
Николай Юргель • Александра Юргель
Легендарные лекарственные растения
Технологии приготовления лекарств и лечение заболеваний

Александра И. Юргель
Николай Викторович Юргель

Легендарные лекарственные растения. Технологии приготовления лекарств и лечение заболеваний

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=71489974
Легендарные лекарственные растения. Технологии приготовления лекарств и лечение заболеваний. / Юргель Н.В., Юргель А.И.: У Никитских ворот; Москва; 2025
ISBN 978-5-00246-232-2

Аннотация

В настоящей книге представлены методы лечения различных заболеваний лекарственными растениями, проверенные опытом поколений знахарей и врачей. О каждом из методов написано множество монографий, диссертационных исследований. Цель этого издания – представить широкому кругу читателей возможности современной фитотерапии как в виде монотерапии, так и сложными сборами лекарственных растений, где они дополняют друг друга, действуя на различные звенья патогенеза заболевания, усиливая тем самым лечебное воздействие.

Книга будет полезна любителям природы, садоводам, медицинским работникам различных специальностей, студентам медицинских вузов и колледжей, школьникам, пенсионерам и, конечно же, тем, кто бережно относится к своему здоровью и здоровью своих близких.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

Предисловие 7
Введение 16
Основы технологии сбора и приготовления растительных лекарственных препаратов 25
Технологии сбора, обработки, сушки лекарственных растений 26
Настои, отвары, настойки, экстракты, чаи и т. д 31
Фармакокинетика лекарственных растительных средств 38
Справочные материалы 48
Конец ознакомительного фрагмента. 62

Николай Юргель. Александра Юргель Легендарные лекарственные растения. Технологии приготовления лекарств и лечение заболеваний



© Юргель Н.В., 2025
© Юргель А.И., 2025
© Оформление. Издательство «У Никитских ворот»,

2025

Предисловие

И стебелек травы достоин великого мира, в котором он растет.
Рабиндранат Тагор

Уважаемый читатель!

Замысел нашей книги возник, когда мы узнали, что еще в начальной школе в Китае дети изучают основы традиционной китайской медицины – траволечение, массаж, рефлексотерапию и другие оздоровительные практики.

Только вдумайтесь, насколько это мудро и полезно для молодого человека.

Во-первых, основательное знакомство с миром растений, в целом с окружающей природой, ее влиянием на здоровье и жизнь человека.

Во-вторых, навыки оказания медицинской помощи себе, близким, окружающим и даже домашним животным с помощью простых, доступных природных средств, которые почти всегда рядом.

В-третьих, это традиционные знания, которые передаются из поколения в поколение через века, что является основным признаком древней, состоявшейся цивилизации, которая учит жизни, выживанию на нашей быстро изменяющейся планете, где времена недолгого благополучия сменяет

упадок и запустение, войны и эпидемии и другие природные и техногенные катаклизмы.

Возникает вопрос, почему же у нас это не практикуется? Ведь Россия – одна из древнейших цивилизаций, которая устояла под «продувными ветрами» истории. Почему даже в медицинских вузах, колледжах студенты не получают глубоких знаний и навыков традиционной народной медицины, хотя бы по траволечению. В России лечение лекарственными растениями имеет древнейшие корни и традиции. И как может быть иначе, когда наша родная земля покрыта богатейшими лесами, цветущими лугами, когда огромное число соотечественников имеют садовые участки, огороды, где растут в том числе многочисленные лекарственные растения, о которых, к нашему сожалению, многие не знают.

Наконец, где цельная традиционная народная российская медицина? Где капитальные исследования истории становления традиций и навыков исцеления у народов, населяющих нашу страну? Еще Плиний Старший (23–79 и. э.), видный римский ученый и писатель, отмечал, что скифские, славянские растения использовались как эффективные лекарственные средства не только на скифских землях, но и далеко за их пределами – в Греции, странах Востока и Африки. Также упоминают о высоком целительском искусстве скифов в траволечении Катон Старший и Плавт. Великие историки Геродот и Аристотель тоже отдавали дань скифским лекарственным растениям. Скифы собирали лекарственные

травы в полях, лесах, а позже разводили их в огородах. Подобная практика укоренилась у антов и далее у народов Киевской и Московской Руси. Признанными знатоками лечебного дела были волхвы (язычники). Они были знатоками трав, или «зелейниками», как их называли в летописях.

С принятием христианства на Руси в кормчих книгах некоторых монастырей в числе церковных, «божьих» людей упоминается «лечец». Эти священнослужители накапливали опыт народной и греческой медицины, являлись авторами многих рукописных травников, лечебников, «зелейников», рекомендаций и рецептов, которые во множестве распространялись в народе.

Нельзя не упомянуть одного из первых русских академиков, ученика М. В. Ломоносова, энтузиаста традиционной российской народной медицины И. И. Лепехина (1740–1802). Он особенно интересовался целебными свойствами трав, которыми лечится простой народ. В своем труде «О домашних средствах, простым народом в болезнях употребляемых» (1782) ученый пишет: «Лучшие лекарственные средства не умствованием врачей, но употреблением простолюдинов открыты были», что он и подтверждает многочисленными примерами. Лепехин много путешествовал по родной земле, тщательно собирал сведения о природе, о местной народной медицине. Он заносил данные в лечебник, описывал свойства трав, способы приготовления лекарств и методы лечения больных. Подробно дал описание мать-и-мачехе, жо-

стеру, девясилу, крушине ломкой, горечавке полевой, полыни горькой и т. д. Лепехин писал, что в Сибири ему не приходилось видеть крестьян, страдающих цингой, потому что, по его мнению, взрослые и дети пили березовый сок, ели ягоды брусники, клюквы, пили отвары чаги, сосны и ели. Также он писал: «Я разумею такое наставление (лечебник), чтобы всякий крестьянин мог использовать простые былинки (травы), на их полях растущие, чтобы слог книги был простой, внятный, травы природными изъяснены были наименованиями, а важнейших трав живое изображение, с которым простолюдин бы мог живую траву сравнить». Он мечтал, чтобы как можно шире распространить знания о траволечении среди российского народа: «Невеликий из того произойдет убыток, когда отдаленные места такими наставлениями снабжены будут даром», как бы подтверждая великие слова Гиппократа: «Не следует краснеть, заимствуя у народа средства, служащие многие времена к его излечению». И об этом надо нам помнить всегда.



