процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по одному стакану настоя 3 раза в день до еды. Применять при гастритах с жалобами на печень.

Зверобой, трава — 10 г; бессмертник, цветки — 15 г. 2 ст. л. смеси настаивать 12 ч в 0,5 литра воды, кипятить 5 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день через час после еды.

Бессмертник, цветки — 15 г; льнянка, трава — 10 г. 20 г смеси настаивать 2 ч в 0,5 литра кипятка, процедить и добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день через час после еды.

Календула, цветки — 20 г; ромашка аптечная, цветки — 20 г, мята перечная, листья — 10 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в те-

чение 45 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

Ромашка аптечная, цветки — 20 г; зверобой продырявленный, трава — 20 г; алтей лекарственный, корни — 10 г; 20 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 30 мин, охладить в течение 10 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

Мята перечная, листья — 20 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г; подорожник большой, листья — 20 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; репешок обыкновенный, трава — 10 г. Чайную ложку сбора залить двумя стаканами кипятка, настоять 30 мин, процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 5 мл каждый час до исчезновения симптомов заболевания.

Золотой ус, листья — 20 г; ромашка аптечная, цветки — 20 г; алендула, цветки — 20 г; подорожник большой, листья — 20 г; мячелистник обыкновенный, трава — 20 г; череда трехраздельная, трава — 20 г. 10 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 5 мин, процедить и кипяченой водой довести количество настоя до первоначального объема. Принимать по 1/3—1/2 стакана 3—5 раз в день.

При повышенной кислотности желудка с вздутием, изжогой запорами можно приготовить настойку на портвейне. Взять 10 г корней горечавки, апельсиновых корок, корневищ аира, травы зверобоя, бобовника, цветов пижмы, корня валерианы и травы сушеницы болотной. Всю эту смесь залить 1 л вина и поставить на окно на солнечный свет на 21 день. Затем процедить, добавить 5 ч. л. свежего сока золотого уса. Принимать утром, нащак, 2 ст. л. и столько же перед отходом ко сну.

### Геморрой

Геморрой — это увеличение объема кавернозных (геморральных) телец прямой кишки, сопровождающееся кровотечениями, а иногда тромбозом и воспалением, зудом и другими симптомами.

В основе заболевания лежат нарушения регуляции притока оттока крови в кавернозных венах прямой кишки, приводящие к застою в них крови. Этому способствуют малоподвижный образ жизни, запоры и воспалительные или опухолевые процессы в прямой кишке и других органах малого таза. Длительное напряжение кавернозных телец вызывает расширение, истончение их стенок и покровных тканей, легко подвергающихся

травмированию с образованием мелких эрозий и разрывов. В результате возникают кровотечения при акте дефекации или гигиенической обработке области заднего прохода. Кроме того, образование эрозий и трещин покровных тканей создает условия для инфицирования их и развития воспалительных процессов на фоне тромбоза геморроидальных узлов (острый геморрой).

При неосложненном геморрое отмечается зуд, ощущение инородного тела, выделение капель или струйки алоей крови в конце акта дефекации, анемия. При осложнениях появляется сильная боль, повышается температура, возникают отек и покраснение вокруг заднего прохода, затруднение акта дефекации, иногда задержка мочи. Течение чаще длительное с периодическими обострениями и осложнениями вплоть до выраженной анемии и гнойного воспаления, с тромбозом и некрозом узлов.

Сок из свежих цветов каштана и листьев золотого уса по 25—30 капель на 1 ст. л. воды принимать 2 раза в день при набухании геморроидальных шишек.

Утверждают, что хотя и слабее, но также действует сок, разбавленный спиртом (1 часть сока на 2 части спирта); принимать по рюмке (30,0—40,0 г) 3 раза в день.

Водный отвар коры ветвей каштанового дерева — 50,0 г и корней золотого уса — 100,0 г на 1 л воды, употреблять для сидячих ванн при геморроидальных кровотечениях непосредственно после испражнения. Ванна (прохладная) в течение 15 мин. Для таких же ванн используют отвар корней золотого уса, коры веток каштана и травы водяного перца.

Противогеморройный сбор: крапива, лист — 1 часть; крушина, кора — 1 часть. 8 г смеси на 1 литр кипятка. Кипятить 10 мин на малом огне, настоять, укутав, 30 мин. Процедить и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать по 1 стакану 4 раза в день, при сильных болях без шишек.

Тысячелистник, трава с верхушками. 15 г травы с цветами на стакан кипятка. Настоять, укутав, 1 час, процедить и добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день до еды. Можно принимать и без дозировки, если 1 ст. л. травы настоять в 0,5 л кипятка. Свежий сок тысячелистника и золотого уса пополам с медом принимать 3 раза в день по 1 ч. л. При длительном лечении это радикальное средство. Очень эффективен в борьбе с геморроем в начальной стадии и при кровотечениях

1 литр холодной воды налить в таз, добавить 8 ч. л. сока золотого уса и сделать сидячую ванну от 1 мин до 5 мин. Делать 2 раза в день, утром и вечером. Хорошо в эту воду бросить не-

сколько крупинок марганцовки, так чтобы вода была нежно-розового цвета. В холодной воде мочить тряпочки и прикладывать на шишки, как тряпочки нагреются — сменить. Применение холодной воды с соцом при геморрое очень хорошо облегчает состояние больного.

Из зрелых ягод рябины красной отжать сок и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 75—100 г сока 3 раза в день, можно добавить в него мед или сахар. Запивать холодной водой. Прекрасное послабляющее средство.

Крушина ломкая, кора — 20 г, душица обыкновенная, трава — 20 г; крапива двудомная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить 300 мл воды, кипятить 5 мин, настоять 4 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

Стальник полевой, корни — 30 г; жостер слабительный, плоды — 20 г; солодка голая, корни — 20 г; кориандр посевной, плоды — 20 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; горец почечуйный, трава — 15 г; крушина ломкая, кора — 15 г; тмин обыкновенный, плоды — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Льнянка обыкновенная, трава — 20 г; ромашка аптечная, цветки — 20 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г, тополь черный, почки — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 1—2 мин, охладить и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Тысячелистник обыкновенный, трава — 30 г; фенхель обыкновенный, плоды — 30 г; солодка голая, корни — 15 г; крушина ломкая, кора — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Крушина ломкая, кора — 30 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 20 г; мелисса лекарственная, трава — 20 г; арника горная, цветки — 10 г; терн колючий, цветки — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1 стакану 2 раза в день (утром и вечером).

Золотой ус, листья — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; сушеница, трава — 15 г; лен обыкновенный, семена — 15 г; го-

рец почечуйный, трава — 15 г; хвощ полевой, трава — 15 г; крушина ломкая, кора — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 20 мин и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; крапива двудомная, листья — 10 г; крушина ломкая, кора — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г; жостер слабительный, плоды — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; мята перечная, листья — 10 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/3 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; кориандр посевной, плоды — 10 г; кассия узколистная, листья — 10 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; крушина ломкая, кора — 10 г; солодка голая, корни — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, настоять 1 ч и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; календула, цветки — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; подорожник большой, листья — 15 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; кассия узколистная, листья — 10 г; одуванчик лекарственный, корни — 10 г. 2 ст. л. сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; крапива двудомная, листья — 15 г; земляника лесная, листья — 10 г; дымянка лекарственная, трава — 10 г; крушина ломкая, кора — 10 г; горец перечный, трава — 10 г; солодка голая, корни — 10 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить 500 мл кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; зверобой продырявленный, трава — 15 г; горец почечуйный, трава — 15 г; стальник полевой, корни — 15 г; подорожник, листья — 15 г; сушеница болотная, трава — 10 г; крушина ломкая, кора — 10 г; хвощ полевой, трава — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г. 10 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Горец перечный, трава — 30 г; одуванчик лекарственный, корни — 20 г; пастушья сумка обыкновенная, трава — 20 г; хвощ

полевой, трава — 20 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 20 г; валериана лекарственная, корневища — 10 г; омела белая, трава — 10 г; крушина ломкая, кора — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3—4 раза в день.

### Диспепсия

Диспепсия — это собирательный термин. Он обозначает нарушение функций пищеварения, которое возникает при недостаточном выделении пищеварительных ферментов или нерациональном питании. Различают бродильную, гнилостную и жировую диспепсию. Бродильная диспепсия связана с чрезмерным употреблением в пищу углеводов (сахара, меда, мучных продуктов, фруктов, винограда, гороха, бобов, капусты и т. д.), а также бродильных напитков (кваса), в результате чего в кишечнике размножаются микробы.

Гнилостная диспепсия возникает при преимущественном употреблении в пищу белковых продуктов, особенно бараньего, свиного мяса, которое медленнее переваривается в кишечнике. Гнилостная диспепсия возникает вследствие использования в пищу несвежих мясных продуктов. Жировая диспепсия обусловлена чрезмерным употреблением медленно перевариваемых, особенно тугоплавких, жиров (свиного, бараньего).

Ускорение продвижения пищевых масс по кишечнику также затрудняет нормальное переваривание и способствует развитию диспепсий. Образующиеся при этом ядовитые вещества (органические кислоты, индол, скатол, сероводород) раздражают слизистую оболочку кишечника. Расстройство процессов пищеварения нарушает нормальное развитие полезных бактерий и вызывает дисбактериоз.

Симптомы. Бродильная диспепсия проявляется метеоризмом, урчанием в кишечнике, выделением большого количества газов, частым слабо окрашенным жидким пенистым стулом с кислым запахом. Гнилостная диспепсия также проявляется поносом, но цвет испражнений насыщенно-темный, запах — гнилостный. Из-за общей интоксикации продуктами гниения нередки ухудшение аппетита, слабость, понижение работоспособности. При жировой диспепсии испражнения светлые, обильные, с жирным блеском.

Недостаточное поступление в кишечник ферментов вызывает ощущение урчания и переливания в животе, метеоризм, нарушается аппетит, возможны коликообразные боли в животе, характерен обильный понос (жирный кал).

При отсутствии аппетита и несварении желудка принимать 3 раза в день по 10 капель спиртового настоя руты и золотого уса на ложке или кусочке сахара. Настой готовить так: 1 часть сока из свежих размятых листьев руты, 1 часть свежего сока золотого уса залить 6 частями спирта, поставить на 10 дней в темное место, после чего процедить, отжать и опять процедить.

Для возбуждения аппетита можно выпить по 3 стакана в день отвара из 2 частей нарезанных корней дягиля лесного — 1 часть, листьев шалфея — 1 часть, травы золототысячника — 2 части. Отвар из 3 ст. л. смеси на 3 стакана кипятка смешать с соком золотого уса — 2 л.

Одуванчик, корни — 10 г; стальник, корень — 10 г; крушина, кора — 10 г; мята перечная, листья — 10 г. 1 ст. л. смеси заварить в 1 стакане кипятка, поставить на час, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать при нарушениях пищеварения по 1—2 стакана в день перед едой.

Вахта (трифоль), листья — 10 г; полынь горькая, трава — 10 г; мята перечная, листья — 10 г. 2 ст. л. смеси заварить в 1 стакане кипятка, настоять 30 мин. Процедить и добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Принимать для улучшения аппетита по 3 ст. л. настоя за полчаса до еды 3 раза в день.

Бессмертник, цветы — 200 г; бруслика, листья — 100 г; спорыш, трава — 200 г; ромашка, цветы — 100 г. 2 ст. л. смеси сбора заварить 500 г кипятка, настоять, укутав, не менее чем 5—6 ч, добавить сок золотого уса — 6 чл. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде при нарушении пищеварения.

Береза, листья — 150 г; зверобой, трава — 150 г; мята перечная, листья — 200 г; шиповник, плоды — 200 г; чай почечный — 100 г. 1 ст. л. смеси заварить 300 г кипятка, 5 мин прокипятить, настоять в теплом месте 4 ч, добавить сок золотого уса — 7 ч. л. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 3 раза в день за 15—20 мин до еды.

Отвар из чабреца и золотого уса, как чай, пьют при плохом пищеварении, вздутии живота. Доза: по 10—15 г на 1 л кипятка.

При плохом пищеварении пьют по 3 чашки в день отвара из листьев золотого уса и корневищ аира: листьев — 10,0 г, корневища — 15,0 г, воды 2—3 стакана. Варить 15 мин в посуде, прикрытой крышкой.

Водная настойка шалфея (20,0 г на 1 л кипятка — напаривается закрытой), смешанная с соком золотого уса — 1 ч. л., содействует пищеварению.

## Желчно-каменная болезнь

Желчно-каменная болезнь — заболевание, обусловленное образованием камней в желчном пузыре, реже в печеночных и желчных протоках. После 40 лет камни находят у 32% женщин и 16% мужчин. При наличии камней в 30% случаев отмечают инфицирование желчи. В основе камнеобразования лежат нарушение обменных процессов и инфицирование желчи.

Бессимптомное течение желчно-каменной болезни встречается редко. В большинстве случаев оно проявляется типичными приступами желчной колики или острого холецистита. Наличие камней отмечается в среднем у 90% больных раком желчного пузыря, а среди больных желчно-каменной болезнью рак пузыря развивается в среднем у 4—5%. Осложнения желчно-каменной болезни обусловлены либо присоединением инфекции (острым холециститом), либо миграцией камней (развитием холедохолитиаза, механической желтухи), либо сочетанием этих двух моментов (острого холецистита при закупорке желчных путей, холангита). Желчно-каменная болезнь является показанием к операции, так как операция до развития осложнений менее опасна, но симптомы заболевания можно устраниить применением фитопрепаратов, в том числе золотого уса.

Столовую ложку (с верхом) сухих бересковых листьев на стакан кипятка. Кипятить 20 мин. Настаивать, укутав, 1 ч. Процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать утром и вечером по стакану настоя за полчаса до еды. Пить продолжительное время при желчно-каменной болезни вне периода обострения.

Сок свежего растения лапчатки гусиной смешать с соком зеленого растения ржи и золотого уса. Принимать по 3 ст. л. в день до еды как средство от желчных и печеночных камней.

Ежедневно принимать сок квашеной капусты по 1/2—1 стакану 3 раза в день вместе с 2 ч. л. сока золотого уса до еды. Курс лечения 1/2—2 месяца.

Пропустить через мясорубку 1 стакан конопляного семени. Смешать с 3 стаканами сырого непастеризованного молока, уварить до 1 стакана и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Горячим процедить и пить натощак по 1 стакану в день в течение 5 дней. Через 10 дней курс повторить. В это время не есть ничего острого. Возможны приступы боли в печени, но надо их терпеть.

Прованское (оливковое) масло. Принимать прованское масло вместе с соком золотого уса в равных долях за полчаса до еды. Начинать с 1/2 ч. л. и дойти постепенно до 1/2 чайного стакана.

каны. Лечение обыкновенно длится 2—3 недели. Это средство обладает свойством изгонять камни из желчного пузыря.

Чистотел, трава — 1 часть; ромашка аптечная, цветы — 1 часть; вахта трехлистная, листья — 1 часть. Все хорошо измельчить и смешать. 1 ст. л. сбора на 1 стакан кипятка. Настоять, укутав, 1 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день утром и вечером через час после еды при желчно-каменной болезни в период оремиссии.

Хвощ полевой, трава — 10 г; почечный чай — 10 г; спорыш, трава — 20 г; крапива двудомная, трава — 10 г. 2 ст. л. Заварить 500 г кипятка. Настоять, укутав, не менее чем 5—6 ч, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде при желчно-каменной болезни вне обострения.

Чистотел, трава — 10 г; мята перечная, листья — 10 г; вододушка золотистая, трава — 10 г. 1 ст. л. сбора на 1 стакан кипятка. Настоять, укутав, 1 ч, добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать по 1 стакану настоя утром и вечером за полчаса до еды при желчно-каменной болезни вне обострения.

Спорыш, трава — 1 часть; рыльца кукурузные — 1 часть; стручки фасоли (карликовых форм) — 1 часть; грыжник гладкий, трава — 1 часть; медвежьи ушки (трава) — 1 часть. 15 г смеси на 1 стакан кипятка. Настоять, укутав, 1 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Настой выпивают теплым весь в течение дня при желчно-каменной болезни вне периода обострения.

Морковь (семена). Размолоть семена моркови в порошок. Принимать по 1 г 3 раза в день за 30 мин до еды с соком золотого уса 2 ч. л. Смесь обладает способностью выводить желчные камни.

При желчных камнях смешивать: зверобоя — 40,0 г; спорыша — 30,0 г; цмина — 40,0 г; ромашки — 10,0 г и коры крушины — 20,0 г. 4 ст. л. смеси залить на ночь 1 л сырой воды, а утром прокипятить 7—10 мин. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. и выпить за день в 5 приемов: натощак целый стакан, а остальное за 4 приема, каждый раз через час после еды. При этом соблюдать диету печеночных больных, положить грелку на область печени сразу после приема отвара.

В народе употребляется отвар из побегов туи и корней золотого уса: по 20,0 г на 1 л воды, принимать 3 раза в день по 1 стакану при камнях в печени.

Золотой ус, листья — 1 часть; бессмертник песчаный, цветки — 2 части; вахта трехлистная, лист — 1 часть; ромашка аптечная

ная, цветки — 1 часть. 1 ст. л. смеси облить стаканом горячей кипяченой воды и прогреть на водяной бане при слабом кипении воды 10—15 мин, настоять 30—40 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. настоя 4 раза в день за 20 мин до еды.

Золотой ус, листья — 1 часть; пижма обыкновенная, цветки — 1 часть; одуванчик лекарственный, корень — 1 часть; тмин обыкновенный, плоды — 1 часть. 1 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, кипятить на водяной бане в течение 30 мин при слабом кипении воды, настоять 15 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. отвара за 20 мин до еды.

### Запор

Запором называют длительную задержку дефекации. Они возникают:

- при заболеваниях ЦНС, частых сознательных подавлениях дефекации в связи с условиями жизни или труда — в связи с отсутствием туалета, при работе водителя, продавца и т. д.;
- при поражениях органов пищеварения, а иногда других органов и систем;
- при хронических отравлениях препаратами свинца, морфином, никотином, нитробензолом, длительном приеме в больших дозах некоторых лекарств;
- при понижении функции гипофиза, щитовидной железы, яичников;
- при недостаточном поступлении с пищей клетчатки;
- при недостаточной физической активности, преимущественно сидячем образе жизни;
- вследствие сужения кишки опухолью или рубцами.

Симптомы, течение. Характерна длительная задержка дефекации. Когда нарушается сокращение кишечника, каловые массы обильные, оформленные, колбасовидные; нередко начальная порция очень плотная, большего, чем в норме, диаметра. Дефекация осуществляется с большим трудом, очень болезненна; при надрывах слизистой оболочки анального канала на поверхности каловых масс могут появиться прожилки свежей крови. Наоборот, когда кишечник слишком сильно сокращается, испражнения приобретают форму овечьего кала. Запоры часто сопровождаются метеоризмом, чувством давления, расширения, болью в животе. Длительные запоры нередко сопровождаются усталостью, вялостью, снижением работоспособности.

При запорах готовят настойку на портвейне: берут по 10,0 г следующих растений: корней горечавки, апельсиновых корок, корневищ аира, травы зверобоя, бобовника, цветов пижмы, корня валерианы и травы сушеницы болотной. Всю эту смесь залить 1 л вина и поставить на окно на солнечный свет на 21 день. Затем процедить, добавить свежий сок золотого уса — 5 ч. л. и принимать: утром натощак 2 ст. л. и столько же перед отходом ко сну.

Листьев толокнянки — 40,0 г; почек березы — 30,0 г; травы грыжника — 20,0 г; зверобоя — 40,0 г; столбиков кукурузы — 20,0 г; корня бузины зеленой — 20,0 г; травы хвоща — 30,0 г; спорыша — 20,0 г; цветов душицы — 20,0 г; ромашки — 15,0 г; коры крушины (не свежая — прошлогоднего сбора, иначе кора крушины вызывает рвоту) — 30,0 г. 4 ст. л. смеси залить на ночь 1 л сырой воды, а утром кипятить 7 — 10 мин. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. и выпить за день в 5 приемов: натощак целый стакан, а остальное за 4 приема, каждый раз через час после еды. При этом соблюдают диету.

Хвоща — 40,0 г; стручков (без зерен) фасоли, преимущественно карликовых форм — 20,0 г; овсяной соломы — 20,0 г; травы зверобоя — 40,0 г; спорыша — 20,0 г; цветов бузины зеленой — 30,0 г; васильков — 30,0 г; коры крушины — 30,0 г. 4 ст. л. смеси залить на ночь 1 л сырой воды, а утром кипятить 7 — 10 мин. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. и выпить за день в 5 приемов: натощак целый стакан, а остальное за 4 приема, каждый раз через час после еды.

Сушеницы болотной — 15,0 г; цветов тысячелистника — 20,0 г; травы зверобоя — 30,0 г; перечной мяты — 20,0 г; цветов ромашки — 10,0 г; травы спорыша — 15,0 г; семян укропа — 10,0 г; семян тмина — 10,0 г; шишек хмеля — 5,0 г; коры крушины — 20,0 г и корня валерианы — 10,0 г. 4 ст. л. этой смеси (каждая ложка с верхом) залить 1 л кипятка и поставить в духовку на целую ночь, чтобы настоялась. Утром добавляют сок золотого уса — 7 ч. л. и натощак выпивают 1 стакан отвара, а остальное — в 4 приема в течение дня, каждый раз через час после еды.

Отвар целых растений лапчатки (20,0 г на 1 л кипятка) принимать в смеси с соком золотого уса — 4 ч. л., по стакану трижды в день при спазматических желудочных болях и при запорах.

Листья золотого уса применяется в смеси с цветами терновника. Доза — по 50,0 г листьев и цветов на 1 л воды как чай.

При запорах делают смесь из равных частей: листьев крапивы жгучей, листьев золотого уса и одуванчика и цветов тернов-

ника. На дневную порцию взять 2 ст. л. смеси, залить 2 стаканами кипятка и парить в духовке 2—3 ч. Пить ежедневно в течение двух недель. В это время питаются исключительно молочной пищей; диета без мяса, яиц, рыбы, запрещается водка, пиво.

Отвар из смеси следующих трав: золотого уса — 50,0 г; зверобоя — 40,0 г; центаврии — 40,0 г; тысячелистника — 30,0 г; дикого цикория — 30,0 г; дымянки — 20,0 г; коры крушины — 30,0 г. Все смешать. Из указанной смеси взять 4 ст. л. с верхом, залить 1 л сырой воды (делают это ежедневно с вечера) и поставить в духовку на всю ночь. Утром кипятить 5—7 мин, считая от начала закипания, снять с огня и оставить отвар накрытым на полчаса, после чего процедить и пить в течение дня.

Золотой ус, лист — 1 часть; крушина ольховидная, кора — 8 частей; солодка голая, корни — 1 часть; кориандр, плоды — 1 часть; тмин обыкновенный, плоды — 1 часть. 1 столовую ложку смеси заварить 1 стаканом кипящей воды, настаивать 20 мин, процедить через марлю. Принимать на ночь по 1/2—3/4 стакана.

Золотой ус, лист — 2 части; крушина ольховидная, кора — 6 частей; тысячелистник, трава — 2 части; крапива двудомная, лист — 2 части. 1 ст. л. смеси заварить 2 стаканами кипящей воды, кипятить 10 мин, настоять 40 мин, процедить через марлю. Принимать на ночь по 1/2—1 стакану.

Льняного семени 4 ч. л. на 1 липр воды Кипятить 15 мин, настоять, укутав, 1 час, можно не цедить, добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 1/2 стакана через 2 ч 6—8 раз в день горячим при запорах и колитах. Результат достигается через 2—3 недели.

При хронических запорах ежедневно пить по 1 ч. л. льняного семени на 1 стакан кипятка. Настоять, укутав, 4—5 ч и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Выпить этот настой вечером, перед отходом ко сну, вместе с семенами.

Крушина ломкая, кора — 30 г; крапива двудомная, листья — 20 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 20—30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4 — 1/2 стакана на ночь.

Золотой ус, листья — 10 г; кассия узколистная, листья — 20 г; крушина ломкая, кора — 20 г; тмин обыкновенный, плоды — 10 г. 20 г сбора залить стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана на ночь.

Жостер слабительный, плоды — 20 г; крушина ломкая, кора — 20 г; крапива двудомная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, кипятить 10 мин, охладить и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана на ночь.

Кассия узколистная, листья — 40 г; алтей лекарственный, корни — 20 г; вахта трехлистная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 1 час и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана на ночь.

Крушина ломкая, кора — 40 г; кориандр посевной, плоды — 5 г; солодка голая, корни — 5 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, кипятить в течение 10 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана на ночь.

Золотой ус, листья — 10 г; крушина ломкая, кора — 30 г; крапива двудомная, листья — 10 г; донник лекарственный, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 20—30 мин и процедить. Принимать по 1/4—1/2 стакана на ночь.

Золотой ус, листья — 10 г; жостер слабительный, плоды — 10 г; солодка голая, корни — 10 г; стальник полевой, корни — 10 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана на ночь.

Крушина ломкая, кора — 30 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; вахта трехлистная, листья — 10 г, тмин обыкновенный, плоды — 5 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, кипятить 10 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1 стакану на ночь.

Кассия узколистная, листья — 30 г; крушина ломкая, кора — 25 г; жостер слабительный, плоды — 25 г, анис обыкновенный, плоды — 10 г; солодка голая, корни — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 20—30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1 стакану на ночь.

### **Колит**

Воспалительное заболевание слизистой оболочки толстой кишки называется колитом.

Острый колит обычно бывает распространенным, часто сочетается с одновременным острым воспалением слизистой оболочки тонкой кишки (острый энтероколит), а иногда и желудка (гастроэнтероколит).

Возбудители острого колита — шигеллы (дизентерия бактериальная), сальмонеллы, реже другие бактерии и вирусы. Его причиной могут быть пищевые отравления, грубые погрешности в питании. Значительно меньшая роль принадлежит некоторым общим инфекциям, пищевой аллергии, токсическим веществам. Воспалительный процесс в толстой кишке возникает следствие местного действия на слизистую оболочку кишки поражающих факторов, которые находятся в содержимом кишечника либо поступают с кровью (токсины, бактерии и др.).

Для острого колита характерна резкая боль тянущего или спастического характера, урчание в животе, потеря аппетита, тоносы, общее недомогание. Стул жидкий с примесью слизи. В более тяжелых случаях стул водянистый, содержит большое количество слизи, иногда кровь; частота стула до 15—20 раз в сутки; могут присоединяться непреодолимые позывы на дефекацию, возникать болезненные тенезмы. Повышается температура тела (до 38°C и выше). В особо тяжелых случаях резко выражена интоксикация, язык сухой, обложенный серым или грязно-серым налетом; живот несколько вздут, а при сильном поносе втянут. Болезненна вся толстая кишка, в различных ее отделах — урчание. В легких случаях состояние больного быстро улучшается; в тяжелых случаях заболевание приобретает затяжной характер. Осложнения: язвенный колит, пиелит, перитонит, сепсис.

Хронический колит — одно из наиболее часто встречающихся заболеваний системы пищеварения. Нередко сочетается с воспалительным поражением тонкой кишки (энтероколит) и желудка.

Колиты инфекционного происхождения могут быть вызваны возбудителями кишечных инфекций, в первую очередь шигеллами и сальмонеллами, возбудителями других инфекционных заболеваний (туберкулеза и др.), возникать как следствие дисбактериоза, паразитарных заболеваний. Некоторые гельминты могут поддерживать воспалительный процесс в кишечнике, вызванный другой причиной. Наибольшее распространение имеют колиты неинфекционного происхождения. Колиты возникают вследствие длительных и грубых нарушений режима питания и рациональной диеты. Токсические колиты возникают из-за длительных интоксикаций соединениями ртути, свинца, фосфора, мышьяка и др. Лекарственные колиты связаны с продолжительным бесконтрольным применением слабительных средств (препараты корня ревеня, крушины, плода жостера, листа сенны и др.), антибиотиков и некоторых других лекарств. Токсические колиты эндогенного происхождения возникают следствие раздражения стенки кишки выводимыми ею продуктами, образовавшимися в организме (при уремии, подагре).

Колиты аллергической природы наблюдаются при пищевой аллергии, при непереносимости некоторых лекарственных и химических веществ, повышенной индивидуальной чувствительности организма к некоторым видам бактерий кишечника и продуктам распада микроорганизмов. Колиты из-за длительного механического раздражения стенки толстой кишки возникают при застое каловых масс, злоупотреблении слабительными клизмами и ректальными свечами и т. д. Нередко хронические колиты имеют несколько причинных факторов, которые взаимно усиливают свое действие.

Основными симптомами являются нарушение стула (хронический понос или запор), боль в различных отделах живота, иногда болезненные тенезмы, метеоризм, диспепсические расстройства. В большинстве случаев, особенно при правостороннем колите, преобладают поносы — дефекация возникает до 10—15 раз и более в сутки, нередко наблюдается чередование поноса и запора. Характерен симптом недостаточного опорожнения кишечника: после дефекации у больного остается ощущение неполного его опорожнения. При обострении процесса появляются ложные позывы на дефекацию, сопровождающиеся отхождением газа и отдельных комочков каловых масс, покрытых тяжами или хлопьями слизи, или слизи с прожилками крови, или периодическим отхождением слизи в виде пленок. Боль при колите обычно тупая, ноющая, локализуется преимущественно в боковых и нижних отделах живота, усиливается после приема пищи и перед дефекацией. Иногда боль приобретает спастический характер, стихает при применении тепла (грелка, компресс); приступ боли может сопровождаться отхождением газов или возникновением позыва к дефекации. Метеоризм при колите объясняется нарушением переваривания пищи в тонкой кишке и дисбактериозом. Часто наблюдаются отсутствие аппетита, тошнота, отрыжка, ощущение горечи во рту, урчание в животе и т. д. Могут наблюдаться слабость, общее недомогание, снижение трудоспособности, похудание, анемия. Течение хронического колита в одних случаях длительное, малосимптомное, в других — постепенно прогрессирующее с чередованием периодов обострений и ремиссий. Осложнения: разрыв язв при тяжелом язвенном колите, кишечные кровотечения, сужение просвета кишки (при рубцевании язв), спаечный процесс.

При колите принимать каждые 2 часа по столовой ложке отвар из листьев золотого уса, полыни и шалфея, а вместо чая пить жидкий отвар из риса.

В народе при колите употребляют отвар листьев земляники 50,0 г на 1 л воды с соком золотого уса.

30,0 г девясила на 1 л красного вина (кагора) и 5 ч. л. сока золотого уса. Парить в духовке всю ночь. Принимать ежедневно по три винные рюмки (примерно 50 г). Лучше всего принимать после еды.

Принимают внутрь отвар из 3,0—10,0 г клубней ятрышника на 180,0 г воды при колитах, сопровождающихся поносами. Отвар готовят следующим образом: нужную дозу порошка взбить в 10 частях холодной кипяченой воды, затем добавить 90 частей кипящей воды, 3 ч. л. сока золотого уса и снова взбить, пока не получится густоватая, однообразная, бесцветная и немного прозрачная слизь.

При продолжительных поносах, при колите и болях в желудке готовят водный отвар из 50,0 г шишек ольхи и 50,0 г корней золотого уса на 1 л воды и пьют горячим по 3 стакана в день. Некоторые в этих же случаях применяют смесь: молодые (собранные до растрескивания) шишки ольхи смешивают в равных частях с корневищами золотого уса, лапчатки и корнями крапивы лжечечи. Этой смеси берется 50,0 г на 1 л воды. Замочить на ночь, утром кипятить 10 мин. Пить горячим натощак целый стакан, а остальное за день, в 4 приема.

Льняного семени 4 ч. л. на 1 литр воды. Кипятить 15 мин, настоять, укутав, 1 час, можно не цедить, добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 1/2 стакана через 2 часа 6—8 раз в день горячим при запорах и колитах. Результат достигается через 2—3 недели.

Мелиссы 15 г на стакан кипятка. Настоять, укутав, 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса. Принимать по 1—2 ст. л. 5—6 раз в день. Применяется при колитах со вздутием кишечника.

При колитах, сочетающихся с запорами, можно рекомендовать следующие сборы: листьев золотого уса — 2 части; корней девясила — 2 части; солодки — 2 части; дягиля — 2 части; валерианы — 2 части; цветков лаванды — 2 части; коры крушины — 5 частей. 5 г смеси залить стаканом воды, кипятить 15 мин, настоять 30 мин, принимать по 200 мл 2—3 раза в день после еды.

Золотого уса — 1 часть; коры крушины — 1 часть; корней солодки — 1 часть; плодов фенхеля — 1 часть, корней алтея — 2 части; семян льна — 2 части. 5 г смеси залить стаканом кипятка, настоять 6 ч, отжать. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 100—200 мл утром и вечером до еды.

Плодов тмина и кожуры апельсина по 1 части, коры крушины 8 частей. 5 г смеси залить стаканом кипятка, настоять 6 ч, отжать. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 100—200 мл утром и вечером до еды.

Золотой ус, листья — 1 часть; ромашка аптечная, цветки — 1 часть; фенхель, плоды — 1 часть; солодка голая, корень — 2 части. 1 ст. л. смеси залить стаканом кипятка, выдерживать на водяной бане при слабом кипении в течение 30 мин, настоять 15 мин, процедить. Хранить в холодильнике не более 3 дней. Принимать обязательно подогретым до 40°С.

Золотой ус, листья — 1 часть; череда трехраздельная, трава — 1 часть; шалфей лекарственный, листья — 1 часть; календула, цветки — 1 часть. 1 ст. л. смеси залить стаканом кипятка, выдерживать на водяной бане при слабом кипении в течение 15 мин, настоять 30 мин, процедить. Настой хранить в холодильнике не более 3 дней. Принимать обязательно подогретым до 40°С. Этот настой можно готовить в термосе, выдерживая 1,5—2 ч.

Золотой ус, листья — 10 г; сушеница, трава — 10 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; солодка голая, корни — 10 г; тмин обыкновенный, плоды — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипячей воды, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Зверобой продырявленный, трава — 30 г; календула, цветки — 30 г; бессмертник песчаный, цветки — 15 г; маньчжурка перечная, листья — 15 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить 45 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Ромашка аптечная, цветки — 30 г; маньчжурка перечная, листья — 10 г; фенхель обыкновенный, плоды — 5 г; валериана лекарственная, корневища — 5 г. 2 ч. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1 стакану 2 раза в день.

Золотой ус, листья — 1 г; алтей лекарственный, корни — 10 г; душица обыкновенная, трава — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; медуница, трава — 20 г; кипрей узколистный, листья — 20 г; зопник клубненосный, трава — 20 г, очанка лекарственная, трава — 20 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; кровохлебка лекарственная, корневища — 10 г; душица обыкновенная, трава — 10 г; маньчжурка перечная, листья — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

листник обыкновенный, трава — 10 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Пастушья сумка обыкновенная, трава — 30 г; лапчатка прямостоячая, корневища — 15 г; горец змеиный, корневища — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г; мята перечная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по стакану 2—3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; мята перечная, листья — 10 г; тмин обыкновенный, плоды — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г; шалфей лекарственный, листья — 10 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; крапива двудомная, листья — 15 г; бенхель обыкновенный, плоды — 15 г; кровохлебка лекарственная, корневища — 15 г; мята перечная, листья — 15 г; зверобой продырявленный, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, кипятить 5 мин, настоять 1 час и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 15 г; аир болотный, корневища — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; укроп душистый, плоды — 15 г; алтей лекарственный, корни — 15 г; календула, цветки — 15 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 5 мин, охладить 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3 раза в день.

Все указанные выше слабительные сборы рекомендуется принимать не более 5—7 дней, эпизодически.

### **Панкреатит**

Хронический панкреатит — хроническое, часто рецидивирующее заболевание, в основе которого лежит сужение или заупорка панкреатических протоков, камнеобразование в них. Сочетанием острого панкреатита должны заниматься только хирурги, поэтому не будем описывать это заболевание в данной главе. Хронический панкреатит часто является следствием острого панкреатита.

Первично-хронический панкреатит возникает при желчно-каменной болезни, аллергиях, алкоголизме, эндокринных нарушениях.

Клинические проявления хронического панкреатита не выражены и часто определяются только в конечной стадии при возникновении недостаточности поджелудочной железы с нарушением пищеварения или развитием инсулиновзависимого сахарного диабета.

Основным симптомом является приступообразная или постоянная боль нарастающей интенсивности в верхней половине живота, отдающая в поясницу и надплечье. В ряде случаев развивается механическая желтуха за счет сдавления общего желчного протока. При безболевой форме возникает нарушение питания и сахарный диабет. Такие больные пониженного питания лежат в вынужденном положении с приведенными к животу колениями. Возможна желтушность кожи. Течение заболевания часто длительное, со сменой ремиссий и обострений.

Средство от хронического панкреатита готовится следующим образом: 1 лист золотого уса следует тщательно измельчить, поместить в стеклянную банку и залить одним литром кипятка. Банку укутать одеялом, в течение суток дать настояться, а затем принимать 3—4 раза в день за 40 мин до еды по 50 г, непременно в теплом виде.

Золотой ус, листья — 1 часть; солодка голая, корень — 1 часть; лен обыкновенный, семя — 1 часть; липа сердцевидная, цветки — 1 часть. 1 ст. л. смеси и стакан кипятка используют для приготовления отвара. Принимать по 1—2 ст. л. 3—4 раза в день

Золотой ус, корень — 1 часть; лопух большой, корень — 1 часть; полынь горькая, трава — 1 часть; девясил высокий, корень — 1 часть; ромашка аптечная, цветки — 1 часть; календула лекарственная, цветки — 1 часть; зверобой продырявленный, трава — 1 часть; сушеница болотная, трава — 1 часть; хвощ полевой, трава — 1 часть; череда трехраздельная, трава — 1 часть, шалфей лекарственный, трава — 1 часть. 1 ст. л. смеси и стакан воды используют для приготовления отвара. Принимать по 1/3 стакана три раза в день за 30 мин до еды.

Золотой ус, лист — 1 часть; ромашка аптечная, цветки — 2 части; подорожник большой, лист — 1 часть; зверобой продырявленный, трава — 1 часть. 1 ст. л. смеси и стакан воды используют для приготовления настоя. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день.

Календула аптечная, цветки — 2 части; шиповник коричный плоды — 1 часть. 1 ст. л. смеси настоять в термосе с 0,5 л воды

3—4 ч, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Пить теплым по 1/3 стакана 3 раза в день.

При недостаточной выработке ферментов поджелудочной железой: золотой ус, лист — 1 часть; анис обыкновенный, плоды — 1 часть; кукуруза, рыльца — 1 часть; одуванчик обыкновенный, корень — 1 часть; горец птичий, трава — 1 часть; зверобой продырявленный, трава — 1 часть; фиалка трехцветная, трава — 1 часть. Настой готовят из 1 столовой ложки смеси растений на 1 стакан кипятка. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день за 20—30 мин до еды.

Сушеница, трава — 40 г; лен обыкновенный, семена — 40 г; аир болотный, корневища — 20 г; чистотел большой, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Аир болотный, корневища — 50 г; лапчатка прямостоячая, корневища — 40 г; календула, цветки — 40 г; чистотел большой, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, настоять 2 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; череда трехраздельная, трава — 20 г; подорожник большой, листья — 20 г; бруслица обыкновенная, листья — 10 г; орех грецкий, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; бессмертник песчаный, цветки — 15 г; лопух большой, корни — 15 г; фасоль обыкновенная, стручки — 15 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 30 мин, охладить 10 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Алтей лекарственный, корни — 50 г; календула, цветки — 40 г; лапчатка гусиная, трава — 40 г; чистотел большой, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, настоять 2 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Бруслица обыкновенная, листья — 30 г; черника обыкновенная, листья — 30 г; фасоль обыкновенная, стручки — 30 г; девясилий высокий, корни — 15 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 1—2 мин, охладить и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; девясила высокий, корни — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; календула, цветки — 10 г; лопух большой, корни — 10 г; полынь горькая, трава — 10 г; ромашка лекарственная, цветки — 10 г; сушеница, трава — 10 г; шалфей лекарственный, листья — 10 г; хвощ полевой, трава — 10 г; череда трехраздельная, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/3 — 1/2 стакана 3 раза в день.

Горец птичий, трава — 50 г; бессмертник песчаный, цветки — 50 г; зверобой продырявленный, трава — 40 г; кукуруза обыкновенная, рыхьца — 40 г; лен посевной, семена — 40 г; одуванчик лекарственный, корни — 40 г; земляника лесная, трава — 30 г; чистотел большой, трава — 30 г; горец змеиный, корневища — 20 г; жостер слабительный, плоды — 20 г; почечный чай, трава — 20 г; фенхель обыкновенный, плоды — 20 г; хмель обыкновенный, соплодия — 20 г; мята перечная, листья — 10 г. 2 ст. л. сбора залить в термосе 500 мл кипятка, настоять 6—8 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день.

### Увеличение селезенки

Увеличение селезенки встречается при различных заболеваниях, часто сочетается с увеличением печени. Наблюдается при циррозах печени, портальной гипертензии, инфекционных и паразитарных заболеваниях и в других случаях.

При болезнях селезенки уменьшается количество всех кровяных клеток (эритроцитов, лейкоцитов и тромбоцитов).

В народной медицине употребляют отвар корней золотого уса и мыльнянки (50,0 г варить 10—15 мин в 1 л воды). Принимать в дозе 3—4 стакана за день.

При болезнях селезенки взять по 20,0 г корней золотого уса, мыльнянки и коры вербы. Эту смесь кипятить 15 мин в 1 л воды. Прием: 3 стакана в день.

При опухолях селезенки делают горячие ванны из следующей смеси: мальва лесная, листья или цветки и все растение — 200,0 г, золотой ус, листья и корни — 300,0 г, чернобыльник, трава — 150,0 г, ромашка, цветки — 150,0 г, зерна овса — 200 г. Все это залить кипятком, вымачивать целый день, а вечером прокипятить (примерно в 5 л воды) и слить в ванну. Ванну принимать непосредственно перед сном.

**Настойка цикория и золотого уса.** Принимать по 20—25 капель 3 раза в день.

10 г шишек хмеля на 1 стакан кипятка. Настоять, укутав, 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Принимать по 1—2 столовые ложки 3 раза в день. Оставшиеся шишки хмеля в теплом виде положить на увеличенную селезенку как припарки.

1 ч. л. травы полыни на 2 стакана кипятка. Настоять, укутав, 30 — 40 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать как чай с медом или сахаром по 1/4 стакана 3 раза в день за 30 мин до еды.

**Тысячелистник, трава, цветы; календула, цветы.** Смешать поровну. 20 г смеси на 1/2 л кипятка. Настоять, укутав, 40 мин. Процедить, добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 2 раза в день.

**Мыльнянка, корень; верба, кора.** 20 г корня мыльнянки и 20 г коры вербы хорошо измельчить. Залить 1 л холодной воды. Кипятить 15 мин. Настоять, укутав, 1 ч, процедить, добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать по 1 стакану 3 раза в день при болезнях селезенки.

**Листья шалфея — 1 часть; листья подорожника — 1 часть; листья крапивы жгучей — 1 часть; листья золотого уса — 2 части.** Все травы измельчить в мелкий порошок, хорошо смешать. Принимать 3 раза в день порошок на кончике ножа при опухоли селезенки.

**Крапива глухая (яснотка), все растение — 1 часть; фиалка трехцветная — 1 часть; череда — 1 часть; земляника — 1 часть.** Все растения измельчить, хорошо смешать. 20 г смеси на 1/2 л кипятка. Настоять, укутав, 1 ч, процедить, добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать как чай в течение дня — 3 стакана.

### *Холецистит*

**Холецистит** — это воспаление желчного пузыря. В 85—95% воспаление желчного пузыря сочетается с камнями.

Более чем в 60% случаев холецистита в желчи обнаруживаются микробы: чаще кишечная палочка, стрептококки, сальмонеллы, клостридии и другие, а в ряде случаев холецистит возникает из-за попадания в желчный пузырь ферментов поджелудочной железы. Возможно попадание инфекции в желчный пузырь при сепсисе. У пожилых людей холецистит может развиться из-за сосудистых расстройств.

Холецистит чаще возникает у женщин старше 40 лет. Ранние симптомы холецистита весьма разнообразны. Часто отмечается боль, захватывающая подложечную область и область пупка. Боль обычно имеет тупой характер, появляется после погрешности в диете, волнения, тряской езды. Боль ощущается в правом боку, распространяется в надключичную область, межлопаточное пространство, поясничную область, сопровождается тошнотой, рвотой, иногда многократной. Кожные покровы могут быть желтушными. Температура повышается чаще незначительно, однако она может быстро подняться и достигать 39°С. Необходимо помнить, что холецистит может привести к такому тяжелому осложнению, как перитонит, и не откладывать визит к врачу.

Золотой ус, листья — 1 часть; брусника обыкновенная, лист — 1 часть; полынь обыкновенная, трава — 1 часть; мята перечная, трава — 1 часть; фенхель, плоды — 1 часть; календула, цветки — 1 часть. 1 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, кипятить на водяной бане в течение 30 мин при слабом кипении воды, настоять 15 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. отвара за 20 мин до еды.

Золотой ус, листья — 1 часть; пижма обыкновенная, цветки — 1 часть; одуванчик лекарственный, корень — 1 часть; тмин обыкновенный, плоды — 1 часть. 1 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, кипятить на водяной бане в течение 30 мин при слабом кипении воды, настоять 15 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. отвара за 20 мин до еды.

Золотой ус, листья — 1 часть; чистотел большой, трава — 1 часть; тысячелистник обыкновенный, трава — 1 часть; шиповник коричный, плоды — 2 части. 1 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, прогреть на водяной бане в течение 15 мин, настоять 45 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. настоя 3—4 раза в день за 20 мин до еды.

