

Алевтина Корзунова

Золотой ус и секс



Annotation

Новая книга о золотом усе содержит информацию о лечении сексуальных расстройств у женщин и мужчин при помощи этого растения, а также о лечении гинекологических заболеваний и заболеваний мочеполовой системы, а также об использовании золотого уса в качестве афродизиака.

- [Алевтина Корзунова](#)
 - [Введение](#)
-

Алевтина Корзунова
Золотой ус и секс

Введение

И снова здравствуйте, уважаемые читатели.

Темой нашего разговора снова является золотой ус. Вот только сам разговор несколько необычен. Мы сегодня поговорим с вами о роли золотого уса в лечении нарушений и гармонизации сексуальных нарушений. Казалось бы, какое отношение это растение может иметь к такой области? Оказывается, имеет, и еще какое! Мало того что золотой ус – это эффективнейшее лекарство при воспалениях (в том числе и в гинекологии) и инфекциях, передающихся половым путем, он еще и общий тонус организма усиливает, и сексуальную активность восстанавливает, так и как афродизиак его тоже можно использовать. Вот вам и новый облик старого знакомого.

Ну, а если серьезно, то уникальный биохимический состав золотого уса действительно может вам помочь при решении многих проблем в сексуальной области. Конечно, на первом месте традиционно стоит его противовоспалительное, общеукрепляющее действие. Но этим свойства растения не ограничиваются. А для того чтобы вы поверили в эффективность лекарственных свойств золотого уса, давайте мы с вами вместе вспомним, что же он собой представляет, этот золотой ус.

Глава 1 Немного общей информации

Начнем мы наш разговор уже традиционно, с истории появления растения, его свойств и основ фитотерапии с его помощью.

Каллисию иногда в литературе называют каллисией или калисией. Такая различная интерпретация вызвана различием латинского и русского языков. Сегодня среди существующих имен этого растения – каллисии душистой, известных почти каждому, встречаются самые разные.

Первыми, которые приходят на ум, чаще всего являются: золотой ус, дальневосточный ус, китайский ус, золотой волос, живой волос, венерин волос, китайский волос, домашний женьшень, кукурузка.

Использование различных производных имени от слова «волос» объясняется тем, что если лист растения сломать поперек и немного потереть и растянуть, то из толщи листа покажутся тонкие немного желтоватые нити – растительные сосуды. Эта особенность и определила название «волос». Соответственно, название «золотой волос» весьма оправданно.

Другая половина названий связана с биологической особенностью этого растения, а именно характерно образование очень длинных (около 50–70, а иногда до 90 см в длину), горизонтальных, иногда неправильно названных веточек-усов, опирающихся на стебель. На них крепятся довольно большие, мясистые чешуевидные листочки, которые собраны в узловатые розетки. Такие усы-побеги завершаются плотным гнездом широких и коротких листьев – от 3 до 6. И по аналогии с клубникой или дикой земляникой такие веточки на русском языке традиционно называют «усы».

Кроме того, некоторые названия этого растения зависят от того места, которые считается их родиной. Так появились географические названия. Однако «золотыми» горизонтальные побеги каллисии становятся лишь в случае произрастания в неблагоприятных условиях, т. е. при недостатке света и дефиците питательных веществ, когда у растения развивается так называемый хлороз. Ветки и листья нормального здорового растения чаще всего зеленоватого, красноватого или фиолетового цвета. И третий вариант названий

растения связан с внешним обликом каллисии. Когда растение достигает взрослого возраста, то становится похоже на кукурузный стебель завязью початков – имеет такие же узкие длинные листья на вертикальных ветках.

Географические закрепления в существующих названиях чаще всего не имеют какого-то отношения к настоящей родине этого растения, так как в естественном виде каллисия душистая растет только в лесах Центральной и Южной Америки, в Мексике или Бразилии. Важную роль сыграли и «тайные» знания китайской медицины. Наши люди уже привыкли, что раз нетрадиционная медицина, значит из Китая или откуда-то с Дальнего Востока.

Точное ботаническое название растения – каллисия душистая из семейства коммелиновых. Название вида «каллисия» происходит (по некоторым данным) от греческих слов hallos – «красивый» и lis – «лилии». Но при переводе названия стоит не забывать, что большая часть названий цветка произошла из латинского языка, тогда перевод приобретает совсем иное звучание. Несмотря на романтическое название, назвать каллисию красивой лилией было бы неверно, так как при всем к ней уважении на красивую лилию она не похожа.