Академик Российской академии наук Лепехин Иван Ива-

нович (1740–1802)

Наше глубочайшее убеждение, что определенными знаниями и навыками традиционной народной медицины должен владеть каждый гражданин России, и лучше всего закладывать эти знания в детском возрасте. В школах, медицинских учебных заведениях давно пора ввести курс основ российской народной медицины. Некоторым, в том числе и мне, в детстве повезло, что я узнал о целебных растениях от бабушки и дедушки больше, чем в медицинском вузе. Бабушка и дедушка жили в таежном селе Муромцево в Омской области. Я помню пучки различных пряных трав, которые лежали на полках, висели под потолком в амбаре. Там же были холщовые мешочки с сушеными травами, корешками и ягодами (ромашка, кипрей, белоголовник, укроп, мята, земляника, поляника, черника, клюква, брусника, калина, рябина, боярка, черемуха, смородина). В углу амбара стояли мешки с нешелушеными кедровыми шишками, покрытыми застывшими янтарными каплями смолы. В амбаре стоял настоящий «таежный дух».

Любая болячка находила свое лечение. Многочисленные порезы, ссадины – столетник, подорожник. Простуда – малина, мята, ромашка, ягодные кисели и морсы. Свои больные ноги бабушка лечила листьями лопуха, капусты. Боль в области сердца – боярышником. Повышение артериального давления – черноплодной рябиной. Дедушка ежедневно пил

настой из березового гриба (чага) и корней одуванчика и ромашки. Когда был насморк, нюхал табак с белоголовником, который ему быстро помогал, и нас лечил с тем же эффектом. Половину дня почихаешь – и насморка как не бывало.

В русской печи пеклись пироги с ягодами, а также с «полецким чесноком» (черемша) – для здоровья. На кровати были сонные подушки, наполненные душистым лесным хмелем. В огороде росли мак, обязательно тыква. Детвора грызла тыквенные семечки от глистов. Чаевничали чаем из кипрея, смородины и земляники.

В огороде обычно сажали капусту, лук, чеснок, петрушку и другую полезную зелень, овощи – свеклу, брюкву, репу, тыкву, редьку, огурцы, помидоры. У нас был большой огород, который захватывал часть мелкого березняка, где на полянках росла лесная земляника и ромашка, а также были кусты малины и ежевики. Там же шелестели листвой две огромные березы и старая черемуха. Березы давали весной полезный во всех отношениях сок и почки, а черемуха – сладкие плоды, которые сушили и размалывали с сахаром на мясорубке, – лучшее средство от диареи.

Как сорняки вдоль изгороди внутри и снаружи росли крапива, полынь, зверобой, подорожник, конопля. Также сами по себе в огороде росли хрен, иван-чай, белоголовник, валериана и другие целебные травы. Перед домом был так называемый палисадник, в котором произрастали бузина, рябина, боярка, калина, яблоня-дичка, крыжовник, смородина

черная и красная, цветы саранки, календула, ромашка, герань и многие другие полезные и красивые растения.

По существу, палисадник, огород и, конечно, тайга были природной аптекой и лечебницей не только для людей, но и для домашних животных, птиц.

Примерно так жили и другие семьи, лекарства всегда под рукой, но самое главное, люди знали, как пользоваться этими дарами природы.

Дети, видя, как взрослые собирают лекарственные растения, ягоды, приготавливают их к хранению, употреблению в пищу и лечению, впитывали эти знания и навыки мимоходом.

В городах, к сожалению, этого нет и не было. Молодое поколение не знает большинства целебных растений, тем более как ими можно лечиться.

В нашей книге мы довольно схематично представили наиболее часто встречающиеся патологические состояния и заболевания человека, рассказали о методах и технологиях приготовления, лечения основными универсальными (легендарными) лекарственными растениями, эффективность которых неоспорима.

В многочисленных книгах, монографиях описаны свойства лекарственных растений, места их произрастания, способы их культивирования и изготовления лекарств. В поисковиках, в интернете есть программы, как можно узнавать и различать растения. В конце нашей книги указана литерату-

ра, которой можно пользоваться, чтобы глубже узнать мир растений и многочисленные методы лечения и профилактики заболеваний.

Мы старались не перегружать книгу латинскими названиями растений, медицинскими и ботаническими терминами, ориентируясь в первую очередь на общепринятые как в научной медицине, так и в народной практике названия.

Конечно, мы отталкиваемся от того, что диагноз заболевания уже установлен врачом или другим медицинским работником, которыми даны рекомендации перед началом фитотерапии.

Считаем, что книга будет полезна широкому кругу читателей, любителям природы, садоводам, медицинским работникам различных специальностей, студентам медицинских вузов и колледжей, школьникам, пенсионерам и т. д.

В общем, всем тем, кто интересуется нашим прошлым, будущим, наследием и бытом наших предков, приоритетами которых были семья, здоровье и сила, любовь к Родине, понимание и знание родной природы, и, конечно же, тем, кто бережно относится к своему здоровью и здоровью своих близких.

С уважением, авторы книги
Юргель Николай Юргель Александра

Введение

Связь между человеком и Природой (Вселенной) подобна связи между зародышем в утробе матери и самой матерью.
Парацельс



Мироздание есть созданная Богом колыбель для живого, переходного и неживого миров. Наш мир, другие миры взаимосвязаны и перетекают друг в друга. Венец творения, созданный по образу и подобию Божьему, – человек, но и он только составная частичка богатейшего животного, растительного и минерального миров на нашей планете. Бог создал мыслящее существо, человека, для познания и приумножения всего сущего. Вся история животного мира и человечества связана с применением в пищу растений и использованием их для лечения животных и самого человека. За тысячелетия истории Земли животные прекрасно освоили и передают по наследству навыки лечения окружающими их растениями. Олени, лоси, косули, кабаны и т. д. для облегчения страданий от многочисленных болезней лечатся ядовитыми мухоморами, папоротниками, корой и почками деревьев. Поедая листья и кору ивняка, в которых содержатся салицилаты – противовоспалительные вещества, – животные лечат гнойные нарывы и поражения суставов. От паразитов животным помогают такие распространенные растения, как полынь, тысячелистник, лебеда, кипрей, и другие многочисленные представители растительного мира. Птицы, чтобы избавиться от глистов, поедают ягоды черники и голубики, для лечения многих болезней используют ядовитые ягоды омелы белой. Глухари осенью питаются сосновой хвоей, которая в большом количестве содержит противовоспа-

лительные вещества и витамины. Тетерева лечатся ягодами можжевельника и березовыми почками. Для избавления от блох и клещей ежи накалывают на иглы дикие яблоки, кислый сок которых паразиты не выносят. В природной «аптеке» неисчислимое множество лекарств от различных болезней, звери и птицы их хорошо знают и используют не только для лечения, но и для профилактики. Осенью барсуки готовят себе новую подстилку, несут в свои норы цветы ромашки, чабрец, клевер, ветки черемухи – эти растения убивают бактерии и паразитов. Деревенские собаки, если заболевают, самостоятельно убегают в лес и находят себе именно то растительное лекарство, которое помогает. Домашние животные, те же собаки и кошки, при плохом самочувствии лечатся теми же самыми лекарственными растениями, что и люди: валерианой, ромашкой, черемшой, земляникой и т. д.