Золотой ус, листья — 1 часть; бессмертник, цветки — 2 части; вахта трехлистная, лист — 1 часть; ромашка аптечная, цветки — 1 часть. 1 ст. л. смеси облить стаканом горячей кипяченой воды и прогреть на водяной бане при слабом кипении воды в течение 10—15 мин, настоять 30—40 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. настоя 4 раза в день за 20 мин до еды.

Золотой ус, листья — 15 г; календула, цветки — 15 г; чистотел, трава — 15 г; фенхель обыкновенный, плоды — 15 г; василек синий, цветки — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Бессмертник, цветки — 30 г; береза, почки — 30 г; аир болотный, корневища — 15 г; жостер, плоды — 15 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, выдерживать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить 45 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 25 г; цикорий, корни — 25 г; мята перечная, листья — 25 г; одуванчик лекарственный, корни — 25 г; дягиль лекарственный, корни — 25 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Принимать по стакану 2 раза в день (утром и вечером).

Бессмертник песчаный, цветки — 40 г; вахта трехлистная, листья — 30 г; мята перечная, листья — 20 г; кориандр, плоды — 10 г. 2 ст. л. сбора залить 2 стаканами воды, кипятить 20 мин и процедить, добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; лаванда, цветки — 15 г; клевер луговой, цветки — 15 г; вероника длиннолистная, трава — 15 г; дапчатка гусиная, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Кукуруза обыкновенная, рыльца — 20 г; тысячелистник обыкновенный, трава, — 10 г; мята перечная, листья — 10 г; крушина ломкая, кора — 10 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 30 мин, охладить 10 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; вербена лекарственная, листья — 15 г; береза, листья — 15 г; подмаренник, трава — 15 г; земляника, листья — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; бессмертник песчаный, цветки — 10 г; цикорий обыкновенный, корни — 10 г; календула, цветки — 10 г; мята перечная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 10 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Бессмертник песчаный, цветки — 40 г; крапива двудомная, листья — 20 г; шалфей лекарственный, листья — 20 г; шиповник, плоды — 20 г; мята перечная, листья — 20 г. 2 ст. л. сбора залить 2 стаканами кипящей воды, кипятить 20 мин, настоять 30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день (утром и вечером).

Золотой ус, листья — 15 г; пижма обыкновенная, цветки — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; жостер, плоды — 15 г; мята перечная, листья — 15 г; кукуруза обыкновенная, рыльца — 15 г. Столовую ложку сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Зверобой продырявленный, трава — 30 г; мята перечная, листья — 20 г; полынь горькая, трава — 20 г; валериана лекарственная, корни — 20 г; хмель обыкновенный, шишки — 10 г. 10 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 1 стакану 2—3 раза в день.

Мята перечная, листья — 20 г; календула, цветки — 15 г; зверобой продырявленный, трава — 15 г; одуванчик лекарственный, трава — 15 г; пижма обыкновенная, цветки — 10 г. 2 ст. л. сбора залить 2 стаканами воды, кипятить 20 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день. Все эти рецепты можно использовать для лечения холецистита вне периода обострения.

### Цирроз печени

Цирроз печени — хроническое заболевание, которое характеризуется поражением печеночной ткани, развитием соединительной ткани, перестройкой структуры и сосудистой системы печени. Встречается нередко, чаще у мужчин, преимущественно в среднем и пожилом возрасте.

Цирроз может развиться после вирусного гепатита, из-за недостаточности питания (особенно белков, витаминов) и нарушений обмена (при сахарном диабете, тиреотоксикозе), хронического алкоголизма, при длительном сдавлении или закупорке желчных протоков как исход токсических или токсико-аллергических гепатитов, изредка при паразитарных заболеваниях.

Для цирроза печени наряду с увеличением или уменьшением размеров печени характерно ее уплотнение, сопутствующее увеличение селезенки, желтуха. Нередка тупая или ноющая боль в области печени, усиливающаяся после погрешностей в диете и физической работы; диспепсические явления, кожный зуд. При циррозе выявляются «печеночные знаки»: «звездочки», «паучки» на коже верхней половины туловища, эритема (покраснение) ладоней («печеночные ладони»), «лаковый язык» малинового цвета, «печеночный язык». Нередки пальцы в виде барабанных

палочек, у мужчин — гинекомастия, нарушение роста волос на подбородке и в подмышечных впадинах. Больных беспокоит выраженная слабость, снижение трудоспособности. При циррозе печени рано возникает асцит, варикозное расширение вен пищевода, что приводит к кровотечениям, а также расширение поджелудочных околопупочных вен, расходящихся в разные стороны от пупка («голова Медузы»).

Золотой ус, листья — 15 г; кукуруза обыкновенная, рыльца — 15 г; шиповник, плоды — 15 г; крапива двудомная, листья — 15 г; чистотел, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Василек синий, цветки — 20 г; календула, цветки — 20 г; мята перечная, листья — 10 г; тмин обыкновенный, плоды — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа, процедить и добавить сок золотого уса — ч. л. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3—4 раза в день.

Шиповник, плоды — 30 г; ромашка аптечная, цветки — 30 г; брусника обыкновенная, листья — 15 г; крушина ломкая, кора — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч, процедить и добавить сок золотого уса — ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; цикорий обыкновенный, корни — 10 г; календула, цветки — 10,0 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; хвощ полевой, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, настоять 4 ч и процедить. Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; клевер луговой, цветки — 20 г; вербена лекарственная, листья — 20 г; грыжник голый, трава — 20 г; кошачья лапка двудомная, цветки — 20 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Цикорий обыкновенный, корни — 50 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; хвощ полевой, трава — 10 г; крушина ломкая, кора — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 4 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Ромашка аптечная, цветки — 15 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; лопух большой, корни — 10 г; шиповник, плоды — 10 г; девясил высокий, корни — 5 г; череда трехраздельная, трава — 5 г. Столовую ложку сбора залить стаканом

воды, прокипятить 1—2 мин, настоять в течение часа, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; береза, листья — 20 г; бессмертник песчаный, цветки — 20 г; одуванчик лекарственный, корни — 20 г; золототысячник зонтичный, трава — 20 г; чистотел, трава — 20 г; буквица лекарственная, трава — 20 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; лапчатка гусиная, трава — 15 г, цикорий обыкновенный, корни — 15 г; грушанка круглолистная, листья — 15 г; льнянка обыкновенная, трава — 15 г; сердечник луговой, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3 — 4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г, шиповник, плоды — 10 г; календула, цветки — 10 г; тмин обыкновенный, плоды — 10 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; солодка голая, корни — 10 г. 10 г сбора залить 500 мл теплой воды, настоять в термосе 8 ч, нагревать до кипения и процедить. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день (утром и вечером).

Золотой ус, листья — 15 г; крапива двудомная, листья — 15 г, зверобой продырявленный, трава — 15 г; шиповник, плоды — 15 г; хвощ полевой, трава — 15 г; лопух большой, корни — 15 г, мята перечная, листья — 15 г; крушина ломкая, кора — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; бессмертник песчаный, цветки — 20 г; барбарис обыкновенный, листья — 20 г; хвощ полевой, трава — 20 г; цикорий обыкновенный, корни — 20 г; зверобой продырявленный, трава — 20 г; мята перечная, листья — 20 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 20 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды. Настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; репешок обыкновенный, трава — 10 г; кошачья лапка двудомная, цветки — 10 г; береза, листья — 10 г; подмаренник настоящий, трава — 10 г; можжевельник обыкновенный, плоды — 10 г; вахта трехлистная, листья — 10 г, крушина ломкая, кора — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, настоять 30 мин и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

## Энтерит

Энтеритом называется воспалительное заболевание слизистой оболочки тонкой кишки.

При остром энтерите часто поражается желудок (гастроэнтерит) и толстая кишка (гастроэнтероколит).

Выделяют острые энтериты:

— инфекционного и вирусного происхождения (с клинической картиной тяжелого энтерита протекают холера, брюшной тиф, сальмонеллезы, иногда грипп и т. д.);

— обусловленные перееданием с приемом большого количества острой либо слишком грубой пищи, раздражающих слизистую оболочку приправ, крепких алкогольных напитков;

— токсические (при отравлениях соединениями мышьяка, улемой и другими ядами; отравлениях грибами — бледной панкой, мухоморами, ложными опятами, другими ядовитыми веществами, которые могут содержаться в пищевых продуктах — юсточковых плодах, некоторых рыбных продуктах — в печени талима, щуки, икре скумбрии и т. д.);

— аллергические (при реакции организма на землянику, яйца, крабы и так далее или при аллергической реакции на медикаменты — на препараты йода, брома, некоторые антибиотики и т. п.).

Острый энтерит может начинаться с местных симптомов: тошноты, рвоты, диареи, выраженного урчания в животе, иногда пастических болей. Затем к ним присоединяются слабость, общее недомогание, холодный пот, лихорадка (температура может достигать 38—39°C и выше), явления общей интоксикации, иногда симптомы сосудистого коллапса. В других случаях общие симптомы появляются первыми, а спустя некоторое время (от получаса до нескольких часов) к ним присоединяются признаки воспаления тонкой кишки. Отмечается болезненность подложечной области. В легких и среднетяжелых случаях заболевание заканчивается выздоровлением через несколько дней. Тяжелые формы могут осложняться кишечными кровотечениями, некрозом и разрывом тонкой кишки.

Хронический энтерит также развивается в результате следующих причин:

— злоупотребление острой пищей и острыми приправами, безрежимное питание;

— алкоголизм, особенно прием крепких алкогольных напитков и их суррогатов;

- хронические отравления соединениями свинца, ртути, фосфора, мышьяка и других; бытовые интоксикации, в частности лекарственные (при злоупотреблении солевыми слабительными, длительном бесконтрольном применении антибиотиков широкого спектра действия, способных вызвать кишечный дисбактериоз, и др.);
- пищевая аллергия;
- паразитарные заболевания (лямблиоз и др.), некоторые кишечные гельминтозы;
- радиационные поражения;
- сопутствующие энтериты при длительно протекающих гастритах, хронических панкреатитах, колитах.

Наиболее изученные механизмы развития заболевания:

- 1) непосредственное хроническое повреждающее воздействие факторов на стенку тонкой кишки (токсическое, раздражающее);
- 2) длительно существующий дисбактериоз, сопровождающийся образованием токсических веществ.

Чаще при хроническом энтерите больных беспокоит боль в околопупочной области. Обычно она носит тупой, редко спастический характер. Важный признак энтерита — урчание и плеск справа в животе. Бывают диспепсические жалобы: ощущение давления, распирания и вздутия живота, особенно после еды тошнота, ощущение урчания, переливания в животе и другие симптомы, которые возникают в результате нарушения переваривания пищевых веществ в кишечнике, ускорения их проведения по тонкой кишке, а также нарушения всасывания в кишечнике. Иногда при тяжелом энтерите вскоре после еды возникают слабость, головокружение и другие общие явления. Для энтерита характерен частый (до 15—20 раз в сутки) кашицеобразный с непереваренными частицами пищи, но без видимой слизи часто зловонный, с пузырьками газа стул. Иногда возникают резкие позывы к дефекации вскоре после еды, а после дефекации возникает резкая слабость, сопровождаемая холодным потом дрожанием рук. В нетяжелых случаях и при отсутствии сопутствующего колита понос может отсутствовать и даже наблюдаться запор. Характерна непереносимость молока: после его приема усиливаются метеоризм, понос. Обострение заболевания вызывают прием острой пищи, содержащей большое количество жиров и углеводов, переедание. Часто имеет место своеобразный желтоватый (золотистый) цвет каловых масс.

При энтеритах неинфекционного происхождения применяется следующий сбор.

Ромашка аптечная, цветки — 10 г; тысячелистник, трава — 5 г; полынь горькая, трава — 10 г; мята перечная, трава — 10 г; валфей, листья — 10 г. 2 ч. л. смеси на 1 стакан кипятка, настоять, укутав, 30 мин. Процедить и добавить сок золотого уса — 1 ч. л. Принимать настой горячим по 1/2 стакана 2 раза в день за 0 мин до еды.

Золотой ус, листья — 2 части; лапчатка, корень — 2 части; мята, листья — 2 части; ромашка, цветки — 2 части; шиповник, плод — 2 части; тысячелистник, трава — 1 часть. 10 г смеси залить 500 мл кипятка, кипятить 10 мин, настоять 30 мин, отжать, принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды.

Лапчатка, корень — 4 части; черника, плоды — 3 части; черника, листья — 3 части; ромашка, цветки — 10 частей. 10 г смеси залить 500 мл кипятка, кипятить 10 мин, настоять 30 мин, отжать. Добавить сок золотого уса — 6 ч. л., принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды.

Золотой ус, листья — 2 части; мох исландский — 2 части; лапчатка, корень — 2 части; ромашка, цветки — 2 части; горец змеиный, корень — 3 части; подорожник, листья — 3 части; черника, плоды — 3 части. 10 г смеси залить 500 мл кипятка, кипятить 10 мин, настоять 30 мин, отжать, принимать по 1/3 стакана раза в день после еды.

Ромашка аптечная, цветки — 10 г; тысячелистник, трава — 0 г; полынь горькая, трава — 10 г; мята перечная, листья — 10 г; валфей, листья — 10 г. 2 ч. л. смеси на 1 стакан кипятка, настоять, укутав, 30 мин. Процедить и добавить сок золотого уса — 1 ч. л. Принимать настой горячим по 1/2 стакана 2 раза в день за 0 мин до еды.

После нормализации стула из основного сбора могут быть исключены растения с вяжущими свойствами, но лучше уменьшить их дозу в 2—3 раза. Золотой ус, листья — 2 части; мох исландский — 2 части; ромашка, цветки — 2 части; горец змеиный, корень — 1 часть; черника, плоды — 1 часть; подорожник, листья — 3 части. 10 г смеси залить 500 мл кипятка, кипятить 0 мин, настоять 30 мин, отжать, принимать по 1/3 стакана раза в день после еды.

После нормализации стула, но при наличии метеоризма в боре может быть увеличено количество ромашки до 4—5 частей, добавлены корень солодки (1 часть), цветки календулы (2—3 части). Золотой ус, листья — 2 части; мох исландский — 2 части; ромашка, цветки — 4 части; горец змеиный, корень — 1 часть; черника, плоды — 1 часть; календула, цветки — 3 части; подорожник, листья — 3 части.

рожник, листья — 3 части. 10 г смеси залить 500 мл кипятка, кипятить 10 мин, настоять 30 мин, отжать, принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды.

Для длительного приема при отсутствии выраженных симптомов можно рекомендовать следующий рецепт: ромашка, цветки — 4 части; подорожник, листья — 2 части; календула, цветки — 1 часть. 5 г смеси залить стаканом кипятка; настоять в термосе 6 ч, отжать. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л., принимать по 100 мл 2 раза в день до еды.

При упорных поносах рекомендуется чай по 3 чашки в день из отвара на красном вине (кагор) следующей смеси трав, взятых по 5,0 г каждой на 1/2 л вина: полынь, золотой ус, хвош, корневища дудника, зверобой, центаврия и по 2 г мяты перечной и корня валерианы. Корень валерианы и зелень мяты перечной не варить, а всыпать в отвар, когда он парится. Парить в закрытом сосуде 1/2 ч. Для приема на стакан кипятка влить 2—4 ст. л. такого отвара смеси на вине.

Применяется горячий отвар на красном вине (кагор) из таких трав, как золотой ус, манжетка, ветки чернобыльника и корня алтея — всего поровну. 30,0 г смеси на 1 л вина. Натощак выпить горячего отвара 1/2 стакана, а оставшийся от литра отвар разделить на 4 приема и выпить горячим, каждый прием через час после еды.

### **Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки**

Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки — это хроническое заболевание, при котором в результате различных нарушений в желудке или двенадцатиперстной кишке образуется язва (реже 2 и более).

Язвенная болезнь связана с нарушением механизмов, регулирующих секреторную, двигательную функции желудка и двенадцатиперстной кишки, кровообращение в них, питание слизистых оболочек. Образование язвы в желудке или двенадцатиперстной кишке является лишь следствием расстройств указанных выше функций. В некоторых случаях доказана инфекционная природа развития данного заболевания. Отрицательные эмоции, длительные психические перенапряжения, патологические импульсы из пораженных внутренних органов при хроническом аппендиците, хроническом холецистите, желчно-каменной болезни и др. нередко являются причиной развития язвенной болезни. Имеют значение гормональные нарушения. Определенную роль играют наследственные факторы (наслед-

твенное предрасположение встречается среди больных язвенной болезнью в 15—40% случаев). Непосредственное формирование язвы происходит в результате нарушения равновесия между агрессивными (желудочным соком, забросом желчи) и защитными факторами (желудочной и дуоденальной слизью, лейчной регенерацией, нормальным состоянием местного кровотока, защитным действием некоторых гормонов, а также лейчной реакцией слюны и панкреатического сока). В формировании язв в желудке наибольшее значение имеет уменьшение защитных свойств слизистой оболочки, ослабление ее сопротивляемости повреждающему воздействию кислого желудочного сока. В механизме же развития язв в выходном отделе желудка особенно в двенадцатиперстной кишке, напротив, решающим фактором является усиление агрессивности желудочного сока. Предрасполагающими факторами являются нарушения режима питания, злоупотребление острой, грубой, раздражающей пищей, постоянно быстрая, поспешная еда, употребление крепких спиртных напитков и их суррогатов, курение.

При язвенной болезни характерными симптомами являются боль, изжога, нередко рвота кислым желудочным содержимым вскоре после еды на высоте боли. В период обострения боль ежедневная, возникает натощак, после приема пищи временно уменьшается или исчезает и появляется вновь (при язве желудка через  $1\frac{1}{2}$ —1 ч, двенадцатиперстной кишки —  $1\frac{1}{2}$ — $2\frac{1}{2}$  ч). При язвенной болезни двенадцатиперстной кишки нередка ночная холодная боль. Боль уменьшается при приеме препаратов, снижающих кислотность желудочного сока, снимается тепловыми процедурами на подложечную область. Часто язвенная болезнь двенадцатиперстной кишки сопровождается запорами. При пальпации определяется болезненность вверху живота. Течение обычно длительное с обострениями в весенне-осенний период и под воздействием неблагоприятных факторов (стрессовых ситуаций, пищевых погрешностей, приема крепких алкогольных напитков и пр.). Осложнения: кровотечение, перфорация, деформации и стенозы, перерождение язвы в рак, вегетативно-сосудистая дистония, хронический холецистит, панкреатит. Прогноз при язвенной болезни относительно благоприятный, за исключением тех случаев, когда возникают осложнения. После консультации с врачом можно использовать для лечения народные средства.

Универсальное средство, которое помогает как при язве желудка, так и при ряде других заболеваний, готовится с использованием чеснока, меда и лимона. Итак, для приготовления данного состава следует взять 2 стакана цветочного или липового ме-

да, 6 лимонов очистить от кожуры и выжать из мякоти сок, измельчить в чесночнице 5 средних головок чеснока. 3—4 листа золотого уса также измельчить, после чего все полученные компоненты перемешать, положить в стеклянную емкость и поставить в темное место на полную неделю. Когда лекарство будет готово, начинайте проводить курс лечения. Принимать состав следует 1 раз в день по 4 ч. л., делая небольшие интервалы между приемами (примерно 5—7 мин). Курс лечения — 1 месяц. Очень важно принимать состав добросовестно, не пропуская ни одного дня.

Взять лист золотого уса длиной не менее 20 см, измельчить и залить 3 стаканами кипятка. В эмалированной кастрюле кипятить смесь около 7 мин на слабом огне. Затем оставить кастрюлю остывать, через сутки процедить. Принимать отвар следует 3—4 раза в день за 40 мин до еды по 50—70 мл. Для лечения язвы желудка в совокупности с этим средством можно применять следующую смесь: взять по столовой ложке сливочного масла, густой сметаны, сахара, смешать, добавить 1 яйцо. Смесь взбить, поместить в стеклянную емкость и кипятить на водяной бане в течение 30 минут, продолжая взбивать. Принимать средство нужно за час до еды, а затем через полчаса выпивать 100 г отвара золотого уса. Делать это следует 3 раза в день. Курс лечения займет около месяца. Если же вы принимаете отвар в профилактических целях, то делать это нужно не менее полугода.

Стоит заметить, что ощутимый эффект в лечении язвы наблюдается при применении масляного бальзама с использованием золотого уса, рецепт которого дан выше (см. Артериальная гипертония).

В периоды обострения и для предотвращения рецидивов используют такие же растения, как и при лечении хронического гастрита с повышенной кислотностью. Подорожник, листья — 2 части; ромашка, цветки — 2 части; сушеница, трава — 2 части тысячелистник, трава — 1 часть; шиповник, плоды — 1 часть 10 г смеси залить 500 мл кипятка, настоять 5—6 ч, добавить сок золотого уса — 6 ч. л., принимать по 100 мл 3 раза в день до еды

Золотой ус, листья — 1 часть; фенхель, плоды — 1 часть, алтей, корни — 1 часть; ромашка, цветки — 1 часть; солодка корни — 1 часть. 5 г смеси залить стаканом кипятка, настоять 20 мин, принимать по 200 мл 1 раз в день перед ужином.

Солодка, корни — 2 части; корни аира — 2 части; ревень корни — 2 части; мята, листья — 2 части; тысячелистник, трава — 2 части, зверобой, трава — 1 часть; тмин, плоды — 1 часть подорожник, листья — 4 части. 10 г смеси залить двумя стаканами

теплой воды (кипятком, остуженным в течение 30 мин), настоять в термосе 10—12 ч, добавить сок золотого уса — 6 ч. л., принимать по 100 мл 3—4 раза в день после еды.

Подорожник, листья — 1 часть; цветки ромашки — 1 часть; мячелистник, трава — 1 часть; солодка, корень — 1 часть. 10 г смеси залить двумя стаканами теплой воды (кипятком, остуженным в течение 30 мин), настоять в термосе 10—12 ч, добавить сок золотого уса — 6 ч. л., принимать по 100 мл 3—4 раза в день после еды.

При выраженных боли и изжоге рекомендуется в течение 10 дней на протяжении 2—3 месяцев чередовать прием следующих сборов.

Ромашка, цветки — 1 часть; календула, цветки — 4 части; лист-и-мачеха, листья — 4 части. 5 г смеси залить стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, настоять 45 мин, отжать, добавить сок золотого уса — 4 ч. л., принимать по 1—2 ст. л. 3—4 раза в день до еды.

Ромашка, цветки — 1 часть; зверобой, трава — 4 части; подорожник, трава — 4 части. Способы приготовления и применения такие же.

Можно использовать и другие сборы. Золотой ус, листья — 2 части; алтей, корень — 3 части; мята, листья — 1 часть; девясила, корень — 1 часть. 5 г смеси залить стаканом воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 20 мин, настоять 20 мин, отжать, принимать по 100 мл 3 раза в день до еды.

Золотой ус, листья — 1 часть; сушеница, трава — 1 часть; ромашка, цветки — 1 часть; золототысячник, трава — 1 часть; зверобой, трава — 1 часть; мята, листья — 1 часть. 5 г смеси залить стаканом воды, выдержать на кипящей водяной бане в течение 20 мин, настоять 20 мин, отжать, принимать по 100 мл 3 раза в день до еды.

Для улучшения кишечной функции, уменьшения запора, не-редко отмечающегося при язвенной болезни, может быть рекомендован следующий сбор. Крушина, кора — 3 части; мята, листья — 2 части; крапива, листья — 1 часть; аир, корень — 1 часть; галериана, корень — 1 часть. 5 г смеси залить стаканом воды, выдержать на кипящей водяной бане в течение 20 мин, настоять 20 мин, отжать, добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать по 100 мл утром и вечером до еды. Курс лечения 5—7 дней.

В период рубцевания и эпителизации (4—5-я недели) применяется сбор. Золотой ус, листья — 2 части; сушеница, трава — 2 части; подорожник, листья — 2 части; шиповник, плоды —

1 часть. 15 г смеси залить стаканом кипятка, настоять 30—40 мин, отжать, принимать по 50 мл 4 раза в день до еды.

Ромашка, цветки — 1 часть; лапчатка, корень — 4 части; зверобой, трава — 4 части. 10 г смеси залить стаканом воды, выдержать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, настоять 45 мин, добавить сок золотого уса — 4 ч. л., принимать по 1 ст. л 4 раза в день до еды.

Если нет кровотечений, больным показан настой: крапива, листья и золотой ус, листья (по 20 г листьев на 200 мл воды). Залить кипятком, настоять 40 мин, принимать по 100 мл 4 раза в день.

### ТРАВМАТОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

#### *Ушибы и ранения*

Ушибом называется повреждение тканей, которое не сопровождается нарушением целостности кожи. Наименее устойчивой является подкожно-жировая клетчатка.

Основными симптомами ушибов являются боль, припухлость, местное повышение температуры, более или менее выраженное кровоизлияние и нарушение функции пострадавшей области тела. При разрывах мелких сосудов на месте ушиба образуются кровоподтеки, а при повреждении крупных сосудов могут образовываться обширные гематомы. При действии сильного повреждающего фактора на месте ушиба начинается воспаление, которое быстро проходит, так как инфекция не может пройти через неповрежденную кожу.

При повреждении кожи образуется рана. Раны бывают резаные, колотые, рваные, ушибленные и огнестрельные. Опасность ран, пусть даже небольших на первый взгляд, состоит в том, что ранящий предмет может проникать вглубь, повреждая внутренние органы. Поэтому при получении ран необходимо обязательно проконсультироваться у хирурга, а затем приступать к консервативному лечению.

Ушибы и опухоли обкладывать тряпочками, намоченными в соке золотого уса и водном настое полыни.

К местам ушибов с кровоподтеками прикладывать растертые листья золотого уса и руты, смешанные с миндалевым маслом. При использовании листьев золотого уса необходимо помнить, что их можно накладывать только на непродолжительное время, так как при длительном соприкосновении с кожей могут наблюдаться аллергические реакции.

На кровоточащие раны прикладывать салфетки, смоченные отваре цветов календулы, смешанных поровну с листьями пыни и свежим соком золотого уса. Раны заживают без нагноения.

Для промывки гноящихся ран и для компрессов на гноящиеся и незаживающие раны применять отвар из корней таволги и золотого уса — по 20,0 г в смеси с корнями раковых шеек — 0,0 г, все на 2 л воды. Кипятить полчаса.

Порошок из корневищ золотого уса и аира применяют также для присыпок гноящихся ран и язв.

При плохо заживающих язвах, ранах, нарывах к больным местам нужно прикладывать салфетки, намоченные в растительном масле, в котором не меньше 3 недель настаивались листья золотого уса и цветки зверобоя. Цветов и листьев — 2 части, масла — 4 части по весу. Масло предпочитают миндальное, а если такового нет, то берут подсолнечное. Этим же маслом смачивают и раны, полученные от укуса здоровой собаки.

В виде примочек пользуются отваром из следующей смеси: сербена — 10,0 г; ромашка — 5,0 г; роза, лепестки — 10,0 г; золотой ус, корень — 20,0 г; дуб, кора — 10,0 г; шалфей, листья — 5,0 г и хвощ, трава — 10,0 г — как средством, уменьшающим воспалительную реакцию и содействующим заживлению ран.

Настой из побегов золотого уса и хвоща употребляют для примочек на раны: по 2 ст. л. уса и хвоща на 2 стакана воды, парить целую ночь.

Долго незаживающие раны лечат мазью, которую готовят следующим образом: 75,0 г измельченного свежего корня лопуха, корни золотого уса — 100,0 г настоять целые сутки в теплом месте в 200,0 г подсолнечного масла (предпочтительно брать миндальное), потом варить 15 мин на медленном огне и процедить в баночку.

Траву выонка с цветами или одни цветки употребляют как заживляющее средство. Корневище с корнями употребляют иногда как послабляющее средство. В выжатом из цветов и травы соке намочить салфетки и прикладывать на раны. Для этой же цели готовят и спиртовую настойку, 1 ст. л. которой развести в 1/2 стакана кипяченой воды и использовать для компресса и примочек к ранам. Сама настойка готовится следующим образом: на 2 части травы выонка или цветов взять 4 части спирта. Настоять 15 дней, профильтировать и сливать в бутылочку, добавив к ней 8 ч. л. сока золотого уса, что усиливает заживляющие свойства.

## ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ

*Лишай*

Лишай красный плоский — заболевание, которое поражает кожу, слизистые оболочки.

Заболевание имеет паразитарный характер. Передается контактозным путем от заболевшего человека или животных. Изредка носит вирусный характер. Болеют и дети, и взрослые.

Заболевание проявляется мелкими возвышающимися над поверхностью кожи пятнышками красновато-фиолетового цвета с плоской блестящей поверхностью и пупковидным вдавлением в центре. Пятнышки обычно располагаются изолированно, в основном на сгибательных поверхностях предплечий, животе, лице, пояснице и сопровождаются выраженным зудом. Пятнышки могут сливаться с образованием небольших бляшек (по типу «булыжной мостовой»). На поверхности выявляется белесоватого цвета сетчатый рисунок — сетка, которая особенно хорошо видна при смачивании элементов йодом, водой или смазывании растительным маслом. Порой они образуют кольцевидные фигуры. На месте рассасывающихся пятнышек часто остается стойкая пигментация (коричневые пятна). Поражение слизистых оболочек (полости рта, половых органов) может быть как самостоятельным, так и сочетаться с поражением кожи. На внутренней поверхности щек, красной кайме губ, боковых поверхностях языка, на вульве или головке полового члена располагаются мелкие белесоватые блестящие возвышающиеся пятнышки, образующие «рисунок папоротника» или сетку. Кроме типичной, возможны и другие разновидности красного плоского лишая на слизистых оболочках: с покраснением окружающих тканей, сопровождающаяся образованием эрозий или мелких язв. Заболевание характеризуется длительным хроническим течением.

Лишай отрубевидный (лишай разноцветный) — грибковое заболевание кожи.

Возбудитель заболевания — дрожжеподобный гриб *Pityrosporum orbiculare*, живущий в верхнем слое кожи. К предрасполагающим факторам относят повышенную потливость, себорейный диатез.

Клиническая картина. На коже груди, спины, шеи, реже плечевого пояса и волосистой части головы появляются мелкие (диаметром 3—5 мм) желтовато-коричневые пятна с четкими неровными границами, при поскабливании которых выявляется незначительное отрубевидное шелушение. В результате перифе-

ческого роста пятна увеличиваются в размерах и сливаются в крупные очаги так называемых «географических очертаний». Такие-либо неприятные ощущения отсутствуют. Если пораженную кожу смазать йодной настойкой и тут же протереть спиртом, разрыхленный грибом роговой слой быстро впитывает йод, пятна отрубевидного лишая резко выделяются, окрашиваясь в темно-коричневый цвет на фоне слегка пожелтевшей непораженной кожи. Под влиянием ультрафиолетовых лучей (в частности, при загаре) в результате шелушения на местах бывших сыпаний остаются незагоревшие пятна.

**Лишай розовый — инфекционное заболевание кожи.**

Возбудитель розового лишая — критический вирус. Развитию заболевания способствует простуда. Вспышки заболевания отмечаются чаще весной и осенью. Характерны цикличность и эпизодичность (отсутствие повторений заболевания), что обусловлено развитием иммунитета.

Болезнь начинается (обычно на фоне или вскоре после простудного заболевания) с появления на коже туловища единично-го крупного округлого пятна розового цвета диаметром 2 см и более (так называемая материнская бляшка), центральная часть которого постепенно приобретает желтоватый оттенок, как бы морщивается и начинает слегка шелушиться. Обычно через несколько дней после появления материнской бляшки на коже туловища и конечностей возникают множественные мелкие вальные розовые пятна диаметром 0,5—1 см. Постепенно в центре пятен выявляются едва заметные сухие складчатые чешуйки, а по периферии — свободная от чешуек красная кайма, отчего пятна приобретают сходство с медальонами. Сыпь не ливается. Субъективные ощущения — боль в местах расположения бляшек, возможен зуд. Продолжительность заболевания — неделя, после чего высыпания самопроизвольно исчезают. При нерациональной раздражающей терапии, частом мытье, а также при повышенной потливости и у лиц с аллергическими реакциями высыпания могут сохраняться значительно больший период времени.

В народе при лишаях употребляют следующий рецепт: готовят отвар листьев земляники 50,0 г на 1 л воды с соком золотого уса.

Берут 1 ст. л. размельченного растения дурнишника колючего, удалив шипы, массу растения растирают, разводят стаканом воды и заваривают, кипятят 10 мин, остужают и добавляют свежий сок золотого уса — 5 ч. л. Пьют в любых количествах и смачивают места, пораженные лишаями.

Береза, почки — 10 г; бузина черная, цветки — 15 г; зверобой, трава — 20 г; крапива, листья — 20 г; можжевельник, ягоды — 20 г; одуванчик, корень — 15 г. 2 ст. л. смеси трав (10 г) залить 0,5 л кипятка, настоять в течение 30 мин, процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Пить при красном плоском лишае по 0,5 стакана 2 раза в день после еды. Курс 1—2 месяца.

Золотой ус, листья — 20 г; лапчатка прямостоячая, корневища — 20 г; пажитник, трава — 20 г; рута, трава — 20 г. Смесь варить в 1 л воды в течение 30 мин. Отвар применять для примочек при лишаях.

Календула, цветки — 10 г; лопух, корень — 20 г; хмель, шишки — 20 г. Сварить смесь в 200 мл воды. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. и 100 мл вазелина. Смешать, чтобы получилась мазь. Мазь накладывать тонким слоем на пораженные участки несколько раз в день при отрубевидном лишае.

### *Облысение*

Облысение, или аллопеция, — отсутствие или выпадение волос (чаще на голове). Облысение может быть полным, диффузным (резкое поредение волос) и очаговым (отсутствие волос на ограниченных участках). По происхождению и клиническим особенностям различают несколько разновидностей облысения.

Врожденное облысение, обусловленное генетическими дефектами, проявляется значительным поредением или полным отсутствием волос. Прогноз неблагоприятный.

Симптоматическое облысение является осложнением тяжелых общих заболеваний (острые инфекции, диффузные болезни соединительной ткани, эндокринные нарушения, сифилис и др.). Оно может располагаться на ограниченном участке или занимать всю площадь головы и является следствием токсических или аутоиммунных влияний на волосяные сосочки. Прогноз зависит от основного заболевания.

Преждевременная аллопеция наблюдается на голове у мужчин молодого и среднего возраста, носит диффузно-очаговый характер с образованием плеши и залысин. Основное значение имеет наследственная предрасположенность. Волосы при таком заболевании редко вырастают вновь.

Гнездная аллопеция (круговидное облысение) — приобретенное выпадение волос в виде округлых очагов различной величины. Причина неизвестна. В основе этого заболевания, возможно, лежит нарушение питания волос.

Гнездное облысение характеризуется внезапным появлением на волосистой коже (чаще головы) нескольких округлых оча-

гов полного выпадения волос без каких-либо других изменений. Очаги могут расти, сливаться и приводить к полному облысению. Возможно спонтанное выздоровление, но нередки рецидивы. При тотальной форме заболевания волосы не восстанавливаются.

При выпадении волос 3 раза в неделю моют голову в отваре из смеси равных частей золотого уса, аира и лопуха, добавляя иногда в отвар пару горстей шишек хмеля.

3 раза в неделю моют голову в крепком отваре вереска, корней золотого уса и лопуха, корней крапивы жгучей. Иногда к этой смеси добавляют еще шишек хмеля.

При выпадении волос и вообще при болезнях кожи головы 2 раза в неделю моют голову в отваре корня лопуха — 20,0 г и цветов ноготков — 10,0 г на 1 л воды. Некоторые к этим компонентам добавляют еще 15,0 г шишек хмеля. После мытья головы волосы смазывают свежим соком золотого уса.

Кора ивы — 20 г; корень лопуха — 20 г. 4 ст. л. смеси кипятить 15 мин в одном литре воды. Остудив, процедить, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Втирать в кожу головы при выпадении волос.

Листья крапивы — 30 г; листья мать-и-мачехи — 30 г; корневище аира — 20 г. 6 ст. л. смеси кипятить 10 мин в одном литре воды. Укутать на 1 час потеплее. Когда остынет, процедить и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Отваром мыть голову 3 раза в неделю при выпадении волос.

В кипяченую воду, слегка теплую, но не выше 40—50 градусов, добавить мед на 1 литр воды 2 ст. ложки, добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Этой водой смачивать голову или втирать в кожу головы 2 раза в неделю. Укрепляет волосы и способствует их росту.

Ополаскивать волосы надо несколько раз теплой водой с добавлением натурального лимонного сока или столового уксуса (на 1 л воды 2 ч. л. лимонного сока или 1 ст. л. уксуса) и сока золотого уса.

Средство для укрепления волос при обильном их выпадении. Ингредиенты: 5 ст. л. лукового сока, 5 ст. л. сока чеснока, столько же сока золотого уса. Смешать соки. Втереть в кожу головы. Оставить на 20 мин, затем смыть.

Средство для укрепления волос при обильном их выпадении. Ингредиенты: 100 г измельченных листьев крапивы, 1/2 л кипятка, 1/2 л уксуса. Крапиву залить кипятком с уксусом. Поставить на огонь, довести до кипения. Уменьшить огонь и варить в

течение 30 мин, процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Перед сном, вечером, мыть отваром голову без шампуня.

Взять 1 ст. л. коньяка, 4 ст. л. лукового сока, 4 ст. л. сока золотого уса и 6 ст. л. отвара корня репейника. Смешать коньяк с луковым соком, соком золотого уса и отваром корня репейника. Втереть в корни волос. Смыть через 1 час.

При обильном выпадении волос взять 8 ст. л. липового цвета, 1/2 л воды. Залить липовый цвет водой, поставить на огонь, довести до кипения. Кипятить в течение 20 мин. Остудить, процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Мыть отваром голову.

Средство для укрепления волос при обильном их выпадении. Ингредиенты: 3 ст. л измельченного корня аира и золотого уса, 1/2 л уксуса. Корень аира и золотого уса залить уксусом. Поставить на огонь, довести до кипения. Уменьшить огонь и варить в течение 30 мин, процедить. Отваром ополаскивать волосы после мытья.

### *Псориаз*

Псориаз — хроническое кожное заболевание, поражающее кожу, ногти, суставы.

Причина заболевания неизвестна. Наиболее распространены вирусная, наследственная, неврогенная, обменная теории происхождения псориаза, ни одна из которых не является общепризнанной. По-видимому, заболевание имеет множественную природу. В патогенезе определенную роль отводят иммунным, ферментативным и другим биохимическим нарушениям. Заболевание наблюдается в любом возрасте, незаразно.

Клиническая картина в типичных случаях характеризуется появлением сыпи, расположенной в основном на разгибательных поверхностях конечностей (особенно на локтях и коленях), туловище, волосистой части головы. Резко отграниченные возвышающиеся пятна (папулы) диаметром от 2—3 мм до 1—2 см розовато-красного цвета округлых очертаний несколько выступают над поверхностью кожи, покрыты серебристо-белыми чешуйками. При поскабливании папул выявляются 3 феномена

- феномен стеаринового пятна (чешуйки, как воск, легко отпадают с поверхности папул),
- феномен терминальной пленки (после удаления чешуек обнажается красноватая влажная блестящая поверхность);
- феномен кровяной росы (на гладкой влажной красной поверхности появляются точечные кровотечения).

Из папул образуются бляшки, сливающиеся, в свою очередь, в сплошные участки поражения с неровными очертаниями. При прогрессировании процесса вокруг папул возникает ярко-красный ободок, лишенный чешуек, нарастает количество новых высыпаний. Больных беспокоит зуд. При регрессировании процесса снижается интенсивность окраски, высыпания рассасываются. Рассасывание бляшек обычно начинается с центральной части, в результате чего псoriатические элементы приобретают солзевидную или гирляндоподобную форму. На местах рассасавшихся высыпаний остается временная депигментация (белое пятно). В периоды неполных ремиссий на отдельных участках кожного покрова (чаще в области локтевых, коленных суставов) могут оставаться единичные «дежурные» бляшки. При всех формах псoriаза возможно поражение ногтей в виде истыканных ногтевых пластин («феномен наперстка»), их помутнения или утолщения. Течение заболевания хроническое, волнообразное. Обычно выражена сезонность процесса — ухудшение в зимнее время со значительным улучшением летом (зимний тип), реже — наоборот (летний тип). При заболевании используют следующие народные средства.

Золотой ус, листья — 10 г; аир, корневища — 10 г; береза, почки — 10 г; брусника, листья — 10 г; душица, трава — 15 г; можжевельник, ягоды — 15 г; хвош, трава — 10 г; шалфей, листья — 20 г 1 ст. л. смеси трав залить 1 стаканом кипятка, настоять в течение 30 мин, процедить. Пить по 1/2 стакана 2 раза в день после еды. Курс — 3—6 недель

Брусника, листья — 15 г; душица, трава — 15 г; зверобой, трава — 20 г; можжевельник, ягоды — 20 г, хвош, трава — 10 г, череда, трава — 20 г 1 ст. л. смеси трав залить 1 стаканом кипятка, настоять в течение 30 мин, процедить, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Пить по 1/2 стакана 2 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; аир обыкновенный, корень — 15 г; брусника, листья — 10 г; бузина черная, цветки — 10 г; девясилий высокий, корень — 10 г; зверобой продырявленный, корень — 15 г; кукурузные столбики с рыльцами — 10 г; хвош, трава — 10 г; череда, трава — 15 г; чистотел, трава — 5 г. 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом кипятка, настоять 30 мин, процедить. Пить до и после еды.

### *Себорея*

Себорея — нарушение функции сальных желез, характеризующееся преимущественно усиленным выделением неполноденного кожного сала. Изменяются свойства кожного сала, что

снижает бактериостатические свойства кожи и способствует развитию вторичной инфекции.

Причина неизвестна, вероятнее всего, имеет грибковую природу, но в развитии заболевания играют роль функциональные нервно-эндокринные нарушения, в частности вегетативная дистония. Эндокринные сдвиги выражаются в нарушении соотношения между андрогенами и эстрогенами — мужскими и женскими половыми гормонами (повышение уровня андрогенов при снижении эстрогенов). Возможно, нервно-эндокринные нарушения при себорее обусловлены первичной патологией головного мозга, так как явления себореи обычно резко выражены при энцефалитах, болезни Паркинсона, дизэнцефальных расстройствах. Себорея усиливается от острой, соленой и сладкой пищи.

Себорея может развиваться на любом участке кожи, где имеются сальные железы, но обычно она возникает там, где сальных желез особенно много и где они имеют наибольшую величину: на волосистой части головы, лице, груди и спине. Себорея особенно часто встречается в пубертатном периоде. Проявления себореи достаточно четко характеризуются термином «сальная кожа»: пораженные участки представляются влажными, сальными, имеют характерный блеск. Поры сальных желез расширены, нередко закупорены темными пробками (черные угри). Кожа часто утолщается, приобретает грязновато-серый оттенок. Все это придает коже сходство с апельсинной или лимонной коркой. Волосы сальные, отмечается себорейное облысение. Нередко возникают сальные кисты в виде мелких желтовато-белых узелков (белые угри). В зависимости от преобладания тех или иных симптомов различают жидкую (жирную) и густую (сухую) себорею. Себорея часто осложняется перхотью и вульгарными угрями. Перхоть — диффузное шелушение кожи волосистой части головы, обычно не сопровождающееся воспалительными явлениями. Возникновение перхоти обусловлено активацией живущих здесь бактерий, внедряющихся в эпидермис и нарушающих его орогование.

Взять 20 г травы хвоща, залить стаканом кипятка, настоять в течение 30 мин, процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Делать примочки на пораженные места.

Примочки можно делать из корня алтея (6 г на стакан холодной воды) с добавлением сока золотого уса.

Сухую траву мать-и-мачехи измельчить в порошок, смешать с топленым маслом и соком золотого уса до получения однородной мази. Полученную мазь втирать в кожу головы, голову завязать платком на 2 ч. Голову смазывать 1 раз в сутки.

Взять 100 г корней репейника, залить 1 л воды. Кипятить до выкипания воды наполовину, процедить отвар через марлю, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Смачивать этим отваром голову 2 раза в день.

Смешать поровну золотой ус, крапиву, шалфей и зверобой. 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом кипятка, настоять в течение 1 ч. Втирать в кожу головы 1 раз в день.

### **Туберкулез кожи**

Туберкулез кожи или, как его называют в народе, золотуха — это заболевание кожи, развитие которого обусловлено проникновением в кожу и подкожную клетчатку туберкулезных микобактерий. Почти во всех случаях туберкулезное поражение кожи является вторичным. Возбудитель обычно попадает в кожу и подкожную клетчатку по лимфатическим сосудам из очагов туберкулеза в других органах, иногда инфекция проникает в кожу из пораженных соседних органов; очень редко встречается инфицирование кожи через ее повреждения.

Туберкулезное поражение кожи проявляется появлением мелких желтовато-розовых плоских мягких бугорков, чрезвычайно ранимых. Постепенно бугорки увеличиваются в размерах и числе, могут покрываться чешуйками, изъязвляться. После заживления язв или рассасывания бугорков остаются тонкие гладкие белые рубцы, напоминающие смятую папиросную бумагу. Обычно бугорки располагаются на лице (на носу, верхней губе, щеках, ушных раковинах), ягодицах и конечностях. Поражается слизистая оболочка полости рта, где часто образуются болезненные язвы. Из-за разрушения пораженных участков может наступить обезображивание внешности больного (разрушение носа, губ, ушных раковин).