А вот если перевести с латыни calleo как «мозолистый» (узлы розеток на горизонтальном стебле имеют заметные утолщения) или callis – «тропинка, дорожка» (горизонтальные беглецы, длинные, многочисленные, уползают в различные стороны), callosus или callum – «толстый, твердый, кожистый», это все будут определения, подходящие для листьев и растения в целом.

Лучше использовать латинское название или, если есть, русифицированное местное название.

Что же представляет собой каллисия душистая? Каллисия душистая – это многолетнее травянистое растение, родиной которого является Мексика, где каллисия может вырастать до 1–1,5 м в высоту. В домашних условиях каллисия редко достигает в размерах более 60–70 см. Висячие побеги каллисии могут вырастать от 30 до 70 см в длину.

Стебель с простыми сидячими листьями в основания листьев образует глубокое влагалище, которое как бы оборачивает стебель. Основной (или главный) побег – вертикальный, от 20 до 70 см в высоту. На нем в нижней части отделяются и формируются

горизонтальные или наклоняющиеся побеги, которые не совсем верно называют усами. Они имеют небольшие листья в форме обрезанных толстых чешуек.

Каждый побег (ус) заканчивается плотным гнездом простых сидячих листьев в количестве от 5 до 8 – 10 штук длиной от 2–3 см и 4 см по ширине.

Листья на основном побеге расположены поочередно и по спирали. Пластина листа удлинненно-овальная, ланцетовидная или продолговато-ланцетная, 20–30 см в длину и 5–6 см по ширине. Вершина оттянутая и заостренная. Край листа ровный. Поверхность листа гладкая, яркая, глянцевитая. Цвет листьев и снизу, и сверху светло-зеленый.

Некрупные цветки белые или розоватые, собраны в пазушные соцветия в форме простых или двойных завитков. Цветки имеют приятный тонкий сладковатый аромат, отдаленно напоминающий запах ландыша или гиацинта. Присутствие аромата у цветков каллисии также определило одно из основных названий растения – душистая.

Произошли коммелиновые от лилиецветных и имеют много общего с бромелиевыми.

Области распределения растений семьи коммелиновых на земном шаре – в тропических и субтропических областях Восточной Азии, южные области Северной Америки (Мексика, Бразилия) и Австралия.

Какие виды каллисии выращиваются как комнатные растения? Род каллисия (старые синонимические названия – сеткрезия (*Setcreasia*), спиرونема (*Spiro nema*), ректантера (*Rectantera*) или фиодина (*Phyadina*) включает от 12 до 20 видов, произрастающих в Центральной и Юго-Восточной Америке, Мексике, тропических районах Южной и Северной Америки.

Часто ряд видов относят к роду традесканция, что влияет на число видов в роде. Но виды рода каллисия отличаются от традесканции тем, что стебель у каллисии более толстый, сочный и сильный, а листья имеют выраженные полосы.

В озеленении данные виды используют в корзинках или кашпо – как ампельные, как почвопокровные – в оранжереях. В зимних садах используют и как ампельное, и как почвопокровное. Все растения этого рода очень чувствительны к низким температурам, поэтому нужно следить, чтобы в зимнее время растения получали свет, и

температура воздуха не опускалась ниже +15–18 °С (при снижении температуры растения могут погибнуть, так как отмирает корневая система). В период активной вегетации (весной и летом) растения поливают обильно, осенью и зимой – умеренно.

В Европе, особенно южной, часто виды каллисии выращивают в открытом грунте, в кашпо и больших вазонах или вводят в сложные аранжировочные композиции. В европейской части России, равно как и в большинстве других районов, выращивают разные виды каллисии преимущественно в защищенном грунте (в комнатных условиях или под стеклом – в оранжереях или зимних садах).

Среди наиболее часто выращиваемых, декоративных видов используют следующие виды.