На сегодня описано более 320 тысяч видов растений, из них 280 тысяч – цветковые. Растительный мир продуцирует кислород на Земле, растения стали главными источниками органики и качественно изменили состав атмосферы и саму жизнь на нашей планете. Натуралистами, медицинскими работниками, учеными-ботаниками, различного рода знахарями и «колдунами» открываются все новые и новые лечебные качества растений. Опыт их практического применения оставляет те крупицы знаний о лекарственных растениях, технологиях их применения, которые действительно помогают в лечении пациентов. Этот опыт бесценен, он накапливается веками.

Великий целитель Авиценна писал: «Нет растения, чтобы не было лекарственным, нет болезни, которую бы не вылечили растения». Наши предки в первобытную эпоху были очень наблюдательны и изобретательны. Окружающую живую и неживую природу читали, как мы сегодня читаем книги. Этого требовали суровые условия выживания. Наблюдая за животными и растениями, люди по крупицам собирали знания о первобытной медицине. Применялись растения, которые произрастали не только в местах проживания людей, но и на отдаленных территориях. Целители того времени включали в свой арсенал корни, листья, семена, ягоды, цветы, кору деревьев. Они использовали настои на воде, лечебные смеси, употребляли в сыром виде ягоды и корни. Стихийность применения лекарственных трав была только

на ранних этапах развития человеческого общества. Опыт применения лекарственных растений с медицинской целью стал обобщаться и передаваться из поколения в поколение. Появились целые семьи особых людей, которые знали больше других в этой области и умели лучше, чем кто-либо, лечить. Они знали, где растут эти травы, когда лучше их собирать, рецепты приготовления; формировалась древняя технология сбора, приготовления и применения лекарств, полученных из целебных растений.

Так уже в глубокой древности растения сыграли огромную роль в жизни человека. В Египте более 4 тысяч лет, а в Китае 3 тысячи лет назад широко применялись лекарственные растения для лечения десен. Также лекарственные растения использовались как рвотное средство от отравлений, слабительное и кровеостанавливающее средство. Большое влияние на развитие лечения лекарственными растениями оказали индийские, тибетские и китайские лекари. В индийском манускрипте «Яджурведа» указывается на использование более 500 растений. Из многих до сих пор производятся лекарства, применяемые в кардиологии при лечении гипертонической болезни. В книгах тибетских и китайских травников использовались более 2 тысяч лекарственных растений. В Риме в I веке до н. э. лекари рекомендовали лечить воспалительные заболевания десен и слизистой оболочки полости рта соком незрелых фруктов. На территории России в Сибири, на Алтае уже 5 тысяч лет назад в лечебных це-

лях использовались травы эндемического происхождения. В Киеве лекарь Агапит в XII веке зубную боль лечил полосканием рта отваром белены и введением в полость зуба чеснока и лука. До нашего времени дошла книга Изборник Святослава 1073 года, который содержит описание множества лекарственных растений и способы их применения на Руси.

Особенно популярным во многих странах мира был научный труд великого мыслителя Средних веков Абу Али ибн Сины (Авиценны) «Ведущий канон», где автор дает описание более 800 различных лекарств растительного происхождения и технологии их применения при многочисленных заболеваниях. Его труд был популярным не только в азиатских странах, но и в Европе, выигрывая по числу изданий первенство даже у Библии.

Наука фитотерапия развивается и в наше время биотехнологий и генной инженерии. Из растений, животных получают все новые и новые лекарства. Иногда, а может, все чаще и чаще мы забываем о проверенных тысячелетней практикой методах лечения людей и животных уже известными лекарственными растениями.

Миссия нашей книги – еще раз напомнить широкому кругу читателей о легендарных лекарственных растениях, произрастающих рядом с нами в лесах, полях, на садовых участках, рассказать о многочисленных технологиях их приготовления и применения для достижения максимального лечебного эффекта.

Фитотерапия становится все более актуальной в современном мире. Это обусловлено возможностью растительных лекарственных препаратов профилактически воздействовать на обострение множества хронических заболеваний. Также фитопрепараты редко вызывают аллергические реакции, в отличие от химиопрепаратов, у пациентов не возникают токсические и другие неблагоприятные побочные эффекты. Большинство фитопрепаратов не вызывают привыкание и зависимость.

Одной из самых больших проблем в современной медицине является резистентность микрофлоры к антибиотикам, даже к самым современным антибактериальным препаратам широкого спектра действия. В связи с этим фитотерапия будет всегда актуальна и востребована человеком.

Основы технологии сбора и приготовления растительных лекарственных препаратов

Три оружия есть у врача: слово, лекарственное растение и нож.
Авиценна

Для того чтобы лекарственное растение принесло больному максимальный целебный эффект, необходимы глубокие знания, умения и опыт. В книге мы постараемся в доступной читателю форме схематично дать эти необходимые знания, чтобы ни в коем случае впоследствии не навредить пациентам, а только способствовать их выздоровлению.

Технологии сбора, обработки, сушки лекарственных растений

Не все растение дает нам целебный эффект, а только та его часть, где максимально содержатся активные лечебные вещества (биологически активные).

Выделяются известные части лекарственных растений:

1. Листья – представляют собой высушенные или свежие листья, а также отдельные листочки сложного листа.

2. Трава – наземные части растений, свежие или высушенные, как правило состоящие из стебля с листьями, цветками, бутонами и плодами.

3. Плоды – простые и сложные соплодия, незрелые плоды.

4. Цветки – высушенные отдельные цветы или соцветия.

5. Семена – цельные семена или отдельные семядоли.

6. Почки – высушенные и свежие зачатки побега.

7. Кора – наружная часть ствола ветвей деревьев и кустарников.

8. Корни, корневища, клубни, луковицы – свежие или высушенные подземные органы многолетних растений.

Лекарственные сборы – смеси из нескольких видов измельченного или цельного растительного сырья. В состав сборов входят разные части растений: корни, кора, трава, листья, цветки, плоды, семена. Сборы давно используются в

медицинской практике, что объясняется эффективностью и мягкостью их действия, отсутствием нежелательных побочных эффектов.

Листья собирают в период бутонизации и цветения растений. Заготовку следует вести только развитых средних и нижних зеленых листьев. Они должны быть ничем не поврежденные. Листья срывают цельными или с черешком, лучше их срезать, чтобы не повредить сам лист. Их следует собирать в сухую погоду или после того, как высохнет роса. Сбор листьев различных лекарственных трав отличается сезонами их сбора (например, листья брусники собирают весной и осенью).

Травы собирают в начале цветения, реже при полном цветении. Наземные части с листьями срезают на уровне нижних листьев. У некоторых трав срезают только цветущие верхушки до 20 см или боковые цветущие веточки. При заготовке трав тоже учитывают индивидуальные свойства разных видов растений (например, побеги багульника собирают осенью в период созревания плодов).