Иногда при туберкулезном поражении кожи могут образовываться единичные или множественные синюшно-красные узлы с последующим расплавлением и образованием глубоких мягких, почти безболезненных язв с нависающими краями. У резко ослабленных больных с туберкулезным процессом в легких, кишечнике, почках наблюдается язвенный туберкулез кожи. На слизистых оболочках и коже у естественных отверстий возникают небольшие мягкие безболезненные язвы с нависающими краями и неровным дном. Дно язв может покрываться корками. Кроме обычных медикаментозных средств, можно использовать народные.

Взять 1 ст. л. размельченного растения дурнишника колючего, удалить шипы, массу растения растереть, развести стаканом

воды и заварить, кипятить 10 мин, остудить и добавить свежий сок золотого уса — 5 ч. л. Пить в любых количествах и смазывать места, пораженные золотушными струпьями.

Отвар листьев земляники 50,0 г на 1 л воды с соком золотого уса в народе употребляют для лечения многих заболеваний, в том числе при золотухе.

Отвар корня лопуха (50,0—60,0 г на 1 л воды) смешать с соком золотого уса — 7 ч. л. и употреблять внутрь при лечении туберкулеза кожи.

1 ст. л. цветов крапивы глухой (яснотки) сухих или свежих на стакан кипятка. Настоять, укутав, 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 4—5 раз в день или по 1 стакану 3 раза в день в теплом виде. Применяется при золотухе.

### *Угри обыкновенные*

Угри обыкновенные, или юношеские, — заболевание кожи, возникающее преимущественно в пубертатном периоде (периоде полового созревания) и характеризующееся гнойно-воспалительным поражением сальных желез на фоне себореи.

Причина неизвестна. Развитие заболевания обусловлено себореей, осложнением которой они являются. Основную роль играет свойственное себорее снижение защитных свойств кожного сала, приводящее к активизации живущей на коже кокковой флоры (мелких шарообразных бактерий).

Клиническая картина характеризуется изменчивостью высыпающих элементов, располагающихся на себорейных участках (лице, груди, спине). В основании сальных пробок возникают воспалительные узелки, трансформирующиеся затем в гнойнички разной величины и глубины. В некоторых случаях нагноение начинается с глубоких слоев кожи и приводит к образованию мягких полушаровидных узлов синюшно-красного цвета. Содержимое гнойничков засыхает в корки, по отпадении которых остаются синюшно-розовые пятна или рубцы. Глубокие угри болезненны. Пестрота клинической картины обусловлена непрерывным, обычно многолетним течением процесса.

Если на теле время от времени появляются чирьи, прыщи, сыпь, при зуде делают смесь из равных частей: листьев крапивы жгучей, листьев золотого уса, одуванчика и цветов терновника. На дневную порцию взять 2 ст. л. смеси, залить 2 стаканами кипятка и парить в духовке 2—3 ч. Пить ежедневно в течение 2 недель. В это время питаются исключительно молочной пищей; диета без мяса, яиц, рыбы, запрещаются водка, пиво.

Очень хороший проверенный рецепт кровоочистительной смеси, употребляемой при угрях и различных кожных заболеваниях: череда — 10,0 г; грецкий орех, листья — 5,0 г; трехцветная фиалка, трава — 20,0 г; лопух, корень — 15,0 г; глухая крапива, цветки — 10,0 г; тысячелистник, цветки — 10,0 г; черная смородина, листья — 10,0 г и земляника, листья — 15,0 г. Все смешать, взять 20,0 г этой смеси, залить 1 л сырой воды и кипятить на слабом огне 10 мин. Пить ежечасно по винной рюмке (30,0 г) в смеси с соком золотого уса — 20 капель, детям дают по 1 ст. л.

Все растение глухой крапивы наряду с трехцветной фиалкой, листьями золотого уса, чередой и листьями земляники употребляют внутрь как чай (в виде отвара) при фурункулезе, прыщах, сыпях и т. п. Для отвара взять 1 ст. л. цветов или измельченного всего растения на 1 стакан кипятка. Принимать 3 раза в день по 1 стакану.

Для компрессов на чирьи применяют отвар из корней таволги и золотого уса — по 20,0 г в смеси с корнями раковых шеек — 20,0 г, все на 2 л воды. Кипятить полчаса.

В народной медицине употребляют отвар корней золотого уса и мыльнянки (50,0 г варить 10—15 мин в 1 л воды) в дозе 3—4 стакана за день при болезнях, связанных с нарушением обмена веществ, сопровождающимся кожными воспалениями, чирьими, нарывами.

Настой из побегов золотого уса и хвоща употребляют для примочек при болезнях кожи, на раны и чирьи: по 2 ст. л. золотого уса и хвоща на 2 стакана воды парить целую ночь.

Отвар корня лопуха (50,0—60,0 г на 1 л воды) смешать с соком золотого уса — 7 ч. л. и употреблять внутрь при лечении разных кожных заболеваний, при чирьях, фурункулезе, сыпях.

Крапива глухая, цветы: 1 ст. л. цветов сухих или свежих на стакан кипятка. Настоять, укутав, 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 4—5 раз в день или по одному стакану 3 раза в день в теплом виде.

Прыщи на теле, чирьи и сыпи, как считает народная медицина, нужно лечить путем очищения крови, для этой цели употребляют отвар из следующей смеси трав: шалфея, полыни и розмарина по 1 ст. л.; тысячелистника, ягод можжевельника, подорожника ланцетолистного, крапивы большой, зверобоя и центаврии, золотого уса — по 2 ч. л.; хвоща — 3 ч. л. Все смешать, взять из этой смеси 4 ст. л., каждая с верхом, залить 1 л кипятка и парить целую ночь; днем в 8 приемов выпить весь этот отвар.

Золотой ус, листья — 15 г; календула, цветки — 15 г; крапива двудомная, листья — 15 г; череда трехраздельная, трава — 15 г;

ромашка алтечна, цветки — 15 г; чистотел, трава — 15 г; зверобой продырявленный, трава — 15 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, выдержать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить. Использовать для протирания пораженных участков несколько раз в день.

### Экзема

Экзема — воспаление поверхностных слоев кожи, возникающее в ответ на воздействие внешних или внутренних раздражителей, отличающееся полиморфизмом (разнообразностью) сыпи, зудом и длительным рецидивирующим течением.

Причины этого заболевания неизвестны.

Экзема наблюдается в любом возрасте, на любом участке кожного покрова (чаще на лице и верхних конечностях). Различают истинную, микробную, себорейную и профессиональную экзему.

Истинная экзема протекает остро, подостро и хронически. Острая экзема характеризуется яркой отечной эритемой с множественными мельчайшими пузырьками, при вскрытии которых образуются точечные эрозии с обильным мокнущием, образованием корок и чешуек. Субъективно отмечается жжение и зуд. Продолжительность острой экземы 1,5—2 месяца. При подостром течении воспалительные явления менее выражены. окраска очагов становится синюшно-розовой, отечность и мокнущий умеренные, стихают жжение и зуд. Продолжительность процесса — до полугода. При хроническом течении в клинической картине преобладает уплотнение кожи; пузырьки и мокнущие эрозии обнаруживаются с трудом, отмечается зуд. Течение неопределенно долгое, рецидивирующее.

Микробная экзема отличается асимметричным расположением, чаще на конечностях, округлыми очертаниями, четкими границами отслаивающегося рогового слоя, наличием гнойников и длительно незаживающими ранами, трофическими язвами (паратравматическими экземами).

Себорейная экзема связана с себореей (нарушением функции сальных желез). Встречается в грудном возрасте и после пубертатного периода. Располагается на волосистой части головы, за ушными раковинами, на лице, в области грудины и между лопатками. Ее своеобразными особенностями являются желтоватая окраска, наслойние жирных чешуек, отсутствие выраженного мокнущия, нерезкое уплотнение.

Профессиональная экзема поражает открытые участки кожи (кисти, предплечья, шею и лицо), которые в первую очередь подвергаются в условиях производства вредному воздействию химических раздражителей, и имеет не столь упорное течение.

### Лечение экзем народным методом.

По 1 ст. л. мелко порезанных корней одуванчика и лопуха залить 3 стаканами воды, замачивать в течение ночи, утром кипятить на небольшом огне 7 мин, оставить и дать напариться еще 20 мин, процеживать, добавить 4 ч. л. сока золотого уса. Принимать 3 раза в день по 1/2 стакана. В то же время места, пораженные экземой, смазывать мазью из 100,0 г березового дегтя, 50,0 г свежих сливок и 4 сырых желтков, хорошо смешанных и растертых в течение 15 мин. Для смывания этой мази употреблять теплую смесь свежего сока золотого уса и сыворотку из подогретого кислого молока.

При экзeme необходимо ежедневно принимать ванны из отвара следующей смеси: лопух, корень — 200,0 г; ланцетный подорожник, листья, золотой ус, листья сухой нехвороши и дубовой коры — по 300,0 г. Таких ванн принять 5 ежедневно и 10 через каждые 2 дня на третий.

Для наружных примочек на пораженные экземой места приготовить отвар из смеси таких лекарственных растений: культурная роза, лепестки (какую берут для варенья) — 10,0 г; лопух, корень — 10,0 г; сухая нехвороща, трава — 5,0 г; ноготки, цветки — 10,0 г; хвош, трава — 5,0 г; дуб, кора — 5,0—10,0 г. Всю эту смесь кипятить 7—10 мин в 1 л воды, потом напаривать 20 мин, процедить, добавить свежий сок золотого уса — 4 ч. л. и слить в бутылку. Отваром пропитывать кусок старого чистого льняного полотна, отжать немного, складывать вдвое, накладывать на экзематозные места, сверху на полотно класть вощеную бумагу и обматывать сухим бинтом. Когда полотно подсохнет, примочку повторить неоднократно на протяжении суток. По прошествии суток больные места открывать на час для отдыха и дыхания кожи. После этого кусочком ваты, смоченным в мази, натирать больные места, стараясь делать это возможно легче. Затем больные места оставить открытыми еще на полчаса и лишь после этого снова положить примочку на сутки.

Среди экзематозных больных есть такие, которые не переносят примочек. Этим людям делают не примочки, а 4 раза в сутки легко натирают больные места указанной ниже мазью, покрывают льняной тканью и обвязывают бинтом.

Состав и способ приготовления мази: лопух, корень — 10,0 г; ноготки, цветки — 5,0 г; роза культурная, лепестки — 5,0 г; мелисса, трава — 5,0 г; цмин, цветки — 5,0 г; золотой ус, листья и греческий орех — по 5,0 г; будра, трава — 5,0 г; хвош — 5,0 г и дуб, кора — 5,0 г. Все смешать, долить 250,0 г настоящего миндально-го масла и на слабом огне прокипятить 15 мин. Снять с огня, поставить в теплую духовку на всю ночь, а утром процедить через

марлю, сложенную вдвое-втрое, и слить в баночку. Такую мазь желательно заготавливать летом из свежих растений (листьев, цветков, травы).

Столовую ложку цветов крапивы глухой (яснотка), сухих или свежих, на стакан кипятка. Настоять, укутав, 30 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 4—5 раз в день или по одному стакану 3 раза в день в теплом виде.

## ЗАБОЛЕВАНИЯ ГЛАЗ

### *Конъюнктивит*

Конъюнктивит — воспаление слизистой оболочки глаза.

Очень часто причиной конъюнктивита является аденофир. Вирус передается воздушно-капельным и контактным путями. Могут возникать единичные случаи заболевания и эпидемические вспышки, преимущественно в детских коллективах.

Начало заболевания острое. Иногда поражению глаз предшествуют и сопутствуют поражения верхних дыхательных путей, повышение температуры тела, увеличение предшенных лимфатических узлов (чаще у детей). При любой форме отмечаются слезотечение, светобоязнь, отек и покраснение кожи век, покраснение конъюнктивы, скудное негнойное отделяемое (катаральная форма). Изредка заболевание сопровождается появлением пленок. Пленчатая форма наблюдается главным образом у детей. Поражение роговицы встречается реже кератита, который вскоре бесследно рассасывается.

Конъюнктивит острый (бактериальный). Возбудители: палочка Коха—Уикса, пневмо-, гоно-, стрепто-, стафилококки и др. Как правило, происходит заражение конъюнктивы извне. Предрасполагающие факторы — охлаждение или перегревание организма, общее ослабление иммунитета, микротравмы конъюнктивы. Конъюнктивит Коха—Уикса передается через загрязненные руки больного и инфицированные предметы, обуславливает эпидемические вспышки и наблюдается в основном летом среди детей в странах жаркого климата. Конъюнктивит блennорейный, вызываемый гонококком, возникает у новорожденных при прохождении головки через родовые пути матери, страдающей гонореей.

Клиническая картина. Острое начало: резь в глазах, светобоязнь, слезотечение, отек век, отек и покраснение конъюнктивы, слизисто-гнойное или гнойное отделяемое. Возможно образование инфильтратов, язв роговицы. При конъюнктивите Коха—Уикса часты множественные мелкие кровоизлияния в конъюнк-

тиве склеры и ее отек в виде треугольных возвышений в пределах глазной щели. Некоторые конъюнктивиты могут протекать хронически.

Разведите сухой прополис в смеси воды и сока золотого уса (пропорция 1 к 1). Этот раствор можно с успехом использовать для избавления от воспалительных процессов глаз, например, от отеков, происходящих при гриппе и других инфекциях. Чтобы избежать возможного воспаления, нужно соблюдать осторожность. Прежде чем начать лечение, нужно пожевать немного прополиса. Когда будет достигнут определенный эффект, нужно постепенно снижать применение этого продукта, но не резко, а очень постепенно. Никогда не превышайте дозу в три грамма — большее количество прополиса не должно контактировать с вашим организмом в течение одного раза.

При постоянном слезотечении (усиливающемся на ветру) капают в глаза следующие капли: в стакане воды кипятить столовую ложку семян тмина. В горячий, непроцеженный отвар всыпают 1 ч. л. лепестков васильков, столько же измельченной травы очанки и столько же порезанных листьев подорожника большого, добавить 2 ч. л. сока золотого уса.

Если очанку мешать с иными растениями, то для глазной практики самыми лучшими ингредиентами считаются лепестки васильков, сок золотого уса — 2 ч. л., цветы бузины черной и семена укропа огородного, взятые по весу поровну. 2 ч. л. смеси на стакан кипятка парить в горячей духовке 2 ч. Этот отвар, профильтрованный через вату, вводят в глаза по нескольку капель и этим же отваром по 2 раза промывают их.

Из отвара цветов васильков в смеси с цветами бузины черной, молодыми побегами золотого уса и травой очанкой, всего поровну, делают примочки для уставших и раздраженных глаз. Этот же отвар, процеженный через вату, закапывают в глаза (по 1—2 капли). Спиртовой раствор в глазной практике не применяется!

## ЗАБОЛЕВАНИЯ ДЕСЕН

### Зубная боль

Зубная боль возникает в результате поражения зубов кариесом и возникающих последующих осложнений. Кариес зуба — прогрессирующее разрушение твердых тканей зуба. Возбудитель — стрептококк, скапливающийся на поверхности эмали в виде мягкого зубного налета.

Микрофлора бляшки повреждает эмаль. Образуется кариозный дефект. Устойчивость к кариесу предопределяется структурой эмали, зависящей как от условий формирования зубов, так и от состояния местного иммунитета полости рта.

Кариес различают по остроте течения и глубине поражения. Больной жалуется на боль при попадании в кариозную полость холодной, кислой, сладкой пищи. Устранение раздражителя прекращает боль.

Самопроизвольных болей не бывает. В начальной стадии на поверхности эмали имеется грязно-серое или коричневое пятно.

При остром течении кариозный очаг неправильной формы, его края подрыты, ткани, вовлеченные в кариозный процесс, грязно-серого цвета, размягчены. Поражается обычно ряд зубов. При острейшем течении поражено больше зубов, в каждом зубе возникает несколько полостей. При хроническом течении пораженные ткани пигментированные, плотные, их края относительно ровные.

Если кариес поражает всю эмаль, то развивается воспаление пульпы зуба (пульпит). В развитии пульпита имеют значение микрофлора кариозной полости, химическая, механическая и термическая травмы.

При пульпите возникает самопроизвольная приступообразная боль, особенно в ночное время, не провоцируемая механическими, химическими и температурными раздражителями. В начале заболевания приступы боли, обычно ноющей, нечасты и кратковременны, по мере прогрессирования процесса они учащаются и удлиняются. При гнойном пульпите приступы длительные, пульсирующие боли нарастают. На первых стадиях пульпита холод вызывает болевой приступ, а при появлении гноя — уменьшает его. При хронических формах пульпита типичные болевые приступы возникают главным образом во время обострений.

При зубной боли: на пол-литра 60%-ного спирта берут 10,0 г мелкого порошка корневищ золотого уса и аира, взбалтывают, бутылку закупоривают пробкой, пробку обвязывают веревкой. Бутылку в стоячем положении обкладывают тестом и пекут. Получается как бы водочный отвар, рюмку которого набирают в рот и держат в области больного зуба.

При флюсах как горячее полоскание можно использовать смесь из двух отваров: отвара коры дуба и отвара листьев золотого уса и шалфея: шалфея (5,0 г на 1 стакан воды — 10 мин) и дубовой коры (5,0 г на 1 стакан воды), с добавлением сока золотого уса — 3 ч. л.

В качестве болеутоляющего средства можно применить корец почечуйный. 2 ч. л. сухой травы на 0,5 литра воды. Кипятить 15 мин. на малом огне, настоять, укутав, 2 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 7 ч. л. Принимать по 0,5 стакана 3—4 раза в день, за 30 мин до еды.

### ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

#### БАКТЕРИАЛЬНЫЕ ИНФЕКЦИИ

##### *Диарея*

Диарея, или понос, — это учащенное (свыше 3—5 раз в сутки) выделение жидких испражнений, что связано с ускоренным прохождением содержимого кишечника из-за усиления его перистальтики, нарушения всасывания воды в толстом кишечнике и выделения кишечной стенкой значительного количества слизи. В большинстве случаев поносы являются симптомом острого или хронического колита, энтерита. Инфекционные поносы отмечаются при дизентерии, сальмонеллезах, пищевых токсико-инфекциях, вирусных болезнях (вирусная диарея), амебиазе и т. д. Диарея может наблюдаться при неправильном питании или при аллергии на те или иные пищевые продукты. Поносы бывают при нарушении переваривания пищи из-за недостатка некоторых ферментов. Токсические поносы сопровождают уремию, отравление ртутью, мышьяком. Медикаментозная диарея может встречаться при подавлении полезных бактерий в кишечнике и развитии дисбактериоза. Поносы могут возникать под влиянием волнения, страха.

Частота стула бывает различной, испражнения — водянистыми или кашицеобразными. Поносы сопровождаются болями в животе, ощущением урчания, переливания, вздутием живота. Легкие и недлительные поносы мало отражаются на общем состоянии больных, тяжелые и хронические приводят к истощению, гиповитаминозам, выраженным изменениям в органах.

Для внутреннего употребления можно пользоваться листьями золотого уса и травой манжетки, отваренными в виноградном вине: 30,0 г листьев и 30,0 г травы на 1 л вина, при поносах принимать по 3—5 рюмок в день.

Упорные поносы удаётся остановить употреблением горячего отвара на красном вине (кагор) из таких трав: золотого уса, манжетки, веток чернобыльника и алтайского корня — всего поровну. Взять 30,0 г смеси на 1 л вина. Принимать по 1/2 стакана

натощак, а оставшийся отвар разделить на 4 приема. Пить горячим через час после еды.

При упорных поносах применяется чай (по три чашки в день) из отвара на красном вине (кагор) следующей смеси трав, взятых по 5,0 г каждой на 1/2 л вина: полыни, золотого уса, хвоща, корневищ дудника, зверобоя, центаврии и по 2 г перечной мяты и корня валерианы. Корень валерианы и зелень мяты перечной не варить, а всыпать в отвар, когда он парится. Парить в закрытом сосуде полчаса. Для приема на стакан кипятка вливают 2—4 ст. л. такого отвара.

Для клизм при поносах применять отвар из корней таволги и золотого уса — по 20,0 г в смеси с корнями раковых шеек — 20,0 г. Все количество кипятить 30 мин в 2 л воды.

Даже продолжительный понос прекращается, если натощак пить горячий чай из зверобоя, золотого уса и тысячелистника, взятых поровну. Столовая ложка смеси на стакан кипятка.

Принимать внутрь отвар из 3,0—10,0 г клубней ятрышника на 180,0 г воды при поносах. Отвар готовят следующим образом нужную дозу порошка взболтать в 10 частях холодной кипяченой воды, затем добавить 90 частей кипящей воды, 3 ч. л. сока золотого уса и снова взболтать, пока не получится густоватая, однообразная, бесцветная и немного прозрачная слизь.

При продолжительных поносах, при колите, болях в желудке, а также при дизентерии приготовить водный отвар из 50,0 г шишек ольхи и 50,0 г корней золотого уса на 1 л воды и пить горячим по 3 стакана в день.

Может применяться смесь: молодые (собранные до растрескивания) шишки ольхи смешивать в равных частях с корневищами золотого уса, лапчатки и корнями крапивы жгучей. Этой смеси взять 50,0 г на 1 л воды. Замочить на ночь, а утром прокипятить 10 мин. Пьют горячим натощак целый стакан, а остальное в течение дня в 4 приема.

Прием медуницы внутрь в виде отвара из 40,0 г на 1 л воды и 5 ч.л. сока золотого уса хорошо действуют при поносах.

В этих же случаях хороши и отвары трав Медуница — 40,0 г, семя льна — 1 ст. л.; окопник, корень — 1 ст. л.; золотой ус, сок — 7 ч. л.; шиповник, плоды — 100 г. Смесь трав запарить в 1 л воды

При дизентерии и поносах применяют отвар семян и корней, а то и всего растения дурнишника колючего. Взять 1 ст. л. размельченного растения, удалив шипы, растереть, развести стаканом воды, заварить и прокипятить 10 мин, остудить и добавить свежий сок золотого уса — 5 ч. л. Пьют в любых количествах.

Ольха, соплодия — 20 г; горец змеиный, корневища — 1 г. 2 ч. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3—4 раза в день.

Черемуха обыкновенная, плоды — 30 г; черника обыкновенная, плоды — 20 г; 2 ст. л. сбора залить стаканом кипящей воды, прокипятить 20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4—1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; кровохлебка лекарственная, корневища — 10 г; горец змеиный, корневища — 10 г. 2 ч. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3—4 раза в день.

Горец змеиный, корневища — 20 г; лапчатка прямостоячая, корневища — 5 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3—4 раза в день.

Кровохлебка лекарственная, корневища — 20 г; аир болотный, корневища — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, настоять 1 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4—1/3 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; щавель конский, корни — 20 г; горец змеиный, корневища — 20 г. 2 ч. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 30 мин и процедить. Принимать по 1/3—1/4 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; черемуха обыкновенная, плоды — 10 г; горец змеиный, корневища — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, прокипятить 20 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/3—1/2 стакана 3—4 раза в день.

### Дизентерия

Дизентерия — инфекционная болезнь, которая протекает с преимущественным поражением слизистой оболочки конечного отдела толстой кишки.

Возбудителями дизентерии являются бактерии-шигеллы. Возбудители могут длительно сохраняться во внешней среде (до 5 месяцев). На некоторых пищевых продуктах они не только сохраняются, но могут и размножаться (молочные продукты и др.). Для заражения необходима малая доза микробов. Доказана возможность паразитирования шигелл в эпителии кишечника. Болезнь возникает при проникновении в кровь токсинов шигелл. Дизентерийные токсины действуют на стенку сосудов,

нервную систему, печень, органы кровообращения. При тяжелых формах дизентерии больные обычно умирают от инфекционно-токсического шока.

Инкубационный период дизентерии длится от 1 до 7 дней (чаще 2–3 дня). По клиническим проявлениям дизентерию можно разделить на острую, носительство бактерий дизентерии и постдизентерийный колит. Острая дизентерия проявляется симптомами общей интоксикации (лихорадка, ухудшение аппетита, головная боль, снижение активности, понижение АД) и признаками поражения желудочно-кишечного тракта. Боль в животе вначале тупая, разлитая по всему животу, постоянная, затем становится более острой, схваткообразной, локализуется в нижних отделах живота, чаще слева или над лобком. Боль усиливается перед дефекацией. Появляются также тенезмы — тянувшие боли в области прямой кишки, отдающие в крестец. Они возникают во время дефекации и продолжаются в течение 5–15 мин после нее. Тенезмы обусловлены воспалительными изменениями слизистой оболочки прямой кишки. С поражением конечного отдела толстого кишечника связаны ложные позывы и затянувшийся акт дефекации, ощущение его незавершенности. Отмечаются спазм и болезненность толстого кишечника. Стул учащен (до 10 раз в сутки и более). Испражнения вначале каловые, затем в них появляется примесь слизи и крови, а в более тяжелых случаях при дефекации выделяется лишь небольшое количество кровянистой слизи. При легких формах (до 80% всех заболеваний) самочувствие больных удовлетворительное, температура тела субфебрильная или нормальная, боль в животе не значительная, тенезмы и ложные позывы могут отсутствовать. Стул 3–5 раз в сутки, не всегда удается обнаружить примесь слизи и крови в испражнениях. Тяжелая форма дизентерии встречается у 3–5% заболевших. Она протекает с высокой лихорадкой или, наоборот, с низкой температурой. Отмечаются резкая слабость, снижение активности, аппетит полностью отсутствует. Больные заторможены, кожа бледная, пульс частый. Может развиться картина инфекционного коллапса (прогрессирующее падение артериального давления, цианоз, чувство холода, головокружение, пульс едва прощупывается). Стул до 50 раз в сутки, слизисто-кровянистый. При тяжелом течении может иногда наступать зияние заднего прохода, из которого выделяется кровянистая слизь.

Хроническое носительство дизентерийных возбудителей протекает бессимптомно, проявляясь редкими обострениями (выявляется обычно случайно). Постдизентерийный колит формируется спустя 2 года после перенесенной дизентерии.

Кроме медикаментозного лечения, выздоровлению способствует отвар. Земляника, корень — 8,0 г; верба, кора — 10,0 г. Зарыть данное количество 500,0 г воды, прокипятить 10 мин, осадить, добавить свежий сок золотого уса — 5 ч. л.

Ольха, шишки — 500,0 г; золотой ус, корень — 50,0 г. Этую смесь заварить 1 л воды и пить в горячем виде по 3 стакана в сень.

### **Коклюш**

Коклюш — острая инфекционная болезнь, характеризующаяся приступами спазматического кашля. Наблюдается преимущественно у детей раннего и дошкольного возраста.

Возбудитель — мелкая, овощная палочка, малоустойчивая в внешней среде. Входные ворота инфекции — верхние дыхательные пути. Образуемый ею токсин обуславливает раздражение слизистой оболочки дыхательных путей и оказывает общее действие главным образом на нервную систему, в результате чего развивается спастическое состояние диафрагмы и других дыхательных мышц, бронхоспазм, склонность к спазму периферических сосудов, а у маленьких детей — иногда приводит к судорогам скелетных мышц. При тяжелых формах возникает кислородное голодание.

Инкубационный период коклюша — 3—15 дней (чаще 5—7 дней). Начальный период проявляется небольшим или умеренным повышением температуры тела и кашлем. Этот период продолжается от нескольких дней до 2 недель. Переход в следующий период происходит постепенно. Появляются приступы спастического, или конвульсивного, кашля, характеризующиеся серией коротких кашлевых толчков и последующим вдохом, который сопровождается протяжным звуком (реприза). Возникает овальная серия кашлевых толчков. Это может повторяться несколько раз. В конце приступа (особенно при тяжелой форме) наблюдается рвота. В течение суток приступы в зависимости от тяжести болезни повторяются до 20—30 раз и более. Лицо больного становится одутловатым, на коже и конъюнктиве глаз появляются кровоизлияния, на уздечке языка образуется язвочка. При тяжелом течении на высоте приступа могут возникнуть судороги, у детей первого года жизни — остановка дыхания. Этот период продолжается 1—5 недель и более. В периоде разрешения, продолжающемся 1—3 недели, кашель теряет конвульсивный характер, постепенно исчезают все симптомы. В зависимости от частоты кашлевых приступов и выраженности прочих симптомов различают легкую, среднетяжелую и тяжелую формы коклюша. Наблюдаются и стертые формы коклюша, при которых спаси-

ческий характер кашля не выражен. Эта форма наблюдается у детей, получивших вакцинопрофилактику, и у взрослых. К осложнениям коклюша относятся пневмонии (в развитии которых существует бактериальная микрофлора), ателектазы легких, эмфизема средостения и подкожной клетчатки, энцефалопатии и др. Кроме медикаментозного лечения, применяют следующие отвары:

Багульник — 25 г; золотой ус — 50 г; крапива жгучая малая — 15 г. Все мелко нарезать, смешать. Заварить эту смесь на литр кипятка. Настоять, укутав, 3 ч, процедить. Принимать по половине стакана 5—6 раз в день. Детям при коклюше принимать по чайной ложке 3—5 раз в день.

Почки сосновые — 1 часть; листья подорожника — 1 часть листья мать-и-мачехи — 1 часть; золотой ус — 2 части. 2 ч. л смеси на стакан холодной воды. Настоять 2 ч. Затем кипятить 5 мин, настоять 15 мин, процедить. Выпить эту дозу в течение дня в 3 приема. Применяется при коклюше.

Чабрец (богородская трава) — 10 г; мать-и-мачехи, листья — 10 г; фиалка трехцветная, трава — 10 г; девясила, корни — 10 г анис, плоды — 10 г; золотой ус — 50 г. 2 ч. л. смеси на стакан холодной воды. Настоять 2 ч. Затем кипятить 5 мин, настоять 15 мин, процедить. Выпить эту дозу в течение дня в 3 приема.

Почки сосновые — 1 часть; подорожник, листья — 1 часть мать-и-мачехи, листья — 1 часть. 4 ч. л. смеси настоять 2 ч в стакане холодной воды. Кипятить 5 мин, процедить, добавить сок золотого уса — 7 ч. л. Принимать 1 стакан в течение дня за три приема.

### *Скарлатина*

Скарлатина — острое воздушно-капельное заболевание, поражающее преимущественно детей до 10 лет; характеризуется лихорадкой, общей интоксикацией, ангиной и мелкоточечной сыпью. Заболеваемость повышается в осенне-зимние месяцы.

Возбудитель — стрептококк. Он заселяет носоглотку, реже кожу, вызывая местные воспалительные изменения (ангину, воспаление лимфоузлов). Продуцируемый им экзотоксин вызывает симптомы общей интоксикации и сыпь. В развитии патологического процесса большую роль играют аллергические механизмы, участвующие в возникновении осложнений в позднем периоде болезни.

Инкубационный период продолжается 5—7 дней. Заболевание начинается остро. Повышается температура тела, появляют

выраженное недомогание, головная боль, боль при глотании. Атипичный и постоянный симптом — ангина, характеризующаяся ярким покраснением мягкого нёба, увеличением миндалин, в ушах или на поверхности которых нередко обнаруживается язва. Верхнешейные лимфатические узлы увеличены, болезнены. Часто возникает рвота, иногда неоднократная. В 1-й, реже на 2-й день на коже всего тела появляется ярко-розовая или красная мелкоточечная сыпь. Носогубный треугольник остается бледным, в сгибах конечностей нередки точечные кровоизлияния. Сыпь держится от 2 до 5 дней, а затем бледнеет, одновременно понижается температура тела. На второй неделе болезни появляется шелушение кожи — пластинчатое на конечностях, ярко-крупноотрубевидное — на туловище. Язык вначале обложен, со 2—3-го дня очищается и к 4-му дню приобретает характерный вид: ярко-красная окраска, резко выступающие сосочки (алиновый язык). При наличии выраженной интоксикации обнаруживается поражение центральной нервной системы (затруднение дыхания, бред, затемнение сознания).

Различают 3 формы течения скарлатины:

- 1) при легкой форме скарлатины интоксикация выражена слабо, лихорадка и все остальные проявления болезни исчезают к 5-му дню; это наиболее частый вариант современного течения скарлатины;
- 2) среднетяжелая форма характеризуется большей выраженностью всех симптомов, в том числе явлений интоксикации; лихорадочный период продолжается 5—7 дней;
- 3) тяжелая форма, в настоящее время очень редкая, встречающаяся в двух основных вариантах: а) токсическая скарлатина с резко выраженным явлением интоксикации (высокая лихорадка, симптомы поражения центральной нервной системы — затемнение сознания, бред, а у детей раннего возраста судороги, гингивальные знаки), все симптомы со стороны зева и кожи ярко выражены; б) тяжелая септическая скарлатина с некротической ангиной, бурной реакцией лимфатических узлов; некроз в зеве могут располагаться не только на миндалинах, но и на гипофизистой оболочке мягкого нёба и глотки. Токсико-септическая скарлатина характеризуется сочетанием симптомов этих двух вариантов тяжелой формы.

Встречаются атипичные формы болезни, например, стергая форма скарлатины, при которой все симптомы не выражены, а некоторые вовсе отсутствуют. Если входными воротами инфекции является кожа (ожоги, ранения), то возникает кожная форма скарлатины, при которой такой важный симптом, как ангиноз, отсутствует. Скарлатина может давать такие осложнения,

как гломерулонефрит, синовит, так называемое инфекционное сердце, реже миокардит, могут возникать гнойные осложнения лимфаденит, флегмона, отит, мастоидит, синусит, септикопиемия. Возможны пневмонии. В последнее время частота осложнений резко сократилась. После перенесенной скарлатины сохраняется, как правило, пожизненный иммунитет.

В народной медицине чай из отвара горицвета (не больше 1 ч. л. порезанного растения на 2 стакана кипятка) в смеси с соком золотого уса (1 ч. ложка) рекомендуется принимать по 1 ст. л. (максимум) и не чаще чем через час при различных инфекционных заболеваниях, в том числе скарлатине.

В пол-литровую бутыль нарезать до половины листьев золотого уса и столетника, засыпать сверху сахарным песком. Обвязать горло марлей. Настоять 3 дня, затем налить туда водки до верха, завязать марлей, снова настоять 3 дня, процедить, отжать. Получится сладко-горький ликер. Принимать до полного выздоровления. Не использовать для детей.

От ангины поможет следующее средство. Готовится оно на основе лукового сока, и, конечно, в качестве ингредиента выступает и золотой ус. Луковицу измельчить, отжать сок, смешать его с небольшим количеством сока золотого уса, чайной ложкой меда и принимать полученную жидкость по чайной ложке 3—4 раза в день. Это избавит вас от ангины.

Развести сухой прополис в смеси воды и сока золотого уса (пропорция 1:1). Этим раствором следует полоскать горло.

При воспалении в горле для полоскания применяют водный настой (на кипятке) из следующих растений: золотой ус, корни и окопник, корни — по 15,0 г; лесная мальва, цветки — 10,0 г; роза, лепестки (культурных, садовых форм — чаще всего той, которая употребляется на варенье) — 10,0 г; дуб, кора — 5,0 г; коровяк, цветки — 10,0 г; шалфей, листья — 5,0 г и валериана, корень — 5,0 г. 4 ст. л. (каждая с верхом) смеси залить на ночь 1 л кипятка. Утром подогреть, не доводя до кипения, и теплым настоем раз 6—7 в день полоскать горло. На ночь шею смазать окопниковой мазью, обернуть фланелевым шарфом и тепло укрыться.

Ромашка — 2 части; золотой ус — 3 части; эвкалипт — 1 часть; ноготки, цветки — 1 часть. Все измельчить и хорошо смешать. 1 ст. л. смеси на 1 1/2 стакана кипятка. Кипятить 2 мин. Настоять, укутав, 30 мин. Процедить. Полоскать 2 раза в день утром и вечером, разделив раствор пополам. Начинать полоскание раствором с 26°C, постепенно убавляя по 1°C в день до 16°C. Затем месяц полоскать при 15—16°C. Такое полоскание позволяет снять воспаление горла и закалить его.

## Туберкулез органов дыхания

Во многих экономически развитых странах, в частности в России, значительно снизились заболеваемость туберкулезом и смертность от него. Наиболее выражены эти противоэпидемиологические сдвиги среди детей, подростков и женщин, в меньшей степени — среди мужчин, особенно пожилого возраста. Тем не менее туберкулез остается распространенным заболеванием.

Возбудитель — микобактерия туберкулеза, главным образом человеческого, редко бычьего и в исключительных случаях птичьего типа. Основной источник заражения — больные люди или домашние животные, преимущественно коровы. Заражаются обычно при вдыхании с воздухом выделяемых больными мельчайших капелек мокроты, в которых содержатся бактерии. Кроме того, возможно проникновение в организм инфекции при употреблении молока, мяса, яиц от больных животных и птиц. В этих случаях микробы заносятся в легкие или из глоточных миндалин, или по лимфатическим и кровеносным путям из кишечника.

Впервые проникшие в организм микобактерии туберкулеза распространяются в нем различными путями — по лимфатическим и кровеносным сосудам, по бронхам. При этом в различных органах, главным образом в лимфатических узлах и легких могут образоваться отдельные или множественные, мелкие (буторки) или более крупные очаги. Одновременно появляется положительная реакция на туберкулин (вытяжку из микробов), устанавливаемая по внутрикожной пробе Манту. Могут наблюдаться повышенная температура тела, увеличение наружных лимфатических узлов, изменения в крови. При достаточной сопротивляемости организма и заражении небольшим количеством микробов туберкулезные буторки рассасываются, рубцаются, или в них откладываются соли кальция, хотя бактерии в них длительно сохраняются. Все эти изменения часто остаются неизмененными или протекают под маской других заболеваний, ликвидируются спонтанно. При массивной инфекции, под влиянием других неблагоприятных факторов (нарушения питания, желых заболеваний, ведущих к снижению иммунитета), развивается клинически выраженный туберкулез. Иногда заболевание имеет скрытый характер, но чаще начинается подостро и проявляется повышенной температурой тела, потливостью, утомляемостью, небольшим сухим кашлем. При остром начале болезнь в первых порах протекает под видом неспецифической пневмонии с высокой лихорадкой, кашлем, болью в груди, иногда сышкой. У некоторых больных нередко увеличиваются наружные лимфатические узлы. Проба Манту в 30—50% значительно выражена.

Генерализованный туберкулез проявляется сначала общим недомоганием, повышенной температурой тела, головной болью. Вскоре состояние больного резко ухудшается: лихорадка достигает 39—40°С, появляется одышка, тахикардия.

Если заболевание в этой фазе не было распознано, то, медленно прогрессируя, оно переходит в хроническую форму в легких образуются множественные очаги различной плотности, эмфизема, при распаде очагов формируются отдельные или множественные полости (каверны), которые могут стать источником бронхогенного распространения инфекции. Появляются одышка, иногда астматического характера, кашель с выделением мокроты, кровохарканье, нарушения функции сердечно-сосудистой системы. Часто отмечаются выраженные вегетативные расстройства, плохой сон, потливость, тахикардия. В легких прослушивается много рассеянных сухих и влажных хрипов.

Туберкулезная (казеозная, творожистая) пневмония. Обычно процесс начинается под видом гриппа, неспецифической пневмонии или лихорадочного состояния неясной этиологии. Первым симптомом может быть кровохарканье или легочное кровотечение, затем появляется лихорадка, озноб, одышка, боль в груди, кашель с выделением гнойной мокроты, тахикардия.

При прогрессировании различных форм туберкулеза легких происходит образование соединительной ткани. Болезнь протекает длительно и волнообразно. При обострении выражены явления интоксикации, усиливается кашель и увеличивается количество мокроты, появляются кровохарканье и легочные кровотечения, образуются новые очаги и участки распада в различных отделах легких. По мере прогрессирования болезни возникают дистрофические изменения в различных отделах нервной и эндокринной систем, снижается артериальное давление, понижается секреция желудочного сока.

Туберкулез верхних дыхательных путей, трахеи, бронхов как правило, вторичный процесс, осложняющий различные формы туберкулеза легких и внутригрудных лимфатических узлов. Наибольшее значение имеет туберкулез бронхов. Его клиническими признаками служат сильный приступообразный кашель, боль позади грудины, одышка. Возможно и бессимптомное течение. Редко встречается туберкулез гортани: отмечаются сухость, першение и жжение в горле, утомляемость и осиплость голоса, боль — самостоятельная или при глотании. При сужении голосовой щели в результате инфильтрации, отека или рубцов возникает затрудненное дыхание.

Такие болезни, как туберкулез, успешно лечатся с помощью медикаментозных средств, в приготовлении которых используется золотой ус. Столовую ложку меда смешать со столовой лож-

ой сливочного масла, стаканом молока и 2 чайными ложками сока золотого уса. После того как смесь настоится в течение нескольких часов, ее можно использовать для приема внутрь. Принимать следует 2 раза в день до полного выздоровления.

При туберкулезе легких нужно сварить корни чернобыльника в белом вине (10 мин), в кипящий отвар добавить мед и свежий сок золотого уса и, после того как отвар остынет, пить по 1 стакану натощак или по 3 ст. л. в день.

Отвар (варить 10 мин) из смеси измельченной коры вербы и корня мыльнянки в равных частях. Взять 2 ч. л. смеси на 2 стакана воды. Обычно при кипячении этой смеси и после процеживания из 2 стаканов жидкости остается около 1 1/2 стакана. Полнить объем добавлением свежего сока золотого уса и водной настойки шиповника. Принимать по 2 стакана отвара в день. Это лекарство считается особенно полезным при инфекционных болезнях, в том числе при туберкулезе легких.

Вымыть и нарезать 800 г петрушки, положить в эмалированную кастрюлю. Залить свежим, непастеризованным молоком, оставить в печь или на плиту. Следует дать молоку выпотиться, но не выкипеть, до половины первоначального объема, процедить и добавить сок золотого уса — 7 ч. л. Давать больному 1—2 ст. л. на прием отвара через час. Все приготовленное выпить в день. Считают, что помогает при туберкулезе даже тогда, когда официальная медицина не в состоянии помочь.

Золотой ус, листья — 1 часть; пастушья сумка, трава — 1 часть, хвош полевой, трава — 1 часть. 2 ч. л. смеси настаивать в 2 стаканах холодной кипяченой воды, процедить. Пить по 1/2 стакана 2 раза в день.

Золотой ус, корневище — 1 часть; девясил высокий, корень — 1 часть; солодка голая, корень — 1 часть; алтей лекарственный, корень — 1 часть. 2 ч. л. смеси настаивать 2 ч в 2 стаканах холодной кипяченой воды, процедить. Принимать по 1/2 стакана в течение дня при сильном кашле.

Хвош полевой, трава — 3 части; горец птичий, трава — 1 часть. Готовить настой из расчета 1—1 1/2 ст. л смеси на стакан кипятка. Добавить сок золотого уса — 3 ст. л. Принимать в течение дня большими глотками.

Для внутреннего употребления пользуются листьями золотого уса и травой манжетки, отваренными в виноградном вине (30,0 г листьев и 30,0 г травы на 1 л вина), особенно полезно при кашеврах в легких по 3—5 рюмок в день.

## ВИРУСНЫЕ ИНФЕКЦИИ

*Гепатит*

Гепатит — это воспалительное заболевание печени. Гепатит может быть острым и хроническим.

Наиболее частая причина острого поражения печени у человека — попадание вируса гепатита в организм. Острый гепатит может быть вызван также энтеровирусами, возбудителями кишечных инфекций, вирусами инфекционного мононуклеоза, лептоспирой, некоторыми тропическими паразитами, тяжелой бактериальной инфекцией. Существуют также острые токсические гепатиты, вызываемые лекарственными препаратами, промышленными ядами (фосфором, фосфорорганическими инсектицидами, тринитротолуолом и др.), грибным ядом бледной поганки, сморчков. Острый гепатит может возникнуть как следствие лучевого (радиационного) поражения, при обширных ожогах тела, тяжелых инфекционных заболеваниях, токсикозах беременных. Употребление алкоголя нередко предрасполагает к развитию острого гепатита.

Механизм развития острого гепатита заключается либо в непосредственном повреждении печени, либо в иммунологических нарушениях, когда сам организм начинает уничтожать клетки собственной печени.

В легких случаях острый гепатит протекает практически без симптомов. В более тяжелых случаях симптомы заболевания развиваются быстро, часто сочетаются с общей интоксикацией и токсическим поражением других органов и систем.

В разгар болезни характерны желтушное окрашивание кожи и слизистых оболочек, беловато-глинистый стул, насыщенно-темного цвета («цвета пива») моча.

Цвет кожных покровов бывает лимонно-желтым, оранжевым или шафранным. Однако в легких случаях желтуха видна только при дневном освещении. Нередки носовые кровотечения, кровоизлияния. Больных беспокоит кожный зуд, отмечается урежение сердцебиения, угнетенное психическое состояние повышенная раздражительность, бессонница.

Хронический гепатит — это длительное (более 6 месяцев) заболевание печени. Среди хронических заболеваний печени хронический гепатит является наиболее частым.

Наибольшее значение имеют вирусное, токсическое и аллергическое поражения печени при вирусных гепатитах, промышленных, бытовых, лекарственных хронических интоксикациях (алкоголем, хлороформом, соединениями свинца, тринитротолуолом), реже — при поражении вирусами инфекционного

мононуклеоза, герпеса. Во многих случаях причина хронического гепатита остается невыясненной.

Для хронического гепатита характерны увеличение печени, боль или чувство тяжести, заполненности в правом подреберье, диспепсические явления; реже выявляются желтуха, кожный зуд, повышение температуры. Увеличение печени встречается приблизительно у 95% больных, однако в большинстве случаев оно умеренное. Боль в области печени не сильная, но постоянная. Часто встречаются снижение аппетита, отрыжка, тошнота, плохая переносимость жиров, алкоголя, метеоризм, неустойчивый стул, общая слабость, снижение трудоспособности. У трети больных выявляется небольшая желтуха.