Каллисия Варшевича (*Callisia warschewicziana*) – растение Центральной Америки. Вырастает до 80 – 120 см высотой. Стебли прямостоячие, крепкие. Листья удлинено-яйцевидные, с оттянутой верхушкой, плотные, сочные, зеленые или темно-зеленые, иногда с выраженной темной окраской по жилкам. Край листа цельный. Цветет нерегулярно, летом или в начале осени. Уход, выращивание – как и для каллисии душистой, но этот вид более теплолюбив, зимние температуры должны быть выше. Ни в коем случае нельзя допускать охлаждения корневой системы и содержания на сухом воздухе. Пригодна для оформления крупных помещений, зимних садов.

Каллисия красивая, изящная или полосатая (*Callisia elegans*). Это травянистое растение Гватемалы, Гондураса. Стебли стелющиеся или ползучие (за период вегетации в течение года побеги могут вырастать до 1 м длиной), поднимаются на 15-сантиметровую высоту.

Листья изящные, мелкие, суккулентного типа. По форме – удлинено-яйцевидные, с заостренной верхушкой, плотные, мясистые, покрытые значительным восковым налетом, овальные, оливково-зеленого цвета, 5 – 10 см длиной, с красноватым основанием, с белыми полосками по жилкам, темно-пурпурные или красные снизу. В солнечную погоду листья становятся красными. Цветет в конце лета белыми или почти прозрачными цветками до 1 см в диаметре. Используют как декоративно-лиственное растение.

Наиболее красиво выглядят укороченные побеги с черепитчато-расположенными один над другим листочками. Но на растении регулярно образуются и другие побеги с листьями, отстоящими друг от

друга на значительное расстояние, а побеги разрастаются в разные стороны и активно укореняются. Уход, выращивание – как и для каллисии душистой.

Каллисия ладьевидная (*Callisia navicularis*) происходит с северо-востока и востока Мексики. Медленно растущее, суккулентное, стелющееся или ампельное растение.

Листья овальные, ладьевидной формы, 2–2,5 см длиной, медно-зеленого или красно-коричневато-зеленого цвета. Побеги двух типов – либо укороченные, плотные, вегетативные, либо с удлиненными междоузлиями, которые бывают часто генеративными, т. е. несущими цветки, но иногда такие длинные побеги бывают вегетативными. Цветет в течение лета, цветки мелкие, красновато-розовые. Соцветия до 2 см в диаметре.

Используют как декоративно-лиственное растение. Уход, выращивание – при большем количестве света (солнца), в остальном – так же, как и для всех видов традесканции или каллисии душистой.

Каллисия многоцветковая (*Callisia multiflora*) – многолетнее травянистое растение Центральной Америки, северо-востока и востока Мексики. Быстрорастущее растение. Горизонтальные побеги распространяются в течение вегетационного периода от 70 см до 1,2 м. Высотой не превышает 10–20 см.

Длина междоузлий колеблется от 1–3 до 5–8 см. Растение можно выращивать как ампельное, но лучше все-таки как почвопокровное; оно способно очень быстро заполнить все свободное место между горшками, когда они стоят непосредственно на грунте. Так же, как и большинство родственных видов, каллисия легко пускает корни. Цвет побегов и листьев – сочно-зеленый. Цветки белые, от 0,5 до 1,0 см в диаметре. Уход, культивирование – такие же, как для каллисии душистой.

Каллисия отмеченная, или замечательная (*Callisia insignis*) – многолетнее травянистое растение из Центральной Америки. Горизонтальные побеги растут в течение всего вегетативного периода, т. е. всю жизнь. Обычно достигают 50 см, иногда вырастают до 1 м. Высота невелика, всего 15–25 см, но если есть какая-то опора, то растение способно подняться и выше. Тоже может расти как ампельное, побеги в этом случае могут достичь 50–80 см. Листья яйцевидно-расширенные. Так же, как в большинстве видов, в узлах

легко пускает корни. Стебли, если растение получает достаточно солнца, становятся красно-вишневыми или красно-фиолетовыми. Тот же самый цвет приобретают и листья, только в середине часто остается размытое темно-зеленое пятно. Очень часто используется растение в озеленении. Цветки розоватые, 0,8–1,0 см в диаметре. Уход, культивирование такие же, как для каллисии душистой.

Каллисия ползучая (*Callisia repens*) – растение из Северной Америки, которое широко распространено. Горизонтальные побеги имеют до 1 м в диаметре, но в высоту также невелико, не более 10–15 см. Листья овальные, основание листа формирует закрытое плотное влагалище, листья яркого зеленого цвета, от 1 до 4 см в длину. Стебель в узлах, пускающих корни, – частая видовая примета. Цветки белые, 1 см в диаметре. Расцветает осенью. Уход, культивирование такие же, как для каллисии душистой.