Цветки собирают, как правило, в начале цветения. В это время они не осыпаются и лучше сохраняют свои лечебные свойства. Собирать цветки следует с минимальным остатком цветоножки. Иногда заготавливают не только цветки (календула), но и целые соцветия (пижма) или отдельные части цветка (василек).

Плоды и семена заготавливают выборочно по мере

созревания, после сушки плодоножка обычно удаляется. У многих растений созревшие ягоды и семена осыпаются или склевываются птицами, поэтому их можно собирать еще до полного созревания. Сочные плоды следует собирать очень осторожно, даже от легкого нажима образуются вмятины, темные пятна, что ведет к загниванию и порче. Нельзя собирать влажные плоды, даже мыть их в воде нельзя, так как они быстро портятся после этого.

Почки собирают ранней весной, когда они набухли, но еще не тронулись в рост. Распустившиеся почки лекарственной ценности не имеют.

Кора собирается с молодых стволов, ветвей в период усиленного сокодвижения, во время появления и созревания почек. В эти сроки она легко отделяется от древесины. Не рекомендуется сострогивать кору ножом, нужно делать надрезы и сдирать ее пластами. Нельзя собирать кору, покрытую наростами и лишайниками.

Корни, корневища, клубни, луковицы собирают осенью после обсеменения растений и отмирания наземных частей. Выкопанные корни и корневища отряхивают от земли, тщательно промывают проточной холодной водой, подсушивают, зачищают от тонких корней, поврежденных или сгнивших частей и потом досушивают окончательно. Клубни орхидных растений для предохранения от прорастания на короткое время опускают в кипящую воду.

Сушка

Важнейший из этапов приготовления лекарств из растений. При нарушениях правил сушки количество биологически активных веществ может значительно уменьшиться или исчезнуть. Свежесобранные растения нельзя оставлять в корзинах или в кучах: это вызывает быструю порчу. Лекарственные растения следует сушить на воздухе в тени под навесом, на хорошо проветриваемой веранде или на чердаке дома. В наше время широко используются различные специальные сушильные устройства.

Сырье раскладывается тонким слоем на полках, в стеллажах, сушилках, часто сушат их попросту на воздухе в тени. Растения во время сушки необходимо беречь от ветра, дождя, росы. Несоблюдение этих требований может привести к снижению лечебного эффекта.

Листья, травы и цветы категорически нельзя сушить на солнце, ибо прямые солнечные лучи разлагают активные действующие вещества. В процессе сушки растение необходимо переворачивать несколько раз в день. Технологический процесс сушки заканчивается через 3–7 дней в зависимости от погоды. Хорошо просушенные корни и корневища не гнутся, должны ломаться на изгибе, листья и травы должны легко перетираться на ладони, правильно высушенные ягоды не слипаются в комок. Цветы на ощупь должны быть сухими,

а сухие плоды и семена при пересыпании и соприкосновении друг с другом издают журчащий или шелестящий звук.

В результате сушки значительно уменьшается вес растений: корней – на 60 %, травы и почек – на 70 %, листьев – от 50 до 90 %, цветков – до 90 %. Высушенное лекарственное сырье помещают в бумажные или матерчатые (холщовые) мешки, плотно закрытые коробки, деревянные ящики, стеклянные банки с пробками. Срок хранения для большинства лекарственных растений обычно составляет 2 года.

Настои, отвары, настойки, экстракты, чаи и т. д

Издревле лекарственные растения применяются с лечебной целью в виде настоев, отваров, экстрактов, настоек, соков и мазей, аппликаций и сырыми в пищу. Современные технологии изменили мир, но классика остается всегда классикой и в фитотерапии.

Настои и отвары – это водные вытяжки из лекарственных растений. Настой может быть приготовлен из листьев, цветков и стеблей. Существуют горячий и холодный способы приготовления настоя.

Горячий способ

Измельченное сырье отвешивают в эмалированную или фарфоровую посуду, заливают водой комнатной температуры и помещают на 15 минут на водяную баню. Затем настой охлаждают при комнатной температуре, как правило, не менее 45 минут. Большинство настоев и отваров готовят в соотношении 1:10, из сильнодействующих растений – 1:30.

Холодный способ

При холодном способе приготовления настоя взвешенное измельченное сырье помещают в эмалированную или фарфоровую посуду, заливают необходимым количеством охлажденной кипяченой воды, плотно закрывают крышкой и настаивают от 4 до 12 часов в зависимости от рецептуры. Смесь фильтруют через ватно-марлевый фильтр.

В народной медицине лекарственную траву заливают крутым кипятком, плотно закрывают крышкой и настаивают от 3 до 8 часов без водяной бани. Настой хранится не более суток.

Отвары готовят из грубых частей растения: корней, корневищ, коры деревьев. Сырье размельчают, взвешивают, помещают в эмалированную посуду, заливают водой комнатной температуры, закрывают крышкой и помещают на 30 минут на водяную баню, затем процеживают и отжимают остаток. Готовые отвары можно хранить в холодильнике до 7 дней.

Настойки – спиртовые вытяжки из растений. Чаще всего готовят на 70-градусном спирте. Также может быть использована водка и самогон. Из большинства растений настойки готовят 1:5, то есть 1 весовая часть сырья на 5 частей спирта. Из сырья, содержащего сильнодействующие вещества, готовят настойки 1:10. Смесь закрывают плотной пробкой, выдерживают в темном месте при комнатной температуре 7

дней. Настойка может длительно храниться в плотно закрытой темной посуде.

Экстракты представляют собой сгущенные вытяжки из лекарственных растений. Они бывают спиртовые, реже эфирные и водные. Их изготавливают на фабриках и заводах. В зависимости от консистенции различают жидкие, густые и сухие экстракты.

Чайные смеси или так называемые чайные сборы широко применяются в медицинской практике, приготовляются из высушенных и измельченных лекарственных растений. Их составляют из двух и более компонентов сырья, обладающих одинаковым лечебным действием или дополняющих друг друга. Смеси зачастую действуют на организм эффективнее, чем отдельные виды лекарственных растений при монолечении.

Для приготовления различных сборов в домашних условиях не всегда есть весы, и, как правило, количество ингредиентов измеряют ложками (чайными, десертными, столовыми).

Например: 1 столовая ложка = 4–5 г цветков или листьев; 6–9 г корней или коры.

Таблица соотношений:

1 чайная ложка = 5 мл;

1 десертная ложка =10 мл;

1 столовая ложка = 3 чайным ложкам =15 мл;

1 стакан = 200 мл.

Наружно лекарственные средства применяются в виде аппликаций живого листа, настоев, примочек, ванн, обмываний, а также в виде мазей, порошков, сока и т. д.

Порошки готовят из измельченного в ступе сырья; мази готовят из порошков растений, экстрактов, настоек, свежего сока, растертых на жировой основе: несоленом сливочном масле, вазелине, свином, говяжьем, барсучьем сале, оливковом, облепиховом, конопляном, кедровом масле и на других растительных маслах.