Корни лопуха — 1 часть; сухие створки стручков фасоли — 1 часть; лист черники — 1 часть. 60 г сбора настаивать в литре холодной воды 12 ч. Затем прокипятить 5 мин, настоять, укутав, 1 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать при хроническом гепатите по 3/4 стакана 5 раз в день, через 1 ч после еды.

60 г сушеной и измельченной коры ивы кипятить в 1 литре воды 15—20 мин, настоять, укутав, сутки, процедить и добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Принимать при гепатите по 1/2 стакана 3 раза в день до еды.

25 г бессмертника кипятить в 1 литре воды до половины объема, т. е. до 0,5 литра. Когда остынет, процедить и добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Принимать при гепатите по 50 г 3 раза в день, за 30 мин до еды.

При болезнях печени пить по 3 стакана в день чая из смеси: зверобоя — 40,0 г, спорыша и золотого уса по — 20,0 г, дикого никория — 30,0 г, бессмертника песчаного — 40,0 г, коры крушины — 30,0 г, цветков ромашки — 10,0 г и ноготков — 40,0 г. 20 г этой смеси с вечера залить сырой водой, целую ночь настаивать и утром прокипятить 5—7 мин, после чего еще напаривать 20 мин. Порция дневного приема.

Зверобой — 40,0 г, спорыш — 30,0 г, тмин — 40,0 г, ромашка — 10,0 г и кора крушины — 20,0 г. 4 ст. л. смеси залить на ночь 1 л сырой воды, а утром кипятить 7 — 10 мин. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. и выпивать за день в 5 приемов: натощак целый стакан, а остальное за 4 приема, каждый раз через час после еды.

Чай из золотого уса и льнянки (по 40,0 г на литр кипятка) пьют при болезнях печени со вздутием кишечника. При хронической желтухе — золотой ус употреблять в смеси с цмином, по 5,0 г того и другого, с добавлением 10,0 г столбиков кукурузы. Пить 40 г смеси на 1 л воды

Отвар целых растений лапчатки (20,0 г на 1 л кипятка) принимать в смеси с соком золотого уса — 4 ч. л., пить по стакану трижды в день при болезнях печени, сопровождающихся запором.

Золотой ус применяется в смеси с цветами терновника. Заварить по 50,0 г цветов и листьев в 1 л кипятка и пить как чай.

Принимать отвар (варить 10 мин) из смеси измельченной коры вербы и корня мыльнянки в равных частях. Взять 2 ч. л. смеси на 2 стакана воды. Обычно при кипячении этой смеси и после процеживания из 2 стаканов жидкости остается около 1<sup>1</sup>/<sub>2</sub> стакана. Пополнить объем добавлением свежего сока золотого уса и водного настоя шиповника. Принимать по 2 стакана отвара в день.

В народной медицине употребляют отвар корней золотого уса и мыльнянки (50,0 г смеси варить 10—15 мин в 1 л воды) в дозе 3 — 4 стакана за день.

Пастушья сумка — 40,0—50,0 г, сок золотого уса — 7 ч. л. Заварить в 1 л кипятка, остудить, добавить сок золотого уса.

Ястребинку зонтичную используют в смеси с листьями золотого уса в виде отвара (20,0 г на 1 л воды) не более 3 стаканов в день при желтухе и увеличении печени.

В народе употребляется отвар из побегов тui и корней золотого уса (по 20,0 г на 1 л воды), пить 3 раза в день по 1 стакану.

Побегов тui — 5,0 г, цветов тмина (корзиночка) — 10,0 г, травы спорыша — 10,0 г, листьев золотого уса — 10,0 г, зверобоя — 5,0 г, травы дикого цикория — 5,0 г, коры крушины — 10,0 г. 20 г сырья заварить 1 л кипятка, настоять. Выпивать за день: натощак 1 стакан, а остальное в течение дня за 4 приема и каждый раз через час после еды.

Редьку натереть, сок отжать, хорошо смешать пополам с медом и соком золотого уса. Принимать от 1/3—1/2 до 1 стакана в день. До максимальной дозы доходить постепенно. Препятствует развитию болезней печени, используется для профилактики.

Золотой ус, листья — 10 г; одуванчик лекарственный, корни — 10 г; лопух большой, корни — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 10 г; горец птичий, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 10 мин, охладить и прощедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Котовник кошачий, трава — 30 г; вероника длиннолистная, трава — 30 г; лапчатка гусиная, трава — 15 г; зопник клубненосный, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипят-

настоять в течение часа и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Бессмертник песчаный, цветки — 20 г; береза, листья — 20 г; цикорий обыкновенный, корни — 10 г; лаванда колосовая, цветки — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Вахта трехлистная, листья — 30 г; календула, цветки — 20 г; чистотел большой, трава — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г. 2 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, кипятить 5 мин, настоять 1 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день (утром и вечером) через час после еды.

Золотой ус, листья — 10 г; цикорий обыкновенный, корни — 10 г; мята перечная, листья — 10 г; одуванчик лекарственный, корни — 10 г; вахта трехлистная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 10 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; бессмертник песчаный, цветки — 20 г; василек синий, цветки — 20 г; календула, цветки — 20 г; чистотел большой, трава — 10 г; жостер слабительный, плоды — 10 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана 2—3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; кукуруза обыкновенная, рильца — 15 г; горец птичий, трава — 15 г; фасоль обыкновенная, стручки — 15 г; толокнянка обыкновенная, листья — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, кипятить 15—20 мин, процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Мята перечная, листья — 30 г; чистотел большой, трава — 20 г; зверобой продырявленный, трава — 30 г; солодка голая, корни — 15 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, кипятить 15—20 мин, процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по стакану 2 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; василек синий, цветки — 20 г; чистотел большой, трава — 20 г; мелисса лекарственная, трава — 20 г; аир болотный, корневища — 20 г; ромашка аптечная, цветки — 20 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; полынь горькая, трава — 10 г; бессмертник песчаный,

ный, цветки — 10 г; фенхель обыкновенный, плоды — 10 г; маньчжурка перечная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 25 г; маньчжурка перечная, листья — 30 г; ромашка аптечная, цветки — 30 г; зверобой продырявленный, трава — 25 г; фиалка трехцветная, трава — 25 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 25 г; крушина ломкая, кора — 25 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, настоять 20—30 мин и процедить. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день (утром натощак и вечером перед сном).

Календула, цветки — 40 г; бессмертник песчаный, цветки — 40 г; зверобой продырявленный, трава — 40 г; крушина ломкая, кора — 30 г; горец птичий, трава — 20 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г. 20 г сбора залить стаканом воды, настоять 10—12 ч в темном и теплом месте, кипятить 5—6 мин, затем вновь настоять 15 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по стакану 3 раза в день.

Маньчжурка перечная, листья — 40 г; календула, цветки — 40 г; кукуруза обыкновенная, рыльца — 40 г; жостер слабительный, плоды — 30 г; цикорий обыкновенный, корни — 30 г; можжевельник обыкновенный, плоды — 20 г; ромашка аптечная, цветки — 10 г. 4 ч. л. сбора залить 3 стаканами сырой воды и оставить на ночь. Утром кипятить 5 мин, охладить 20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по стакану 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; кукуруза обыкновенная, рыльца — 30 г; шиповник майский, плоды — 30 г; чистотел большой, трава — 15 г; зверобой продырявленный, трава — 15 г; маньчжурка перечная, листья — 15 г; тмин обыкновенный, плоды — 15 г; крушина ломкая, кора — 15 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 30 мин, охладить в течение 10 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана 2—3 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; зверобой продырявленный, трава — 20 г; бессмертник песчаный, цветки — 20 г; горец птичий, трава — 20 г; крапива двудомная, листья — 10 г; крушина ломкая, кора — 10 г; шиповник майский, плоды — 10 г; березы, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить 300 мл кипящей воды, кипятить 5 мин, настоять 4 ч и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

### Грипп. ОРЗ

Грипп — острая вирусная болезнь, которая передается воздушно-капельным путем. Характеризуется острым началом, лихорадкой, общей интоксикацией и поражением респираторного тракта.

Возбудители гриппа включают несколько типов: грипп А, В и С. Вирусы гриппа очень быстро изменяют свои свойства, поэтому этой болезнью заболевают многие люди. Вирус гриппа быстро погибает при нагревании, высушивании и под влиянием различных дезинфицирующих агентов. Воротами для инфекции являются верхние отделы респираторного тракта. Грипп способствует снижению защитных свойств организма. Это приводит к обострению различных хронических заболеваний — ревматизма, хронической пневмонии, пневмита, холецистита, токсоплазмоза и прочих, а также к возникновению вторичных бактериальных осложнений. Вирус сохраняется в организме больного обычно в течение 3—5 дней от начала болезни, а при осложнении пневмонией — до 10—14 дней.

Инкубационный период продолжается от 12 до 48 ч. Типичный грипп начинается остро, нередко с озноба или познабливания, быстро повышается температура тела, и уже в первые сутки лихорадка достигает максимального уровня (38—40°C). Отмечаются признаки общей интоксикации (слабость, адинамия, потливость, боль в мышцах, сильная головная боль, боль в глазах) и симптомы поражения дыхательных путей (сухой кашель, першение в горле, саднение за грудиной, осиплость голоса). Отмечается покраснение лица и шеи, инъекция сосудов склер, повышенное потоотделение, брадикардия (урежение сердцебиения), гипотония. Выявляется поражение верхних дыхательных путей (ринит, фарингит, ларингит, трахеит). Особенно часто поражается трахея, тогда как ринит иногда отсутствует. Язык обложен, может быть кратковременное расстройство стула. Могут наблюдаться такие осложнения, как пневмонии (до 10% всех больных и до 65% госпитализированных больных гриппом), фронтиты, гаймориты, отиты, токсическое повреждение миокарда.

ОРЗ, или острые респираторные заболевания, широко распространены, характеризуются общей интоксикацией и преимущественным поражением дыхательных путей. Чаще этими заболеваниями страдают дети. Часто встречаются в виде эпидемических вспышек, особенно в зимний период.

ОРЗ могут вызываться большим количеством (свыше 200) различных вирусов и бактерий. К ним относятся:

- 1) вирусы парагриппа;
- 2) адено-вирусы;

- 3) реовирусы;
- 4) риновирусы;
- 5) коронавирусы;
- 6) респираторно-синцитиальный вирус;
- 7) энтеровирусы;
- 8) вирус простого герпеса;
- 9) стрептококки, стафилококки и другие микробы.

Ворота инфекции — различные отделы респираторного тракта, где и возникают воспалительные изменения.

Для ОРЗ характерны умеренно выраженные симптомы общей интоксикации, преимущественное поражение верхних отделов респираторного тракта и доброкачественное течение. Локализация наиболее выраженных изменений респираторного тракта зависит от вида возбудителя. Например, риновирусные заболевания характеризуются преобладанием ринита, адено-вирусные — ринофарингита, парагрипп проявляется преимущественным поражением горлани, респираторно-синцитиальное вирусное заболевание — бронхов. Некоторые вирусы, кроме поражения респираторного тракта, обуславливают возникновение других симптомов, например, при адено-вирусных заболеваниях могут возникать конъюнктивиты и кератиты. Длительность ОРЗ, не осложненных пневмонией, колеблется от 2—3 до 5—8 дней. При наличии пневмоний заболевание может затянуться до 3—4 недель.

Золотой ус прекрасно зарекомендовал себя как лечебное и профилактическое средство от гриппа.

Чтобы не подхватить этот вирус, приготовьте следующий состав: натереть на терке небольшую луковицу, слегка отжать сок, добавить немного меда и измельченный лист золотого уса. Полученную смесь выложить на несколько слоев марли. Ноздри слегка смазать подсолнечным маслом и приложить компресс. Процедуру следует проводить в течение суток не менее 3 раз.

Другое средство аналогичного действия. Лимон натереть на терке, удалить косточки, добавить кашицу из двух долек измельченного чеснока. Лист золотого уса измельчить и выжать сок. Все перемешать и залить большим количеством кипяченой воды. Добавить чайную ложку меда, все перемешать и оставить на 3 суток в темном прохладном месте. Через три дня процедить. Приготовленную смесь принимать в осенне и зимнее время ежедневно натощак по одной столовой ложке, в период эпидемий — по 2. Хранить ее следует в холодильнике.

Следующее средство помогает быстрее избавиться от гриппа, но подходит и для его профилактики. Готовится оно так. Из

измельчить лимон вместе с кожурой и 3 листа золотого уса размером не менее 20 см, пропустив все через мясорубку, залить кашицу растительным маслом, оставить на несколько часов. Затем процедить, тщательно отжав кашицу. В период заболевания гриппом смазывать этим маслом десны до и после еды, ушные раковины и подошвы ног мазать на ночь.

В  $1\frac{1}{2}$  л кипяченой воды растворить столовую ложку соли, добавить сок 1 лимона, столовую ложку сока золотого уса, чайную ложку меда, 5 толченых таблеток аскорбиновой кислоты. Все размешать до полного растворения. Приготовленную жидкость нужно выпить не более чем за 2 ч. Это чрезвычайно сильное средство для профилактики вируса гриппа.

При респираторных заболеваниях поможет такое средство. Взять кусочек рафинированного сахара, накапать на него несколько капель сока золотого уса и принимать 3 раза в день за несколько минут до еды.

Такое проявление простудных заболеваний и гриппа, как повышение температуры, устраняется следующей смесью. Взять сырье картофелины, очистить, вымыть, натереть на терке. Измельчить 2 листа золотого уса, добавить к этой массе, смешать со столовой ложкой яблочного уксуса и чайной ложкой меда. Все перемешать и полученную смесь положить на несколько слоев марли или неплотную ткань. Приложить компресс ко лбу на 15 минут. Через некоторое время заменить его новым. Процедуру проводите до тех пор, пока температура не придет в норму.

При гриппе приготовьте отвар по следующему рецепту. Взять столовую ложку сухой травы шалфея, залить стаканом кипяченого молока, поставить посуду на огонь, довести до кипения, выдержать в течение 10 мин, затем остудить, процедить и снова довести до кипения. Выжать сок из листа золотого уса, добавить в отвар. Принимать приготовленное средство в теплом виде по полстакана за 20 мин до приема пищи.

Поможет справиться с гриппом и кашица из измельченного чеснока, листьев золотого уса и меда (ингредиенты берутся в одинаковой пропорции). Принимать это средство нужно по 1 ч. л. несколько раз в день, запивая большим количеством кипяченой воды.

Натереть на терке очищенный корень хрена или пропустить его через мясорубку, смешать с 2 измельченными листьями золотого уса, столовой ложкой меда и оставить на 12 ч. Затем процедить и принимать полученную жидкость по 1 ст. л. 3—4 раза в день перед едой во время гриппа.

Взять примерно литр только что выжатого апельсинового сока, около 1/2 стакана свекольного, столько же морковного, все смешать, добавить 2 ст. л. сока золотого уса, 2 ч. л. меда и немнога отвара пророщенной пшеницы. Приготовленный напиток следует выпить в 2 приема, утром и вечером. Делать это следует в течение нескольких дней в периоды эпидемии гриппа и других инфекционных заболеваний.

Развести сухой прополис в смеси воды и сока золотого уса (пропорция 1:1). Этим раствором следует прополоскать горло, в результате чего исчезнут воспалительные процессы, происходящие при гриппе. Помните, что при лечении описанными выше препаратами нужно соблюдать осторожность.

Следующий рецепт следует готовить в очень небольших количествах, чтобы не утратились целебные свойства. Он применяется для лечения и профилактики гриппа. Помимо 2 листьев золотого уса вам потребуется 1 лимон, 1/2 пачки сливочного масла и 2 ст. л. меда. Лимон помыть, положить на 1 мин в очень горячую воду, затем пропустить через мясорубку вместе с цедрой и листьями золотого уса. Полученную массу смешать с размягченным сливочным маслом, добавить мед, как следует перемешать. Хранить это средство следует в холодильнике, принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день перед едой.

Сушеные плоды земляники залить крепким кипятком, поставить посуду на медленный огонь и довести до кипения. Через 2 мин посуду снять с огня, добавить несколько капель эвкалиптового масла, слегка остудить и добавить мед. В отдельной кастрюле подогреть стакан гранатового сока с кашицей из листьев золотого уса. Процедить, смешать с земляничным отваром, добавить апельсиновый сок. Принимать напиток по 1/2 стакана в период начинающейся простуды или в качестве жаропонижающего при гриппе.

Яблочный сок (1 стакан) смешать с соком, выжатым из 5—6 листьев золотого уса, добавить мед по вкусу и специи: корицу, гвоздику, кардамон. Все перемешать и посуду со смесью поставить на медленный огонь. Нагреть до 40°C, снять посуду с огня и добавить несколько капель эвкалиптового масла. Приготовленное средство пить по 1/3 стакана в период заболевания гриппом или простудой.

Во время гриппа с повышенной температурой выпить в течение дня 3 стакана отвара из центаврии, сока золотого уса, ромашки и листьев бобовника, взятых в равных частях по объему, примерно 4 ст. л. смеси на 3 стакана кипятка. При этом вечером, перед сном, выпить 100 г горячей водки, нагретой с 1 ст. л. меда,

сон и обильный пот побоят эту упорную и мучительную болезнь.

Шиповник (сухие ягоды) растолочь. 5 ст. л. ягод на 1 л холодной воды. Поставить на огонь, как закипит, дать прокипеть 10 мин. Настоять, укутав, 8—10 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Пить рано с утра по 1 стакану через каждые 2—3 ч в течение суток. Пить с медом, вареньем, сахаром. Можно заварить погуще. Желательно в этот день ничего не есть. После каждого приема полоскать рот теплой водой, так как кислота разъедает зубы. Желательно при гриппе пить шиповник в течение недели, постепенно снижая количество приемов.

Полынь, настойка на водке. В 250 г водки насыпать травы полыни горькой. Настаивать 21 день в темном месте, процедить и добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Принимать при простуде 20 г 1 раз в день. Принимать 2—3 дня, не более.

Липа, цветы — 1 часть; малина, плоды — 1 часть. 2 ст. л. смеси на 2 стакана кипятка. Кипятить 5—10 мин, процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Пить горячим на ночь по 1—2 чашки.

Малина, плоды — 40 г; мать-и-мачеха, листья — 40 г. 2 ст. л. смеси на 2 стакана кипятка. Кипятить 5—10 мин, процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Пить горячим на ночь по 1—2 чашки.

Мята перечная, листья — 1 часть; бузина черная, цветки — 1 часть; липа, цветы — 1 часть. 2 ст. л. смеси на 2 стакана кипятка. Кипятить 5—10 мин, процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Пить горячим на ночь по 1—2 чашки.

Липа, цветы — 1 часть; черная бузина, цветы — 1 часть 2 ст. л. смеси на стакан кипятка, кипятить 5—10 мин. Процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Выпить горячим в 1 прием при гриппе и простудных заболеваниях.

Если простуда сопровождается кашлем и осиплостью голоса, поможет следующий рецепт: измельчить и смешать в одинаковой пропорции сухие листья и плоды земляники, столовую ложку полученной смеси залить стаканом холодной воды и довести до кипения. В отвар добавить несколько капель сока золотого уса. Лекарство следует принимать по 1 стакану 3—4 раза в день.

При острых респираторных заболеваниях хорошо себя зарекомендовали следующие рецепты:

Золотой ус, листья — 15 г; бузина черная, цветки — 15 г; липа, цветки — 15 г; мята перечная, листья — 15 г. Столовую

ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; липа мелколистная, цветки — 20 г; подорожник большой, листья — 20 г; зверобой продырявленный, трава — 20 г. 10 г сбора залить 2 стаканами кипятка, настоять 6 ч и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; малина обыкновенная, плоды — 15 г; липа, листья — 15 г; душица обыкновенная, трава — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; бузина черная, цветки — 20 г; коровяк, цветки — 15 г; липа, цветки — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 1 ч и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

Ромашка аптечная, цветки — 20 г; мать-и-мачеха, листья — 20 г; душица обыкновенная, трава — 10 г. 10 г сбора залить стаканом кипятка, настоять 6 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Малина обыкновенная, плоды — 30 г; сабельник болотный, корневища — 10 г; ива белая, кора — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 10 мин, охладить и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 10 г; липа, цветки — 10 г; вероника длиннолистная, трава — 10 г; медуница, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; клевер луговой, цветки — 15 г; вербена лекарственная, листья — 15 г; бузина черная, цветки — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч и процедить. Принимать по 1/3 стакана 3—4 раза в день.

Следующее средство отличается особенно сильным эффектом. Вам понадобятся 6 листьев золотого уса. Срезать их, выдержать примерно 2 недели в темном месте при низкой температуре, например в холодильнике, завернув их в плотную ткань. Затем промыть, измельчить и залить кипяченой водой в соотношении 1:3. Дать настояться, затем процедить жидкость и добавить в нее 1/2 кг измельченных орехов и 300 г меда. Полученную смесь принимать по столовой ложке 3 раза в день за 30 мин до приема пищи.

Мед смешать с соком лимона в одинаковом соотношении, растворить смесь в кипяченой воде (1 ст. л. смеси на 1 стакан воды), добавить 2 ст. л. сока золотого уса и выпить за несколько

## Лечение золотым усом

минут до еды. В течение дня следует приготовить не менее трех таких стаканов. Курс лечения проводят до выздоровления.

Герпес на губах очень часто возникает как одно из проявлений простудных заболеваний. Для избавления от него можно использовать мазь, приготовленную на основе золотого уса. Взять 1 ст. л. сухих цветков календулы, столовую ложку меда, немного сока золотого уса и вазелина. Календулу слегка смочить водой и нагреть, смешать с остальными компонентами, дать настояться в течение суток. Полученной смесью мазать губы и кожу вокруг них перед сном.

Взять в одинаковой пропорции сухие плоды шиповника, корни цикория, корни одуванчика лекарственного и ягоды калины, добавить в 2 раза меньшее количество измельченных головок клевера лугового, измельченный лист золотого уса. Перемешать, залить 3 ст. л. смеси кипятком в термосе, дать настояться в течение нескольких часов, затем процедить, добавить пару ст. л. меда. Приготовленное средство следует употреблять по 1/2 стакана 3—4 раза в день в период начинающейся простуды.

Промыть изюм, курагу, пропустить их через мясорубку или мелко нарезать. Орехи растолочь и добавить к первым ингредиентам. Залить все подогретой водой, поставить на огонь и довести до кипения. Затем добавить мед, лимонный сок, сок, выжатый из 5 листьев золотого уса, и подержать посуду на медленном огне еще пару минут. Приготовленный напиток употреблять в теплом виде утром натощак как укрепляющее средство или же в период простудных заболеваний для быстрого выздоровления.

При простудах пить (по 3 стакана в день) отвар цветов бузины в дозе примерно 20,0 г на 1 л воды. При этом рекомендуют лежать в постели и три раза в день принимать по 20 капель сока золотого уса.

Дикий мак, лепестки — 30,0 г; золотой ус, побеги — 30,0 г; бузина черная, цветы — 20,0 г; липа, цветы — 20,0 г; коровяк, цветы — 30,0 г; мальва лесная, цветы — 30,0 г; мать-и-мачеха, цветы — 20,0 г; гречиха, цветы — 20,0 г; легочница, трава — 30,0 г. 40 г этой смеси залить 1 л кипятка, парить всю ночь, а днем пить ежечасно по 1/4 стакана (по винной рюмке). Эту смесь особенно рекомендуют в народе при сильном простудном кашле, причем считается необходимым постельный режим, так как смесь действует потогонно.

Первоцвет, цветы — 20,0 г, золотой ус листья — 10,0 г на 1 л воды, или целого растения 40,0—60,0 г на 1 л воды принимать

при кашле, насморке и вообще при всех видах простудных болезней. За 2 недели проходит и без лечения.

Багульник — 25 г; золотой ус — 50 г; крапива жгучая малая — 15 г. Все мелко нарезать, смешать. Заварить эту смесь на литр кипятка. Настоять, укутав, 3 ч, процедить. Принимать по 1/2 стакана 5—6 раз в день.

Буквица, трава — 1 часть; ромашка аптечная — 1 часть; шалфей — 1 часть. Все измельчить и хорошо смешать. 1 ст. л. смеси с верхом (1 щепотку) на 0,5 литра кипятка. Настоять, укутав, 30—40 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. На ночь выпить 2—3 чашки горячего настоя с медом. Днем пить как чай в течение дня. Если простуда сопровождается головной болью, то добавить мяты — 1 часть к основному составу сбора. Приготовление и прием такие же, как указано выше.

5 головок лука, 1/2 головки чеснока порезать мелко, варить с молоком, пока разварится. Прибавить сока будры и немного меда, сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 1 ст. л. через каждый час. Народное средство при простуде.

### **Желтуха**

Желтуха встречается при различных заболеваниях. Она характеризуется желтушным окрашиванием кожи и слизистых оболочек в результате накопления в тканях и крови билирубина. В зависимости от причин различают желтухи гемолитическую (надпеченочную), паренхиматозную (печеночную) и механическую (подпеченочную).

Гемолитическая желтуха встречается у людей с заболеваниями крови и у новорожденных. При гемолитической желтухе происходит разрушение эритроцитов (красных кровяных телец) и выход из них гемоглобина, который превращается в билирубин и окрашивает кожу и слизистые в желтый цвет.

Механическая желтуха возникает из-за нарушения оттока желчи из желчных протоков. Причины механической желтухи: пороки развития; желчно-каменная болезнь, камни в желчных протоках, уменьшение просвета желчных ходов после воспаления; воспалительные и паразитарные заболевания; опухоли желчных ходов и головки поджелудочной железы, метастазы в воротах печени.

Чаще всего механическая желтуха возникает после приступа печеночной колики, может появиться кожный зуд, желтушность склер, видимых слизистых оболочек кожи, появляются обесцвеченный кал, моча темного цвета. Длительное существование ме-

ханической желтухи приводит к печеночной коме, кровотечениям, развитию цирроза печени.

Паренхиматозная желтуха — истинная желтуха, которая возникает при различных поражениях печени. Наблюдается при желтых формах вирусного гепатита, отравлениях, сепсисе, хроническом гепатите и т. д. При поражении клеток печени она больше не справляется со своей функцией, перестает обезврекивать билирубин. Возникает желтушное окрашивание кожи и слизистых оболочек. Для паренхиматозной желтухи характерен пафраново-желтый цвет кожи с красноватым оттенком («красная желтуха»). Вначале желтушная окраска проявляется на склерах и мягком нёбе, затем окрашивается кожа. Паренхиматозная желтуха сопровождается кожным зудом, однако менее выраженным, чем при механической. При длительном течении паренхиматозной желтухи кожа может приобретать, как и при механической, зеленоватый оттенок. Моча приобретает темную, цвета пива, окраску, кал обесцвечивается.

При лечении желтухи препаратами золотого уса необходимо помнить, что зачастую они лишь устраниют симптомы заболевания, но не справляются с причиной, поэтому не откладывайте визит к врачу.

При желтухе в народе употребляют отвар листьев земляники 50,0 г на 1 л воды с соком золотого уса.

Золотой ус, цмин — по 15,0 г, добавить 10,0 г столбиков кукурузы. Взять всей смеси 40,0 г на 1 л воды. Эту смесь употреблять в виде отвара.

Отвар (варить 10 мин) из смеси измельченной коры вербы и корня мыльнянки в равных частях. Взять 2 ч. л. смеси на 2 стакана воды. Обычно при кипячении этой смеси и после процеживания из 2 стаканов жидкости остается около 1/2 стакана. Пополнить объем добавлением свежего сока золотого уса и водной настойки шиповника. Принимать по 2 стакана отвара в день.

Ястребинка зонтичная, золотой ус, листья. Применять отвар 20,0 г на 1 л воды не более 3 стаканов в день.

При желтухе: весной и летом готовить смесь из 1 стакана горячей воды, 5 ч. л. свежего сока золотого уса и 2 ст. л. сока из молодых побегов или веток хмеля. Эту смесь выпивают в теплом виде за день. Зимою поступать так же, но вместо сока хмеля взять 2 ст. л. измельченных шишек, предварительно целую ночь замачивая их (паря) в смеси молока с водой. Выпить этот отвар в день.

Лесной орех (лещина), листья. Листья высушить в духовке без газа. 1 ч. л. измельченных в порошок листьев настоять с ве-

чера до утра в стакане белого вина, добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать эту настойку в течение дня натощак в 3 приема. По истечении 12—15 дней желтуха проходит.

Цветы бессмертника — 40 г; вахта трехлистная, лист — 30 г; мята, лист — 20 г; плоды кoriандра — 20 г. 2 ст. л. сбора на 2 стакана воды. Кипятить 10 мин, настаивать, укутав, 1 ч, процедить, добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 2—3 раза в день за 15—20 мин до еды.

### **Малярия**

Малярия — острая инфекционная болезнь, которая характеризуется лихорадочными приступами, анемией, увеличением печени и селезенки. Характерны рецидивы. Источником инфекции является только человек, больной малярией, или носитель. Инфекция передается различными видами комаров.

Малярию человека вызывают 4 вида возбудителей:

*Plasmodium falciparum* — возбудитель тропической малярии, *P. vivax* — возбудитель трехдневной малярии (вивакс-малярия), *P. ovale* — возбудитель овале-малярии, *P. malariae* — возбудитель четырехдневной малярии.

Плазмодии малярии проделывают сложный цикл развития в организме человека и в организме комара-переносчика. При заражении во время укуса комара в организм проникают возбудители, которые размножаются в клетках печени и эритроцитах.

Цикл развития паразита до попадания в эритроциты не сопровождается клиническими проявлениями. Начало приступа совпадает по времени с моментом массового разрушения пораженных эритроцитов и выхода в кровь паразита.

Приступ является своеобразной реакцией на проникающий в кровь чужеродный белок. Разрушение эритроцитов приводит к анемии. Инкубационный период при тропической малярии продолжается 10—14 дней, при трехдневной с короткой инкубацией — 10—14 дней, с длинной — 8—14 мес, при 4-дневной — 20—25 дней.

В начале заболевания лихорадка может быть неправильного типа, и лишь спустя несколько дней устанавливается регулярное чередование приступов. В течение приступа различают периоды озноба, жара и пота. Приступы возникают обычно утром с максимальной температурой в первой половине суток (при овале-малярии приступы начинаются вечером после 18—20 ч). Озноб наступает внезапно и бывает «потрясающим». Его длительность 1,5—2 ч.

Длительность всего приступа при трехдневной малярии и овале-малярии 6—8 ч, 4-дневной 12—24 ч, при тропической малярии приступ продолжительный, а период без температуры настолько короткий, что его удается обнаружить лишь при измерении температуры через каждые 3 ч. Период озноба сменяется жаром, а с началом снижения температуры больной начинает сильно потеть. Его самочувствие быстро улучшается, он успокаивается и засыпает.

В период отсутствия повышения температуры самочувствие больного остается хорошим, нередко он сохраняет работоспособность.

При трехдневной, тропической и овале-малярии приступы повторяются через 3 дня, а при 4-дневной — через 4 дня. Температура во время приступов достигает обычно 40°С и выше. Уже после первых 2—3 приступов проявляется выраженное увеличение печени и особенно селезенки, ее болезненность. Нередко развивается герпетическая сыпь.

В результате распада эритроцитов возникает бледность и желтушное окрашивание кожи. Течение малярии может осложниться развитием комы, разрывом селезенки.

Во время лихорадки при малярии пить отвар из следующих лекарственных растений: 2 ст. л. мелко порезанного корня дикой розы (шиповника) и 1 ложку корня ясения кипятить в одном стакане воды. В этот очень горячий отвар высыпать по 1 ложечке бобовника, сока золотого уса, цветов ромашки и 1 ст. л. центаврии; размешивать, накрывать крышкой и в теплой духовке парить полчаса. Выпивать весь этот приготовленный отвар в 5 приемов за день, принимая его на протяжении 7—10 дней. Для улучшения вкуса пить вприкуску с сахаром или медом.

Шиповник (корни). 2 ст. л. измельченных корней на 1 стакан воды, кипятить 15—20 мин, настоять, укутав. Когда остынет, процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать этот отвар 4 раза в день по 1/2 стакана. Принимать в течение недели и более. Этот отвар губительно действует на малярийных паразитов.

### Фурункул

Фурункул — это гнойное воспаление волосяного мешочка и окружающей его подкожной клетчатки.

Наиболее частым возбудителем является стафилококк. Образование фурункула способствуют предрасполагающие факторы: недостаточная гигиена, незамеченные небольшие повреждения кожи, особенно при бритье, повышенная потливость, сахар-

ный диабет. Преимущественное расположение фурункулов: лицо, затылок, паховые области, ягодицы, руки.

На месте поражения вначале возникают боль, покраснение и отек в области волосяного мешочка. Затем происходит формирование зоны некроза и гнойное расплавление его, т. е. образование так называемого некротического стержня. После отхождения некротического стержня наступает быстрое выздоровление. Фурункулы могут появляться снова и снова, что приводит к развитию фурункулеза, болезни, доставляющей много неприятностей.

Для лечения фурункулов используется отвар из корневищ золотого уса и пырея по 60 г на 1 л кипятка. Принимать ежедневно по 3 стакана такого отвара (в дозе — 1 ст. л. смеси на стакан кипятка).

Отвар корня лопуха (50,0—60,0 г на 1 л воды) смешать с соком золотого уса — 7 ч. л. и употреблять внутрь при лечении разных кожных заболеваний, в том числе при фурункулезе. Весь отвар выпить за день в 6 приемов.

Все растение глухой крапивы наряду с трехцветной фиалкой, листьями золотого уса, чередой и листьями земляники употреблять внутрь как чай (в виде отвара) при фурункулезе. Для отвара берут 1 ст. л. цветов или измельченного всего растения на 1 стакан кипятка. Принимать 3 раза в день по 1 стакану.

Череда трехраздельная, трава — 15 г; брусника обыкновенная, листья — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 45—60 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4 стакана 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 30 г; фиалка трехцветная, трава — 30 г, бузина черная, цветки — 30 г; фенхель, плоды — 30 г; береза, листья — 30 г; крушина, кора — 30 г; солодка голая, корни — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом воды, кипятить 15 мин, охладить и процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Мята перечная, листья — 10 г; подорожник, листья — 10 г, мать-и-мачеха, листья — 10 г. 20 г сбора залить 400 мл кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Фиалка трехцветная, трава — 20 г; череда трехраздельная, трава — 15 г; василек синий, цветки — 15 г; крапива двудомная, листья — 10 г; календула, цветки — 10 г; хвощ полевой, трава — 10 г. 4 ст. л. сбора залить 1 л холодной воды, настоять 10—12 ч, кипятить 5 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 7 ч. л. Принимать по стакану 5 раз в день.

## ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛЕЗ ВНУТРЕННЕЙ СЕКРЕЦИИ И ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ

### **Ожирение**

Ожирение — заболевание, характеризующееся избыточным развитием жировой ткани. Чаще ожирение возникает после 40 лет, преимущественно у женщин.

Основным фактором, приводящим к развитию ожирения, является нарушение энергетического баланса, заключающееся в несоответствии между энергетическими поступлениями в организм и их затратами. Наиболее часто ожирение возникает следствие переедания, но может происходить из-за нарушения контроля расхода энергии. Несомненна роль эндокринных нарушений, наследственной предрасположенности, снижения физической активности, возрастных, половых, профессиональных факторов, некоторых физиологических состояний (беременность, лактация, климакс). В развитии ожирения ведущую роль играют выраженные в той или иной степени изменения поведенческих реакций, особенно пищевого поведения, и гормональные нарушения. Выделяют алиментарно-конституциональное (пищевое), гипоталамическое и эндокринное ожирение. Алиментарно-конституциональное ожирение носит семейный характер, развивается, как правило, при систематическом переедании, нарушении режима питания, отсутствии адекватной физической нагрузки, часто у членов одной семьи или близких родственников. Гипоталамическое ожирение возникает вследствие нарушения функций гипоталамуса (отдел мозга) и в связи с этим имеет ряд клинических особенностей. Эндокринное ожирение является одним из симптомов первичной патологии эндокринных желез.

Общим признаком всех форм ожирения является избыточная масса тела. Выделяют 4 степени ожирения и 2 стадии заболевания — прогрессирующую и стабильную.

При I степени фактическая масса тела превышает идеальную более чем на 29%,

при II — избыток составляет 30—40%,

при III степени — 50—99%,

при IV — фактическая масса тела превосходит идеальную на 100 % и более.

Иногда степень ожирения оценивается по индексу массы тела, вычисляемому по формуле: масса тела (кг)/рост  $\times$  2 (м  $\times$  2), норму принимается индекс массы, составляющий 20—24,9, при I степени — индекс 25—29,9, при II — 30—40, при III более

40. Больные I—II степенью ожирения обычно жалоб не предъявляют, при более массивном ожирении беспокоят слабость, сонливость, снижение настроения, иногда нервозность, раздражительность, тошнота, горечь во рту, одышка, отеки нижних конечностей, боль в суставах, позвоночнике. При гипоталамическом ожирении часто беспокоят повышенный аппетит, особенно во второй половине дня, чувство голода ночью, жажда. У женщин наблюдаются различные нарушения менструального цикла, бесплодие, гирсутизм (повышенное оволосение), у мужчин — снижение потенции. Могут отмечаться и нарушения состояния кожи, мелкие розовые стрии (полосы) на бедрах, животе, плечах, подмышечных впадинах, гиперпигментация шеи, локтей, мест повышенного трения, повышение АД. При ожирении неэндокринной природы можно использовать:

Пустырник, трава — 3 части; сушеница, трава — 3 части; багульник, трава — 2 части; хвощ полевой, трава — 1 часть; кора крушины — 1 часть. 2 ст. л. измельченной смеси на 500 г крутого кипятка. Кипятить 10 мин. Настоять, укутав, 30 мин. Процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Применяется при ожирении.

Кукуруза, рыльца — 1 часть; ревень, корень — 1 часть; одуванчик лекарственный, корень — 1 часть. 1 ст. л. смеси и стакан холодной кипяченой воды используют для приготовления отвара. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 2 ст. л. 3—4 раза в день.

Золотой ус, листья — 1 часть; боярышник, плоды — 1 часть, девясила, корень — 1 часть; калина обыкновенная, ягоды — 1 часть. Из 1 столовой ложки смеси и стакана холодной кипяченой воды готовят отвар. Пить его по 1—2 ст. л. 4—5 раз в день.

Золотой ус, листья — 1 часть; брусника обыкновенная, лист — 1 часть; бессмертник, цветки — 1 часть; жостер, плоды — 1 часть. Из одной столовой ложки сбора и стакана холодной кипяченой воды готовят отвар. Принимать по 1—2 ст. л. 4—5 раз в день.

Крушина ольховидная, кора — 3 части; одуванчик лекарственный, корень — 1 часть; петрушка кудрявая, корень и зелень — 1 часть; крапива двудомная, лист — 1 часть. 1 ст. л. смеси и стакан кипятка используют для приготовления отвара. После приготовления добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Всю дозу выпивают глотками в течение дня.

Можжевельник, шишки — 1 часть; береза, почки — 1 часть, одуванчик лекарственный, корень — 1 часть. Из одной столовой ложки смеси на стакан кипятка готовят отвар. Добавить сок зо-

золотого уса — 3 ч. л. Всю дозу выпивают в течение дня, устраивая «мочегонные дни» при отсутствии заболеваний почек 3 раза в неделю.

Крушина ломкая, кора — 15 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; можжевельник обыкновенный, плоды — 5 г. 2 ст. л. сбора залить 0,5 л кипящей воды, кипятить 30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по стакану 3 раза в день.

Крушина ломкая, кора — 50 г; одуванчик лекарственный, корни — 15 г; стальник полевой, корни — 15 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, кипятить 30 мин, настоять 10 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по стакану 2—3 раза в день.

Золотой ус, листья — 15 г; мятة перечная, листья — 20 г; бурая черная, цветки — 20 г; фенхель обыкновенный, плоды — 5 г; ромашка аптечная, цветки — 15 г; липа, цветки — 15 г. 10 г сухих трав залить 200 мл воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить 45 мин, процедить и кипяченой водой довести количество настоя до первоначального объема. Принимать по стакану 2—3 раза в день.

Золотой ус, листья — 20 г; крушина ломкая, кора — 60 г; фенхель обыкновенный, плоды — 20 г; одуванчик лекарственный, корни — 20 г; петрушка огородная, плоды — 20 г; мятة перечная, листья — 20 г. 2 ст. л. сбора залить 0,5 л кипящей воды, кипятить 10 мин и процедить. Выпиваю данную дозу утром, до еды.

Крушина ломкая, кора — 30 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 5 г; фиалка трехцветная, трава — 5 г; тмин обыкновенный, плоды — 5 г; кукуруза обыкновенная, рыльца — 5 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, кипятить 10 мин, настоять 10—15 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 2 стакана 2 раза в день.

Кукуруза обыкновенная, рыльца — 25 г; крушина ломкая, кора — 15 г; цикорий обыкновенный, корни — 15 г; одуванчик лекарственный, корни — 10 г; мятة перечная, листья — 5 г; петрушка огородная, плоды — 5 г; фенхель обыкновенный, плоды — 5 г. 2 ст. л. Залить 500 мл кипящей воды, кипятить 30 мин и процедить. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день.

### Подагра

Подагра — болезнь отложения кристаллов уратов в суставах и других тканях, возникающая из-за нарушений метаболизма аминовых оснований и мочевой кислоты.

Для подагры обязательно повышение уровня мочевой кислоты в крови. Оно возникает либо при повышении распада пуриновых оснований, либо из-за недостаточной работы почек по выведению мочевой кислоты. Могут иметь место и обе эти причины. Повышение уровня мочевой кислоты способствует накоплению и отложению в ее различных тканях, прежде всего в хряще суставов, в виде микрокристаллов солей мочевой кислоты (уратов). Периодическое попадание кристаллов в синовиальную полость суставов приводит к развитию острой воспалительной реакции. Мочевая кислота и ее соли откладываются в мочевыводящих путях в виде камней.

Болезнь развивается почти исключительно у мужчин среднего возраста. Обычно наблюдаются артриты суставов нижних конечностей с частым вовлечением 1 пальца стопы, голеностопных и коленных суставов. Реже наблюдается артрит мелких суставов кистей и локтевых суставов. Подагрический артрит имеет характерные особенности: он часто проявляется болями ночью, интенсивность боли нарастает очень быстро и за несколько часов достигает максимума. Боль обычно очень сильная, движения в суставе становятся невозможными, наблюдаются покраснение кожи и повышение температуры тканей над суставом. Может повышаться температура тела. Самостоятельно или под влиянием лечения артрит стихает за несколько дней, не оставляя в большинстве случаев никаких остаточных изменений. К факторам, провоцирующим возникновение приступа подагрического артрита, относят: чрезмерное употребление в пищу продуктов богатых пуриновыми основаниями, главным образом мяса, алкоголя, а также операции, травмы, прием мочегонных средств. У 15—20% больных подагрой возникает мочекаменная болезнь (приступ почечной колики иногда может быть первым признаком подагры).

Употребляют чай из цветов таволги и листьев золотого уса 15,0 г на 1 л воды.

При подагре хорошо действует следующий отвар: 3 ч. л мелко порезанного корня горечавки залить 3 стаканами сырой воды и варить в течение 7—10 мин, остудить и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Весь этот отвар выпить в течение дня.

Из отвара цветов ромашки, смешанного с поваренной солью (200 г на 10 л воды) и соком золотого уса — 6 ч. л., делать ванны при подагрических опухолях рук и ног.

Пить (по 3 стакана в день) отвар цветов бузины в дозе примерно 20,0 г на 1 л воды. При этом рекомендуют лежать в постели и 3 раза в день принимать по 20 капель сока золотого уса.

Отвар из целых растений фиалки душистой (30,0 г на 1 л воды) и молодых побегов золотого уса (40,0 г) принимать внутрь как средство, лечащее подагру.

При подагре пить чай из следующей смеси: лопух, корень, — 25,0 г; золотой ус, корни — 20,0 г; пырей, корневище — 20,0 г; череда, трава — 20,0 г; трехцветная фиалка, трава — 30,0 г и вероника лекарственная — 20,0 г. 40,0 г этой смеси на 1 л воды кипятить на медленном огне 15 мин. Пить по 3 стакана в день, причем первый раз натощак.

1 ст. л. вереска настаивать ночь в 1/2 л кипятка, утром процедить и добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 100 г 3 раза в день до еды.

## Raxit

Рахит — это нарушенная минерализация растущей кости, ведущая к нарушениям формирования скелета в раннем детстве.

Одним из основных факторов является дефицит витамина D. Помимо неправильного вскармливания и пищевой недостаточности витамина D к рахиту могут приводить и нарушение образования его активных форм в организме при недостатке ультрафиолетовых лучей (зимой и осенью, в городах), заболевания печени и почек (в них происходит образование активных форм витамина). Определенную роль играют недоношенность (незрелость ферментных систем), бурный рост ребенка, заболевания, сопровождающиеся ацидозом, недостаточное поступление солей кальция и фосфора. Поступающий с пищей витамин D подвергается преобразованию в печени и почках, в результате чего образуется соединение, влияющее на генетический аппарат клеток кишечника, благодаря чему повышается синтез белка, связывающего кальций и обеспечивающего его транспорт в организме. При недостатке витамина D нарушается всасывание и обмен кальция, его концентрация в крови падает, что вызывает соответствующую реакцию парашитовидных желез и повышение секреции гормона, регулирующего обмен кальция и фосфора. Избыточная секреция этого гормона ведет к выходу кальция из костной ткани. Нарушения фосфатно-кальциевого обмена приводят к развитию ацидоза, что сопровождается нарушениями со стороны нервной системы.