Другие виды каллисии могут быть встречены в частных собраниях или ботанических садах.

Впервые информация относительно лечебных свойств каллисии душистой (золотого уса) появилась в кругах российских народных целителей приблизительно 10 лет назад, но само растение было привезено в Россию больше 100 лет назад и выращивалось исключительно как декоративное домашнее растение. Мы отметим, что коммелиновыми, а особенно их лекарственными свойствами, ученые заинтересовались очень давно и изучали их в течение долгого времени. Эти исследования были начаты в Америке, в Гарвардском университете, и в Канаде. Ученые исследовали свойства растений тропического леса Южной и Центральной Америки. Эти области американского континента представили нам богатейший набор целительных домашних растений: алоказию, некоторые разновидности алоэ, каланхоэ, традесканции, зебрину, страстоцвет и т. д.

Во время исследования трав и растений Мексики американские и канадские ученые обратили внимание на золотой ус – каллисию душистую, в чьем соке было обнаружено большое количество биологически активных веществ. Многие из них воздействовали на раковые клетки. Эти исследования происходят до настоящего времени.

В конце 1980-х гг. русские исследователи также обратились к изучению медицинских свойств каллисии. Группа научных работников, работающих на базе лабораторий факультета

фармакологии Иркутского медицинского университета, пробовала узнать, какие полезные и ядовитые вещества содержатся в тканях золотого уса. В результате их исследования стало известно, что растение оказывает мощный положительный эффект при лечении болезней желудка и кишечника, органов кроветворения, при наружных травмах и повреждениях, болезнях обмена веществ, включая диабет и ожирение, и при других заболеваниях.

Необходимо рассмотреть определенные особенности организма. Может быть и так, что те вещества, которые содержатся в золотом усе, вызовут сильные аллергические реакции у некоторых людей. Весьма возможно также возникновение побочных эффектов. Например, экспериментально доказано, что при длительном приеме экстрактов из каллисии душистой сильно страдают голосовые связки. В результате голос становится более грубым, тембр его значительно снижается. К сожалению, восстановление прежнего тембра в подобных случаях достаточно долго и проблематично.

Говоря о золотом усе, многие эксперты предупреждают, что это не мифическое универсальное лекарство, его полезные свойства все еще изучаются, хотя некоторые схемы применения лекарственных средств из каллисии уже опробованы. Тем не менее невозможно сказать точно, какие вещества, содержащиеся в этом растении, обеспечивают его лекарственные свойства.

Глава 2 Химический состав золотого уса

Органический кальций, который содержится и в каллисии, хорошо усваивается организмом человека, оказывая выраженное терапевтическое влияние, особенно при болезнях опорно-двигательного аппарата. Это определяет использование в альтернативной медицине некоторых видов коммелиновых как лекарственных средств. Некоторые виды, накапливающие крахмалоподобные вещества в подземных структурах, население тропических и субтропических областей использует в пищу.

Современный анализ растений, выращенных в Новосибирске, проведенный сотрудниками Института химической кинетики и горения СО РАН показали следующее.

Показатель	листья	Стебли
Сумма каротиноидов, мг%	10,2	57,6
Аскорбиновая кислота, мг%	6,0	12,0
Сумма флавоноидов, мг %	0,1 – 0,4	0,2 – 0,6
Сахара, %	6,8	6,4
Кислотность, %	0,3	0,2
Пектины, %	10,3	17,4
Дубильные вещества, %	4,7	2,8
Катехины, %	0,5	0,1

Все эти вещества, содержащиеся в золотом усе (каротиноиды, флавоноиды, пектины и катехины) определяют медицинские свойства растения. А знаете ли вы, какую роль они играют в нашей жизни? Витамины (например, аскорбиновая кислота) являются специальной группой органических веществ, которые выполняют важные биологические и биохимические функции в живых организмах.