Широко используется с лечебной целью свежий сок растений как наружно, так и внутрь. Для длительного хранения в сок добавляется 20 %-ный спирт, водка или самогон.

При хронических заболеваниях препараты из лекарственных растений, как правило, принимают длительно: от 1 до 2–3 месяцев и делают недельный перерыв. Если через полтора месяца эффект недостаточный, препараты заменяют другими лекарствами.

Пасты – разновидность мазей, в которых 25 % и более порошкообразных веществ. Часто в состав паст входит крахмал.

Напары готовят из цветков, травы, листьев, плодов. Сырье заливают кипятком и 6–8 часов парят (томят) в постепенно остывающей духовке, утром процеживают и затем принимают препараты в зависимости от рецептуры.

Соки применяют свежими, не подвергая их термической обработке. Чаще употребляют сразу после приготовления. Для сохранения ценных биологически активных веществ эффективнее использовать свежие плоды через 2 часа после сбора. Существуют и проблемные ситуации, с которыми можно столкнуться при применении растительных средств: одни и те же растения, произрастающие в разных природных зонах, имеют в своем составе различное количество биологически активных веществ. В связи с этим всегда есть сложность при подборе доз. Накопление в значительной концентрации одного или нескольких видов веществ в организме человека вредно для нормальной работы внутренних органов. Особенно опасна передозировка сердечных гликозидов для формирования ритмической активности сердца, а также средств регуляции функций внешнего дыхания. Хотя и редко, но возможны и аллергические реакции, в том числе самые тяжелые в форме анафилактического шока. В ряде случаев неправильное применение растительных препаратов может способствовать разрушению эритроцитов и появлению гемолитической анемии, уменьшать количество тромбоцитов, что может приводить к кровотечениям.

Возможно присутствие компонентов, не характерных для того или иного растения из-за загрязнения окружающей среды. Проблемы возможны и при тяжелых формах нарушения обмена веществ, когда присутствуют такие признаки, как тахикардия, особенно сочетанная с аритмией, отеки и выра-

женная потливость, тремор рук, повышенная нервная возбудимость с выраженными нарушениями в работе желудочно-кишечного тракта. Характер употребляемого внутрь растительного препарата может иметь и нежелательные свойства. Сложившийся комплекс естественных биорегуляторов у каждого человека различается и может не совмещаться со свойством применяемых растений. Отдельные травы, например подорожник, корень аира болотного, способны повышать кислотность желудочного сока, что является противопоказанием для лиц с гиперацидным гастритом и язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки. Несмотря на относительную безобидность и мягкость лекарственных растительных средств, каждое действие должно быть небесполезным и тщательно выверенным. Ограничено применение растительных лекарств при инфекционных, онкологических, венерических, хирургических болезнях.

Все процессы в природе взаимосвязаны и подчинены единому вселенскому порядку. За многие миллионы лет растения повлияли и предопределили природно-климатические условия на Земле, создали запасы углерода в верхних слоях земной коры и кислородно-азотного субстрата в виде воздушной оболочки земного шара – сформировали озоновый слой. Без окружающей нас растительной среды обеспечение животных продуктами питания было бы невозможным. Это согласуется с утверждением, что растения, животный мир и человек обладают многими общими свойствами, к числу

которых относят: общие принципы устройства живой клетки и структуры тел, в том числе фрактальное строение жидкостных сосудов, по которым распространяются кислород и другие питательные вещества и метаболиты; общие механизмы жизнедеятельности – функции внешнего дыхания и газового обмена, питания, регуляции, выведения, размножения, наличие органов, вырабатывающих вещества специального назначения (гормоны), в том числе женские и мужские половые гормоны. Наличие органов чувств, памяти, генетических свойств, иммунитета и жизненных сил. Наличие ответных реакций организма и комплекса изменений, происходящих в результате внешнего воздействия.

Фармакокинетика лекарственных растительных средств

Лекарственные растения обладают способностью осуществлять фармакокинетические процессы и достаточно быстро вызывать ответную реакцию организма человека, что свидетельствует о наличии иных дополнительных механизмов воздействия. Помимо того, что вещества, находящиеся в лекарственных растениях, проникают в кровяное русло, возможны и другие пути: например, летучие ароматические составляющие растений имеют большую способность проникновения в отдаленные структуры клетки организма человека. Недостаточно разработанная практика терапии ароматических субстанций лекарственных растений, непосредственно воздействующих на организм, показывает необходимость расширения и дальнейшего исследования фармакокинетического процесса. Также требуется трактовка, позволяющая понимать бесконтактные (полевые) формы влияния растений на другие организмы.

Исследовано, что биологически активные вещества, содержащиеся в растениях, проявляют себя в качестве антимикробных, антивирусных, антигрибковых средств, то есть обладают всеми возможными свойствами современных лекарственных препаратов. Большинство известных лекар-

ственных растений, кроме растительных белков и углеводов, имеют в своем составе: алкалоиды, антрахиноны, бальзамические вещества, витамины, гликозиды, дубильные вещества, катехины, кислоты, кумарины и фурокумарины, лизины, микроэлементы, смолы, терпеноиды, феромоны, флавоноиды, формальдегиды, эфирные и жирные масла и т. д.

Алкалоиды – азотосодержащие органические соединения, достаточно устойчивые к воздействию различных физических факторов и обладающих выраженной физиологической активностью. При взаимодействии с кислотами образуют хорошо растворимые соли. В растении они обычно находятся в виде соединений органических солей и неорганических кислот. Хотя содержание алкалоидов в растении невелико, от 2 до 8 %, они оказывают на человека и животное очень заметное влияние. Широко известными алкалоидами являются наркотические препараты: морфин, кодеин, кокаин, кофеин, атропин, стрихнин, берберин, эфедрин и другие. Наиболее богаты алкалоидами: чистотел большой, барбарис, спорынья, семена чилибухи, мак. Препараты из алкалоидных растений чаще применяются в виде водных настоев и вытяжек.

Антрахинон – желтое или серое кристаллическое вещество, которое растворяется в нитробензоле и анилине. В природе его источниками являются крушина ломкая и растения семейства гречишных и мотыльковых. В медицинской практике применяется как слабительное средство.

Бальзамические вещества находятся в растении в жидком состоянии и имеют летучие свойства. Все бальзамы содержат эфирное масло, смолистое начало и кислоту, с помощью которой синие соки растений переходят в красный цвет и окисляют воду. Бальзамические вещества восстанавливают фолликулы и реснички эпителиальной ткани человека.

Белок растений служит строительным материалом для человеческого организма, восстанавливает живую ткань, уменьшает напряжение, снижает спазм и купирует боль. В растении он состоит из большого числа аминокислот, которые, поступая в кровь, синтезируются в собственные белки, способствующие восстановлению целостности, образуя так называемый «животный клей». Отличаются от слизи тем, что имеют в своем составе большую часть азота и быстрее разлагаются.