По тяжести различают следующие степени рахита:

I степень (легкая). Имеются небольшие изменения со стороны нервной и мышечной систем; остаточных явлений не дает;

II степень (средней тяжести). Имеются выраженные изменения в костной, мышечной, нервной и кроветворной системах,

умеренное нарушение функции внутренних органов, небольшое увеличение размеров печени и селезенки, анемия;

III степень (тяжелая). Имеются резко выраженные изменения со стороны центральной нервной, костной и мышечной систем, внутренних органов. Частые осложнения.

Начальный период чаще отмечается на 2—3-м месяце жизни, но может проявиться на протяжении всего первого года жизни. Отмечается потливость, облысение затылка, беспокойство, слабость мышечной деятельности, нерезкое размягчение краев большого родничка. Длительность проявления 2—3 недели. В периоде разгара болезни наряду с явлениями торможения нервной системы появляются изменения в костях: изменения костей черепа, грудной клетки, конечностей. Костные изменения, мало заметные при рахите I степени и отчетливые при II степени, переходят в деформацию при рахите III степени. Выявляются нарушения статических функций, функций внутренних органов, гипотония мышц, присоединяется анемия. При рахите II и III степеней селезенка и печень увеличены. На 2—3-м году жизни имеются лишь последствия в виде деформаций костей, иногда анемия.

При остром течении отмечается бурное развитие симптомов рахита. В начальный период — выраженное беспокойство, резкая потливость, изменения в составе крови, в разгар болезни — значительное размягчение костей, выраженная гипотония мышц. Острое течение наблюдается чаще в первые месяцы жизни, особенно у недоношенных и быстро растущих детей. Подострое течение характеризуется более медленным развитием процесса. Наблюдается чаще у детей старше 6—9 месяцев, а также у детей с гипотрофией. Явления размягчения костей выражены значительно меньше. Рецидивирующее течение сопровождается перемежающимися состояниями: обычно улучшение летом и ухудшение зимой. К позднему рахиту относят редкие случаи заболевания, когда активные проявления его отмечаются в возрасте старше 4 лет. Он характеризуется наличием общих симптомов заболевания (отсутствием аппетита, потливостью, болью в ногах, утомляемостью). Костные деформации отмечаются только в редких случаях.

При рахите пользуются, кроме медикаментозного лечения, следующим составом: в равных частях, примерно по 20,0 г, коры дуба, травы душицы, корня аира, цветов тысячелистника, по 40,0 г сосновых веток с иголками, травы череды, травы трехцветной фиалки; по 1 кг пшеничных отрубей, зерен проросшей ржи и листьев черной смородины. Все вместе взятое всыпать в мешочек и варить в нем, опустив в кастрюлю или в ведро с во-

ю, 30 мин. Отжать, влить сок золотого уса — 10 ч. л. и разбить водой для ванны, а содержимое мешочка выбросить.

Можно использовать отвар листьев земляники 50,0 г на 1 л воды с соком золотого уса.

Отвар корня лопуха (50,0—60,0 г на 1 л воды) смешать с соком золотого уса — 7 ч. л. и употребить внутрь при лечении рахита.

Очень хороший, проверенный рецепт кровоочистительной смеси, употребляемой при рахите: череда — 10,0 г; грецкий орех, листья — 5,0 г; трехцветная фиалка, трава — 20,0 г; лопух, корень — 15,0 г; глухая белая крапива, цветки — 10,0 г; тысячелистник, цветки — 10,0 г; черная смородина, листья — 10,0 г и земляника, листья — 15,0 г. Все смешать, взять 20,0 г этой смеси, залить 1 л сырой воды и кипятить на слабом огне 10 мин. Пить в течение часа по винной рюмке (30,0 г) в смеси с соком золотого уса — 20 капель, детям давать по 1 ст. л.

Для предупреждения рахита настоятельно рекомендуется не реже чем 2 раза в неделю купание в отваре из следующей растительной смеси: золотой ус, корень — 0,5 кг; пшеничные отруби — 1 кг; проросшие зерна ржи — 200,0 г; аир, корень — 1 кг; лубовая кора — 200,0 г; чабрец, трава — 200,0 г; верба, кора — 200,0 г; грецкий орех, листья — 200,0 г; череда, трава — 200,0 г; основные побеги — 1 кг. Все это заварить в 12 л воды, процежить, в процеженном растворить 400,0 г поваренной соли и в этом купать ребенка 10—15 мин, подливая горячей воды, когда ванна остынет.

Следующая смесь трав: шиповник, мелко порезанные плоды — 80 шт; золотой ус, листья и грецкий орех — по 3,0 г, зверобой, цветки — 3,0 г, черная смородина, листья — 3,0 г; земляника лесная, листья — 2,0 г; фиалка трехцветная, трава — 5,0 г; череда, трава — 5,0 г и вероника лекарственная, трава — 5,0 г, также хорошо помогает при рахите. Все травы смешать, залить 1 л кипятка, накрыть, поставить на целую ночь в духовку (не доводить доипения). Утром процедить, подогреть, добавить по вкусу сахара и дать ребенку выпить натощак, сколько может, обычно не менее 1/2 стакана. В течение дня ребенка заставить выпить еще 1/2 стакана в 4—5 приемов. Такую запарку готовить ежедневно с сечера.

### **Сахарный диабет**

Сахарный диабет — это заболевание эндокринной системы, возникающее из-за недостатка инсулина и характеризующееся серьезным нарушением обмена углеводов, а также другими нарушениями обмена веществ. Сегодня 130 млн людей на планете боль-

ны сахарным диабетом, из них россияне составляют 8 млн. Инсулин необходим для поддержания нормального уровня сахара в крови, он способствует поступлению глюкозы в клетки, регулирует белковый обмен, стимулируя синтез белков из аминокислот и их транспорт в клетки, уровень глюкозы в крови и выполняет ряд других функций.

Таким образом, нормальная жизнедеятельность организма без достаточного количества инсулина невозможна.

В настоящее время известно 2 типа сахарного диабета. Сахарный диабет первого типа — инсулиновозависимый. Этой формой диабета в основном страдают молодые люди в возрасте до 30 лет.

Второй тип диабета — инсулиновозависимый, или диабет пожилых людей. У таких больных инсулин вырабатывается, и, соблюдая диету, ведя активный образ жизни, они могут добиться того, что довольно продолжительное время уровень сахара будет соответствовать норме, а осложнений благополучно удастся избежать.

У больных сахарным диабетом первого типа наблюдается повышение сахара (глюкозы) в крови — гипергликемия, появляется глюкоза в моче (глюкозурия). Основными симптомами заболевания являются также выделение большого количества мочи (полиурия), жажда (полидипсия), повышение аппетита (полифагия), но вместе с тем больные жалуются на похудание и слабость. Одной из причин похудания является нарушение белкового обмена.

На ранних стадиях сахарного диабета у больных появляются экзема, фурункулез, развиваются пародонтоз, грибковые заболевания.

Сахарный диабет второго типа намного чаще встречается у пожилых людей. При этом типе диабета поджелудочная железа вырабатывает мало инсулина. К тому же восприимчивость клеток к инсулину снижена.

У больных сахарным диабетом второго типа наблюдаются гипергликемия, ожирение, гипертония (повышение артериального давления). У таких пациентов развиваются сердечно-сосудистые заболевания (ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда), диабетическая ретинопатия (снижение зрения), нейропатия (снижение чувствительности, сухость и шелушение кожных покровов, боли и судороги в конечностях), нефропатия (выделение с мочой белка, нарушение функций почек).

К осложнениям сахарного диабета относятся: кетоацидоз, кетоацидотическая кома, гипогликемические состояния и гипогликемическая кома, гиперосмолярная кома, а также диабетическая нефропатия, диабетическая нейропатия, диабетичес-

я ретинопатия, диабетическая остеоартропатия, задержка физического и полового развития, инфекционные осложнения.

Стоит напомнить, что при наличии такого недуга, как сахарный диабет, нельзя забывать про диету. Прием лекарства не должен сопровождаться употреблением углеводов, зато количество белков ни в коем случае не должно сокращаться. Это может привести к ослаблению организма и прочим осложнениям. На время лечения следует исключить из рациона такие продукты, как харосодержащие фрукты, в частности, виноград и изюм, не потреблять сладкие напитки наподобие кока-колы.

Масляный бальзам на основе золотого уса помогает и при таком заболевании, как сахарный диабет. При этом заболевании средство следует принимать по описанной выше схеме.

1 лист золотого уса следует тщательно измельчить, поместить в стеклянную банку и залить 1 л кипятка. Банку укутать одеялом, в течение суток дать настояться, а затем принимать 3—4 раза в день за 40 мин до еды по 50 г непременно в теплом виде.

Практика показывает, что лечение золотым усом только после лабораторных обследований и консультации с эндокринологом помогает снизить дозу инсулина. Взять лист золотого уса длиной не менее 20 см, измельчить в чесночной давилке, залить 3 стаканами крутого кипятка. В эмалированной кастрюле проварить смесь около 5 мин на слабом огне. Затем оставить кастрюлю в теплом месте, через 5—6 ч процедить, добавить столовую ложку меда. Принимать отвар следует 3—4 раза в день за 30 мин до еды по 50—70 мл. Хранить отвар можно в холодильнике, в стеклянной посуде.

Если сахарный диабет сопровождается ухудшением зрения и кожным зудом, то средства из золотого уса целесообразно применять в совокупности с другими лекарственными составами. Вот некоторые рецепты.

Взять 2 ст. л. вероники лекарственной. Положить в термос, залить 2 стаканами кипятка и оставить на ночь. Утром процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Полученный настой принимать по 100 г 4 раза в день с равными интервалами.

Взять проросшие зерна пшеницы, кукурузы и ржи 2 ст. л., перемолоть их в кофемолке, сложить в термос и залить кипятком так, чтобы смесь была полностью покрыта. Настоять в течение 2 ч, добавить сок золотого уса. Приготовленный состав отличается неприятным вкусом, но обладает большими целительными свойствами. Принимать его в сочетании с разрешенными фруктами в течение недели, 3 раза в день.

Взять по 2 ст. л. корней пырея и золотого уса, измельчить, положить в термос и залить 2 стаканами крутого кипятка. Настоять в течение ночи, затем разделить на 4 приема и употреблять в течение дня за час до еды.

Для лучшего функционирования поджелудочной железы полезно приготовить отвар из вербы и принимать его совместно с лекарством из золотого уса. Взять ветку молодого прироста вербы, измельчить с помощью острого ножа, положить в емкость, залить 5 стаканами крутого кипятка. Кипятить на малом огне 5 мин, затем остудить. Принимать отвар по половине стакана 3—4 раза в день непременно в теплом виде.

При сахарном диабете рекомендуют чай из листьев черники и золотого уса (по 60,0 г на 1 л кипятка).

При сахарном диабете льняное семя вместе со стручками фасоли (без зерен), листьями черники и овсяной соломой (измельченной на сечку) варить 10 мин в воде, после чего дать отстояться и напаривать 20 мин, процедить, добавить 5 ч. л. сока золотого уса и такой отвар пить по 50,0 г. Дневная порция — 3 ст. л. смеси на 3 стакана воды.

Пить отвар корней золотого уса и лопуха или следующей смеси: створки фасоли, корни лопуха, золотого уса и листья черники в равных долях. Взять 50,0—60,0 г смеси на 1 л воды, замочить в течение ночи, утром кипятить 5—7 мин, еще немного настаивать, процедить, слегка отжимая, остаток, и весь отвар выпить за день в 6 приемов.

1 ст. л. сухой измельченной коры осины кипятить 30 мин на малом огне в 2 стаканах воды. Настоять, укутав, 2—3 ч, процедить, добавить сок золотого уса — 7 ч. л. Принимать по 1/5—1/4 стакана 3 раза в день до еды. Пить в течение 3 месяцев и более. Хорошо помогает в начальной стадии диабета.

1 ст. л. сухих листьев черники на стакан кипятка. Настоять укутав, 30—40 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Принимать по 1 стакану настоя 3 раза в день в охлажденном виде небольшими глотками. Применяется при начальной стадии диабета.

Черника, листья — 1 часть; фасоль, сухие створки стручков — 1 часть; лен, семена — 1 часть; солома овсяная — 1 часть 3 ст. л. сбора на 3 стакана воды. Кипятить 20 мин, настоять, укутав, 30—40 мин, процедить и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать при диабете по 1/4 стакана 6—8 раз в день.

## ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК И МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ

### *Гломерулонефрит*

Гломерулонефрит — это воспаление почек с преимущественным поражением сосудов клубочков. Гломерулонефрит проходит в виде острого или хронического процесса с повторными остремлениями и ремиссиями. Гломерулонефрит — одно из наиболее тяжелых заболеваний почек. Острый гломерулонефрит может развиться в любом возрасте, однако большинство больных составляют лица до 40 лет.

Возникает заболевание чаще всего после ангины, тонзиллеза, инфекций верхних дыхательных путей, скарлатины и др. Кожную роль в возникновении гломерулонефрита играет стрептококк. В странах с жарким климатом чаще других острому гломерулонефриту предшествуют стрептококковые кожные заболевания. Он может также развиваться после пневмоний (в том числе стафилококковых), дифтерии, сыпного и брюшного тифа, руцеллеза, малярии и некоторых других инфекций. Возможно возникновение гломерулонефрита под влиянием вирусной инфекции, после введения вакцин и сывороток (сывороточный, вакциниальный нефрит). Гломерулонефрит может возникнуть при осложнении организма во влажной среде («окопный» нефрит).

Острый гломерулонефрит характеризуется тремя основными симптомами — отеками, повышением артериального давления и изменениями в моче. В моче находят главным образом белок и эритроциты. Один из первых симптомов острого нефрита — резкое уменьшение количества мочи до 400—700 мл в сутки. В некоторых случаях в течение нескольких дней наблюдается отсутствие мочи. Большое значение в клинической картине острого гломерулонефрита имеют отеки, которые служат ранним признаком заболевания у 80—90% больных; располагаются они преимущественно на лице и вместе с бледностью кожи составляют характерное «лицо нефротика». Часто жидкость накапливается в полостях (плевральной, брюшной, полости перикарда). Прибавка массы тела за короткое время может достигать 15—20 кг и более, но через 2—3 недели отеки при лечении обычно исчезают. Артериальная гипертензия наблюдается у 70—90% больных. В большинстве случаев АД достигает высоких уровней (180 на 120 мм рт. ст.).

У детей и подростков повышение АД бывает реже, чем у взрослых. Остро возникшая артериальная гипертензия может привести к развитию острой сердечной недостаточности.  $\frac{1}{3}$  случаев острый гломерулонефрит переходит в хроническое заболевание.

Хронический гломерулонефрит — длительно (не менее года) протекающее двустороннее заболевание почек. Это заболевание заканчивается (иногда спустя многие годы) сморщиванием почек и смертью больных от хронической почечной недостаточности. Хронический гломерулонефрит может развиваться как после острого гломерулонефрита, так и с самого начала.

Причины те же, что и при остром гломерулонефrite.

Симптомы: отеки, артериальная гипертензия, изменения в моче и нарушение функций почек. В зависимости от наличия того или иного симптома хронический гломерулонефрит делится на клинические формы:

- нефротическая форма, которая проявляется большой потерей белка с мочой (до 5 г/сут. и более), нарушениями белкового, жирового и водно-солевого обмена, отеками;
- гипертоническая форма. Длительное время среди симптомов преобладает артериальная гипертензия, тогда как изменения мочи мало выражены. АД достигает от 180/100 до 200/120 мм рт. ст. и может подвергаться большим колебаниям в течение суток под влиянием различных факторов;
- смешанная форма;
- латентная форма. Это довольно часто встречающаяся форма. Проявляется обычно лишь слабо выраженными изменениями в моче без артериальной гипертензии и отеков. Она может иметь очень длительное течение (10—20 лет и более);
- гематурическая форма. Проявляется выделением крови с мочой без значительного выделения белка и проявления общих симптомов (гипертензии, отеков).

Все формы хронического гломерулонефрита могут периодически обостряться. Особенно часто обострения наблюдаются осенью и весной и возникают через 1—2 суток после воздействия какого-либо раздражителя. При любом течении хронический диффузный гломерулонефрит переходит в свою конечную стадию — сморщенную почку.

При недостаточной деятельности почек, кроме основного лечения, для усиления выделения мочи употребляют отвар из корневища дудника и стеблей хвоща. Оба растения взять в равных частях по объему. Ложку смеси залить стаканом воды, прокипятить в течение 10 мин и смеcшивать с соком золотого уса — 2 ч. л. Выпивать за день 3 стакана.

При остром и хроническом воспалении почек, кроме основного лечения, применяют смесь: толокнянка, листья — 40,0 г; бересклет, почки — 30,0 г; грыжника трава, — 20,0 г; зверобой —

20 г; кукуруза, столбики — 20,0 г; бузина зеленая, корень — 20 г; хвощ, трава — 30,0 г; спорыш — 20,0 г; душица, цветки — 20 г; ромашка, цветки — 15,0 г. 4 ст. л. смеси залить на ночь 1 л сырой воды, а утром прокипятить 7—10 мин. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. и выпить за день в 5 приемов: натощак целый стакан, а остальное за 4 приема, каждый раз через час после еды.

Мочегонная смесь: хвощ — 40,0 г; фасоль, стручки (без зерен) преимущественно карликовых форм — 20,0 г; солома овсяная — 20,0 г; зверобой, трава — 40,0 г; спорыш — 20,0 г; бузина зеленая, цветы — 30,0 г; васильки, цветы — 30,0 г. 4 ст. л. смеси залить на ночь 1 л сырой воды, а утром кипятить 7—10 мин. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. и выпить за день в 5 приемов: натощак целый стакан, а остальное за 4 приема, каждый раз через час после еды.

Чай из золотого уса пить в смеси с цмином (по 15,0 г этого и другого с добавлением 10,0 г столбиков кукурузы). Заварить 10 г смеси 1 л воды.

Цветы терновника применяются в смеси с золотым усом как средство, стимулирующее деятельность почек. Доза — по 50,0 г цветов и листьев на 1 л воды, заваривать как чай.

Отвар из чабреца и золотого уса как чай пить при хронических почечных заболеваниях, так как он обладает мочегонным эффектом. Доза: по 10,0—15,0 г на 1 л кипятка.

Отвар пастушьей сумки 40,0—50,0 г на 1 л кипятка в смеси с соком золотого уса — 7 ч. л.

Употребляют внутрь отвар из порезанного подмаренника — 20,0 г на 1 л воды в смеси с соком золотого уса при почечных отеках.

В народе принимают грыжник в смесях с другими растениями. Готовят обычно отвар (30,0—50,0 г на 1 л кипятка) и пьют в смеси со свежим соком золотого уса — 4 ч. л., по 1/2 стакана раза в день как мочегонное средство при остром гломерулонефrite.

Смесь корней золотого уса и любистока в виде отвара в количестве около 30,0 г (сухого) на 1 л воды пить при заболевании почек, особенно при почечных отеках. Отвар готовят так: по 10,0—40,0 г корней залить 1 л сырой воды, напарить в духовке в течение ночи, а утром прокипятить 5—7 мин, после чего оставить париться 20 мин, процедить, отжать остаток и выпить за день в 5 приемов.

Отвар мелко порезанных корней золотого уса и бузины травянистой (реже листьев и цветов) по 30,0 г на 1 л кипятка. При-

нимать по 1 стакану 3 раза в день как сильное мочегонное средство при отеках почечного происхождения.

Кукурузные рыльца, створки фасоли, корни золотого уса и листья толокнянки смешать в равных частях. 40,0 г этой смеси кипятить 15 мин в 1 л воды. Весь отвар, процедив, выпить в течение дня в 6 приемов. При этом рекомендуется бессолевая молочная диета.

Народная медицина советует употреблять чай из отвара горицвета. Взять не больше 1 ст. л. порезанного растения на 2 стакана кипятка, сок золотого уса — 1 ложка, рекомендуется принимать по 1 ст. л. (максимум) и не чаще, чем через час при почечной водянке, остром гломерулонефrite на фоне лекарственной терапии.

При острых и хронических болезнях почек принимается следующая смесь: золотой ус, листья — 10,0 г; горицвет, трава — 4,0 г; толокнянка, листья — 5,0 г; березовые почки — 3,0 г; хвош трава — 2,0 г. Смесь эту залить 300,0 г кипятка, напарить в духовке 2 ч и потом на слабом огне прокипятить 5—10 мин. Принимать каждый час по 1 ст. л.; при этом назначается молочная, бессолевая диета, постельный режим.

1 ст. л. вереска настоять в течение ночи в 1/2 л кипятка утром процедить и добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 100 г 3 раза в день до еды.

Употребляют чай из цветов таволги и листьев золотого уса 15,0 г на 1 л воды как мочегонное средство при хронических гломерулонефритах.

Как хорошее мочегонное можно применять допустимую дозу толокнянки обыкновенной: от 5,0—15,0 г до 30,0 г на 150,0—200,0 до 500,0 г воды. Варить 15 мин, дать отстояться 20 мин процедить, добавить 4 ч. л. сока золотого уса и пить по полстакана 3 раза в день или по 1 ст. л. через каждый час.

2 ч. л. сухой травы горца почечуйного на 0,5 литра воды. Кипятить 15 мин на малом огне, настоять, укутав, 2 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 7 ч. л. Принимать по 0,5 стакана 3—4 раза в день за 30 мин до еды.

15 г травы с цветами тысячелистника на стакан кипятка. Настоять, укутав, 1 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день до еды. Можно принимать и без дозировки, если 1 ст. л. травы настоять в 0,5 л кипятка. Свежий сок тысячелистника и золотого уса пополам с медом принимать 3 раза в день по 1 ч. л. как мочегонное средство.

При хроническом гломерулонефрите, сопровождающемсяышением артериального давления, можно применять следующие смеси:

Золотой ус, лист — 1 часть; календула, цветки — 1 часть; одуванчик, корень — 1 часть; солодка голая, корень — 1 часть; земляника лесная, лист — 1 часть. Из столовой ложки смеси и 1 стакана холодной кипяченой воды приготовить отвар. Принимать 1 ст. л. 3—4 раза в день, если нет задержки жидкости в организме.

Золотой ус, лист — 1 часть; боярышник, цветки — 1 часть; пепица болотная, трава — 1 часть; василек синий, цветки — 1 часть; ромашка аптечная, цветки — 1 часть. Из 1 ст. л. смеси на стакан воды готовят настой. Пить по 2 ст. л. настоя 3—4 раза в день.

Золотой ус, лист — 1 часть; почечный чай, трава — 2 части; ромашка аптечная, цветки — 1 часть; крапива двудомная, лист — 1 часть. Из столовой ложки смеси и 1 стакана холодной кипяченой воды приготовить настой. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день в течение 10 дней при отеках и гематурии.

Золотой ус, лист — 1 часть; зверобой продырявленный, трава — 1 часть; петрушка кудрявая, корень — 1 часть; тысячелистник обыкновенный, цветки — 1 часть. Из 1 ст. л. смеси и стакана воды приготовить настой. Принимать по 1—2 ст. л. настоя 3—4 раза в день при гематурии.

## Пиелонефрит

Воспалительное заболевание, при котором поражается чечено-лоханочная система почек, называется пиелонефритом.

Пиелонефрит может быть одно- и двусторонним, острым и хроническим.

Чаще всего пиелонефрит вызывается кишечной палочкой, *шерлоком*, протеем, стафилококками, стрептококками. Развитие пиелонефрита в значительной степени зависит от общего состояния организма, снижения его защитных свойств. Инфекция проникает в почку, лоханку и ее чашечки с кровью или лимфой, из нижних мочевых путей по стенке мочеточника. Важное значение в развитии пиелонефрита имеют застой мочи, нарушения венозного и лимфатического оттока из почки.

Заболевание начинается остро, появляются высокая (до 40°C) температура, озноб, проливной пот, боль в поясничной области, сильная боль в реберно-позвоночном углу; общее недомогание, жажда, расстройства мочеиспускания, появление гноя в моче.

Присоединяющиеся головная боль, тошнота, рвота указывают на быстро нарастающую интоксикацию. Острый пиелонефрит может осложниться паранефритом, некрозом почечных сосочеков.

Хронический пиелонефрит может быть следствием неизлеченного острого пиелонефрита (чаще) или может протекать без острых явлений с самого начала заболевания. У большинства больных хронический пиелонефрит возникает в детском возрасте, особенно у девочек. У 1/3 больных при обычном обследовании не удается выявить несомненных признаков заболевания. Нередко лишь периоды необъяснимой лихорадки свидетельствуют об обострении болезни. В последние годы все чаще отмечаются случаи комбинированного заболевания хроническим гломерулонефритом и пиелонефритом.

Односторонний хронический пиелонефрит характеризуется тупой постоянной болью в поясничной области на стороне пораженной почки. Расстройства мочеиспускания у большинства больных отсутствуют. В период обострения лишь у 20% больных повышается температура. В осадке мочи определяется большое количество лейкоцитов. Одним из симптомов заболевания большинства больных является бактериурия (появление бактерий в моче). Артериальная гипертензия — частый симптом хронического пиелонефрита, особенно двустороннего. С развитием почечной недостаточности появляются бледность и сухость кожных покровов, тошнота и рвота, носовые кровотечения. Больные худеют, нарастает анемия.

В народной медицине при хроническом пиелонефрите употребляют отвар корней золотого уса и мыльнянки (50,0 г варят 10—15 мин в 1 л воды) в дозе 3—4 стакана за день.

Отвар пастушьей сумки 40,0—50,0 г на 1 л кипятка в смеси с соком золотого уса — 7 ч. л.

Лепестки васильков в дозе 1 ч. л. на 1 стакан кипятка настаивать мин 30. Процедив и добавив свежий сок золотого уса — 2 ч. л., пить по 1/3 или по 1/2 стакана 2—3 раза в день.

В народе принимают грыжник в смеси с другими растениями. Готовят обычно отвар (30,0—50,0 г на 1 л кипятка) и пьют в сочетании со свежим соком золотого уса — 4 ч. л., по полстакана 3 раза в день как мочегонное средство при всех видах болезней почек, а особенно при остром нефрите.

Отвар из листьев золотого уса и овсяной соломы применяют при отеках, возникших при болезни почек, и как жаропонижающее средство при остром пиелонефрите. Для отвара берут любые количества, для отвара по 30,0—40,0 г овсяной, изрезанной на сечку соломы и корней или листьев золотого уса на 1 л воды.

Отвар из целых растений фиалки душистой (30,0 г на 1 л воды) и молодых побегов золотого уса (40,0 г) принимать внутрь мочегонное, очищающее лоханки почек средство.

Вот одна из простых смесей при заболеваниях почек воспалительного характера: кукурузного «волоса», створок фасоли, корней золотого уса и листьев толокнянки в равных частях каждого смешать и 40,0 г этой смеси кипятить 15 мин в 1 л воды. Снять отвар, процедив, выпивать в течение дня в 6 приемов. При этом рекомендуется бессолевая молочная диета.

При пиелонефrite применяют: березовых почек — 4 ст. л.; столов цмина и листьев золотого уса — столько же; травы грыжника — 2 ст. л.; липового цвета — столько же; ягод боярышника — 100 штук; ягод рябины — 100 штук; зеленых ягод ежевики — 100 штук; мелко порезанных корней низкорослой бузины — 4 ст. л.; травы зверобоя — 4 ст. л.; веточек ликоподия — 2 ст. л.; цветов ромашки — 2 ст. л. Все хорошо перемешать (измельченное), взять 4 ст. л. смеси на 1 л сырой воды, парить в духовке целую ночь, а утром кипятить 10—15 мин на небольшом огне. По снятии с огня в этот горячий (но уже не кипящий) отвар всыпать 100 раздавленных «ягод» шиповника и парить замытым еще 4 ч. После этого смесь растереть в посуде ложкой, процедить, немного отжать. Жидкость эту принимать водочными рюмками (по 50,0 г), по одной каждые полчаса. При этом сопутствует бессолевая молочная диета.

1 ст. л. вереска настаивать ночь в 0,5 литра кипятка, утром процедить и добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 10 г 3 раза в день до еды.

Отвар из семян аниса 15,0—20,0 г на 1 л воды пить со свежим соком золотого уса — 5 ч. л. по полстакана 3 раза в день как мочегонное.

Василек синий, цветки — 1 часть; толокнянка обыкновенная, стебель — 2 части; петрушка кудрявая, плоды — 1 часть; береза повислая, почки — 1 часть; вахта трехлистная, лист — 4 части; десил высокий, корень — 1 часть. 2 ч. л. смеси заварить в стакане пяящей воды, кипятить 10 мин, процедить через марлю. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 20 мин до еды.

Золотой ус, лист — 3 части; береза повислая, лист — 3 части; шиповник обыкновенная, лист — 3 части; почечный чай, трава — 3 части; солодка голая, корень — 3 части; зверобой продырявленный, трава — 3 части; ромашка аптечная, цветки — 3 части; мендула лекарственная, цветки — 3 части. Из 1 столовой ложки смеси и стакана воды готовят настой. Принимать по 1/3 — 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день.

Золотой ус, лист — 1 часть; зверобой продырявленный, трава — 1 часть; череда трехраздельная, трава — 1 часть; календула лекарственная, цветки — 1 часть. 1 ст. л. смеси на 300 г воды. Кипятить 15 мин, настоять 1 час, процедить. Принимать по 50 г 4 раза в день за 20 мин до еды.

Толокнянка, листья — 40,0 г; береза, почки — 30,0 г; грыжник, трава — 20,0 г; зверобой — 40,0 г; столбики кукурузы — 20,0 г; бузина зеленая, корень — 20,0 г; хвощ, трава — 30,0 г; спорыш — 20,0 г; душица, цветки — 20,0 г; ромашка — 15,0 г; крушина, кора (прошлогоднего сбора, иначе кора крушины вызывает рвоту) — 30,0 г. 4 ст. л. смеси залить на ночь 1 л сырой воды, а утром прокипятить 7 — 10 мин. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. и выпить за день в 5 приемов: натощак целый стакан, а остальное за 4 приема, каждый раз через час после еды. При этом соблюдать диету.

Хвощ — 40,0 г; стручки (без зерен) фасоли, преимущественно карликовых форм — 20,0 г; солома овсяная — 20,0 г; зверобой, трава — 40,0 г; спорыш — 20,0 г; бузина зеленая, цветки — 30,0 г; васильки — 30,0 г; крушина, кора — 30,0 г. 4 ст. л. смеси залить на ночь 1 л сырой воды, а утром кипятить 7 — 10 мин. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. и выпить за день в 5 приемов натощак целый стакан, а остальное за 4 приема, каждый раз через час после еды.

Сушеница болотная — 15,0 г; тысячелистник, цветки — 20,0 г; зверобой трава, — 30,0 г; мята перечная — 20,0 г; ромашка, цветки — 10,0 г; спорыш, трава — 15,0 г; укроп, семена — 10,0 г; тмин, семена — 10,0 г; хмель, шишки — 5,0 г; крушина кора — 20,0 г и валериана, корень — 10,0 г. 4 ст. л. этой смеси (каждая ложка с верхом) залить 1 л кипятка и поставить в духовку на целую ночь, чтобы настоялась. Утром добавить сок золотого уса — 7 ч. л. и натощак выпить 1 стакан отвара, а остальное — в 4 приема в течение дня, каждый раз через час после еды.

Отвар целых растений лапчатки (20,0 г на 1 л кипятка) принимать в смеси с соком золотого уса (4 ч. л.), по стакану трижды в день при спазматических желудочных болях и при запорах.

Листья золотого уса применяются в смеси с цветами терновника. Доза — по 50,0 г листьев и цветов на 1 л воды, пить как чай.

При запорах делают смесь из равных частей: листьев крапивы жгучей, листьев золотого уса и одуванчика и цветов терновника. На дневную порцию взять 2 ст. л. смеси, залить 2 стаканами кипятка и парить в духовке 2—3 ч. Пить ежедневно в течение 2 недель. В это время соблюдать молочную диету (без мяса, яиц, рыбы), исключить алкоголь.

Отвар из смеси следующих трав: золотого уса — 50,0 г; зверобоя — 40,0 г; центаврии — 40,0 г; тысячелистника — 30,0 г; дигитализия — 30,0 г; дымянки — 20,0 г; коры крушины — 20 г. Все смешать. Из указанной смеси взять 4 ст. л. с верхом, залить 1 л сырой воды (делают это ежедневно с вечера) и поставить в духовку на всю ночь. Утром прокипятить 5—7 мин, считая с начала закипания, снять с огня и оставить отвар накрытым на час, после чего процедить и пить в течение дня.

Золотой ус, лист — 1 часть; крушина ольховидная, кора — 1/2 части; солодка голая, корни — 1 часть; кориандр, плоды — 1/2 части; тмин обыкновенный, плоды — 1 часть. 1 столовую ложку смеси заварить 1 стаканом кипящей воды, настоять 10 мин, процедить через марлю. Принимать на ночь по 1/2—1/4 стакана.

Золотой ус, лист — 2 части; крушина ольховидная, кора — 1/2 части, тысячелистник, трава — 2 части; крапива двудомная, лист — 2 части. 1 ст. л. смеси заварить 2 стаканами кипящей воды, кипятить 10 мин, настоять 40 мин, процедить через марлю. Принимать на ночь по 1/2—1 стакану.

Льняного семени 4 ч. л. на 1 л воды. Кипятить 15 мин, настоять, укутав, 1 ч, можно не цедить, добавить сок золотого уса — 1 ч. л. Принимать по 1/2 стакана через 2 ч 6—8 раз в день горячим при запорах и колитах. Результат достигается через 2—3 недели.

При хронических запорах ежедневно пить по 1 ч. л. льняного семени, заваренного 1 стаканом кипятка. Настоять, укутав, — 5 ч и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Выпить этот настой с чайной ложкой перед отходом ко сну, вместе с семенами.

Крушина ломкая, кора — 30 г; крапива двудомная, листья — 10 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 20—30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4—1/2 стакана на ночь.

Золотой ус, листья — 10 г; кассия узколистная, листья — 20 г; крушина ломкая, кора — 20 г; тмин обыкновенный, плоды — 10 г. 20 г сбора залить стаканом воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана на ночь.

Жостер слабительный, плоды — 20 г; крушина ломкая, кора — 20 г; крапива двудомная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, прокипятить 10 мин, охладить и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана на ночь.

Кассия узколистная, листья — 40 г; алтей лекарственный корни — 20 г; вахта трехлистная, листья — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 1 ч и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана на ночь.

Крушина ломкая, кора — 40 г; кориандр посевной, плоды — 5 г; солодка голая, корни — 5 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, прокипятить в течение 10 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана на ночь.

Золотой ус, листья — 10 г; крушина ломкая, кора — 30 г; крапива двудомная, листья — 10 г; донник лекарственный, трава — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 20—30 мин и процедить. Принимать по 1/4—1/2 стакана на ночь.

Золотой ус, листья — 10 г; жостер слабительный, плоды — 10 г; солодка голая, корни — 10 г; стальник полевой, корни — 10 г. 20 г сбора залить 200 мл воды, нагреть на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охладить в течение 45 мин, процедить и добавить кипяченую воду до первоначального объема. Принимать по 1/2 стакана на ночь.

Крушина ломкая, кора — 30 г; тысячелистник обыкновенный, трава — 10 г; вахта трехлистная, листья — 10 г; тмин обыкновенный, плоды — 5 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды, прокипятить 10 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1 стакану на ночь.

Кассия узколистная, листья — 30 г; крушина ломкая, кора — 25 г; жостер слабительный, плоды — 25 г; анис обыкновенный плоды — 10 г; солодка голая, корни — 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 20—30 мин и процедить. Добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1 стакану на ночь.

### Почечно-каменная болезнь

Почечно-каменная болезнь связана с образованием в почках, вернее в чашечках и лоханках, камней, что вызывает разнообразные изменения в почках и мочевых путях.

Причины возникновения камней в почках изучены недостаточно. Определенную роль играют нарушения обмена: фосфорно-кальциевого, щавелевой кислоты, мочевой кислоты и реже аминокислот. Важными факторами образования мочевых камней являются инфекции и нарушение выделительной функции почками и мочевыми путями кальция и фосфатов. Камни из фосфата кальция образуются при избыточном выделении его почками при pH мочи около 7,0. Усиленное выделение солей

щавелевой кислоты и образование камней из оксалата кальция обусловлены избыточным образованием оксалатов и избыточным поступлением с пищей щавелевой кислоты или веществ, формирующих оксалаты (например, прием больших доз аскорбиновой кислоты). Оксалаты выпадают в осадок при рН мочи около 5,5. Образование солей мочевой кислоты наблюдается при нарушении ее обмена (подагра), при заболеваниях, сопровождающихся распадом собственных белков, и при избыточном поступлении с пищей так называемых пуриновых оснований. Камни из солей мочевой кислоты образуются при рН мочи ниже 5,5, а при рН выше 6,2 они растворяются. Реже образуются камни другого химического состава. Часто мочевые камни имеют мешанный состав. Для образования камней необходимы определенные условия: наличие мочевой инфекции и застой мочи. Камни почки вызывают не только воспаление слизистой оболочки лоханки и чашечек, но и вторичный нефрит. Инфекция и закупорка мочевых путей усугубляют патологические изменения и нарушают функции почки.

Иногда болезнь протекает скрыто и обнаруживается случайно при рентгенологическом исследовании по другому поводу, а ее первые признаки появляются тогда, когда камень имеет большие размеры, а больной отмечает лишь тупые неопределенные боли в поясничной области. Чаще всего при небольшом камне заболевание проявляется приступами почечной колики, а в период между приступами — тупыми болями, изменениями в моче, отхождением камней и песка. Тупая боль в поясничной области усиливается при длительной ходьбе, во время тряской езды, после поднятия тяжестей, но чаще без определенных причин. Поскольку больной часто применяет грелку (после чего боль утихает), можно видеть «мраморную» окраску кожи в области над пораженной почкой. Наличие гноя в моче — нередкий симптом заболевания, который наряду с обнаружением бактерий свидетельствует об инфицировании камня. Нарушение оттока мочи может сопровождаться повышением температуры тела, симптомами интоксикации. Грозным осложнением почечно-каменной болезни является анурия (отсутствие мочи). Она может быть результатом закупорки мочевых путей с обеих сторон (или единственной почки).

Наряду с возникновением в почках камни могут образовываться в мочевом пузыре или попадать туда с мочой. Камни в мочевом пузыре часто не сопровождаются какими-либо симптомами, однако могут привести к развитию воспаления.

При камнях в почках и мочевом пузыре считается очень хорошей следующая смесь: чернобыльник, потертые листья — 2,0 г;

толокнянка, листья — 3,0 г; морковь, семена — 3,0 г; хвощ, трава — 2,0 г и огородный укроп, семена — 2,0 г. Эту смесь залить 2 стаканами воды, настоять целую ночь в духовке или печке, а утром кипятить 5—7 мин. Такой отвар смешивать с соком золотого уса — 4 ч. л. и пить 4 раза в день по 1/2 стакана.

2 части листьев руты, 1 часть листьев золотого уса и 1 часть листьев полыни (божьего дерева). Эту смесь замочить на сутки в небольшом количестве красного вина (так, чтобы увлажнить), после чего высушить в теплом воздухе и растереть в порошок. Принимать 3 раза в день по 2,0 г порошка на винную рюмку вишневого сока.

При наличии почечных камней использовать отвар из корневищ золотого уса и пырея (по 60 г на 1 л кипятка). Принимать ежедневно по 3 стакана такого отвара в дозе — 1 ст. л. смеси на стакан кипятка.

Отвар пастушьей сумки (40,0—50,0 г на 1 л кипятка) в смеси с соком золотого уса (7 ч. л.) принимать при камнях в почках и мочевом пузыре и при различных расстройствах обмена веществ.

В народе употребляется отвар из побегов туи и корней золотого уса: по 20,0 г на 1 л воды, 3 раза в день по 1 стакану при камнях в почках, мочевом пузыре, при подагре.

Взять 2 ст. л. спор плауна, залить 2 стаканами сырой воды и кипятить 15 мин, помешивая ложкой, остудить и добавить 6 ч. л сока золотого уса. Пить по 1 ст. л. отвара вместе со спорами через каждый час. Если под рукой нет спор плаунов, то пить ежечасно по 20,0—30,0 г (рюмка) подобного же отвара из веток ли-коподия (30,0—40,0 г на 1 л воды).

Отвар из целых растений фиалки душистой (30,0 г на 1 л воды) и молодых побегов золотого уса (40,0 г) принимать внутрь при камнях в почках и мочевом пузыре как средство, разрушающее их в песок, а также как мочегонное, очищающее лоханки почек.

При камнях в мочевом пузыре принимать: по 4 ст. л. (в измельченном виде): побегов золотого уса, столбиков (волоса) кукурузы, листьев черники, листьев толокнянки, створок фасоли, молодых побегов туи, овсяной соломы, веток ликоподия. Все хорошо перемешать. Из указанной смеси взять 4 ст. л. с верхом, залить 1 л сырой воды (делать это ежедневно с вечера) и поставить в духовку на всю ночь. Утром кипятить 5—7 мин, считая от начала закипания, снять с огня и оставить отвар накрытым на 1/2 ч, после чего процедить и пить в течение дня.

Пропустить через мясорубку 1 стакан конопляного семени. Смешать с 3 стаканами сырого, непастеризованного молока, варить до 1 стакана и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Горячим процедить и пить натощак по 1 стакану в день в течение 10 дней. Через 10 дней курс повторить. В этот период не есть ничего острого. Возможны приступы болей в почках, но надо перетерпеть. Через год курс повторить. В народе считают, что помогает хорошо.

Редьку натереть, сок отжать, хорошо смешать с 1 ст. л. меда и 1 ч. л. сока золотого уса. Принимать от 1/3—1/2 до 1 стакана в день. До одного стакана доходить постепенно. Предупреждает образование камней в почках.

1 ст. л. семян моркови на 1 стакан кипятка. Настоять, укутав, 2 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать теплым по 1/2 стакана 5—6 раз в день до еды при почечно-каменной болезни.

2 ст. л. измельченных корней шиповника на 1 стакан воды, кипятить 15—20 мин, настоять, укутав. Когда остынет, процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать этот отвар 3 раза в день по 1/2 стакана. Принимать в течение недели и более. Этот отвар растворяет всякие камни в мочевом пузыре и почечных лоханках, растворяя их на мелкие песчинки.

1 ст. л. вереска настаивать ночь в 1/2 литра кипятка, утром процедить и добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 100 г 3 раза в день до еды.

Выпивая сок 1 лимона в смеси с 1/2 стакана горячей воды несколько раз в день и 1/2 стакана смеси морковного, золотого уса, свекольного и огуречного соков 3—4 раза в день можно добиться исчезновения песка и камней в течение нескольких дней или недель (в зависимости от размера камней).

Весной обязательно пить натощак 3 раза в день до еды по стакану смеси березового сока и сока золотого уса. Сок гонит камни и песок из почек и мочевого пузыря.

Трава полыни обыкновенной (чернобыл) — 10 г; листья кокоринки — 15 г; трава хвоща полевого — 10 г; семена моркови — 15 г; плоды укропа — 10 г. 12 г смеси настаивать в протопленной духовке 12 ч в 2 стаканах воды. Кипятить 5 мин. Процедить и добавить сок золотого уса — 5 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день через час после еды.

Цветки бессмертника — 15 г; корни ревеня — 10 г; трава тысячелистника — 25 г. 1 ст. л. смеси на 1 стакан кипятка. Настоять, укутав, 1 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 4 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день за 30 мин до еды.

При камнях в почках, мочеточниках и мочевом пузыре: пижма, цветки — 10 г; хвощ полевой, трава — 10 г; репешок, трава — 20 г; брусника, лист — 20 г; аир, корневища — 20 г, пырей, корневища — 20 г. 1 ст. л. смеси на 1 стакан кипятка. Настоять, укутав, 1 — 1,5 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать утром во время завтрака и вечером по стакану.

При камнях в почках, мочеточниках и мочевом пузыре: шиповник, плоды — 25 г; столетник, корень — 25 г; адonis, трава — 25 г; можжевельник, плоды — 25 г. 1 ст. л. смеси на 1 стакан кипятка. Настоять, укутав, 1 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Принимать 2 стакана в течение дня.

При камнях в почках, мочеточниках и мочевом пузыре: дрок, трава — 15 г; можжевельник, плоды — 15 г; брусника, лист — 15 г; спорыш, трава — 15 г; хвощ полевой, трава — 30 г. 1 ст. л. смеси на 1 стакан кипятка. Настоять, укутав, 1 ч, процедить и добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать утром во время завтрака и вечером по стакану.

### **Цистит**

Цистит — это воспаление мочевого пузыря. Наблюдается в любом возрасте, но чаще всего у пожилых женщин.

Ведущая роль в развитии цистита принадлежит инфекции. Проникновение болезнетворных бактерий в мочевой пузырь у женщин обусловлено особенностями строения мочеполового аппарата: короткая и широкая уретра, близость к влагалищу и прямой кишке. Возникновению цистита способствуют нарушение оттока мочи из мочевого пузыря, дефлорация, беременность, роды, воспаление половых органов, переохлаждение, запоры, употребление веществ, раздражающих слизистую оболочку мочевого пузыря, облучение мочевого пузыря при лучевой терапии опухолей органов таза. Сопротивляемость организма и слизистой оболочки мочевого пузыря имеет большое значение в предупреждении воспаления. Местные нарушения кровообращения, высокая агрессивность бактерий и продолжительность пребывания их в мочевом пузыре существенно способствуют возникновению цистита. В большинстве случаев инфекция мочевых путей у женщин связана с половой жизнью (соблюдение гигиены половой жизни и опорожнение мочевого пузыря до и после полового акта уменьшают возможность занесения инфекции). Возникновение цистита у мужчин может быть обусловлено простатитом (острым и хроническим), сужением уретры,adenомой, камнем или раком предстательной железы и другими

заболеваниями половых органов. Причиной хронического цистита как у мужчин, так и у женщин могут быть камни, опухоль, туберкулез мочевого пузыря, но такой хронический цистит является вторичным, в основе его лежит другое заболевание мочевого пузыря, которое должно быть своевременно распознано врачом. Первичных хронических циститов практически не бывает, под маской хронического цистита скрывается обычно другое заболевание. В развитии цистита у детей важную роль играют аномалии развития мочеиспускательного канала, его сужения, клапаны и т. д. Возможно проникновение инфекции в мочевой пузырь с кровью.

Воспаление мочевого пузыря может развиться внезапно, но чаще всего явления цистита нарастают постепенно. Он проявляется чувством дискомфорта, ощущением жжения и зуда в области уретры и промежности во время мочеиспускания. Ощущение дискомфорта и боли над лобком или в области промежности могут оставаться и после мочеиспускания. Мочеиспускания становятся частыми, болезненными, количество мочи при каждом мочеиспускании уменьшается. В конце акта мочеиспускания иногда моча окрашивается кровью. Изредка наблюдается недержание мочи. В большинстве случаев при остром цистите температура тела остается нормальной, редко бывает повышенной. Повышение температуры при цистите свидетельствует о том, что инфекция распространилась за пределы мочевого пузыря, чаще всего на верхние мочевые пути. Моча при остром цистите содержит много лейкоцитов и эритроцитов. При инфекционном цистите всегда выявляются бактерии.

При воспалении мочевого пузыря рекомендуют пить отвар из таких растений: тысячелистника — 2 ст. л.; манжетки — 1 ложку; корня аира — 1 ложку; березовых почек и золотого уса — 2 ч. л.; листьев толокнянки — 2 ч. л. Этой смеси взять 2 ст. л., залить  $2\frac{1}{2}$  стакана сырой воды и кипятить 5—7 мин; снять с огня и через полчаса процедить. Весь этот отвар выпить за день в 4 приема.

50 г листьев и стеблей грушанки на 1/2 литра водки. Настоять 2 недели в темном месте, добавить сок золотого уса — 7 ч. л. Принимать по 30—40 капель 3 раза в день. Применяется при хроническом воспалении мочевого пузыря и мочевых путей с наличием гноя в моче.

1 ст. л. вереска настоять ночь в 1/2 литра кипятка, утром процедить и добавить сок золотого уса — 2 ч. л. Принимать по 100 г 3 раза в день до еды.

При лечении болезней мочевого пузыря пользуются такой смесью: побеги туи, листья толокнянки, трава грыжника, березо-

вые почки (каждого компонента по 5,0 г). Кипятить 5—7 мин в 1 л воды, добавить 6 ч. л. сока золотого уса. Выпить этот отвар хорошо подогретым в течение дня.

При спазмах мочевого пузыря пить глотками, но часто, горячий отвар из молодых листьев золотого уса, цветков васильков и травы хвоща, смешанных поровну. В то же время делать массажи в области пузыря, а потом положить на низ живота подушечку, наполненную горячим распаренным хвощом.

Чай из отвара листьев татарника колючего (1 ст. л. на 1 стакан кипятка) принимать по 3—4 стакана в день вместе с 1 ч. ложкой сока золотого уса. Пить его в течение 10 дней.

Золотой ус, лист — 1 часть; зверобой продырявленный, трава — 1 часть; череда трехраздельная, трава — 1 часть; календула лекарственная, цветки — 1 часть. 1 ст. л. смеси на 300 г воды. Кипятить 15 мин, настоять 1 час, процедить. Принимать по 50 г 4 раза в день за 20 мин до еды. Сбор обладает хорошим противовоспалительным и антимикробным эффектом.

## ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

### **Опухоль**

Опухоль — это патологическое разрастание ткани. Среди опухолей у мужчин первое место занимает рак легких, у женщин — рак молочной железы. Старые представления о скоротечности опухолевого процесса уступили место современным понятиям. Онкологическое заболевание — иногда это длительный, хронический процесс, развивающийся в организме десятки лет. При своем росте опухоль не сопровождается никакими болезненными ощущениями. Человек многие годы не считает себя больным в связи с полным отсутствием симптомов. Клиническая картина становится ясной лишь в финальной стадии. Активность опухолевого процесса зависит от многих причин и в первую очередь от состояния биологической защиты организма. Прогрессирование опухолевого роста, как правило, наступает при резком снижении уровня иммунитета.

В настоящее время появление опухолей связывают с нарушениями в генетическом аппарате клетки. Основная роль отводится экологической обстановке: наличие канцерогенов в воздухе, воде, почве, продуктах питания, одежде, инсоляции и радиации среды обитания. Условия труда и связанные с ними вредности также способствуют развитию опухоли: анилиновые, кожевенные, цементные производства, работа с аппаратами СВЧ, рентгено-

новской аппаратурой и т. п. Возникновению опухоли способствуют многие вредные привычки и условия жизни, быта, характер питания человека. Научно доказана связь рака легкого с курением, рака желудка со злоупотреблением алкоголем, употреблением очень горячей пищи и нерегулярным питанием, обилием в пище животных жиров, пряностей, бесконтрольным длительным приемом медикаментов и частыми стрессовыми ситуациями на работе и в быту.

В настоящее время считают, что в каждом конкретном случае развитию опухоли предшествует сочетание многих факторов: генетического, экологического, вирусного характера. При этом имеют значение длительность действия раздражителя, его постоянство и индивидуальная чувствительность воспринимающих тканей. Однако есть опухоли, которые передаются по наследству и не связаны с воздействием внешней среды.

Травы издавна использовались при лечении опухолевых заболеваний. Но до сих пор наиболее эффективным считается классическое лечение в условиях онкологического стационара с применением хирургических приемов, химио- и лучевой терапии.

Лекарственные растения приносят облегчение при злокачественных опухолях, снимая воспаление. За счет этого опухоль может уменьшиться в размере, исчезают боли, диспепсические явления, тошнота, рвота, нормализуется стул. Возвращается аппетит, улучшается общее состояние. Но злокачественные клетки могут оставаться. Через некоторое время после прекращения приема фитопрепаратов опухоль снова начинает расти, симптомы снова возвращаются.

С другой стороны, мы не должны лишать больного надежды на излечение травами, особенно если онкологи считают невозможным по тем или иным причинам радикальное лечение. Хотя вылечить от многих видов рака фитопрепараты не могут, но облегчить страдания и продлить жизнь им под силу.

Лекарственные травы могут быть особенно полезны во время химиотерапии. Безопасно на фоне химиотерапии могут использоваться в смеси с золотым усом такие травы, как ромашка, шалфей, валериана, пустырник, березовые почки, череда, малина, душица, зверобой, календула, липа, мать-и-мачеха, шиповник.

Лекарственные растения могут применяться также в ближайшем и отдаленном послеоперационном периоде, в качестве поддерживающего лечения между курсами основной терапии для профилактики рецидивов и метастазирования. Очень важен индивидуальный подбор растений. Лечение растениями необходимо проводить длительно (несколько лет, даже при устрани-

нии основного опухолевого очага), непрерывно, поэтому важна смена растений каждые 1—2 месяца. Необходимо учитывать, что растительные препараты по эффективности значительно уступают современным медикаментозным средствам и лучевому воздействию, поэтому ни в коей мере не могут заменить их (тем более хирургическое вмешательство). Однако небольшая токсичность комплексных растительных средств или отсутствие токсичной позволяет применять их длительно, с учетом описанных выше принципов.

В течение всего курса лучевой или химиотерапии можно использовать рецепт: ромашка аптечная (цветы), подорожник большой (лист), мята перечная (лист) — по 50 г каждого. Тысячелистник обыкновенный (трава), зверобой обыкновенный (трава) — по 25 г каждой. 1 ст. л. смеси залить 1/2 литра кипятка, настаивать 1 час и процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Пить по 1/4 200-граммового стакана (50 г) каждый час в течение 3 дней. Затем по 1/2 стакана 4 раза в день за 15 мин до еды и перед сном

При опухолях могут быть полезны следующие средства:

Смесь соков моркови, шпината и золотого уса в соотношении 10:6:1 по 1/2 стакана 2 раза в день.

20 г сухой измельченной травы череды на 1 стакан воды, довести до кипения, настаивать 1 ч, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

2 ч. л. сухой измельченной травы душицы на 1 стакан кипятка, настаивать 20 мин, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день за 15—20 мин до еды в теплом виде.

Корни и трава одуванчика (для желудочно-кишечного тракта): 6 г сухого измельченного сырья на 1 стакан воды, кипятить 1 мин, настаивать 30 мин, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.

1 столовая ложка сухих измельченных листьев мать-и-мачехи на 1 стакан кипятка, настаивать 30 мин, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1 ст. л. 4—5 раз в день.

1 столовая ложка сухих цветков ромашки аптечной на 1 стакан кипятка, запаривать 30 мин, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1 ст. л. 2—4 раза в день.

2 ст. л. сухой измельченной травы хвоща полевого на 1 стакан кипятка, запаривать 20 мин, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1/4 стакана 2—4 раза в день.

**Пастушья сумка (при заболеваниях женских половых органов):** 10 г сухой измельченной травы на 1 стакан воды, кипятить 10 мин, настаивать 1 ч, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Принимать по 1 ст. л. 4—5 раз в день.

5 г (1 ст. л.) свежей травы чистотела поместить в эмалированную посуду, залить 200 мл (1 стакан) горячей кипяченой воды, закрыть крышкой и, выдержав 15 мин на водяной бане, процедить, оставшееся сырье отжать. Разбавляя кипяченой водой, объем полученного настоя довести до 200 мл, добавить сок золотого уса — 3 ч. л.; хранить в прохладном месте не более 1 суток. Принимать за 15 мин до еды по 1/4 стакана 2—3 раза в день. Особенно эффективно при наружных заболеваниях — аске кожи.

При лейкозе советуют настаивать растение золотого уса на меду с кагором в весовом соотношении: одну часть размолотого растения смешать с одной частью гречишного меда и залить 200 гмм частями кагора, настаивать 40 дней, принимать по столовой ложке 3 раза в день за 40 мин до еды и запивать 0,5 стакана сока сухих цветов каштана конского (1 ст. л. цветов на литр воды). Используется на фоне медикаментозной терапии.

В. Огарков предложил противораковый масляный бальзам. В его рецепт входят 2 компонента: подсолнечное масло и спиртовая вытяжка растения золотой ус. Налить в баночку 40 мл подсолнечного нерафинированного масла и 30 мл спиртовой вытяжки. Плотно закрыть крышкой, сильно потрясти 7 мин и тут же залпом выпить. Медлить нельзя, так как произойдет разделение смеси, что недопустимо! Принимать такое лекарство надо трижды в день. Курс лечения — 3 декады с 5-дневными перерывами между ними. До приема — 2 часа ничего не есть. Принимать за 20 мин до еды. Ни в коем случае лекарство ничем не заедать и не запивать. Не позднее получаса после приема надо что-нибудь съесть. Пить можно только после еды, спустя 30 мин. Бальзам лучше принимать через равные промежутки времени. Пить 10 дней подряд. Потом сделать перерыв в пять дней. И снова после приема пять дней перерыва. После третьей десятидневки приема перерыв — десять дней. Это первый цикл, за ним следует второй, третий и так до полного излечения. Внимание! Важна точная дозировка компонентов лекарства: ровно 40 мл и 30 мл отмерять следует не на «глазок» и не ложками, а точной меркой. Ошибка в дозировке может иметь непоправимые последствия!

Противораковый бальзам Огаркова используется для лечения опухолей желудка, молочной железы, прямой кишки и лег-

ких (но при раке печени и других ее болезнях он противопоказан), бальзам лечит свищи, используется в гинекологии. Практический опыт лечения масляным бальзамом показывает, что за полтора-два месяца излекиваются первичные опухоли небольших размеров. Более серьезные случаи требуют большего срока лечения — до 6—7 месяцев. Уже через месяц-полтора происходит значительное уменьшение размеров опухолей (если опухоль очень большая, то сначала она делится на сегменты, которые постепенно размягчаются), проходят мучительные боли, налаживаются аппетит и стул, еще раньше прекращаются внутренние кровотечения, затягиваются свищи и язвы. Что касается свищей, то можно наложить прямо на рану марлевую салфетку, смоченную бальзамом. Тампоны с бальзамом можно ставить на шейку матки при ее заболевании, менять ежедневно. При раке прямой кишки можно делать этим бальзамом микроклизму (на ночь по 15—20 мл). Прямой контакт бальзама с опухолью ускоряет выздоровление. Если начали прием этого лекарства, то уже нельзя отступать. В противном случае вы только резко подстегнете болезнь, так как раковые клетки гибнут, начиная с третьего дня лечения. На 2—3-й день могут появиться или усиливаться боли, не пугайтесь и продолжайте лечение! Через несколько дней боли исчезнут или значительно уменьшатся. Могут быть отеки конечностей, лица, задержки мочеиспускания. Через несколько дней отеки сойдут, и все наладится. Для облегчения этих симптомов хорошо в течение двух недель принимать гомеопатический препарат фирмы Heel. Но все-таки проконсультируйтесь со своим врачом, т. к. метод еще не получил широкого распространения.

## Глава 6

# ЗОЛОТОЙ УС В КОСМЕТОЛОГИИ

### *Для сухой кожи*

1 ст. л. сока золотого уса, 3 ст. л. глицерина, 50 мл гидроокиси магния, 50 мл спиртовой настойки ромашки. Все ингредиенты перемешать, вылить в чистую баночку. Хранить в холодильнике, перед употреблением взбалтывать. Использовать как очищающее средство.

1 ст. л. растертых листьев золотого уса, 1 ст. л. земляники, 1 стакан кипяченой воды, 1/2 ч. л. глицерина. Землянику растереть, размешать в воде, процедить через марлю и добавить глицерин. Использовать как тоник.

1 горсть березовых листьев, 3 ст. л. растертых листьев золотого уса, 3 стакана кипятка. Листья залить кипятком, дать настояться в течение 30—40 мин. Процедить. Умываться холодным настоем.

1 горсть липового цвета, 3 ст. л. растертых листьев золотого уса 3 стакана кипятка. Цветки залить кипятком, дать настояться в течение 30—40 мин. Процедить. Умываться холодным настоем.

Маска из трав. Ингредиенты: 1 ст. л. мяты перечной, 1 ст. л. подорожника, 1 ст. л. ромашки, 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 стакан кипятка, 1 ч. л. крахмала. Траву залить стаканом кипятка на 10 мин. Процедить и добавить, помешивая, крахмал. Нанести на лицо на 30 мин. Смыть теплой водой.

Маска «Красавица». Ингредиенты: 1 ч. л. измельченных листьев золотого уса, 1 ч. л. измельченных листьев мать-и-мачехи, 1 ч. л. измельченных листьев малины, 1 ч. л. измельченных листьев калины, 1 ч. л. измельченных листьев ежевики. Свежие измельченные листья тщательно перемешать и нанести на кожу, смазанную кремом, на 15 мин. Вместо крема можно использовать оливковое масло. Маску смыть теплой водой.

Маска для нежной сухой кожи. Ингредиенты: 1 лист подорожника, 1 лист золотого уса, 5 молодых листиков мяты, несколько цветков ромашки, 1 стакан кипятка, 1 ч. л. крахмала. Измельчить листья, перемешать с ромашкой. Залить кипятком. Оставить на 10 мин настояться. Процедить и добавить, помешивая,

крахмал. Нанести на лицо на 30 мин. Затем смыть холодной водой (лучше минеральной).

Маска из мать-и-мачехи и золотого уса. Ингредиенты: 1 ст. л. листьев мать-и-мачехи и золотого уса, 1/2 стакана молока. Истолочь листья и смешать с молоком. Уложить кашицу на лицо на 15—20 мин, затем смыть теплой водой или молоком.

Увлажняющая и питающая маска для шелушащейся кожи лица. Ингредиенты: 2 желтка, 100 г меда, 100 г растительного масла. Размешать мед с желтками и растительным маслом до однородной консистенции, добавить сок золотого уса — 3 ч. л. Слегка подогреть на водяной бане, еще раз размешать. Наложить слой маски на лицо на 5 мин. По прошествии этого времени наложить еще 1 слой маски еще на 5 мин. Повторять, пока маска не закончится. Смыть маску жидкостью для умывания 3.

### *Для жирной кожи*

Огуречный тоник. Ингредиенты: 1 средний огурец, 1 ч. л. розовой воды, 1 ч. л. спиртовой настойки ромашки, 1 ч. л. спиртовой настойки золотого уса, 1 белок. Очистить огурец от кожицы, мякоть измельчить и смешать с розовой водой и настойкой ромашки и золотого уса. Взбить белок в пену. Смешать все в миксере, процедить через сито. Перелить в чистую посуду, закрыть. Хранить в холодильнике.

Тоник из шалфея и золотого уса. Ингредиенты: 100 г шалфея, 600 мл дистиллированной воды. Довести воду до кипения и залить ею шалфей. Дать настояться в течение ночи. Процедить настой, добавить сок золотого уса — 7 ч. л. Протирать лицо и шею.

Лосьон из трав. Ингредиенты: 1 ч. л. измельченных листьев золотого уса, 1 ч. л. измельченной травы тысячелистника, 1 ч. л. измельченной травы хвоща полевого, 1 ч. л. липового цвета, 1<sup>1</sup>/<sub>2</sub> стакана кипятка. Смешать травы и залить кипятком. Оставить на 2—3 ч. Процедить. Использовать как тоник.

Жидкость для умывания. Ингредиенты: 1 горсть цветов календулы, 3 стакана кипятка. Цветки залить кипятком, дать настояться в течение 30—40 мин. Процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Умываться холодным настоем.

Жидкость для умывания. Ингредиенты: 1 горсть цветов зверобоя, 3 стакана кипятка. Цветки залить кипятком, дать настояться в течение 30—40 мин. Процедить, добавить сок золотого уса — 6 ч. л. Умываться холодным настоем.

Жидкость для умывания. Ингредиенты: 1 горсть травы полыни, 3 стакана кипятка. Траву залить кипятком, дать настояться в течение 30—40 мин. Процедить, добавить сок золотого уса — 1 ч. л. Умываться холодным настоем.

Маска для жирной и угреватой кожи. Ингредиенты: 2 небольшие луковицы, 1 ст. л. лимонного сока и сока золотого уса. Натереть луковицы на мелкой терке и отжать через марлю сок. Полученную кашицу смешать с соком. Маску нанести на лицо на 20 мин. Смыть сначала теплой, а потом холодной водой.

Маска для угреватой кожи. Ингредиенты: 4 ст. л. измельченных высушенных березовых листьев, 2 ст. л. листьев золотого уса, 1/4 стакана кипятка. Листья залить кипятком, остудить. Наложить на лицо на 20 мин. Смыть теплой водой.

Тонизирующая маска. Ингредиенты: 1 белок, 1 ч. л. меда, 1 ч. л. молока, 1 ч. л. лимонного сока, 1 ст. л. цветков ромашки, 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 стакан кипятка. Залить цветки ромашки и листья золотого уса кипятком и дать настояться в течение часа, процедить. Взбить белок в пену, аккуратно добавить к нему мед, молоко и лимонный сок. Размешать до однородной массы. Если маска получилась слишком жидккая, добавить овсяные хлопья. Маску нанести на лицо на 20 мин. Снять маску большим ватным тампоном, смоченным в теплом настое ромашки.

Маска для жирной кожи с угревой сыпью. Ингредиенты: 1 ч. л. листьев золотого уса и травы тысячелистника, 1 стакан кипятка, 3 горсти цветков и травы тысячелистника, 1<sup>1</sup>/<sub>2</sub> стакана растительного масла (лучше оливкового). Залить измельченную траву тысячелистника и листья золотого уса кипятком и дать настояться в течение часа, процедить. Измельченный тысячелистник (3 горсти) поместить в стеклянный сосуд и залить маслом. Сосуд поместить в кастрюльку с холодной водой, поставить на огонь. Когда вода закипит, выдержать масло на бане в течение еще 30 мин. Масло можно хранить в сухом темном месте, но не более месяца. Марлю сложить в 8—10 слоев, вырезать отверстия для глаз и носа, пропитать теплым настоем (примерно 36—37°C), слегка отжать и наложить на лицо и шею на 20 мин. Маску снять, лицо протереть ватным тампоном, смоченным в водном настое тысячелистника. Затем можно протереть кубиком льда.

### Для нормальной кожи

Очищающее средство. Ингредиенты: 25 г пчелиного воска, 6 ст. л. миндального масла, 4 ст. л. розовой воды. Нагреть воск на водяной бане, когда расплавится, влить масло. Снять с огня, сме-

шать миксером с розовой водой, добавить сок золотого уса — 1 ложка. Остудить. Перелить в чистый флакон и хранить в холодильнике.

Очищающий и тонизирующий лосьон из лепестков роз и листьев золотого уса. Ингредиенты: 4 горсти сухих лепестков роз, 2 ст. л. листьев золотого уса, 1/2 л столового уксуса, 1/2 л кипяченой воды. Лепестки роз и листья золотого уса залить столовым уксусом и поместить в плотно закрывающийся сосуд. Настаивать 3 недели. Затем настой процедить, залить кипяченой водой.

Тоник из липового цвета, мальвы и золотого уса. Ингредиенты: 1 ст. л. цветков липы, 1 ч. л. листьев золотого уса, 1 стакан кипятка, 1 ст. л. меда, 1 г корня мальвы. Липовый цвет и листья золотого уса залить кипятком и дать настояться в течение 20—30 мин. Процедить. Смешать настой с медом и корнем мальвы. Поставить смесь на огонь и кипятить в течение 10 мин. Протирать тоником лицо и шею.

Увлажняющая обновляющая маска. Ингредиенты: 1/2 стакана крыжовника. Выжать сок крыжовника с мякотью, добавить сок золотого уса — 1 ч. ложка, нанести на лицо и шею на 10—15 мин.

Питательная и тонизирующая маска. Ингредиенты: 1 ст. л. зелени петрушки, 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 стакан кипятка, 1 желток, 100 г сметаны, 1 ч. л. сухой цедры лимона, 1 ч. л. растительного масла (лучше оливкового). Петрушку и золотой ус залить кипятком и дать настояться в течение 30 мин. Желток растереть со сметаной. Лимонную цедру стереть в кофемолке до порошкообразного состояния, добавить к желтково-сметанной массе. Сосуд, в котором находится смесь, закрыть крышкой. Через 15 мин добавить к массе растительное масло и тщательно размешать. Нанести толстым слоем на кожу и оставить до тех пор, пока маска не высохнет. Смыть теплым настоем петрушки. Затем протереть лицо кубиком льда.

Косметическое молочко. Ингредиенты: 2 ст. л. пшеничных зерен, 1 стакан белого вина, 1 ст. л. золотого уса, 1 желток. Залить зерна белым вином и дать настояться 3 дня. Затем процедить и добавить желток и сок золотого уса. Наносить на ватный тампон и протирать лицо по массажным линиям. Затем сполоснуть лицо прохладной водой и протереть тоником.

Тоник из василька и золотого уса. Ингредиенты: 50 цветков василька, 3 ст. л. листьев золотого уса, 1/2 л кипятка. Цветки и листья залить кипятком, настаивать в течение часа, затем процедить. Протирать лицо холодным настоем.

## Средства по уходу за стареющей кожей

Жидкость для умывания. Ингредиенты: 1 ст. л. мяты перечной, 1 ч. л. листьев золотого уса, 1 стакан кипятка. Листья мяты и золотого уса залить кипятком и оставить настаиваться в течение 30 мин. Процедить. Настой использовать для умывания.

Жидкость для умывания. Ингредиенты: 1 ст. л. травы зверобоя, 1 ч. л. измельченных листьев золотого уса, 1 стакан кипятка. Зверобой и золотой ус залить кипятком и оставить настаиваться в течение 30 мин. Процедить. Настой использовать для умывания.

Тоник, предохраняющий от возникновения морщин. Ингредиенты: 1 корень петрушки, 1 лист петрушки, 1 лист золотого уса, 2 стакана воды. Измельчить корешок, зелень петрушки и лист золотого уса, залить водой, поставить на огонь. Довести до кипения и кипятить на маленьком огне в течение 20 мин. Процедить. Протирать тоником лицо и руки утром и вечером.

Березовый тоник. Ингредиенты: 2 ст. л. нарезанных листьев бересклета, 1 ст. л. листьев золотого уса, 1/2 л кипятка. Листья залить кипятком и оставить настаиваться в течение часа. Процедить и процедить. Использовать как тоник.

Лосьон для кожи, склонной к морщинам. Ингредиенты: 1 ч. л. цветков липы, 1 ч. л. зелени укропа, 1 ч. л. измельченных листьев золотого уса, 2 стакана кипятка. Смешать липовый цвет и измельченным укропом и листьями золотого уса, залить кипятком. Настаивать час, затем процедить. Протирать лицо утром и вечером.

Лосьон из алоэ и золотого уса. Ингредиенты: 100 г листьев алоэ, 10 г листьев золотого уса, 2 л воды. Алоэ положить в холодаильник (отдел для овощей и фруктов) на 15 дней. Промыть. Листья алоэ и золотого уса залить водой и оставить на 2 ч. Затем оставить на огонь и довести до кипения. Три раза в неделю наносить лосьон на лицо на 10 мин, затем смывать теплой водой.

Лосьон для вялой, дряблой кожи. Ингредиенты: 1 ч. л. зелени петрушки или укропа, 1 ч. л. липового цвета, 1 ч. л. листьев золотого уса, 2 стакана кипятка. Смешать петрушку, липовый цвет и золотой ус, залить кипятком. Настоять в течение 30 мин и процедить. Протирать этим лосьоном кожу утром и вечером.

Крем против образования морщин. Ингредиенты: 5 ст. л. вазелина, 1 большой лист алоэ и лист золотого уса. Выжать из листа алоэ и золотого уса сок, смешать с вазелином до однообразной консистенции. Использовать как крем.

Компресс из подорожника и золотого уса. Ингредиенты: 1 ст. л. сухой травы подорожника, 1 ч. л. листьев золотого уса,

1 стакан кипятка. Подорожник и золотой ус залить кипятком. Оставить настаиваться в течение 10—15 мин. Процедить. В горячем настое смочить марлю с вырезами для глаз, носа и рта, сложенную в несколько слоев, слегка отжать и положить на лицо. Когда марля остывает, повторно намочить ее и снова положить. Повторять в течение 10 мин.

### *Средства от веснушек и пигментных пятен*

Ингредиенты: 1 пучок зелени петрушки, 1 ч. л. сока золотого уса, молоко. Пропустить петрушку через мясорубку, отжать сок и разбавить его равным по объему количеством молока, добавить сок золотого уса. Полученной жидкостью нужно смазать кожу лица и держать маску 15 мин, затем смыть прохладной водой. Применять не реже 1 раза в день.

Ингредиенты: 1 ч. л. сока золотого уса, 1/2 лимона. Отжать сок из лимона, смешать с соком золотого уса, протирать лицо несколько раз в день. Можно протирать лицо кусочком лимона.

Если веснушек мало, взять 1/2 луковицы. Отжать из луковицы сок, добавить сок золотого уса — 1 ч. л. Протирать лицо утром и вечером.

## Глава 7

### СОЧЕТАНИЕ ЗОЛОТОГО УСА С ДРУГИМИ ПРЕПАРАТАМИ

Золотой ус, как и многие не используемые в официальной медицине, растения на сегодняшний день мало изучен. Биохимики и медики говорят, что в его состав входят различные биологически активные вещества, в том числе флавоноиды, фитостероиды и некоторые витамины. Как и любой другой лекарственный препарат, золотой ус при совместном приеме с другими растениями может усиливать их действие, ослаблять или оказывать какое-либо побочное действие. Все это обусловлено содержащимися в нем биохимическими веществами.

Гликозиды — природные вещества безазотистой природы. Гликозиды быстро разрушаются при хранении ферментами, содержащимися в самих растениях, а также под воздействием таких физических факторов, как температура, влажность и т. д. Поэтому при заготовке растений, содержащих гликозиды, с этим следует считаться, чтобы они не потеряли своей целебной силы. Флавоноидные гликозиды обладают уникальным свойством выводить радиоактивные вещества из организма.

Витамины — очень сложные по структуре и физиологической активности вещества, которые крайне необходимы для нормальной жизнедеятельности организма человека. Витамины регулируют процесс усвоения организмом основных веществ, поступающих в составе пищи: белков, углеводов, жиров, а также играют основную роль в процессе обмена веществ. При дефиците витаминов в обмене веществ наступают сбои, которые могут пагубно сказаться на здоровье человека. Усталость, потеря работоспособности, вялость и раздражительность, ослабление деятельности всех органов и систем организма — вот лишь самые распространенные признаки авитаминоза.

Из 30 известных природных витаминов многие содержатся в пряных и лекарственных растениях в легкоусвояемой форме. Особенно ценными из содержащихся в растениях являются такие редкие группы витаминов, как Р (рутин), РР (никотиновая кислота), Е, F, К и ряд других более распространенных витаминов.

Фитостероиды — эфиры сложной структуры, обладающие высокой биологической активностью. Фитостероиды золотого

уса обладают ранозаживляющей активностью, за счет воздействия на синтез внутриклеточного белка. Фитостероиды обладают выраженной антиоксидантной активностью, бактерицидными и противогрибковыми свойствами.

Они способны активизировать капиллярный кровоток и клеточный обмен, стимулировать лимфатическую систему. Кроме того, фитостероиды регулируют тонус сосудов и снимают спазм сосудистых стенок. Стимулируют синтез белков организма и улучшают состав крови. Оказывают выраженное стимулирующее воздействие на обмен веществ в целом.

Не рекомендуется сочетать прием золотого уса с оральными контрацептивами, так как при этом могут развиться различные побочные эффекты.

Лечение любых заболеваний у беременных женщин при помощи золотого уса противопоказано, так как это может вызвать повышение тонуса маточной мускулатуры.

Хорошо сочетается прием золотого уса с препаратами алоэ и любыми иммуностимулирующими лекарственными препаратами.

Золотой ус усиливает действие противовоспалительных и отхаркивающих средств.

Хорошо сочетается прием золотого уса и препаратов для похудания, за счет усиления синтеза белков и регуляции окислительно-восстановительных процессов.

Флавоноиды — фенольные соединения, вещества сложной углеродной структуры. Выделяют несколько видов флавоноидов: катехины, лейкоантоцианидины, флаваноны, флавоны, халконы и аутоны. Все они не стойки в кислой среде, и поэтому прием препаратов золотого уса лучше не сопровождать приемом веществ, содержащих кислоты. Если запивать настойку или сок золотого уса щелочной минеральной водой, то воздействие препарата усилятся.

Уже давно доказано, что флавоноиды обладают витаминной активностью. Из числа работ, посвященных исследованию флавоноидов, видно, что эти вещества могут с успехом применяться в качестве сердечно-сосудистых, спазмолитических, противовоспалительных и других лекарственных средств. В последние годы появились сообщения о противоопухолевом действии флавоноидов. Кроме того, флавоноиды действуют на стенки капилляров, укрепляя их, разжижают кровь, улучшают ее реологические свойства. Регулируют образование коллагена и эластина

Как уже было сказано, флавоноиды плохо сочетаются с препаратами, в состав которых входят кислоты и ферменты, так как и те, и другие вызывают разрушение химической структуры флавоноидов, прекращая тем самым их лечебное воздействие.

Если же сочетать прием золотого уса с витаминными препаратами, то действие и лекарства и витаминов усиливается, именно за счет флавоноидов, которые оказывают провитаминное воздействие на организм.

Действие растительных препаратов, содержащих сердечные гликозиды, также усиливается при сочетании с золотым усом. Поэтому тем, кто принимает препараты наперстянки, ландыша и некоторые другие, следует проконсультироваться с врачом, чтобы точно рассчитать дозировку лекарственных средств.

При сочетании золотого уса со снотворными и седативными препаратами также может возникнуть усиление их действия.

Не следует сочетать прием золотого уса с препаратами, сильно воздействующими на печень и почки, так как в этом случае нагрузка возрастает вдвое.

С большой осторожностью надо относиться к совместному приему антибиотиков и препаратов золотого уса.

При химиотерапии, рентгенотерапии онкологических заболеваний также не следует принимать препараты золотого уса. Лучше подождать окончания курса лечения и затем уже начинать лечиться золотым усом.

При лечении заболеваний щитовидной железы, особенно с дефицитом йода, назначение золотого уса противопоказано, как одного из возможных факторов йодного дефицита.

При совместном приеме золотого уса и антиаллергических препаратов необходимо точно рассчитывать дозировку, так как возможно взаимное усиление действия.

Хорошо сочетать прием профилактических простудных средств с соком или настойкой золотого уса.

Прием антиатеросклеротических препаратов совместно с золотым усом также усиливает их действие.

При стенокардии необходимо советоваться с врачом по поводу приема золотого уса, так как, с одной стороны, он усиливает действие сердечных гликозидов, а с другой — улучшает действие таких препаратов, как рибоксин и настойка боярышника.

При заболеваниях системы крови тоже необходимо с осторожностью применять препараты золотого уса. При анемии он усиливает действие препаратов железа, но при лейкозах его применять не следует, по крайней мере во время основного курса ле-

чения. Так как возможны различные побочные реакции. Лучше всего принимать препараты золотого уса в промежутках между приемами остальных препаратов.

Хорошо сочетать прием золотого уса с противовоспалительными препаратами при лечении воспалительных гинекологических заболеваний и при аменорее.

При совместном приеме золотого уса и антигипертензивных препаратов отмечается устойчивое снижение давления, без резких скачков. Прием ноотропов и препаратов, усиливающих мозговое кровообращение также хорошо сочетать с приемом золотого уса. Необходимо помнить, что курс лечения золотым усом в этом случае должен быть на 4—6 дней длиннее основного курса лечения.

Консервативное лечение язвы желудка также можно дополнить приемом препаратов золотого уса.

## Глава 8

### ОСТОРОЖНО – ЗОЛОТОЙ УС

Возможности современной медицины основываются на огромном многообразии лекарственных средств. Количество лекарств таково, что даже специалисты — врачи, фармакологи, фармацевты не всегда в состоянии быть полностью в курсе постоянно обновляющейся информации о лекарственных препаратах. Что же говорить о простых людях, далеких от медицины. Обилие информации (часто рекламного характера), с одной стороны, и данные о побочных действиях того или иного препарата (часто на уровне слухов) — с другой, породили большое количество «мифов» о лекарствах. В том числе существует множество ложных сведений о золотом усе. Безусловно, растение это просто уникал по своим целительным свойствам, но как и любое лекарство, при неправильном и неосторожном применении может нанести и большой вред. Давайте выясним, в чем же опасность неправильного применения этого растения и какие наиболее распространенные ошибки существуют.

Любое лекарство является химическим веществом, в той или иной мере взаимодействующим с организмом. Одни вещества более активны, другие менее. При этом чаще всего отмечается закономерность: чем более эффективно вещество, тем более оно опасно. Например, гликозиды (которые есть и в золотом усе) очень эффективные средства для лечения сердечной недостаточности, достаточно токсичны. Есть вещества, практически лишенные токсического воздействия, но даже они могут вызывать проблемы при их бесконтрольном применении. То есть если вы увеличите дозу настойки золотого уса, это может не только не вылечить, но и еще усугубить ваше заболевание.

Витамины являются биологически активными веществами, стимулирующими различные обменные процессы в организме. Жирорастворимые витамины (A, D, E, K) при избыточном накоплении вызывают гипервитаминозы, сопровождающиеся ухудшением самочувствия. Для водорастворимых витаминов (C, B, P, PP и др.) накопление в организме не характерно, но при их избыточных количествах могут возникать патологические реакции: аллергия, раздражение слизистой желудочно-кишечного тракта, дисфункция почек, метаболические нарушения. Поэтому настойку золотого уса, как и любое другое сильнодействующее средство, нельзя использовать в более высоких дозах, чем это

необходимо, а также, как и любое другое лекарство, держать нужно вне досягаемости от маленьких детей.

Цена лекарственного препарата зависит от страны-производителя, «раскрученности», других факторов, не имеющих отношения к его эффективности. Существуют дорогие лекарства, эффективность которых невелика, так же как и относительно недорогие, но при этом эффективные и безопасные. Совершенно не обязательно искать аптечные препараты из золотого уса. Ваша аптека у вас на подоконнике, те средства, которые вы можете приготовить из него дома, не будут уступать по своей эффективности любым готовым лекарственным средствам.

Обычно побочные действия лекарств выявляются при клинических испытаниях. Врач, назначая то или иное лекарство, представляет степень риска развития побочных эффектов. Если риск достаточно высок, врач должен предупредить пациента о возможных нежелательных эффектах и о том, как с ними справиться. Побочные эффекты часто возникают при превышении дозы или длительном бесконтрольном применении лекарства. В развитии побочных эффектов большое значение имеют индивидуальная переносимость и сопутствующие заболевания. Поэтому, если вы лечитесь золотым усом, нужно рассказать врачу об этом, о реакциях на какие-либо лекарства, которые были раньше, и о наличии хронических заболеваний (особенно печени и почек). И вообще, перед тем, как начать лечение, было бы неплохо посоветоваться с вашим лечащим врачом. И уж точно стоит с некоторой осторожностью применять его вначале, так как никто не гарантирован от индивидуальной непереносимости препарата.

Есть лекарства с разными торговыми названиями, но одинаковым активным веществом. Если активное вещество одинаково, препараты взаимозаменямы, но при этом нужно помнить, что отличие препаратов разных фирм может быть в наполнителях, т.е. веществах, создающих лекарственную форму — таблетки, драже, капсулы, сироп или микстуру. Кроме того, разной может быть и доза активного вещества. Если вы не можете использовать назначенное лекарство (из-за дороговизны, дефицита или появления побочных эффектов), проконсультируйтесь у врача о замене его на домашнее лекарственное средство из золотого уса, но не принимайте самостоятельного решения. Вообще же лучше не заменять никаких назначенных врачом лекарств. Никто не мешает вам параллельно применять золотой ус. Вполне возможно, что результат будет гораздо лучше.

В последнее время очень часто появляется информация, что какое-то лекарственное средство является панацеей от всех болезней. Периодически такое начинают говорить и про золотой

ис. Существуют лекарства, высокоэффективные для лечения таких-то патологий, но при этом даже такие лекарства не имеют стопроцентной гарантии эффективности. Что касается широко рекламируемых в последнее время лекарств от всех болезней, то это, как правило, общестимулирующие или обладающие адсорбирующей активностью препараты, которые могут оказать положительный эффект на организм, но при более серьезной патологии все-таки потребуется конкретное и целенаправленное лечение. То же можно сказать и о золотом усе. Он обладает выраженными иммуностимулирующим, заживляющим и общеукрепляющим эффектами, но вылечить любое заболевание в любой его стадии не может. Конечно, золотой ус способен поддерживать силы вашего организма, но он не панацея.

Наверняка многие из ваших знакомых говорили вам, что прием золотого уса не надо согласовывать с врачом, так как действие совершенно безвредно и всем давно известно. Это не совсем так. Существуют лекарства, которые хорошо знакомы каждому (анальгин, ношпа, парацетамол и т.п.). Такие лекарства продаются без рецепта и не всегда требуют назначения врача. Но безопасность приема таких лекарств возможна только при недлительном применении в терапевтических дозировках, если же начинается бесконтрольный прием, это чревато развитием серьезных осложнений. Если какое-то лекарство, назначенное врачом, однажды помогло, это не значит, что в дальнейшем его можно принимать без консультации у врача. Если ваши знакомые успешно вылечились от какой-то болезни при помощи золотого уса, это не значит, что вам поможет их рецепт. Может оказаться и наоборот — вы только ухудшите свое состояние. Если у вас есть хроническое заболевание и вы решили лечиться золотым усом, обязательно расскажите об этом своему врачу. И обязательно посоветуйтесь с ним о дозировке лекарства и длительности курса лечения.

Прежде чем применять для изготовления препаратов, будь то настой, отвар или мазь, усы и стебель растения необходимо выдержать в холодильнике в полиэтиленовом пакете в течение двух недель. Это поможет перевести активные компоненты растения в их наиболее полезную форму.

Если использовать препараты золотого уса в течение недели, то это будет иметь положительный результат. Однако в последующие дни может произойти накопление активных веществ в организме и наступит передозировка, то есть лекарство начнет оказывать токсическое действие. Могут появиться головные боли, отечность горла и области щитовидной железы, нарушения глотания, потливость, трепет рук, нервозность. Через некоторое время, если продолжить принимать препарат, печень и почки

перестанут успевать выводить избыток токсинов, и они начнут выделяться через кожу. Признаком этого является сильный кожный зуд, покраснение отдельных участков кожи, аллергическая сыпь. На руках, в области живота и складок кожи может появиться мокнущая экзема, которая очень плохо поддается лечению.

Как только у вас появились первые признаки передозировки, следует немедленно прекратить прием препарата и начать очищение организма при помощи активированного угля, минеральной воды, молока и соков. Кроме того, если у вас есть какое-либо хроническое заболевание, надо срочно обратиться к лечащему врачу, чтобы он посоветовал вам, что делать дальше.

Как уже говорилось, любое лекарственное средство может быть опасно, в том числе и препараты золотого уса. Поэтому при самостоятельном лечении необходимо строго следовать некоторым рекомендациям.

Не принимайте лекарства чаще и больше, чем это написано в рецепте. Если вы передозируете его, риск возникновения побочных реакций сильно увеличится. Во время курса лечения золотым усом не стоит заниматься какой-либо активной деятельностью, которая требует быстрой реакции и хорошего контроля. Или хотя бы отдохните 30 минут после приема лекарства. Если у вас впереди какое-либо хирургическое вмешательство, прекратите прием золотого уса или расскажите о нем врачу.

Если вы решили принимать препараты золотого уса, то помните, что стебли (фиолетовые «усы») растения можно использовать только для наружного применения. При приеме внутрь препараты из ствола растения способны вызвать сильную передозировку. Чаще всего это случается у больных с поражением печени и склонностью к аллергическим реакциям. На большие раны, ожоги, язвы и прочие дефекты кожи нельзя накладывать листья золотого уса, это может вызвать сильную аллергическую реакцию. Лучше всего использовать стерильные салфетки, смоченные разведенным соком золотого уса.

У онкологических больных, которые вынуждены принимать повышенные дозы препаратов золотого уса, курс лечения не должен превышать трех недель.

Без консультации с лечащим врачом нельзя применять золотой ус для лечения болезней у ребенка, даже для наружного применения.

Если препараты золотого уса вызывают у вас сонливость и снижение внимания, то необходимо перенести прием лекарства на вечернее время перед сном.

Необходимо хранить готовые препараты из золотого уса при комнатной температуре, не допуская их перегревания или переохлаждения. При попадании прямых солнечных лучей лекарственные свойства пропадают. При заморозке также возможна потеря лекарственных свойств.

Лучше всего сочетать прием сока или настойки золотого уса медой или обильным питьем, чтобы не раздражать стенки желудка. Если вы пропустили время приема очередной дозы лекарства, то ни в коем случае не принимайте удвоенную дозу.

При появлении следующих симптомов обязательно вызовите врача. К таким симптомам относятся: нарушения дыхания, кашель, изменение сознания, расстройства пищеварения, сыпь, сильный зуд, спутанность сознания, потеря или увеличение аппетита, возбужденность и нервозность, нарушения сна, крапивница, головная боль, тошнота, головокружение, усталость и сонливость, шум в ушах, потливость, сильное сердцебиение, отеки.

## Приложения

### ПИСЬМА И ОТЗЫВЫ ЛЮДЕЙ О ЗОЛОТОМ УСЕ

«Весной на даче наступила на гвоздь, торчащий из фундамента теплицы, еле дошла до летней кухни. Сразу залила ногу зеленкой, забинтовала и пошла обрабатывать грядки.

Вечером сделала компресс из свежей урины, но вскоре нога так разболелась, что я не знала, куда ее положить. Отрезала листок от золотого уса, положила на бинт, помяла скалкой и привязала к ноге.

Через двадцать минут боль прошла, и я проспала всю ночь. Каждое утро я привязывала свежий листок и работала в огороде. Еще несколько дней похромала, и все зажило».

*Ярмолина Ярослава Викторовна*

«Дочка как-то слегла с температурой 39°С и сильным кашлем. Настойкой золотого уса я натерла ей грудь и давала пить по ложечке в течение нескольких дней. Дочь вскоре выздоровела»

*Ганичева Светлана Геннадьевна*

«Набедокурил было мой кот. Я его — за загривок, а он вцепился мне в руку когтями и зубами, оставив 2 глубокие раны. Дочка заставила съездить в травмпункт, там прописали антибиотики, физиолечение и перевязки. Но я обработала раны водичной настойкой, привязала листочки от золотого уса. Ничего не пила и на процедуры не ходила. Привязывала листик, бинтовала надевала перчатку и работала на даче — горячее время. Очень быстро раны затянулись».

*Настюшкина Светлана Анатольевна*

«Восемь лет назад у меня внезапно появилась жуткая боль в предплечье и области с IV до VI шейных позвонков. Не было сил повернуть голову, поднять руки. В районной поликлинике меня обследовали и установили — остеохондроз IV—VI шейных позвонков, дали II нерабочую группу инвалидности. Назначили уколы, массаж, растирания. Но это все не уменьшало страхований.

На помощь пришла сотрудница по работе Валентина Петровна Кастирина. Дома у нее уже давно рос золотой ус (всегда была готовая настойка). Натерев 3—4 раза шейные позвонки и

лечи, я расстался с этой хворью до тех пор, пока не продуло лечи. Тогда я сложил бинт в 4 слоя, смочил настойкой, дважды делал компресс — и все прошло».