Витамины – органические соединения различной химической структуры (в настоящее время известно свыше 30 наименований). Большинство – не менее 20 – поступают в организм человека исключительно с растительной пищей. Витамины осуществляют контроль над естественным обменом веществ, регулированием процессов усвоения и использования основных пищевых составляющих – белков, жиров и углеводов. Дефицит витаминов приводит к нарушению в работе различных систем органов человека. В растениях они находятся в оптимальном соотношении, что практически исключает возможность их передозировки, которая иногда

случается при бесконтрольном приеме синтетических витаминных препаратов. В сочетании с жирными кислотами и другими биологически активными веществами растительные витамины обычно лучше усваиваются, нежели их искусственные заменители.

Гликозиды – безазотистые сложные соединения на основе глюкозы и других сахаров, однако существуют гликозиды и без сахарной основы, которую называют агликоном (сахарную – гликоном). Наиболее часто в лечебной практике используют гликозиды без содержания сахаров. В отличие от алкалоидов при хранении они быстро разрушаются ферментами, содержащимися в самих растениях, а также при воздействии различных физических факторов. Поэтому консервацию или сушку лекарственных растений, имеющих гликозиды, необходимо производить в считаные часы. К гликозидам относят: сердечные гликозиды, антрогликозиды, сапонины, горечи. Многие растения, содержащие сапонины, используются в самых разных лечебных целях: отхаркивающие (корни истода), мочегонные и другие. Большое значение в лечении имеет группа гликозидов, относящихся к фенольным соединениям. Строение гликозидов обуславливает их фармакологическое действие. Глюкозосодержащими растениями являются: адонис весенний, желтушник серый, кендырь коноплевый, ландыш майский.

Флавоноидные гликозиды. Многие из них обладают способностью продуцировать витамины группы Р, а также уни-

кальным свойством удаления из организма человека радиоактивных веществ.

Дубильные вещества, или танины – широко распространенные в растительной среде вещества, производные сложных многоатомных фенолов. Названия получили от часто используемого для их получения дуба. Накапливаются главным образом в коре деревьев и кустарников и в корнях травянистых растений. В медицине широко используются дубильные вещества в качестве вяжущих, кровоостанавливающих, противовоспалительных средств. В стоматологии препараты, содержащие дубильные вещества, применяются наружно, при полоскании полости рта, как вяжущие и бактерицидные средства при воспалительных заболеваниях полости рта, глотки. При ожогах – в виде присыпок, при кровотечениях – в виде аппликаций.

Фитонциды – органические соединения, которые вырабатываются растениями в целях самозащиты от микробов, грибков и инфузорий. В медицинской практике применяются для лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта, легочных заболеваний, ран, язв, кожных заболеваний. Фитонциды содержатся в луке, чесноке, красном стручковом перце, хрене, кочанной капусте, яблоках, лимонах, шалфее, дубе, березе, крапиве, сосне, сирени, клюкве, бруснике, калине и черемухе.

Камедь образуется из сухой слизи растений, крахмала, отличается от него прозрачностью. Как и слизь, утоляет боль

и обеспечивает питание тканей.

Кислоты присутствуют в соке клеток растений в свободном состоянии или в виде солей. Чаще других встречаются яблочная (в яблоках, плодах малины и рябины, листьях табака), щавелевая (в надземной части щавеля, кислицы, ревеня), винная (в плодах винограда, томате), лимонная (в плодах лимона, ягодах смородины, крыжовника, земляники). К органическим кислотам относят бензойную, содержащуюся в плодах брусники и клюквы, обладающую способностью предохранять растения от заболеваний и вредителей. Органические кислоты выполняют в растительных клетках различные физиологические функции, главной из которых является участие в процессах газообмена. Лимонная и яблочная кислоты способствуют доставке питательных веществ, утоляют жажду, снижают жар, смягчают запоры, противодействуют поносам, имеющим гнилостную причину возникновения. Уксусная кислота устраняет чрезмерное мышечное расслабление, кроме того, винный уксус, настоянный на малине, открывает кожные поры и уменьшает воспаление внутренних органов. Уксусная кислота способна нейтрализовать усыпляющие яды и устранять головную боль, вызванную отравлением угарным газом. Примочки с уксусом уменьшают кровоточивость ран и затягивают даже незначительные порезы, снимают боль при синяках и ушибах.

Сапонины обладают широким спектром фармакологического действия. Их применяют как отхаркивающее сред-

ство, диуретическое, гипотензивное, седативное и тонизирующее. Стероидные сапонины оказывают противосклеротическое действие. Сапонины широко используются в комплексной терапии стоматологических заболеваний.

Полисахариды – сложные углеводы, являются основным источником энергии для организма, которые образуются в результате обменных процессов в растении. Они обладают многообразной биологической активностью: антибиотической, противовирусной, противоопухолевой и антидотной при токсических поражениях. К полисахаридам относятся камеди, слизи, пектиновые вещества, инсулин, крахмал, клетчатка. Наибольшее количество слизи содержит семя льна, ромашка аптечная, корень алтея, череда трехраздельная, семена подорожника, цветы липы, эхинацеи пурпурной. Пектиновые вещества обладают абсорбирующим эффектом, а также выраженным противовоспалительным действием, являются уникальными, потому что связывают кобальт, стронций, удаляют «плохой» холестерин. Этими веществами богаты: земляника лесная, клюква, черная смородина, плоды шиповника, яблоки, апельсины и мандарины.

Лигнаны – природные соединения, состоящие из двух пропановых остатков. Лигнаны выделяют из корней, коры, листьев, древесины, смолы множества растений и деревьев.

Они находятся в листьях можжевельника обыкновенного, семенах лопуха большого, семенах кунжута, в древесине некоторых хвойных растений в свободном виде и в форме

гликозидов. Применяются для лечения тромбоцитопении, геморрагических диатезов, широко используются в стоматологической практике при воспалительных заболеваниях полости рта и в комплексной терапии: заманиха, китайский лимонник, элеутерококк эффективны как биогенные стимуляторы.

Кумарины – природные соединения, в основе строения которых лежит циклированная ортооксикоричная кислота (бензолапирон); производные кумарина оказывают мощное спазмолитическое и сосудорасширяющее действие, обладают противогрибковым эффектом, губительно действуют на простейшие организмы. Кумарины находятся в растениях в свободном состоянии, гораздо реже в виде гликозидов. Применяются производные кумарина в качестве антигельминтных средств, для лечения трихомонадного кольпита, паразитарных болезней кожи. В стоматологии препараты простых кумаринов и фурокумаринов применяются для лечения заболеваний слизистой оболочки рта, обладают антимикробной и противоопухолевой активностью.

Флавоноиды – органические соединения, имеющие зачастую желтую окраску, нерастворимые в воде. Они содержатся во многих растениях, таких как укроп огородный, капуста белокочанная, слива, вишня, петрушка кудрявая, шиповник майский, боярышник, гречиха посевная, кукуруза, зверобой продырявленный, бессмертник, пустырник и другие. Благодаря присутствию гидроксильной и карбонильной

групп флавоноиды обладают высокой биологической активностью и широким спектром фармакологического действия. С давних времен известны противовоспалительный и капилляроукрепляющий эффект лекарственных растений, содержащих флавоноиды. Также флавоноиды, содержащиеся в бессмертнике, мяте перечной, шиповнике майском, ромашке аптечной, пижмы, обладают холеретическим действием, применяются при заболеваниях печени и желчных путей.

Зверобой продырявленный и плоды боярышника применяются при сердечно-сосудистых заболеваниях: хронической сердечной недостаточности, у больных с гипертонической болезнью, с нарушениями ритма сердца. Горец перечный обладает диуретическим, кровоостанавливающим действием, эхинацея является мощным иммуностимулирующим лекарством. В стоматологической практике их применяют как внутрь в виде настоев и отваров, так и местно в виде полосканий, орошений и примочек.

Эфирные масла и смолы – сложные смеси различных летучих веществ, хорошо растворимых в спирте, плохо в воде. Практически все они обладают бактерицидным действием, защищают растения от микроорганизмов и обуславливают специфический запах. В медицинской практике применяют такие растения, как чабрец, полынь горькая, душица, валериана. Эфирные масла обладают противовоспалительным действием, плоды можжевельника, листья и цветки мяты перечной – успокаивающим и спазмолитическим действием;

эвкалипт – антисептическим, противовоспалительным эффектом; анис – отхаркивающим действием. Смолы – твердые или полужидкие белки, по химическому составу близкие к эфирным маслам. Смола сосны обладает ранозаживляющим действием, бензойная смола – дезинфицирующим.

Микроэлементы содержатся в том или ином количестве в каждом растении, являются биологическими катализаторами биологических процессов. Например, в зернах пшеницы содержатся такие микроэлементы, как цинк, никель, марганец, медь, следы ванадия и селена; в рисе – следы железа; в картофеле – никель, железо, марганец, кобальт и другие. Богаты молибденом черная смородина и фасоль. Высокое содержание фтора (0,4–1 %) в листьях чая, петрушке, в зеленом луке. Особую значимость фтор имеет в период формирования тканей зубов. Нормальное поступление фтора в этот период обеспечивает резистентность зубов к кариесу на многие годы.

Справочные материалы

Таблица № 1

ВЕСОВЫЕ СООТНОШЕНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ТРАВ

Столбец III – количество сырья в граммах вещества, равное одной столовой ложке.

Столбец IV – количество сырья в граммах вещества, равное одной чайной ложке.

1 столовая ложка цветков или листьев 4–5 г, коры и корней 6–9 г.

Название лекарственного растения	Лекарственное сырье	Столовая ложка	Чайная ложка
I	II	III	IV
Аир болотный	Корневища	13.3	4.1
Алтей	Корень	3	0.9
Анис обыкновенный	Плоды	15.8	4.8
Багульник болотный	Трава	4.7	1.4
Бадан	Корень	8.9	2.7
	Листья	3.8	1.2
Барбарис обыкновенный	Листья	9	2.8
Береза белая	Листья	2.6	0.8
	Почки	15.7	4.8
Бессмертник песчаный	Соцветия	2.8	0.9
Боярышник	Плоды	17.4	5.3
	Соцветия	3.4	1
Брусника	Листья	3.3	1

I	II	III	IV
Бузина черная	Соцветия	3.8	1.2
Валериана	Корневища с корнями	7.9	2.4
Вахта трехлистная	Трава	2.6	0.8
Водяной перец	Трава	8.6	2.6
Горец почечуйный	Трава	4.4	1.3
Горец птичий	Трава	2.9	0.9
Девясил высокий	Корень	13.9	4.3
Дуб	Кора	9.5	2.9
Душица обыкновенная	Трава	3.4	1
Дягиль лекарственный	Корень	7.6	2.3
Зверобой продырявленный	Трава	5.1	1.6
Земляника лесная	Листья	1.9	0.6
Золототысячник	Трава	4.7	1.4
Календула	Соцветия	2.9	0.9
Калина	Кора	10	3.1
	Плоды	5.2	1.6
Клевер луговой	Соцветия	2.4	0.7
	Трава	2	0.6
Крапива двудомная	Листья	1	0.3
	Трава	2.6	0.8
Красный корень	Корень	5.7	1.7
Кровохлебка	Корневища с корнями	3.5	1.1
Крушина	Кора	10.5	3.2
Липа	Соцветия	1.1	0.3
Льнянка обыкновенная	Трава	3.2	1
Марьин корень	Корень	8.9	2.7

I	II	III	IV
Мята перечная	Листья	6.3	1.9
Овес посевной	Трава	5.8	1.8
	Плоды	12.9	3.9
Одуванчик	Корень	10.5	3.2
Ольха	Соплодия	4.7	1.4
Пастушья сумка	Трава	4.2	1.3
Подорожник большой	Листья	1.4	0.4
	Плоды	10.5	3.2
Полынь горькая	Трава	2.9	0.9
Пустырник	Трава	3.9	1.2
Расторопша	Плоды	15.8	4.8
Ромашка	Соцветия	4.4	1.3
Рябина красная	Плоды	9	2.8
Сабельник	Корневища	9.5	2.9
Синюха голубая	Корневища с корнями	3.2	1
Смородина черная	Листья	1.4	0.4
Солодка (лакрица)	Корень	8.4	2.6
Сосна	Почки	7.6	2.3
Сушеница болотная	Трава	4.5	1.4
Тмин	Плоды	8.1	2.5
Толокнянка обыкновенная	Листья	7.4	2.3
Трилистник водяной	Листья	8.9	2.7
Тысячелистник обыкновенный	Соцветия	6.8	2.1
	Трава	4.9	1.5
Укроп огородный	Плоды	5.3	1.6
Фенхель	Плоды	5	1.5
Фиалка трехцветная	Трава	3.8	1.2

I	II	III	IV
Чабрец	Трава	3	0.9
Череда трехраздельная	Трава	3.6	1.1
Черемуха	Плоды	8.6	2.6
Чистотел	Трава	1.4	0.4
Шалфей лекарственный	Листья	5	1.5
Шиповник коричный	Плоды	15.8	4.8
Щавель конский	Корень	2.4	0.7
Эвкалипт шаровидный	Листья	2.7	0.8

Таблица № 2

СРЕДНЕТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ДОЗЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Следующие рекомендации по расчету среднетерапевтической дозы в зависимости от возраста:

До 6 мес.	1/10 от взрослой дозы
От 6 мес. до 1 года	1/8
1–2 года	1/7
2–3 года	1/6
3–4 года	1/5
4–5 лет	1/4
6–8 лет	1/3
10–14 лет	3/4
14–18 лет	3/4–1

Детям рекомендуются следующие суточные дозы сухого лекарственного растительного сырья:

- до 1 года – 0,5–1 чайная ложка;
- от 1 до 3 лет – 1 чайная ложка;
- от 4 до 6 лет – 1 десертная ложка;
- от 7 до 10 лет – 1 столовая ложка;
- старше 10 лет – 1–2 столовые ложки.