Петров Федор Николаевич

«В 1990 г. у меня в толстом кишечнике обнаружили полипы. Я перенесла сложную операцию по их удалению. Но так как полипов было много, я чудом осталась жива. В 1997 г. снова выросли полипы, в 2001 г. они все еще оставались. А в 2003 г. я опять проверялась (процедура эта очень тяжелая, не дай Бог никому), и, что вы думаете? — полипов у меня не обнаружили! Почему? Наверное, потому, что я пью целебное растение золотой ус с 2001 г., пью, не переставая, перерыв делаю только тогда, когда выращиваю растение снова. У меня болела печень, а еще с войны была нулевая кислотность желудка, поджелудочная железа. Но сейчас у меня внутри ничего не болит. Настой я делаю на водке, если нет, то на самогонке. Отрезаю от отростка 5 или 17 коленец (нужно нечетное число), заливаю водкой — 1/2 литра, настаиваю 12 дней в темном месте и за 30—40 минут до завтрака, 1 раз в сутки принимаю по десертной ложечке. Мне 7 лет, живу я только потому, что пью этот состав. Дала мне его бабушка из деревни, что в Курганской области. «У нас, — говорит, — вся деревня пьет, так что пей, моя дорогая». И вот 14 лет я живу. Когда при проверке доктор не нашла у меня полипов, я не поверила и просила ее сказать мне правду, не обманывать меня лишь для того, чтобы успокоить. Но доктор ответила. «У меня нет причины вас обманывать». И тогда я подумала, что, значит, золотой ус все-таки сделал свое дело. Но все равно я принимаю эту настойку до сих пор. По той же норме, но уже в качестве профилактики. Вот что я знаю про золотой ус. Он лечит все».

Григораш Александра Емельяновна

«Растение золотой ус я использую в лечении с 1987 г. Узнала я нем много лет назад от своей бабушки. В народе его называют золотой ус: если оторвать от листика кусочек, то вслед потянутся « волосы » — тончайшие нити зеленого цвета. Бабушка сказала мне: «Никому не рассказывай о нем, пока оно тебе самой не поможет». А тут заболела сестра — уплотнение в левой груди. Врачи советовали оперироваться. Вот тут-то и помогли компрессы из листьев золотого уса. Помимо этого, из усов делала настойку: из 1/2 литра 70-процентного спирта клала 13—15 делений усов фиолетового цвета. Настаивала 10 дней в темном месте и давала пить по столовой ложке за час до еды. Этой же настойкой делала и примочки, чередуя их с компрессами из листьев. Постепенно опухоль рассосалась. С помощью этого чуда я и сама из-

бавилась от кровоточащей язвы желудка. Жевала на ночь одно деление усика темно-фиолетового цвета, а жмых выплевывала. Утром натощак делала то же самое, через час завтракала. Кстати, не спешите выбрасывать голый ствол. Когда растение станет высоким и усы и листья разойдутся на лекарство, он тоже пригодится, особенно при больном желудке или кишечнике. Ствол тоже можно жевать на ночь и утром перед едой — глотать сок, а жмых выплевывать. После такого лечения желудок не беспокоит меня уже много лет. Как-то у сына моей подруги на запястье выскоцила шишка размером с грецкий орех. Мы с ней решили по-делать компрессы — клали лист, сверху полиэтилен, вату и бинтовали. Через 12 ч повязку меняли. Недели через полторы шишка рассосалась. У соседки был пародонтоз. Я посоветовала прикладывать на ночь к деснам слегка надрезанный в клеточку листик, сверху полиэтилен, ватку, так она и засыпала. Через 2 недели зубы уже не шатались и десны не кровоточили. У себя я таким же способом за 2 недели убрала шишкы у больших пальцев на ногах. По моему совету вылечились от шишек на ногах и другие наши знакомые. Помогает золотой ус — все те же листочки — при геморрое, ожогах, при заболеваниях женских органов — от зуда, выделений. Моя 87-летняя мама в свое время вылечила подагру на руках — пальцы были скрючены и не действовали. А сейчас ровненькие, прямые — прикладывала листочки. Вот такое это замечательное комнатное растение. Советовала бы иметь его в доме каждой семье».

Дубова Юлия Анатольевна

«В 1974 г. у меня начался аллергический насморк. Врач решил, что это гайморит, и в больнице сделали несколько проколов. Но легче от этого не стало. Особенно сильно аллергия донимала с июля по октябрь. Выявили семь растений, на которые организм реагировал особенно активно. Мне вводили антиаллергены, но это не помогало. По совету лечащего врача переехал жить на Крайний Север. Насморк прошел, но, когда через 17 лет вернулся, аллергия скрутила так, что нечем стало дышать. Лекарства только ослабляли организм. Однажды дочь принесла домой цветок золотой ус. Из него приготовили настойку. В ход пошло все растение. Я нарезал кусочками листья, стебель, усы и сложил все в трехлитровую банку. Залил двумя литрами водки. Поставил в темное место, накрыв тканью. Настаивал месяц. Начал принимать настойку в момент очередного приступа аллергии. Это помогло. Если мучило удушье, то пил 2 глотка. Тогда отпускало, но только часа на два. Я стал принимать настойку круглый год по одному глотку по утрам за час до еды. И через три года о своей болезни забыл. А тут у жены случился инсульт, и настойка пригодилась уже ей. Целый месяц каждый вечер я нати-

рал ее с головы до кончиков пальцев ног. Прошел перекос рта. Теперь жена меньше при ходьбе прихрамывает ногой. В это время я не принимал снадобье, но аллергического насморка больше не было. Кроме того, исчез геморрой. А ведь было три узла. Боль в коленях тоже».

Иртеньев Виктор Константинович

«Уже почти три года пью я настой из листьев золотого уса точно по рекомендации В. Огаркова: 1 лист не менее 20 см длиной (или же 2 поменьше) рву на кусочки, кладу в стерильную литровую банку, заливаю кипятком, накрываю пропаренной капроновой крышкой и закутываю на сутки. Принимаю 3 раза в день по 50 г за 40 минут до еды в теплом виде. Храню настой при комнатной температуре. Но листки должны быть от взрослого растения, у которого на усах выросло не менее 9 суставчиков. Сначала моей целью было лечение начинающегося гастрита, но, к своему удивлению, я постепенно стала ощущать положительные сдвиги в лечении и других болезней. Болела хроническим ревматоидным полиартритом со стажем в полжизни (35 лет). Тот, кто им болен, знает, что это такое — невыносимые боли, большая скованность, ограничивающая движения, воспаление и припухлость суставов. Чем меня только не лечили. Ежегодно, а то и по 2 раза в год попадала в больницу, где лежала по месяцу-два, через каждые 2 года принимала радоновые ванны в Хмельнике (всего 14 раз). Выпила громадное количество лекарств, в том числе и гормональных, от чего получила бесплодие, годами принимала делагил, что отрицательно сказалось на зрении. Ничего не помогало, и в 48-летнем возрасте врачи предложили оформить меня на инвалидность, с чем я не согласилась. Не хотела потерять выгодную работу, что в будущем отразилось бы на моей пенсии. Пробовала и всевозможные народные методы лечения, но все безрезультатно. Вот так и промучилась полжизни. Иногда даже думала, а не выпить ли мне что-то такое, чтобы уже не проснуться. И вот в 2000 г. начала принимать золотой ус. Вскоре гастрит прошел, язык очистился, тяжесть в желудке исчезла. Но в отношении полиартрита первый год лечения ничего не дал. Продолжали болеть и опухать суставы, скованность не уменьшалась. Да я и не надеялась на улучшение, зная, что болезнь неизлечима. Однако спустя год стала я замечать, что боли постепенно становятся слабее, скованность уменьшается, и я все меньше употребляю таблеток. С начала 2001 г. надобность в таблетках отпала совсем, и я уже более двух лет живу без боли. Суставы стали гибкими и даже на перемену погоды не крутят. Сама себе не верю, что этот кошмар закончился. А еще у меня восстановилось зрение. Почти 30 лет пользовалась очками, сначала

+1,5, затем +2,25 диоптрии. И вдруг замечаю, что при чтении в очках вижу плохо, все в тумане. Собралась пойти к окулисту, подобрать очки посильнее, но помог случай. Очкы куда-то запропастились, и я взяла те, что послабее — +1,5, ощутила, что вижу в них нормально! А через некоторое время история повторилась в очках +1,5 видела плохо, а совсем без них лучше. Сейчас без очков читаю, вяжу, вдеваю нитку в иголку и т. д. Должна сообщить, что золотой ус действует на организм избирательно и помогает не всем. Например, моя знакомая хотела улучшить зрение, но этого пока не достигла, хотя у нее перестала болеть печень. В другой семье лечатся муж и жена. У жены перестали болеть почки и печень, забросила очки, а у мужа результатов никаких, наверное, потому, что он в исцеление не верит. С января 2002 г. параллельно с приемом водного настоя золотого уса принимаю масляный бальзам по методу того же В. Огаркова, так как у меня обнаружили рак легких VI стадии и отправили домой умирать. Прошло более года, а я пока жива и все сама делаю. Мне скоро 72, но умирать не хочу, верю, что бог поможет мне вылечиться, и хочу, чтобы на моем примере лечились другие и больше никто от рака не умирал. Если будут положительные сдвиги, напишу».

*Думчева Светлана Мироновна*

«О том, что золотой ус помогает при многих болезнях, моя дочь узнала из газеты. Дала объявление в местной газете, что хотим купить это комнатное растение. И вскоре мы уже стали его обладательницами. Я дождалась, когда выросли усы, и сделала настойку. По рецепту вестника рекомендовалось 15—17 коленец темно-фиолетового цвета (нечетное количество) мелко порезать и залить 1/2 л водки, закрыть крышкой и поставить в темное место на 12 дней, встряхивая через 3 дня. Пить утром по десертной ложке за 30—40 мин до еды. Я уже принимаю вторую порцию, а третья готова. Начав пить настойку, постепенно отказалась от таблеток против гипертонии и аритмии. Теперь уже не нужно, как раньше, вызывать «Скорую», я чувствую себя намного лучше, давление нормализовалось. Даже не верится, что это помог золотой ус».

*Горева Ольга Сергеевна*

«Много болячек я вылечила, используя чудесное растение золотой ус. Начала с грибка на ногтях ног, а мозоли вылечила своим любимым усиком золотым — прикладывала листочек на 2—3 дня после того, как попарю ноги. Он уже у меня второй год. Как только усы доходят до верха, я срезаю верхнюю часть и ставлю в воду. А когда появятся белые корешки, сажаю в новый горшок. Вот так три раза уже было. Остаются одни листья. Я их

срезаю, мелко рублю и заливаю литром водки (самогона) и даю постоять 15—20 дней, да чем больше, тем лучше. Раздаю настойку своим близким, знакомым, да и усы, что выращиваю, тоже раздаю. О том, что золотой ус прекрасно лечит многое, уже сказано. А вот у меня был случай. Соседка по даче собирала клубнику и одну ягодку положила в рот. А там, в ягодке-то, оса. Она укусила беднягу в самое горло. Та прибежала ко мне, еле говорит. Я скорее налила ей полстакана настойки, она прополоскала горло три раза, и наутро все прошло».

*Благова Ирина Анатольевна*

«В свои 68 лет не чувствую возраста, не привыкла ходить медленно, смотреть под ноги — и вот расплата. Дело было на даче. Летним вечером, как всегда, неслась к крыльцу, споткнулась и грохнулась на ступеньки. Ушибла левое колено и стукнулась головой о дверной косяк. Конечно, шишки и там, и там. Утром следующего дня решила поправить занавески — и упала на спину. Все тело пронзила страшная боль, я закричала. Прибежал сын, кое-как меня донес до кровати. Тут же попросила его сделать мне глиняную лепешку. Легла спиной на глину (хорошо, кровать из досок, ровная, жесткая) и послала сына в поселок к хирургу. А сама думаю: чем еще могу себе помочь? И вспоминаю, что уже 14-й день у меня настаивается золотой ус. Пролежала я 2 часа 30 минут на глине, тут пришел и хирург Александр Николаевич Кузнецов. Осмотрел меня и сказал, что переломов нет, но упасть с такой высоты и не сломать позвоночник помогли силы небесные. Короче говоря, поставил диагноз: ушиб мышц спины. Александр Николаевич говорит: «Завтра на спине образуются гематомы, будет нестерпимая боль, так что я оставлю тебе обезболивающие лекарства». Я же вспомнила о настойке золотого уса. Решила делать глиняные аппликации на 2—3 часа, затем сын мне будет втирать настойку. Так и поступила. Вспомнив о шишках на голове и ноге, приложила к ним «отжимки» золотого уса (оставшееся сырье после процеживания настойки через марлю), которые держала 2 ч. Как же я удивилась, когда после этой процедуры на голове не оказалось шишки! Утром исчезла шишка и под коленом. Попросила сына посмотреть, есть ли у меня синяки на спине. А он мне: «Мама, спина чистая». Вот чудеса — на спине так и не было гематом. Конечно, глина тоже обладает колоссальным рассасывающим эффектом, да еще золотой ус помог. Теперь я точно уверена, что это на самом деле чудо-растение! Если сразу после ушиба втирать, то синяков может и не быть. Поэтому не отчаивайтесь, если попадете в подобную беду, а сразу же старайтесь себе помочь».

*Попова Евгения Николаевна*

«Я сама лично использую от глаукомы настой золотого уса. Лист величиной 20 см режу, заливаю литром кипятка. Укутав, настаиваю сутки. Храню при комнатной температуре. Пью по 50 г 3—4 раза в день обязательно за 30—40 минут до еды. Так же заваривала знакомой: литр ей, литр — себе. Попив месяц, я также обнаружила у себя затишье в кишечнике, а до того было бурчанье. А знакомая сказала, что печень перестала ее беспокоить. Я продолжаю пить листья, сделала настойку из усов, но пока пью листья. Сейчас начала закапывать в глаза (у меня катаракта была на обоих глазах, один мне прооперировали, а второй подлечиваю так). Закапывала месяца 4 мед, пропущенный через яблоко. Способ приготовления такой: сделать сверху яблока углубление, шилом проколоть сверху по центру углубления донизу. В лунечку положить 1/2 ч. л. меда, желательно майского, поставить яблоко на рюмочку. К утру мед должен пройти через яблоко в рюмочку. Если так случилось, что мед не прошел, то попробуйте снова проткнуть шилом и вправо-влево поширять шилом. Мед обязательно протечет. Я закапывала по одной капле утром и вечером в оба глаза. Зрение не ухудшилось в неоперированном глазу».

Зарова Галина Григорьевна

«Я врач, мне 74 года. Мучилась не 1 год от болей в суставах (коленных), пояснице, затылке. Перепробовала очень многое (одуванчик, индийский лук, яблочный уксус, селен и т. д.). У меня более 1000 рецептов о лечении костно-мышечного аппарата. Я выписываю более 20 газет по лечению народными средствами и садоводству. Искала свое средство и нашла! Самое лучшее, самое простое, самое дешевое средство лечения суставов — расстирания и компрессы (на ночь) настоем комнатного цветка золотой ус (венерин волос, кошачий ус) на бишофите. Цветок расстет дома хорошо. Размножается легко. Для лечения можно использовать любую его часть. Люди с больными суставами — это хроники. Лечиться и профилактикой заниматься придется всю жизнь. Это средство не ядовито, всегда под рукой и не раздражает кожу. Боли снимаются хорошо. Советую всем больным и в городе, и в деревне лечить суставы золотым усом, настоящим на бишофите. Бишофит можно приобрести недорого».

Чумакова Юлия Раисовна

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СБОРУ И ХРАНЕНИЮ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В КНИГЕ ТРАВ И РАСТЕНИЙ

*Адонис весенний* (горицвет), *Adonis vernalis* L. Используют траву, собираемую в период цветения растения до начала осыпания плодов. Сушат при  $t = 30-40^\circ$ . Хранят с предосторожностью в сухом, хорошо проветриваемом помещении. Активность контролируют ежегодно.

*Аир болотный*, *Acorus calamus* L. Корневище аира собирают в сентябре — октябре, отмывают от земли, но не очищают от пробкового слоя (разрешены и очищенные), освобождают от корней, остатков листьев и стеблей, провяливают на открытом воздухе, разрезают на куски 20—30 см. Сушат при  $t = 25-30^\circ$  (не более). Хранят в хорошо укупоренных жестянках. Срок годности сырья — 3 года.

*Алтей лекарственный*, *Althea officinalis* L. Собирают корни осенью и весной от растения не моложе двухлетнего возраста, быстро моют в проточной воде, не допуская ослизнения, режут на куски (для получения очищенного корня освобождают от пробкового слоя) и высушивают немедленно после сбора при  $t = 30-40^\circ\text{C}$  при хорошей вентиляции. Правильно высушенные корни сохраняют естественную беловатую окраску. Срок хранения — 3 года.

*Анис обыкновенный*, *Anisum vulgare* Gaerth. Для медицинских целей используют зрелые плоды, заготавливаемые во время их полного созревания (до побурения) на центральных зонтиках, когда на остальных зонтиках они еще зеленые. Срок хранения — 3 года.

*Арника горная*, *Arnica montana* L. Цветет в июне—июле, плоды созревают в июле — августе. Лекарственное сырье — цветки. Растение включено в Красную книгу СССР! Собирают цветочные корзинки со стеблями не более 1 см в начале цветения во 2—3-й декадах июня, сушат, быстро разложив тонким слоем на бумаге или ткани, на чердаках, в сараях, под навесами или в сушилках при  $t = 50-60^\circ\text{C}$ . Срок годности сырья — 2 года.

*Арония (рябина черноплодная)*, *Aronia melanocarpa* (Michx.) Elliot. Цветет в мае—июне, плодоносит во второй половине августа — сентябре. В лечебных целях используют плоды, которые собирают в период их полной зрелости. Применяются в свежем виде.

*Астрагал шерстисто-цветковый*, *Astragalus dasyanthus* Pall. Многолетнее травянистое рыхевато-опущенное растение со стерж-

невым многоглавым корнем. Цветет в мае—июне. Плоды созревают в июле. Лекарственное сырье — трава. Используют траву, срезанную во время цветения на высоте 5—7 см от земли. Сушат 5—7 дней на чердаках или в хорошо проветриваемых помещениях, разложив слоем 3—5 см на бумаге или ткани, часто переворачивая. Срок хранения — 1 год.

**Багульник болотный**, *Ledum palustre* L. Используют молодые побеги с листьями. Наибольшее количество эфирного масла накапливается в молодых листьях. Молодые однолетние неодревесневшие побеги длиной до 10 см с листьями срезают после цветения. Сушат на чердаках с хорошей вентиляцией или под навесами с хорошо прогревающейся крышей, разложив сырье слоем 5—7 см, периодически его вороша при  $t$  не выше 30°C. После высушивания грубые стебли удаляют. Высушенные листья мало изменяют вид и цвет. При сушке и сборе необходимо соблюдать осторожность — возможны отравления. Хранят отдельно от других растений в хорошо укупоренных банках. Срок хранения — 2 года.

**Барбарис обыкновенный**, *Berberis vulgaris* L. Ветвистый кустарник, ветви которого усажены трехраздельными колючками. Цветет в мае—июне. Плоды созревают в августе—сентябре. Лекарственное сырье — корень и лист. Плоды собирают по мере созревания, так как незрелые ягоды ядовиты. Корни заготавливают после созревания плодов поздней осенью, сушат. Хранят 3 года.

**Барвинок малый**, *Vinca minor* L. Вечнозеленое растение, имеющее шнуровидное корневище длиной до 70 см, развивающееся горизонтально на глубине 1—5 см. Цветет в мае, иногда вторично в июле—августе. Плодоносит редко, в июне. Лекарственное сырье — трава. Заготавливают траву с весны до июля, срезая ее на высоте 1—5 см от поверхности земли и оставляя горизонтальные укореняющиеся побеги. Сушат 7—10 дней под навесами или на чердаках с хорошей вентиляцией, разложив слоем 3—5 см и периодически перемешивая. После сушки удаляют грубые стебли. Хранят в проветриваемых помещениях, так как сырье ядовито! Срок годности сырья — 1 год.

**Бедренец камнеломковый**, *Pimpinelle saxifrage* L. Многолетнее травянистое растение из семейства зонтичных высотой до 60 см с веретеновидным корнем. Цветет в июле—августе, плоды созревают в августе—сентябре. В лечебных целях используют корневища и корни бедренца, которые выкапывают осенью после отмирания надземной части. Собранное сырье промывают в холодной проточной воде и сушат в хорошо проветриваемых помещениях или в тени, раскладывая слоем в 3 см на бумаге или ткани. Срок годности сырья — 3 года.

**Белокурденик черный**, *Ballota nigra* L. Многолетнее травянистое растение из семейства губоцветных, высотой до 125 см. Цветет в июле—августе, плоды созревают в августе—сентябре. В лечебных целях используют надземную часть (траву). Срезают ее без грубых приземистых стеблей в период цветения растения. Очищенное от примесей сырье сушат под навесами или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем 3—5 см на ткани или бумаге. Срок годности сырья — 1 год.

**Береза повислая**, *Betula pendula* Roth. Почки березы собирают зимой и ранней весной, нераспустившиеся, набухшие, смолистые. Сушат в тени под навесом или в сушилках при  $t = 25—30^{\circ}\text{C}$ . Сок собирают весной, делая надсечки коры березы в начале сокодвижения. Срок хранения почек — 2 года.

**Бессмертник песчаный**, *Helychrysum arenarium* (L.) Moench. Собирают в июле—августе не полностью распустившиеся корзинки, сушат в тени, хранят в темном месте. Срок годности сырья — 3 года.

**Бобовник анакироидный**, *Laburnum anagyroides* Medic. Кустарниковое растение или небольшое деревце. Используют все части растения, особенно семена. Все растение собирают в апреле—мае. Сушат в тени и хранят в темном месте. Срок годности сырья — 1 год.

**Боярышник кроваво-красный**, *Crataegus sanguinea* Pall. Цветки собирают целыми щитками в начале цветения в сухую погоду, сушат при хорошей вентиляции в помещениях или сушилках, разложив тонким слоем на бумаге или ткани. Плоды собирают спелыми, целыми щитками, сушат при  $t = 50—60^{\circ}\text{C}$ , после высушивания отделяют плодоножки, пустые щитки и испорченные плоды. Срок годности сырья — 2 года.

**Брусника**, *Vaccinium vitis idaea* L. Листья собирают до начала цветения или ранней весной. Сушат на открытом воздухе или в сушилках. Срок годности сырья — 3 года.

**Будра плющевидная**, *Glechoma hederacea*. Многолетнее травянистое растение. В качестве целебного сырья собирают все растение во время цветения в мае — июле. Сушат в тени и хранят в сухом темном месте. Срок годности сырья — 1 год.

**Бузина черная**, *Sambucus nigra* L. Цветки бузины срезают до начала осыпания венчиков, быстро сушат, разложив на бумаге или ткани на чердаках, под навесами при  $t = 30—35^{\circ}\text{C}$ . Высушенные соцветия обмолачивают, отделяя цветки от цветоносов. Сырье легко отсыревает и плесневеет, поэтому хранить его следует в хорошо проветриваемых помещениях. Срок хранения сырья — 6 месяцев.

**Буквица лекарственная**, *Betonica officinalis* L. Многолетнее травянистое растение. В качестве целебного сырья используют листья, стебли с листьями и цветками, иногда корни. Траву собирают в

июне — августе. Сушат в тени и хранят в сухом темном месте. Срок годности сырья — 1 год.

*Валериана лекарственная*, *Valeriana officinalis L. S. L.* Многолетнее растение высотой до 1,5 м. Корневище небольшое, длиной до 1—1,5 см, с густыми буровато-желтыми придаточными корнями длиной 10—30 см, толщиной 1—4 мм. Цветет в июне — августе, плодоносит в июле — сентябре. Лекарственное сырье — корневища и корни. Применяется также трава. Практически используются разные виды валерианы лекарственной: волжская, болотная, русская, побегоносная, холмовая, бузинолистная, Фори, заенисейская, очереднолистная, Гроссгейма, армянская, блестящая. Собранные в сентябре или октябре (на Кавказе — в конце лета или поздней осенью) корни очищают от земли, быстро промывают в холодной воде, раскладывают тонким слоем в закрытом помещении на 2 суток, ворошат 2—3 раза в день, затем сушат в сушилках при  $t = 35 — 40^{\circ}\text{C}$ . Высохшие корни желто-бурого цвета, длиной от 6 до 15 см и более, на изломе светло-бурого цвета, ломкие, с сильно пряным запахом, сладковато-горьким вкусом. Траву валерианы скашивают в период бутонизации и цветения и высушивают. Срок хранения корней и корневищ — 3 года.

*Василек синий*, *Centaurea cyanis L.* Сбор цветков производится в период полного цветения. Цветки выдергивают из сорванных корзинок и немедленно сушат в темном хорошо проветриваемом помещении. Срок годности сырья — 2 года. Василек предложен к исключению из реестра — исчезающий вид.

*Вахта трехлистная* (трилистник водяной), *Menyanthes trifoliata L.* Собирают только вполне развитые листья после цветения и во время цветения растения, быстро сушат в сушилках при  $t$  не выше  $50 — 60^{\circ}\text{C}$ . Остатки черешков — длиной не более 3 см. Срок годности сырья — 2 года.

*Верба* (ива остролистная), *Salix acutifolia Willd.* Многолетнее деревянистое растение. Лекарственным сырьем является кора. Кору собирают в апреле—мае. Сушат в тени и хранят в сухом темном месте. Срок годности сырья — 4 года.

*Вербена лекарственная*, *Verbena officinalis L.* Растение многолетнее, травянистое, высотой до 1 м. Лекарственное сырье — надземная часть с цветами. Траву собирают в июле—августе. Сушат в тени и хранят в сухом темном месте. Срок годности сырья 1 год.

*Вереск обыкновенный*, *Calluna vulgaris (L.) Hill.* Вечнозеленый ветвистый кустарничек из семейства вересковых, высотой до 80 см. Цветет в июле—августе, плоды созревают в августе—сентябре. В лечебных целях используют надземную часть (траву), которую заготавливают в период цветения растения. Срезают ее ножницами или секаторами без грубых приземистых стеблей и сушат в тени или хо-

рошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем в 3—5 см на бумаге или ткани. Срок годности сырья — 1 год.

**Вероника лекарственная**, *Veronica officinalis* L. Мелкий, сильно-ветвистый, вечноzelеный кустарник. Цветет в мае—июне. Плоды созревают в сентябре. Траву собирают в июне—июле. Сушат в тени и хранят в сухом темном месте. Срок годности сырья — 1 год.

**Валодушка золотистая**, *Bupleurum aureum* Fish. Используется трава, которую собирают в период образования бутонов и цветения, т. е. в июне—июле, и сразу высушивают, избегая попадания прямых солнечных лучей. Срок годности сырья — 2 года.

**Вьюнок полевой** (березка), *Convolvulus arvensis* L. Корни собирают в мае и сентябре; траву — с июня по август. Сушат в тени. Срок годности сырья — 2 года.

**Горец змеиный** (раковые шейки), *Polygonum bistorta* L. Осенью или весной до отрастания листьев выкапывают корневище, отрезают корни и стебли, очищают от земли, быстро моют, крупные разрезают на куски и сразу сушат на открытом воздухе, в сушилках или на чердаках, чтобы внутри не побурели. У высушенных корневищ запаха нет, вкус — вяжущий, горьковатый, срок годности до 6 лет.

**Горец почечуйный**, *Polygonum persicaria* L. Срезают ножом верхушки травы без грубых нижних листьев в фазе цветения, сушат быстро при  $t = 30—40^{\circ}\text{C}$  под навесами или на чердаках с хорошо нагреваемой крышей, расстелив слоем 3—5 см на ткани или бумаге, часто переворачивая (при медленной сушке трава чернеет, сырье портится). В отличие от горца перечного высушенное сырье со стеблями до 40 см длиной имеет бурые растрески, покрытые волосками. Годность сырья — 2 года.

**Горец птичий** (спорыш), *Polygonum aviculare* L. Траву в период цветения скашивают под корень, сразу очищают от примесей, пожелтевших и поврежденных листьев, сушат в хорошо проветриваемых помещениях, разложив слоем 2—3 см на бумаге или ткани, часто переворачивая. Хранят в сухом проветриваемом помещении не более 3 лет

**Горечавка желтая**, *Gentiana lutea* L. Многолетнее травянистое растение до 1,2 м высоты. Цветет в июле—августе. Лекарственным сырьем являются корни с корневищами, собираемые весной или осенью. Корневища тщательно очищают от земли, разрезают на части, промывают в холодной воде и высушивают в тени на воздухе или на чердаках и в сушилках при температуре 35—40 $^{\circ}\text{C}$ . Хранится сырье в ящиках с крышкой ввиду его гигроскопичности. Срок годности сырья — 5 лет.

**Горицвет весенний**, *Adonis vernalis* L. Многолетнее травянистое растение до 60 см высотой. Цветет в апреле—мае. Лекарственным

сырьем является вся надземная облиственная часть, собранная во время цветения и плодоношения растения. Срезается все растение серпом или ножом. Срезанная трава раскладывается на полотне или решетах и быстро сушится на воздухе в тени или в хорошо проветриваемых помещениях — на чердаках и сушилках. Срок хранения сырья — 2 года.

*Горичник русский*, *Peucedanum ruthenicum* M. B. Многолетнее травянистое растение высотой 50—100 см. Цветет в июле—августе. В качестве лекарственного сырья используют корни, которые заготавливают поздней осенью или ранней весной. Корневища тщательно очищают от земли, разрезают на части, промывают в холодной воде и высушивают в тени на воздухе или на чердаках и в сушилках. Срок годности сырья — 5 лет.

*Гравилат городской*, *Geum urbanum* L. Многолетнее травянистое растение с толстым, ползучим, у старых растений многоглавым корневищем красноватого цвета. Цветет с мая по август, плоды созревают в июне — сентябре. С лечебной целью чаще всего используют корневище гравилата вместе с корнями или все цветущее растение. Траву собирают в начале цветения (в мае—июне), сушат в тени. Корневища с корнями выкапывают поздней осенью или весною до начала отрастания растения и высушивают на солнце. Высушенное сырье укладывают в коробки и хранят в сухом, прохладном, хорошо проветриваемом помещении. Срок хранения сырья — 1 год.

*Гречиха посевная*, *Fagopyrum esculentum* Moench. Однолетнее травянистое растение до 70 см высоты. Лекарственным сырьем являются верхушки цветущих облиственных стеблей — трава и семена. Сбор сырья производится во время цветения (в мае—июне), семян — по мере созревания (в августе). Сушится сырье на воздухе в тени или в сушилках, при температуре 30—40°C. Хранение — в хорошо проветриваемом помещении. Срок хранения — 1 год.

*Грушанка зонтичная*, *Chimaphilla umbellata* Nutt. Многолетнее растение с ползучим корневищем и прямостоячим стеблем высотой 10—20 см. Цветет с июня по август. В качестве лекарственного сырья используют траву. Траву собирают в июне—июле. Сушат в тени и хранят в темном месте. Срок годности сырья — 1 год.

*Грыжник голый*, *Herniaria glabra* L. Однолетнее травянистое растение 5—15 см высотой. Растение в сухом состоянии пахнет кумарином. Лекарственным сырьем является трава. Траву собирают во время цветения с мая по июль, сушат в тени на открытом воздухе или под крышей. Срок хранения — 2 года.

*Девясил высокий*, *Inula helenium* L. Корневища заготавливают осенью после созревания семян, выкапывают из земли, быстро моют холодной водой, крупные части разрезают на куски по 10 — 15 см. На концах толстых корневищ делают крестообразные разрезы для

более быстрой сушки, 2–3 дня провяливают под навесами на воздухе, затем досушивают в сушилках или духовках при  $t$  не выше 40°С. Своеобразный, присущий только сухим корням девясила запах служит признаком при определении достоверности сырья. Срок годности сырья — 3 года.

**Донник лекарственный**, *Melilotus officinalis* L. Двулетнее травянистое растение до 1 м высотой. Цветет с июня до осени. Все растение душистое. Лекарственным сырьем является трава без грубых стеблей, собранная во время цветения. Сушится трава на воздухе в тени или в хорошо проветриваемом помещении. Хранится в хорошо закрываемых стеклянных или жестяных банках. Срок хранения — 2 года.

**Дрок красильный**, *Genista tinctoria* L. Невысокий кустарник с прямостоячими многочисленными стволиками. Цветет в июне—июле, плоды созревают в августе—сентябре. Лекарственным сырьем являются облистенные верхушки веточек с цветками. Сбор производится во время цветения. Сушка сырья ведется в тени на воздухе или в хорошо проветриваемом помещении. Срок годности сырья — 1 год.

**Дуб обыкновенный** (черешчатый), *Quercus robur* L. (*Quercus pedunculata* Ehrh.). Крупное дерево, достигающее 40 (50) м высоты, с мощной, как шатер, кроной. Цветет в апреле—мае, плодоносит в сентябре—октябре. Лекарственное сырье — кора молодых ветвей и стволов. Иногда используют желуди и листья. Кору собирают весной во время сокодвижения (до распускания листьев) с молодых ветвей и стволов до 10 см в диаметре. На ветвях делают глубокие кольцевые надрезы ножом на расстоянии 30 см, затем после продольных надрезов снимают трубчатые участки коры. В хорошую погоду сушат на солнце, в плохую — под навесами или в закрытом, защищенном от дождя, хорошо проветриваемом помещении. Срок годности сырья — 5 лет.

**Дудник лесной**, *Angelica silvestris* L. Крупное двулетнее травянистое растение. Запах неприятный. Лекарственным сырьем является трава. Сбор — с мая по сентябрь. Сушка сырья ведется в темном сухом месте. Срок годности сырья — 1 год.

**Дурман обыкновенный**, *Datura stramonium* L. Однолетнее травянистое растение до 1 м высотой. Цветет в июне — августе. Лекарственным сырьем являются листья, собранные во время цветения, верхушки растений и семена. Сбор производится в перчатках, так как все растение ядовито. Листья собирают во время цветения, а семена — осенью из зрелых плодов. Сушится сырье возможно быстрее в тени, на чердаках, в сушилках. Срок годности сырья — 1 год.

**Дурнишник обыкновенный**, *Xanthium strumarium* L. Однолетнее травянистое растение из семейства сложноцветных, высотой до 50 см. Цветет в июне — августе, плоды созревают в июле — сентябре.

Для лечебных целей используют надземную часть (траву) дурнишника, которую заготавливают в период цветения растения. Срезают ее ножницами или секаторами без грубых приземистых стеблей и сушат в тени или хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем в 3—5 см на чистой подстилке. Срок годности сырья — 1 год.

*Душица обыкновенная*, *Origanum vulgare* L. Траву собирают во время цветения. Срезают облиственные стебли, расстилают их на бумаге слоем 5—7 см, сушат в проветриваемых помещениях под крышей, периодически перемешивая траву. После высушивания обмолачивают, удаляют грубые стебли. Срок годности сырья — 1 год.

*Дымянка аптечная*, *Fumaria officinalis* L. Однолетнее травянистое растение, сизое. Цветет с мая до осени. С лекарственной целью используется все растение, собираемое во время цветения. Хранят траву в сухом темном месте в течение 1 года.

*Дягиль лекарственный*, *Archangelica officinalis* Hoffm. Крупное двулетнее травянистое растение. Цветет с мая по сентябрь. Лекарственным сырьем является корневище вместе с корнями. Выкапывают корневища осенью первого или весной второго года вегетации. Обмывают водой, очищают от стеблей и высушивают в проветриваемых помещениях, под навесом. Срок годности сырья — 3 года.

*Ежевика сизая*, *Rubus caesius* L. Полукустарник из семейства розоцветных, высотой до 1,5 м. Цветет с июля до осени, плодоносит в августе. В лечебных целях используют листья ежевики, которые обрывают в период цветения растения. Очищенное от примесей сырье сушат под навесами или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем 3—5 см на ткани или бумаге. Срок годности сырья — 2 года.

*Жостер слабительный* (крушина слабительная), *Rhamnus cathartica* L. Ветвистый раскидистый кустарник до 8 м высотой. Цветет в мае—июне, плодоносит в сентябре—октябре. Лекарственное сырье — плоды. Плоды собирают во время созревания в сентябре—октябре, сушат. Срок хранения — 4 года.

*Звездчатка средняя*, *Stellaria media* L. Одно- или двулетнее травянистое растение из семейства гвоздичных высотой до 30 см. Цветет в мае — августе, плоды созревают в августе—сентябре. В лечебных целях используют надземную часть (траву), которую заготавливают в период цветения растения. Очищенное от примесей сырье сушат под навесами или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем 3—5 см на ткани или бумаге. Срок годности сырья — 1 год.

*Зверобой продырявленный*, *Hyperticum perforatum* L. Собирают цветущие верхушки вместе с листьями, сушат в сушилках или под

навесами на воздухе при  $t = 35-40^{\circ}\text{C}$ . Окраска цветков должна сохраняться. Срок годности сырья — 3 года.

**Земляника лесная**, *Fragaria vesca* L. Многолетнее травянистое растение с ползучими побегами. Стебли прямостоячие 5—20 см высотой. Цветет в мае—июне, плоды созревают в июле—августе. Лекарственное сырье — листья, ягоды. Ягоды собирают утром, когда сойдет роса, или вечером, сушат в печах или сушилках при  $t = 60-65^{\circ}\text{C}$ . Наиболее рациональна сублимационная сушка, при которой сохраняются сахара, органические кислоты, витамины, а также цвет и форма ягод. Срок годности сырья 3 года. Листья заготавливают без черешков во время цветения до плодоношения растения, сушат на чердаках или под навесами с железной крышей. Срок годности сырья 1 год.

**Зонник клубненосный**, *Phlomis tuberosa* L. Цветет в июне — августе, плодоносит в июле — сентябре. В лечебных целях используют надземную часть (траву). Срезают ее без грубых приземистых стеблей в период цветения растения. Очищенное от примесей сырье сушат под навесами или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем 3—5 см на ткани или бумаге. Срок годности сырья — 1 год.

**Ива остролистная**, *Salix acutifolia* L. Кору молодых деревьев и ветвей собирают во время сокодвижения. Сушат на солнце или в сушилках. Срок хранения — 4 года.

**Иссоп лекарственный**, *Hyssopus officinalis* L. Цветет в июле — сентябре, плодоносит в августе—сентябре. В лечебных целях используют надземную часть (траву), которую заготавливают в период цветения растения. Очищенное от примесей сырье сушат под навесами или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем 3—5 см на ткани или бумаге. Срок годности сырья — 1 год.

**Календула**, *Calendula officinalis* L. Цветочные корзинки собирают в период горизонтального расположения язычковых цветков, делая за лето 10—20 сборов. Срезают корзинки у самого основания цветоноса. Сушат не более 4 ч в воздушных сушилках при  $t = 40-45^{\circ}\text{C}$ , расстилая тонким слоем. Срок хранения — 2 года.

**Калина обыкновенная**, *Viburnum opulus* L. Кустарник высотой 1,5—4 м с буровато-серой корой. Цветет в мае — июле, плоды созревают в сентябре, ежегодно. Лекарственное сырье — кора и плоды. Кору заготавливают ранней весной, начиная с апреля. Сушат на открытом воздухе в тени под навесом или в сушилках при  $t = 40-45^{\circ}\text{C}$ . Срок годности сырья 4 года. Плоды собирают в период полной зрелости, сушат на воздухе или в сушилках при  $t = 50-60^{\circ}\text{C}$ .

**Кассия узколистная**, остролистная (сенна), *Cassia acutifolia* Del. Цветет поздно, с конца июля до осени, плоды созревают в сентябре.

Лекарственное сырье — листья. Листья собирают вручную при появлении желтого оттенка у нижних листьев растения. Через 20—25 дней проводят второй сбор. Сушат немедленно на брезенте или в специальных сушилках на сетке. После заморозков лечебные свойства листьев значительно теряются. Срок хранения — 3 года.

**Каштан конский**, *Aesculus hippocastanum* L. Сбор цветков производят в мае — июне; коры — ранней весной, а семян — при созревании. Цветки употребляют как в свежем, так и в сушеном виде, семена — в свежем.

**Кипрей узколистный**, *Chamaenerium angustifolium* (L.) Scop. Многолетнее травянистое растение из семейства кипрейных, высотой 60—150 см с ползучим толстым корневищем. Цветет в июне — августе, плодоносит в июле — сентябре. В лечебных целях используют листья, которые обрывают в период цветения растения. Очищенное от примесей сырье сушат в тени или хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем в 3—5 см на ткани или бумаге. Срок годности — 1 год.

**Клевер луговой**, *Trifolium pretense* L. Многолетнее травянистое растение до 20—50 см высотой. Цветет с мая до сентября. Лекарственным сырьем являются соцветия — головки вместе с верхушечными листьями, собираемые во время цветения. Сушка сырья ведется в темном сухом месте. Срок годности сырья — 1 год.

**Клюква болотная**, *Oxycoccus palustris* Pers. Вечнозеленый кустарничек до 15 см высоты. Цветет с конца мая до июля. Плоды созревают в сентябре—октябре. Лекарственным сырьем являются плоды, употребляемые в свежем виде или в виде сиропов. Сбор производится в сентябре и октябре, иногда — позже — до момента покрытия растений снегом. Срок хранения плодов в свежем виде до 9 месяцев.

**Копытень европейский**, *Asarum europaeum* L. Многолетнее травянистое растение до 10 см высоты со своеобразным запахом. Цветет в мае, плоды созревают в июне. Лекарственным сырьем являются корневища с корнями и листья. Собирается сырье — корневища и корни — вскоре после цветения и созревания плодов — в июле; листья — в июле—августе. Сушится собранный материал в тени на воздухе или в сушилках при температуре 50°C. Сырье хранится в хорошо проветриваемом помещении в течение 1 года.

**Кориандр посевной**, *Coriandrum sativum* L. Плоды заготавливают в период созревания и неосыпаемости в августе—сентябре. Скошенное растение складывают в небольшие снопики и просушивают, обеспечивая дозревание еще непобуревших плодиков. Затем плоды обмолачивают, освобождают от инородных частей и сортируют. Срок хранения — 2 года.

**Коровяк скопетровидный**, *Verbascum thapsiforme* Schrad. Цветки коровяка собирают в сухую солнечную погоду ежедневно, так как цветок увядает в течение одного дня. Сушат в тени немедленно после сбора на открытом воздухе, раскладывая тонким слоем. Срок хранения — 2 года.

**Котовник кошачий**, *Neptula cataria* L. Многолетнее травянистое растение из семейства губоцветных, высотой до метра. Цветет в июне — августе, плоды созревают в августе—сентябре. В лечебных целях используют надземную часть (траву). Срезают ее без грубых приземистых стеблей в период цветения растения. Очищенное от примесей сырье сушат под навесами или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем 3—5 см на ткани или бумаге. Срок годности сырья — 1 год.

**Крапива двудомная**, *Urtica dioica* L. Листья заготавливают во время цветения крапивы в июне — августе. Через несколько часов, когда листья сорванной крапивы теряют жгучесть, их обрывают у самого основания пластинки. Сушат на открытом воздухе или в хорошо проветриваемом помещении. Сушка на солнце не допускается! Готовое сырье — листья темно-зеленого цвета. Срок его годности — 2 года.

**Крапива жгучая**, *Urtica urens* L. Листья заготавливают во время цветения крапивы в июне — августе. Через несколько часов, когда листья сорванной крапивы теряют жгучесть, их обрывают у самого основания пластинки. Сушат на открытом воздухе или в хорошо проветриваемом помещении. Сушка на солнце не допускается! Готовое сырье — листья темно-зеленого цвета. Срок его годности — 2 года.

**Кровохлебка лекарственная**, *Sanguisorba officinalis* L. Цветет в июне — августе, плоды созревают в сентябре. Лекарственное сырье — корни и корневища. Корни и корневища выкапывают осенью после образования семян или весной до начала вегетации растения. Тщательно очищают от земли, обрезают надземные части и сушат на чердаках, в сараях, на открытом воздухе, по возможности без воздействия прямых солнечных лучей. Срок годности сырья — 5 лет.

**Крушина ломкая (ольховидная)**, *Frangula alnus* Mill. Кору собирают ранней весной до появления листьев, сушат быстро, чтобы не почернела внутренняя часть коры (она должна быть желто-оранжевого или красновато-бурового цвета). В медицине применяют кору после годичного хранения (за это время разлагается гликозид франгулярозид, вызывающий рвоту).

**Кукуруза обыкновенная**, *Zea mays* L. Кукурузные столбики с рыльцами собирают в фазе молочной или восковой спелости початков ручным способом, отрывая пучки нитей с початка. Сушат на от-

крытом воздухе, раскладывая рыхлым тонким слоем. Высушенные кукурузные рыльца имеют вид перепутанных красно-бурых или золотисто-бурых нитей без запаха. Основное условие хранения — сухость. Срок годности сырья — 3 года.

**Лабазник вязолистный**, *Filipendula ulmaria* (L.) Maxim. Цветет в июне—июле, плоды созревают в августе—сентябре. В лечебных целях используют надземную часть (траву). Срезают ее без грубых приземистых стеблей в период цветения растения. Очищенное от примесей сырье сушат под навесами или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем 3—5 см на ткани или бумаге. Срок годности сырья — 1 год.

**Лаванда лекарственная**, *Lavandula officinalis* Chaix et Kitt. Полукустарник до 60 см. Цветет с июня до августа. Лекарственным сырьем служат цветки и трава. Цветущие побеги срезают, вяжут в пучки и сушат в тени, цветки с них срывают. Срок годности сырья — 1 год.