Суточные дозы настоев из растительного сырья для детей различного возраста:

- до 2 лет – 30 мл;
- от 3 до 4 лет – 40 мл;
- от 4 до 7 лет – 60–70 мл;
- от 8 до 12 лет – 70-100 мл;
- старше 12 лет – до 200 мл.

Суточная доза принимается дробно – в 3–4 приема.

Детям с хроническими заболеваниями органов показано длительное применение растительных сборов: 2–3 месяца с небольшими перерывами – на 7-10 дней, после 2-3-недельного приема. Затем курс лечения при необходимости повторяется. При повторном курсовом фитотерапевтическом воздействии рекомендуется заменить 1–2 лекарственных растения аналогичными по действию.

По мере развития лечебного эффекта к концу курса мож-

но постепенно уменьшать дозу например, переходить от 3-4-кратного приема к 2-3-кратному, а затем и к одноразовому приему, потом через день и т. и. При возобновлении дискомфорта или проявлении симптомов болезни необходимо возвратиться к предшествующим режимам.

Ошибки при назначении фитопрепаратов детям:

1) повседневное применение лекарственных трав без учета их взаимодействия с лекарственными препаратами и возможных побочных эффектов, например, в виде чаев (ромашка, зверобой, душица и др.);

2) самолечение – использование фитотерапии без предварительно проведенного медицинского обследования и назначения врачом соответствующего выявленной патологии лечения;

3) прием фитопрепаратов, пищевых добавок и/или лекарств, имеющих сходный терапевтический эффект, без соответствующей коррекции дозы и контроля лечения, что приводит к увеличению частоты побочных эффектов. Например, применение антикоагулянтов в сочетании с травами (алоэ вера, ромашка, шалфей, пиретрум девичий, чеснок, имбирь, женьшень, полевой лютик, лекарственный дягиль, ивовая кора и др.) и пищевыми добавками, обладающими таким же антикоагуляционным эффектом, повышает риск кровотечения;

4) прием фитопрепаратов, пищевых добавок и/или ле-

карств, имеющих противоположный терапевтический эффект. Например, применение иммуностимулирующих фитопрепаратов (эхинацея и гидрастис канадский) в сочетании с иммунодепрессантами. Это может привести к неэффективности проводимой лекарственной терапии и обострению заболевания;

5) недостаточное знание врачей о возможности использования с лечебной целью пищевых растений (овощи, фрукты и ягоды), с успехом применяемых в народной медицине.

Рассматривая практику использования фитопрепаратов в отечественной педиатрии, следует отметить, что круг показаний к ее применению чрезвычайно широк: лечение и профилактика обострений хронических заболеваний, заболевания сердечно-сосудистой системы, органов дыхания и пищеварения, печени, желчных протоков, почек, мочевыводящих путей, заболевания кожи и др. Обычно при использовании лекарственных трав улучшение наступает буквально через несколько дней, но при хронических заболеваниях стойкий эффект достигается только при длительном и регулярном лечении.

Так, традиционно широко используются лекарственные растения при патологии органов дыхания и ЛОР-органов. Основными показаниями к фитотерапии являются:

• острые воспалительные заболевания верхних дыхатель-

ных путей;

- бронхиты, пневмонии;
- заболевания ЛОР-органов;
- профилактика возможных рецидивов заболеваний органов дыхания;
- при снижении общей реактивности организма в результате воздействия неблагоприятных экологических факторов;
- санация очагов хронической инфекции.

Наиболее востребованы травы, обладающие противовирусным, антибактериальным, противовоспалительным и иммунорегулирующим действием, а также улучшающие дренажную функцию бронхов. Они применяются как для приема внутрь, так и в виде наружной терапии. Однако если при нетяжелых формах острых респираторных заболеваний фитотерапия может быть применена с самого начала как основной вид лечения, то при пневмониях она используется в период обратного развития воспалительного процесса и реконвалесценции в качестве вспомогательной терапии. А при тяжелых хронических заболеваниях, например бронхиальной астме, растительные средства должны использоваться крайне ограниченно и осторожно, только по назначению и под контролем врача.

Таблица № 3

ПРИМЕНЕНИЕ НЕКОТОРЫХ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ В НАУЧНОЙ И НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ (МОНОТЕРАПИЯ)

Сердечно-сосудистые заболевания

Абрикос обыкновенный
Арника горная
Барбарис обыкновенный
Боярышник колючий
Боярышник кроваво-красный
Будра плющевидная
Валериана лекарственная
Горец почечуйный
Донник белый
Желтушник левкойный
Заячья капуста
Зверобой продырявленный
Ива (мужские соцветия)
Икотник серо-зеленый
Копытень европейский
Котовник кошачий
Крапива жгучая
Лабазник вязолистный
Ландыш Кейске
Ландыш майский
Левзея сафлоровидная
Лимонник китайский

Майник двулистный
Малина обыкновенная (листья, ягоды)
Морковь дикая
Морковь посевная
Наперстянка крупноцветковая
Пихта сибирская
Пустырник сердечный
Розы коричная и собачья
Сушеница топяная
Укроп пахучий
Хмель обыкновенный
Хрен обыкновенный
Цикорий обыкновенный
Чистец болотный
Чистец лесной
Шлемник байкальский

Гипертоническая болезнь
Барбарис обыкновенный
Барвинок малый
Боярышник кроваво-красный
Ежевика сизая
Калина обыкновенная
Копытень европейский
Левзея сафлоровидная
Лимонник китайский

Лук репчатый
Ноготки лекарственные
Омела белая
Пастушья сумка
обыкновенная
Пижма обыкновенная
Пустырник сердечный
Родиола розовая (золотой корень)
Рябина черноплодная
Смородина черная
Спаржа лекарственная
Сушеница топяная
Тысячелистник обыкновенный
Укроп пахучий
Фасоль обыкновенная
Хвощ полевой
Цмин песчаный
Шлемник (все виды)
Элеутерококк колючий

Заболевания верхних дыхательных путей и легких

Аир обыкновенный
Алоэ древовидное
Алтей лекарственный
Анис обыкновенный

Багульник болотный
Бедренец-камнеломка
Будра плющевидная
Вереск обыкновенный
Вероника лекарственная
Горицвет кукушкин
Девясилы
Донник лекарственный
Душица обыкновенная
Дягиль лекарственный
Истод обыкновенный
Истод хохлатый

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.