**Лапчатка прямостоячая**, *Potentilla erecta* (L.) Rausch. Корневища, собранные в сентябре—октябре или в апреле—мае в начале отрастания прикорневых листьев, очищают, сушат в сушилках при  $t = 50—60^{\circ}\text{C}$  или на открытом воздухе. Срок годности сырья — 4 года.

**Лен обыкновенный**, *Linum usitatissimum* L. Собирают зрелые семена. Масло получают прессованием.

**Лещина обыкновенная** (орешник), *Corylus avellana* L. Кустарник с серо-буровой корой. Цветет до распускания листьев в марте—апреле. Плоды созревают в сентябре. С лекарственной целью используются листья лещины, кора стеблей и плоды. Заготовку листьев и плодов производят в летние месяцы, кору лещины следует заготавливать в августе — октябре. Срок годности сырья — 5 лет.

**Ликоподий (плаун)**, *Lycopodium* L. В медицинской практике применяются только споры плауна, которые представляют собой мелкий сыпучий порошок бледно-желтого цвета, жирный на ощупь, без вкуса и запаха. Срок годности не ограничен.

**Липа сердцевидная**, *Tilia cordata* Mill. Соцветия с прицветными листьями собирают в то время, когда большая часть цветков распустилась, а другая часть еще находится в фазе бутонизации. Собранные цветки сушат в сушилках при  $t$  не выше  $40—45^{\circ}\text{C}$ . На солнце сушить нельзя, так как сырье теряет цвет. Хранят в полутемном, хорошо проветриваемом помещении. Срок годности сырья — 2 года.

**Лопух большой**, *Arctium lappa* L. Двулетнее травянистое растение до 180 см высоты. Цвет в июле—августе. Плоды созревают в августе—сентябре. Сбор корней производится ранней весной (в начале апреля) с растений второго рода жизни или поздней осенью (в конце сентября — октябре) с однолетних растений. Выкопанные корни отмывают от земли в холодной воде, сушат на воздухе в тени

или в сушилке. Хранится в проветриваемом помещении. Срок хранения до 5 лет.

**Льнянка обыкновенная**, *Linaria vulgaris* Mill. Многолетнее травянистое растение из семейства норичниковых, высотой до 90 см, с тонким ползучим корневищем. Цветет в июне — августе, плодоносит в августе—сентябре. В лечебных целях используют надземную часть (траву), которую заготавливают в период цветения растения. Срезают ее ножницами или серпами на высоте 10—15 см от поверхности почвы. Собранные сырье очищают от примесей и сушат под навесом или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем в 3—5 см на чистой подстилке. Срок годности сырья — 1 год.

**Любисток**, *Levisticum officinale* Koch. Многолетнее растение. Цветет в июне—июле. Используются с лекарственной целью корни растения, которые собирают осенью и сушат в тени, в хорошо проветриваемом помещении. Срок годности сырья — 3 года.

**Мак дикий**, *Papaver somniferum* L. Лекарственным сырьем служат цветки и трава, собранные в момент цветения (май — июль). Срок годности сырья — 1 год.

**Малина обыкновенная**, *Rubus ideus* L. Ягоды собирают вручную без цветоножек, спелые. Предварительно подвялив на солнце, плоды рассыпают тонким слоем (не более 3 см) на бумаге, ткани или сетке и сушат в несколько охлажденных печах или в овощных сушилках. Хорошо высушенные плоды теряют способность окрашивать руки. Цвет сухих плодов серовато-красный, запах ароматный, вкус кисло-сладкий. Срок хранения — 2 года.

**Мальва лесная**, *Malva silvestris* L. Одно- или двулетнее растение до 90 см высотой. Цветет с июля по сентябрь. С лекарственной целью используются цветки мальвы и иногда листья. Цветки собирают тогда, когда они приобрели розовую окраску, но еще до конца не распустились. Собранные цветки, а также листья сушат в теплых помещениях или на открытом воздухе в тени. Срок годности сырья — 2 года.

**Манжетка обыкновенная**, *Alchemilla vulgaris* L. Многолетнее травянистое растение из семейства розоцветных, высотой до 30 см, с горизонтальным толстым корневищем. Цветет в июне — августе, плоды созревают в августе—сентябре. В лечебных целях используют листья, которые обрывают в период цветения растения. Собранные сырье очищают от примесей и сушат под навесом или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем в 3—5 см на чистой подстилке. Срок годности сырья — 2 года.

**Мать-и-мачеха**, *Tussilago farfara* L. Листья собирают в июне—июле, когда они еще некрупные, молодые, покрыты снизу густым войлочным покровом. Срывают или срезают листья на половине че-

решка. Сушат на чердаках с хорошей вентиляцией, на открытом воздухе под навесом или в сушилках при  $t = 30-35^{\circ}\text{C}$ . Внешние признаки сырья: листья почти округлые, сверху зеленые, голые, снизу беловато-войлочные. Листья не должны быть очень молодыми, т. е. не должны иметь слишком густого опушения, на вкус слабо горьковатые, слизистые, без запаха. Срок годности сырья — 3 года.

**Медвежье ушко (толокнянка обыкновенная), *Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng.** Листья дикорастущих растений заготавливают ранней весной до цветения или осенью с момента созревания плодов. Наивысшей диуретической активностью обладают листья, собранные в фазе окончания вегетации. Веточки срезают у самой земли, очищают, сушат в хорошо вентилируемых помещениях или сушилках при  $t = 50-60^{\circ}\text{C}$ . Срок годности сырья — 5 лет.

**Мелисса лекарственная, *Melissa officinalis* L.** Траву убирают перед цветением растения, позднее запах становится неприятным. Сушат в тени, отделяют листья от стеблей. Срок хранения — 1 год.

**Можжевельник обыкновенный, *Juniperus communis* L.** Плоды собирают осенью в период их полной зрелости, сбивая или отряхивая на ткань или брезент, очищают от хвои и незрелых шишкоягод. Сушат на воздухе. Готовое сырье — высушенные зрелые плоды, гладкие, блестящие или матовые, черно-бурого цвета, иногда с сизым налетом, шаровидные, реже овальные, со своеобразным приятным запахом, сладковато-пряным вкусом. Срок годности сырья — 3 года.

**Мыльнянка лекарственная, *Saponaria officinalis* L.** Многолетнее травянистое растение. Цветет в июне, семена созревают в августе. В качестве лекарственного сырья используются корневища с корнями, известные под товарным названием красного мыльного корня. Корневища с корнями выкапывают осенью, очищают от земли и высушивают. Хранят в сухих, хорошо проветриваемых помещениях. Срок годности сырья — 3 года.

**Мята перечная, *Mentha piperita* L.** Скошенную в фазе бутонизации и начала цветения мяту подвяливают, подсушивают, отделяют листья, сушат. Сырье состоит из цельных или поломанных темно-зеленых листьев, пряных и жгучих на вкус, оставляющих во рту ощущение свежести и холода. Запах сильный, приятный. Срок годности сырья — 2 года.

**Одуванчик лекарственный, *Taraxacum officinale* Web. t. l.** Корни собирают в августе—сентябре, промывают, сушат постепенно, вначале под навесом в течение 3—4 дней, а затем в сушилках при  $t = 40-50^{\circ}\text{C}$  при хорошей вентиляции. Срок годности сырья — 5 лет.

**Окопник лекарственный, *Symphytum officinale* L.** Корень собирают осенью, очищают от земли и надземных частей, промывают в проточной воде и разрезают на кусочки, высушивают в тени на воз-

духе или под крышей, упаковывают в тюки по 50 кг. Хранят в проветриваемых помещениях. Срок хранения — 3 года.

**Ольха клейкая**, *Alnus glutinosa* L. Gaerth. Одревесневшие шишки собирают осенью и весной, сушат в теплых помещениях с влажностью до 12%. Срок годности сырья — 3 года.

**Орех грецкий**, *Juglans regia* L. Плодовое дерево из семейства ореховых, высотой до 25—30 м, с мощной раскидистой кроной. Цветет в апреле—мае, плодоносит в августе—сентябре. В лечебных целях используют листья растения, которые обрывают весной или в начале лета (в мае—июне). Собранное сырье сушат в тени или хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем в 2—3 см на бумаге или ткани. Срок годности сырья — 5 лет. Срок хранения — 2 года.

**Очанка лекарственная**, *Euphrasia officinalis* L. Однолетнее травянистое растение из семейства норичниковых, высотой до 30 см. Цветет в июне — августе, плоды созревают в июле — сентябре. В лечебных целях используют надземную часть (траву) очанки, которую заготавливают в период цветения растения. Очищенное от примесей сырье сушат в тени или хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая на чистой подстилке слоем до 5 см. Срок хранения — 1 год.

**Пажитник сенной**, *Trigonella foenum-graecum* L. Однолетнее травянистое растение из семейства бобовых, высотой до 50 см. Цветет в июне—июле, плоды созревают в августе—сентябре. В лечебных целях используются семена, которые заготавливают в период плодоношения. Сушат сырье в русских печах или хорошо протапливаемых помещениях, раскладывая слоем 1—2 см на чистой подстилке. Срок годности сырья — 5 лет.

**Пастушья сумка обыкновенная**, *Capsella bursa pastoris* (L.) Medic. Лекарственное сырье — трава. Цветущее растение вместе с прикорневыми листьями и плодами срезают ножницами, выбирают чистые растения, так как траву не моют, сушат на открытом воздухе в тени или в хорошо проветриваемом помещении. Срок годности сырья — 3 года.

**Первоцвет весенний**, *Primula veris* L. Корневища и корни собирают осенью после увядания растения. Выкопанные корни и корневища отмывают от земли, очищают от листьев и стеблей, провяливают на воздухе и сушат в сушилках при  $t = 40—50^{\circ}\text{C}$ .

**Перец водяной** (горец перечный), *Polygonum hydropiper* L. Все растение срезают на высоте до 4—5 см в конце лета во время цветения, сушат под навесом или в сушилках при  $t = 30—40^{\circ}\text{C}$  быстро, так как при медленной сушке сырье чернеет. При сушке жгучий перечный вкус свежей травы исчезает. Срок годности сырья — 2 года.

**Петрушка кудрявая**, *Petroselinum crispum* (Mill.) Nym. Собирают траву в период полного развития растения, сушат под навесом. Сушку семян проводят на открытом воздухе. Срок хранения — 3 года.

**Пижма обыкновенная**, *Tanacetum vulgare* L. Цветочные корзинки собирают без цветоножек в начале цветения в июле—августе, сушат на открытом воздухе в тени, в хорошо проветриваемом помещении, при  $t$  не выше 40°С. Срок хранения сырья — 3 года.

**Пион уклоняющийся** (марын корень), *Paeonia anomala* L. (*Paeonia sibirica* Pall.). Многолетнее травянистое растение высотой 60—100 см, с коротким многоглавым корневищем. Цветет с конца мая до середины июня. Лекарственное сырье — корни и корневища. Корни выкапывают в мае—июне, очищают от земли, промывают холодной проточной водой. Режут на мелкие куски. Сушат на чердаках и под навесами с последующей досушкой в печах или сушилках при  $t$  = 30—40°С. Срок годности сырья — 3 года.

**Плаун**, *Lycopodium* L. В медицинской практике применяются только споры плауна, которые представляют собой мелкий, сыпучий порошок бледно-желтого цвета, жирный на ощупь, без вкуса и запаха. Срок годности не ограничен.

**Подмаренник настоящий**, *Galium verum* L. Многолетнее травянистое растение из семейства мареновых, высотой от 100 см, с длинным ветвистым корневищем. Цветет в июне — августе, плодоносит в августе—сентябре. В лечебных целях используют надземную часть (траву), которую заготавливают в период цветения растения. Срезают ее ножницами или серпами без грубых приземистых частей. Очищенное от примесей сырье сушат в тени или хорошо проветриваемом помещении, раскладывая слоем 3—5 см на бумаге или ткани. Срок годности — 1 год.

**Подорожник большой**, *Plantago major* L. Листья собирают в течение всего лета, срывают вручную с небольшим остатком черешка, сушат на открытом воздухе, на чердаках, в сырую погоду — в сушилках при  $t$  = 40—50°С. Свежая трава перерабатывается в первые 24 ч после сбора. Срок годности сырья — 3 года.

**Подорожник ланцетный**, *Plantago lanceolata* L. Листья собирают в течение всего лета, срывают вручную с небольшим остатком черешка, сушат на открытом воздухе, на чердаках, в сырую погоду — в сушилках при  $t$  = 40—50°С. Свежая трава перерабатывается в первые 24 ч после сбора. Срок годности сырья — 3 года.

**Полынь горькая**, *Artemisia absinthium* L. Листья и цветоносные верхушки (траву) собирают в начале цветения (июне—июле), сушат в тени под навесом или в сушилках при  $t$  = 40—50°С. Срок годности сырья — 2 года.

**Почечный чай**, *Orthosiphon stamineus* Benth. Листья и молодые побеги собирают в июне—июле. Срок хранения — 2 года.

**Пустырник сердечный** (пятилопастный, обыкновенный), *Leonurus quinquelobatus* Gilib. Траву заготавливают в период цветения нижних мутовок, срезая верхушки стеблей длиной до 40 см и боковые побеги с цветками и листьями. Срок годности сырья — 3 года.

**Пырей ползучий**, *Agropyrum repens* (L.) P. B. Сбор корневищ производится осенью (в конце сентября — октябре). Сушка воздушная под навесом или в сушилке. Срок хранения — 3 года.

**Раковые шейки** (горец змеинный), *Polygonum bistorta* L. Осенью или весной до отрастания листьев выкапывают корневище, отрезают корни и стебли, очищают от земли, быстро моют, крупные разрезают на куски и сразу сушат на открытом воздухе, в сушилках или на чердаках, чтобы внутри не побурели. У высушенных корневищ запаха нет, вкус — вяжущий, горьковатый, срок годности до 6 лет.

**Ревень тангутский**, *Rheum tanguticum* Z. (*R. tanguticum* Maxim.) Корни выкапывают в сентябре, октябре, моют, режут на части, расщепляя вдоль толстые (более 3 см), провяливают, сушат при  $t = 60^{\circ}\text{C}$ . Срок годности сухих корней — 5 лет.

**Репешок обыкновенный**, *Agrimonia eupatoria* L. Сбор сырья во время цветения, собирают траву. Сушат на воздухе. Срок хранения — 2 года.

**Ромашка аптечная**, *Marticaria chamomilla* L. Цветочные корзинки без цветоносов собирают в стадии цветения (июнь — июль) при горизонтальном положении язычковых цветков (до их опускания книзу). Сушат в тени или сушилках при  $t = 35—40^{\circ}\text{C}$ . Срок годности сырья — 1 год.

**Рута душистая**, *Ruta graveolens* L. Листья и цветки собирают в июне—июле. Срок хранения — 2 года.

**Рябина обыкновенная**, *Sorbus aucuparia* L. Зрелые плоды собирают осенью до наступления заморозков, срезают целые кисти, отделяют ягоды от плодоножек, сушат в сушилках при  $t = 50—60^{\circ}\text{C}$ . Срок годности сырья — 2 года.

**Синеголовник плосколистный**, *Eryngium planum* L. Цветет в июне—августе, плоды созревают в августе—сентябре. В лечебных целях используют надземную часть (траву), которую заготавливают в период цветения растения. Очищенное от примесей сырье сушат под навесами или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем 3—5 см на ткани или бумаге. Срок годности сырья — 1 год.

**Синюха голубая**, *Polemonium coeruleum* L. Многолетнее травянистое растение высотой до 75 (120) см. Цветет в июне—июле, се-

мена созревают в августе—сентябре. Лекарственное сырье — корни и корневища. Корни и корневища заготавливают в августе—сентябре, когда растение увядает. Корни выкапывают, промывают в воде, сушат разложенными в 1 слой при  $t = 50—60^{\circ}\text{C}$  в сушилках. Срок хранения — 2 года.

*Сирень обыкновенная*, *Sanekga vulgaris* L. Цветет в мае—июне. Используемое сырье — цветки. Срок хранения — 1 год.

*Смородина черная*, *Ribes nigrum* L. Листья собирают после сбора плодов с середины веток, так как старые листья непригодны, а сбор молодых листьев может нанести вред растению.

*Солодка голая*, *Glycyrrhiza glabra* L. Из выкопанных корней выбирают здоровые, светло-желтые, толщиной от 5 до 50 мм, сушат на открытом воздухе (как очищенные, так и неочищенные). Корень считается сухим, когда он ломается. Срок годности сырья — 10 лет. С лечебной целью применяют также солодку уральскую и солодку Коржинского.

*Сосна лесная*, *Pinus silvestris* L. Почки собирают в феврале — марте, пока они не тронулись в рост, срезают ножом в виде коронки с одной центральной и несколькими боковыми почками. Сушат на чердаках, под навесами или в сушилках при  $t$  не выше  $20—25^{\circ}\text{C}$ . Срок годности сырья — 2 года. Заготовка игл идет путем обрывания охваченных концов ветвей длиной 15—20 см. Живицу собирают из специальных подсеков на деревьях, подлежащих рубке.

*Сорыш* (горец птичий), *Polygonum aviculare* L. Траву в период цветения скашивают под корень, сразу очищают от примесей, пожелтевших и поврежденных листьев, сушат в хорошо проветриваемых помещениях, разложив слоем 2—3 см на бумаге или ткани, часто переворачивая. Хранят в сухом проветриваемом помещении не более 3 лет.

*Стальник полевой*, *Ononis arvensis* L. Корни выкапывают осенью, сушат на воздухе или в сушилках при  $t = 40—45^{\circ}\text{C}$ . Срок годности сырья — 2 года.

*Столетник* (алоэ древовидное), *Aloe arborescens* Mill. Листья алоэ с промышенной целью собирают в конце октября до половины ноября: срезают нижние и средние листья, достигшие 15 см длины. С домашних растений листья используют круглый год.

*Сушеница болотная*, *Gnaphalium uliginosum* L. Траву собирают со второй половины июня до сентября, сушат на воздухе или в сушилках при  $t = 30—40^{\circ}\text{C}$ , расстилая тонким слоем. Срок годности сырья — 3 года.

*Татарник колючий*, *Opopordum acanthium* L. Двухлетнее травянистое растение из семейства сложноцветных, высотой до 2,5 м. Стебель прямостоячий, разветвленный в верхней части, паутинисто-

шерстистый. Листья крупные, продолговато-эллиптические; прикорневые — перисто-надрезные до перисто-рассеченные, короткочерешковые, стеблевые — часто надрезанные, сидячие. Цветки мелкие, пурпурные, трубчатые, собраны на концах ветвей в шаровидные корзинки. Плод — обратнояйцевидная сплюснутая семянка. Цветет в июне — августе, плодоносит в августе—сентябре. Для лечебных целей используют надземную часть (траву) татарника. Срезают ее ножами или серпами в период цветения растения, без грубых прилистых частей. Собранные сырье сушат в тени или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая на чистой подстилке слоем в 5—7 см.

**Терн кислый** (барбарис обыкновенный), *Berberis vulgaris* L. Цветет в мае—июне. Плоды созревают в августе—сентябре. Лекарственное сырье — корень и лист. Плоды собирают по мере созревания, так как незрелые ягоды ядовиты. Корни заготавливают после созревания плодов поздней осенью, подвергают сушке. Хранят 3 года.

**Терновник**, *Prunus spinosa* L. Листья и цветки собирают с ранней весны по июнь, корни в октябре. Сушат на воздухе. Срок годности сырья — 2 года.

**Тимьян обыкновенный**, *Thymus vulgaris* L. Траву скашивают на высоте 10—15 см от почвы в период полного цветения, сушат, обмолачивают, отсеивают оставшиеся кусочки стеблей. Срок годности сырья — 2 года.

**Тмин обыкновенный**, *Sagum carvi* L. Плоды тмина собирают по мере их созревания, но до побурения стеблей и зонтиков растения, срезая надземные части. Сушат в хорошо проветриваемом помещении, затем обмолачивают и очищают плоды путем провеивания. Срок годности сырья — 3 года.

**Толокнянка обыкновенная**, *Arctostaphylos uva ursi* (L.) Spreng. Вечнозеленый распростертый, сильно ветвистый кустарничек с обильными ветвями длиной 25—130 см. Цветет в мае, плодоносит в июле — сентябре. Лекарственное сырье — листья. Листья дикорастущих растений заготавливают ранней весной до цветения или осенью с момента созревания плодов. Наивысшей диуретической активностью обладают листья, собранные в фазе окончания вегетации. Веточки срезают у самой земли, очищают, сушат в хорошо вентилируемых помещениях или сушилках при  $t = 50—60^{\circ}\text{C}$ . Срок годности сырья — 5 лет.

**Тополь черный**, *Populus nigra* L. Листовые почки собирают ранней весной до распускания листьев и сушат в тени или сушилках. Срок годности сырья — 2 года.

**Тысячелистник обыкновенный**, *Achillea millefolium* L. Траву собирают в фазе цветения растения, срезая верхушки стеблей длиной

до 15 см. При сборе соцветий срезают щитки с цветоносом не длиннее 2 см. Сушат под навесами или в сушилках при  $t = 50^{\circ}\text{C}$ . Срок годности сырья — 2 года.

**Фенхель обыкновенный**, *Foeniculum vulgare* Mill. Плоды собирают, когда они становятся достаточно твердыми и приобретают зеленовато-желтую и буроватую окраску. Для сушки срезанные растения связывают в снопики и через 3—4 дня подвергают обмолоту. Затем просеивают для удаления соломы, половы, недозрелых семян и окончательно досушивают. Срок годности сырья — 3 года.

**Фиалка трехцветная**, *Viola tricolor* L. Траву собирают с мая по сентябрь и высушивают. В готовом сырье не должно быть большого количества зрелых плодов. Срок хранения — 3 года.

**Хвощ полевой**, *Equisetum arvense* L. Собирают в июне — августе только бесплодные вегетативные побеги хвоща, сушат на открытом воздухе. Срок годности сырья — 4 года.

**Хмель обыкновенный**, *Humulus lupulus* L. Шишки вместе с ножками в августе—сентябре обрывают руками каждую в отдельности, когда они еще зеленовато-желтого цвета, т. е. за несколько дней до их полного созревания. Сушат немедленно в закрытом помещении или на открытом воздухе, разложив тонким слоем. Срок хранения — 3 года.

**Центаврия (золототысячник обыкновенный)**, *Centaurium umbellatum* Gilib. Срезают все растение во время цветения до пожелтевших прикорневых листьев. Сушат без доступа прямых солнечных лучей. Срок годности сырья — 2 года.

**Цикорий обыкновенный**, *Cichorium intybus* L. Корни собирают осенью в сентябре—октябре с хорошо развитых растений, тщательно промывают в воде, разрезают и сушат в протопленных печах, в проветриваемых помещениях или в специальных сушилках при  $t = 60—70^{\circ}\text{C}$ . Срок хранения — 2 года.

**Цмин песчаный**, *Helichrysum arenarium* L. Соцветия собирают в начале распускания цветков с коротко оборванными стебельками. Сушат на открытом воздухе и в тени или под крышей на чердаках, в сушилках. Срок годности сырья — 2 года.

**Чабрец обыкновенный**, *Thymus serpyllum* L. Траву собирают в период полного цветения, сушат, обмолачивают, просеивают через сито. Срок годности сырья — 2 года.

**Череда трехраздельная**, *Bidens tripartita* L. Собирают в июне—июле листья и верхушки растения с нераспустившимися цветочными корзинками. Сушат под навесом или в сушилках при  $t = 40—45^{\circ}\text{C}$ . Срок годности сырья — 2 года.

**Черемуха обыкновенная**, *Padus racemosa* (Lam.) Gilib Цветет в мае—июне. Плоды созревают в августе. Обильно цветет ежегодно, плодоносит не каждый год. Лекарственное сырье — плод. Собирают неповрежденные зрелые черные и сочные плоды, очищенные от примесей, сушат в сушилках при  $t = 40—50^{\circ}\text{C}$ . Срок годности сырья до 5 лет. Хранят в сухом месте.

**Черника обыкновенная**, *Vaccinium myrtillus* L. Ягоды собирают зрелыми в июле—августе, не моют, сушат на солнце, рассыпав тонким слоем на ткани или в сушилках на решетках при  $t = 60—70^{\circ}\text{C}$  (возможно предварительное подвяливание ягод на солнце). Правильно высушенные ягоды сильно сморщенны, не прилипают и не пачкают рук, не сбиваются в комки. Срок годности ягод — 2 года. Листья собирают в период цветения в мае—июне и рассыпают тонким слоем в тени на чердаках или под навесом.

**Чернобыльник** (полынь обыкновенная), *Artemisia vulgaris* L. Листья и цветоносные верхушки (траву) собирают в начале цветения (июнь—июль), сушат в тени под навесом или в сушилках при  $t = 40—50^{\circ}\text{C}$ . Срок годности сырья — 2 года.

**Чеснок посевной**, *Allium sativum* L. Многолетнее травянистое растение из семейства лилейных. Цветет в июне—июле. В лечебных целях используют луковицы чеснока, заготавливаемые в период их полной зрелости.

**Чистотел большой**, *Chelidonium majus* L. Траву собирают в период цветения. Сушат быстро, чтобы сохранить больше млечного сока. Срок годности сырья — 3 года.

**Шалфей лекарственный**, *Salvia officinalis* L. Листья собирают 3—4 раза от начала цветения и до осени, сушат под навесами или в сушилках при  $t = 25—35^{\circ}\text{C}$ . Срок хранения сырья — 2 года.

**Шиповник коричный**, *Rosa cinnamomea* L. Плоды начинают собирать с конца августа, когда они становятся ярко-красными, мягкими и содержат наибольшее количество аскорбиновой кислоты, и заканчивают до заморозков. Сушат в сушилках. Срок годности сырья — 2 года.

**Шлемник байкальский**, *Scutellaria baicalensis* Georgi Многолетнее травянистое растение из семейства губоцветных, высотой до 35 см, с коротким разветвленным корневищем и вертикальным корнем. Цветет в июне—июле, плоды созревают в августе—сентябре. Для лечебных целей используют корни шлемника, которые выкапывают осенью, после отмирания надземной части (обычно в сентябре—октябре). Очищенное от примесей сырье промывают в холодной воде и сушат под навесами или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая на ткани или бумаге слоем до 3 см. Срок годности сырья — 5 лет

## ПРИЛОЖЕНИЯ

---

**Шавель конский, *Rumex confertus* Willd.** Цветет в июне—июле, плодоносит в августе—сентябре. Для лечебных целей используют корневища и корни, которые выкапывают осенью (в сентябре—октябре), после отмирания надземной части. Очищенное от примесей сырье промывают в холодной воде и сушат под навесами или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая на ткани или бумаге слоем до 3 см. Срок годности сырья — 5 лет.

**Эвкалипт шариковый, *Eucalyptus globulus* LablH.** Вечнозеленое дерево из семейства миртовых, высотой до 50—70 м, с гладкой синеватой отслаивающейся корой. Цветет через 3—5 лет после посадки, плоды созревают через 1,5—2 года после цветения. Для лечебных целей используют листья эвкалипта, которые заготавливают в ноябре — апреле, когда в них содержится наибольшее количества эфирного масла. Собранные сырье сушат под навесом или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая на ткани или бумаге слоем до 10 см. Срок годности сырья — 5 лет.

**Эфедра двухголосковая, *Ephedra distachya* L.** Собирают растения летом, выкапывают вместе с корнем или срезают только траву. Сушат в тени. Срок годности сырья — 2 года.

**Ястребинка волосистая, *Hieracium pilosella* L.** Многолетнее травянистое опущенное растение из семейства астровых (сложноцветных), высотой до 30 см, с тонким длинным корневищем. Цветет в мае — июле, плоды созревают в июле—августе. В лечебных целях используют надземную часть (траву), которую заготавливают в период цветения растения. Очищенное от примесей сырье сушат под навесами или в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем 3—5 см на ткани или бумаге. Срок годности сырья — 1 год.

**Ятрышник пятнистый (салеп), *Orchis maculata* L.** Клубни выкапывают в мае — июне, сушат. Хранят до 3 лет. Растение занесено в Красную книгу.

# АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ РУССКИХ И ЛАТИНСКИХ НАЗВАНИЙ РАСТЕНИЙ

## А

- Адонис весенний (горицвет),  
*Adonis vernalis* L.  
Аир болотный, *Acorus calamus* L.  
Алтей лекарственный, *Althea officinalis* L.  
Анис обыкновенный, *Anisum vulgare* Gaertn.  
Арника горная, *Arnica montana* L.  
Арония (рябина черноплодная), *Aronia melanocarpa* (Michx.) Elliot.  
Астрагал шерстистоцветковый, *Astragalus dasyanthus* Pall.

## Б

- Багульник болотный, *Ledum palustre* L.  
Барбарис обыкновенный, *Berberis vulgaris* L.  
Барвинок малый, *Vinca minor* L.  
Бедренец камнеломковый, *Pimpinelle saxifrage* L.  
Белокудренник черный, *Ballota nigra* L.  
Береза повислая, *Betula pendula* Roth.  
Бессмертник песчаный, *Helychrysum arenarium* (L.) Monch.  
Бобовник анагириовидный, *Laburnum anagyroides* Medic.

- Боярышник кроваво-красный,  
*Crataegus sanguinea* Pall.  
Брусника, *Vaccinium vitis idaea* L.  
Будра плющевидная, *Glechoma hederacea*  
Бузина черная, *Sambucus nigra* L.  
Буквица лекарственная, *Betonica officinalis* L.

## В

- Валериана лекарственная,  
*Valeriana officinalis* L. S. L.  
Василек синий, *Centaurea cyanis* L.  
Вахта трехлистная (трилистник водяной), *Menyanthes trifoliata* L.  
Верба (ива остролистная), *Salix acutifolia* Willd.  
Вербена лекарственная, *Verbena officinalis* L.  
Вереск обыкновенный, *Calluna vulgaris* (L.) Hill.  
Вероника лекарственная, *Veronica officinalis* L.  
Володушка золотистая, *Bupleurum aureum* Fish.  
Вьюнок полевой (березка), *Convolvulus arvensis* L.

## Г

- Горец змеиный (раковые шейки), *Polygonum bistorta* L.

Горец почечуйный, *Polygonum persicaria* L.

**Е**

Горец птичий (спорыш), *Polygonum aviculare* L.

Ежевика сизая, *Rubus caesius* L.

Горечавка желтая, *Gentiana lutea* L.

**Ж**

Горицвет весенний, *Adonis vernalis* L.

Жостер слабительный (крушина слабительная), *Rhamnus cathartica* L.

Горичник русский, *Peucedanum ruthenicum* M. B.

**З**

Гравилат городской, *Geum urbanum* L.

Звездчатка средняя, *Stellaria media* L.

Гречиха посевная, *Fagopyrum esculentum* Moench.

Зверобой продырявленный, *Hypericum perforatum* L.

Грушанка зонтичная, *Chimaphilla umbellata* Nutt.

Земляника лесная, *Fragaria vesca* L.

Грыжник голый, *Herniaria glabra* L.

Золотой ус, *Callisia fragrans*.  
Зопник клубненосный, *Phlomis tuberosa* L.

**Д**

**И**

Девясил высокий, *Inula helenium* L.

Ива остролистная, *Salix acutifolia* L.

Донник лекарственный, *Melilotus officinalis* L.

Иссоп лекарственный, *Hyssopus officinalis* L.

Дрок красильный, *Genista tinctoria* L.

**К**

Дуб обыкновенный (черешчатый), *Quercus robur* L. (*Quercus pedunculata* Ehrh.)

Календула, *Calendula officinalis* L.

Дудник лесной, *Angelica sylvestris* L.

Калина обыкновенная, *Viburnum opulus* L.

Дурман обыкновенный, *Datura stramonium* L.

Кассия узколистная, остролистная (сенна), *Cassia acutifolia* Del.

Дурнишник обыкновенный, *Xanthium strumarium* L.

Каштан конский, *Aesculus hippocastanum* L.

Душица обыкновенная, *Ori ganum vulgare* L.

Кипрей узколистный, *Chamaenerium angustifolium* (L.) Scop.

Дымянка аптечная, *Fumaria officinalis* L.

Клевер луговой, *Trifolium pretense* L.

Дягиль лекарственный, *Archangelica officinalis* Hoffm.

Клюква болотная, *Oxycoccus palustris* Pers.

Копытень европейский, *Asarum europaeum* L.

Кориандр посевной, *Coriandrum sativum* L.

Коровяк скипетровидный, *Verbascum thapsiforme* Schrad.

Котовник кошачий, *Nepeta cataria* L.

Кошачьи лапки (бессмертник песчаный), *Helichrysum arenarium* L.

Крапива глухая (белокудренник черный), *Ballota nigra* L.

Крапива двудомная, *Urtica dioica* L.

Крапива жгучая, *Urtica urens* L.

Кровохлебка лекарственная, *Sanguisorba officinalis* L.

Крушина ломкая (ольховидная), *Frangula alnus* Mill.

Кукуруза обыкновенная, *Zea mays* L.

## Л

Лабазник вязолистный, *Filipendula ulmaria* (L.) Maxim

Лаванда лекарственная, *Lavandula officinalis* Chaix et Kitt.

Лапчатка прямостоячая, *Potentilla erecta* (L.) Rausch

Лен обыкновенный, *Linum usitatissimum* L.

Лещина обыкновенная (орешник), *Corylus avellana* L.

Ликоподий (плаун), *Lycopodium* L.

Липа сердцевидная, *Tilia cordata* Mill.

Лопух большой, *Arctium lappa* L.

Льнянка обыкновенная, *Linaria vulgaris* Mill.

Любисток, *Levisticum officinale* Koch.

## М

Мак дикий, *Papaver somniferum* L.

Малина обыкновенная, *Rubus ideus* L.

Мальва лесная, *Malva silvestris* L.

Манжетка обыкновенная, *Alchemilla vulgaris* L.

Мать-и-мачеха, *Tussilago farfara* L.

Медвежье ушко (толокнянка обыкновенная), *Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng.

Мелисса лекарственная, *Melissa officinalis* L.

Можжевельник обыкновенный, *Juniperus communis* L.

Мыльнянка лекарственная, *Saponaria officinalis* L.

Мята перечная, *Mentha piperita* L.

## О

Одуванчик лекарственный, *Taraxacum officinale* Web. t. l.

Окопник лекарственный, *Symphytum officinale* L.

Ольха клейкая, *Alnus glutinosa* L. Gaerth.

Орех грецкий, *Juglans regia* L.

Очанка лекарственная, *Euphrasia officinalis* L.

## П

Пажитник сенной, *Trigonella foenum-graecum* L.

Пастушья сумка обыкновенная, *Capsella bursa-pastoris* (L.) Medic.

Первоцвет весенний, *Primula veris* L.

Перец водяной (горец перечный), *Polygonum hydro-piper* L.

Петрушка кудрявая,  
*Petroselinum crispum* (Mill.)  
Nym.

Пижма обыкновенная,  
*Tanacetum vulgare* L.

Пион уклоняющийся (Марьин корень), *Paeonia anomala* L.  
(*Paeonia sibirica* Pall.)

Плаун, *Lycopodium* L.

Подмаренник настоящий,  
*Galium verum* L.

Подорожник большой, *Plantago major* L.

Подорожник ланцетный, *Plantago lanceolata* L.

Полынь горькая, *Artemisia absinthium* L.

Почечный чай, *Orthosiphon stamineus* Benth.

Просвирник лесной (мальва лесная), *Malva silvestris* L.

Пустырник сердечный (пятилопастный, обыкновенный),  
*Leonurus quinquelobatus* Gilib.

Пырей ползучий, *Agropyrum repens* (L.) P. B.

**P**

Раковые шейки (горец змейный), *Polygonum bistorta* L.

Ревень тангутский, *Rheum tanguticum* Z. (*R. tanguticum* Maxim.)

Репешок обыкновенный, *Agromonia eupatoria* L.

Розмарин лесной (багульник болотный), *Ledum palustre* L.

Рута душистая, *Ruta graveolens* L.

Рябина обыкновенная, *Sorbus aucuparia* L.

**C**

Сердечник (пустырник обыкновенный), *Leonurus quinquelobatus* Gilib.

Синеголовник плосколистный,  
*Eryngium planum* L.

Синюха голубая, *Polemonium coeruleum* L.

Сирень обыкновенная, *Sanekga vulgaris* L.

Смородина черная, *Ribes nigrum* L.

Солодка голая, *Glycyrrhiza glabra* L.

Сосна лесная, *Pinus silvestris* L.

Спорыш (горец птичий), *Polygonum aviculare* L.

Стальник полевой, *Ononis arvensis* L.

Столетник (алоэ древовидное),  
*Aloe arborescens* Mill.

Сушенница болотная,  
*Gnaphalium uliginosum* L.

**T**

Татарник колючий, *Onopordum acanthium* L.

Терн кислый (барбарис обыкновенный), *Berberis vulgaris* L.

Терновник, *Prunus spinosa* L.

Тимьян обыкновенный, *Thymus vulgaris* L.

Тмин обыкновенный, *Carum carvi* L.

Толокнянка обыкновенная,  
*Arctostaphylos uva ursi* (L.) Spreng.

Тополь черный, *Populus nigra* L.

Тысячелистник обыкновенный,  
*Achillea millefolium* L.

**Ф**

Фенхель обыкновенный, *Foeniculum vulgare* Mill.

Фиалка трехцветная, *Viola tricolor* L.

**Х**

Хвощ полевой, *Equisetum arvense* L.

Хмель обыкновенный, *Humulus lupulus* L.

**Ц**

Центаврия (золототысячник обыкновенный), *Centaurium umbellatum* Gilib.

Цикорий обыкновенный, *Cichorium intybus* L.

Цмин песчаный, *Helichrysum arenarium* L.

**Ч**

Чабрец обыкновенный, *Thymus serpyllum* L.

Череда трехраздельная, *Bidens tripartita* L.

Черемуха обыкновенная, *Padus racemosa* (Lam.) Gilib.

Черника обыкновенная, *Vaccinium myrtillus* L.

Чернобыльник (полынь обыкновенная), *Artemisia vulgaris* L.

Чеснок посевной, *Allium sativum* L.

Чистотел большой, *Chelidonium majus* L.

**III**

Шалфей лекарственный, *Salvia officinalis* L.

Шиповник коричный, *Rosa cinnamomea* L.

Шлемник байкальский, *Scutellaria baicalensis* Georgi.

**Щ**

Щавель конский, *Rumex confertus* Willd.

**Э**

Эвкалипт шариковый, *Eucalyptus globulus* Labill.

Эфедра двухколосковая, *Ephedra distachya* L.

**Я**

Ястребинка волосистая, *Hieracium pilosella* L.

Ятрышник пятнистый (салеп), *Orchis maculata* L.

# АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ ЗАБОЛЕВАНИЙ

## **А**

- Анемия 19  
Ангина 22  
Артериальная гипертония 59  
Артрит 72  
Атеросклероз 65

## **Б**

- Бронхиальная астма 33  
Бронхит острый 40  
Бронхит хронический 44  
Бронхоэктазия 47  
Бронхоэктатическая болезнь 47

## **В**

- Варикозное расширение вен 70  
Венерические болезни 79

## **Г**

- Гастрит 91  
Геморрой 95  
Гепатит 156  
Гломерулонефрит 183  
Грипп 161

## **Д**

- Диарея 145  
Дизентерия 147  
Диспепсия 99

## **Ж**

- Желтуха 168  
Желчно-каменная болезнь 10.

## **З**

- Запор 103  
Зубная боль 143

## **И**

- Ишемическая болезнь сердца 60

## **К**

- Кариес 143  
Климакс 80  
Коклюш 149  
Колит 106  
Конъюнктивит 142

## **Л**

- Ларингит 30  
Лейкоз 201  
Лишай 130

## **М**

- Малярия 170  
Миома матки 82

## **Н**

Нарушения менструальной  
функции 83

Насморк 24

Недостаточность кровообраще-  
ния. Сердечная недостаточ-  
ность 31

## **О**

Облысение 132

Ожирение 173

Оофорит 87

Опухоль 198

Острые респираторные заболе-  
вания 161

## **П**

Панкреатит 111

Пиелонефрит 187

Плеврит 50

Пневмония 52

Подагра 175

Почечнокаменная болезнь 192

Простатит 88

Псориаз 134

Пульпит 144

## **Р**

Ранение 128

Рахит 177

Ревматизм 77

## **С**

Сальпингит 87

Сальпингоофорит 87

Сахарный диабет 179

Себорея 135

Синусит 28

Скарлатина 150

Стенокардия 60

## **Т**

Туберкулез кожи 137

Туберкулез органов дыхания  
153

## **У**

Увеличение селезенки 114

Угри обыкновенные 138

Ушиб 128

## **Ф**

Фарингит 57

Фурункул 171

## **Х**

Холецистит 115

## **Ц**

Цирроз печени 118

Цистит 196

## **Э**

Экзема 140

Энтерит 121

## **Я**

Язвенная болезнь желудка и две-  
надцатиперстной кишки

124

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение 3

Глава 1

ЦЕЛИТЕЛЬНЫЙ ЗОЛОТОЙ УС 5

Глава 2

СБОР, СУШКА И ХРАНЕНИЕ  
РАСТИТЕЛЬНОГО ЛЕКАРСТВЕННОГО СЫРЬЯ 12

Глава 3

СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ФОРМ 14

Глава 4

ЗОЛОТОЙ УС МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ 17

Глава 5

ЛЕЧЕНИЕ ЗОЛОТЫМ УСОМ 19

Глава 6

ЗОЛОТОЙ УС В КОСМЕТОЛОГИИ

Для сухой кожи 203

Для жирной кожи 204

Для нормальной кожи 205

Средства по уходу за стареющей кожей 207

Средства от веснушек и пигментных пятен 208

254

## Глава 7

# ОЧЕТАНИЕ ЗОЛОТОГО УСА С ДРУГИМИ ПРЕПАРАТАМИ

## Глава 8

# ОСТОРОЖНО – ЗОЛОТОЙ УС 213

## ПРИЛОЖЕНИЯ

Письма и отзывы людей о золотом усе 218

Рекомендации по сбору и хранению  
используемых в книге трав и растений 225

Алфавитный указатель русских  
и латинских названий растений 247

Алфавитный указатель заболеваний 252

**Корзунова Алевтина Николаевна**

## **БОЛЬШАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗОЛОТОГО УСА**

Художественный редактор *Е. Брынчик*

Технический редактор *Н. Носова*

Компьютерная верстка *А. Щербакова*

Корректоры *Е. Самолетова, Н. Струэнзе*

ООО «Издательство «Эксмо»

127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел.: 411-68-86, 956-39-21.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [Info@eksmo.ru](mailto:Info@eksmo.ru)

**По вопросам размещения рекламы в книгах издательства «Эксмо»  
обращаться в рекламный отдел. Тел. 411-68-74.**

**Оптовая торговля книгами «Эксмо» и товарами «Эксмо-канц»:**

ООО «ТД «Эксмо». 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,  
Белокаменное ш., д. 1. Тел./факс: (095) 378-84-74, 378-82-61, 745-89-16,

многоканальный тел. 411-50-74.

E-mail: [reception@eksmo-sale.ru](mailto:reception@eksmo-sale.ru)

**Мелкооптовая торговля книгами «Эксмо» и товарами «Эксмо-канц»:**

117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 12/1. Тел./факс: (095) 411-50-76.

127254, Москва, ул. Добролюбова, д. 2. Тел.: (095) 745-89-15, 780-58-34.  
[www.eksmo-kanc.ru](http://www.eksmo-kanc.ru) e-mail: [kanc@eksmo-sale.ru](mailto:kanc@eksmo-sale.ru)

**Полный ассортимент продукции издательства «Эксмо» в Москве  
в сети магазинов «Новый книжный»:**

Центральный магазин — Москва, Сухаревская пл., 12  
(м. «Сухаревская», ТЦ «Садовая галерея»). Тел. 937-85-81.

Москва, ул. Ярцевская, 25 (м. «Молодежная», ТЦ «Трамплин»). Тел. 710-72-32.

Москва, ул. Декабристов, 12 (м. «Отрадное», ТЦ «Золотой Вавилон»). Тел. 745-85-9.

Москва, ул. Профсоюзная, 61 (м. «Калужская», ТЦ «Калужский»). Тел. 727-43-16.

Информация о других магазинах «Новый книжный» по тел. 780-58-81.

**В Санкт-Петербурге в сети магазинов «Буквоед»:**

«Книжный супермаркет» на Загородном, д. 35. Тел. (812) 312-67-34  
и «Магазин на Невском», д. 13. Тел. (812) 310-22-44.

**Полный ассортимент книг издательства «Эксмо»:**

В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е.  
Тел. отдела реализации (812) 265-44-80/81/82/83.

В Нижнем Новгороде: ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3.  
Тел. (8312) 72-36-70.

В Казани: ООО «НКП Казань», ул. Фрезерная, д. 5. Тел. (8432) 70-40-45/46.

В Киеве: ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Луговая, д. 9.

Тел. (044) 531-42-54, факс 419-97-49; e-mail: [sale@eksmo.com.ua](mailto:sale@eksmo.com.ua)

Подписано в печать с готовых монтажей 14.10.2005.

Формат 84x108 1/32. Гарнитура «Гарамонд».

Печать офсетная. Бум. тип. Усл. печ. л. 13,44. Уч.-изд. л. 16,7.

Тираж 26 100 (14000 Мир Книги+12100) экз. Заказ № 1377

Отпечатано в полном соответствии  
с качеством предоставленных диапозитивов  
в ОАО «Можайский полиграфический комбинат».  
143200, г. Можайск, ул. Мира, 93.