Биологическая роль витаминов является различной. Например, они тесно взаимосвязаны с ферментами. Витамин С играет главную роль во многих процессах жизнедеятельности организма, участвует в регулировании процессов синтеза и окисления, обмена углеводов,

регулирует свертываемость крови, восстановление тканей, формирование гормонов, участвует в синтезе коллагена – белка соединительной ткани. Нехватка этого витамина в организме приводит к развитию авитаминоза (цинга).

Дубильные вещества (танины) – это высокомолекулярные образования, способные «осаждать» белки, алкалоиды и обладающие резким вяжущим вкусом. Они получили свое название из-за способности «дубить» кожи и делать их водонепроницаемыми. Обычно с этой целью используется кора дуба, поэтому такая обработка кож и называется дублением, а вещества – дубильными. Танины малотоксичны. Применяются в медицине как вяжущее, бактерицидное средство при болезнях желудка и кишечника, для полоскания для горла, при лечении длительно незаживающих язв и т. д.

Дубильные вещества способны оказывать противовоспалительное действие из-за своих способностей связывать и осаждать белки. В результате такого связывания на слизистой оболочке образуется водонепроницаемая пленка, которая не дает воспалению распространяться дальше. Кроме того, они используются местно как кровоостанавливающее, противовоспалительное средство. Помимо этого, танины применяются при отравлении алкалоидами и солями тяжелых металлов.

Каротиноиды – обширный класс природных веществ, которые рассматривают как продукт биогенного преобразования изопрена. Их производными являются стероиды. Некоторые каротиноиды входят в состав антибиотиков, некоторых витаминов, гормонов. К ним же относят растворимые в жирах растительные пигменты желтого, оранжевого и красного цвета (предшественники витамина А (провитамины)). Они в свою очередь разделяются на каротины и ксантофиллы. Витамин А (ретинол) содержится в продуктах животного происхождения, каротин – в растительном сырье. Нехватка (дефицит) витамина А вызывает повышенное шелушение и сухость кожи, вплоть до образования язв, появление угрей, приводит к фурункулезу, сухости и ломкости волос, нарушению сумеречного зрения, частым инфекциям верхних дыхательных путей, желудка и кишечника, воспалениям мочевыводящей системы, поражению нервной системы, нарушению пищеварения и т. д. Излишек витамина А сопровождается снижением аппетита, похуданием, быстрой

усталостью, повышает вероятность заболевания инфекционной природы для органов дыхательной и пищеварительной системы.

Катехины – флавоноиды, большинство которых легко окисляются и приобретают различные цвета. Обладают Р-витаминной активностью. К производным флавоноидов принадлежат катехины, лейкоантоцианидины и антоцианидины. Установлено, что катехин обладает выраженным антиаллергическим действием и укрепляет на стенки сосудов.

Пектин – смесь полимерных углеводпроизводных (таких как пектиновая кислота, тектаты, пектинаты, пектины), состоящие из соединенных остатков галактуроновой кислоты и полиуронидов. Пектин обладает лечебными свойствами и применяется при расстройствах пищеварительного тракта (гастроэнтеритах, диарее), уменьшает потерю воды организмом, сокращает время свертывания крови, связывает многие яды, замедляет выделение из организма аскорбиновой кислоты, инсулина, антибиотиков, снижает содержание холестерина в крови, влияет на обмен желчных кислот, обладает антиаллергическим действием, обуславливает удлинение времени действия многих лекарственных веществ. Пектин связывает стронций, кобальт, радиоактивные изотопы. Большая часть пектинов не переваривается и не всасывается организмом, а выводится из него вместе с вредными веществами. Пектины улучшают пищеварение, уменьшают процессы гниения в кишечнике и выводят ядовитые продукты обмена, образующиеся в организме; способствуют выработке в кишечнике витаминов группы В (особенно В12), жизнедеятельности и росту полезных микроорганизмов в кишечнике.

Углеводы – обширный класс органических веществ, к которому относятся: сахара, алифатические полиоксикарбонильные соединения, крахмал, камеди, слизи и другие, т. е. компоненты всех без исключения живых организмов. Углеводы делят на моносахариды, олигосахариды и полисахариды. В растениях моносахариды являются первичными продуктами биосинтеза и используются далее для биосинтеза гликозидов, полисахаридов, аминокислот, жирных кислот, полифенолов и др.

Флавоноиды называют натуральными биологическими модификаторами реакции из-за способности изменять реакцию организма на аллергены, вирусы и канцерогены. Их разделяют на

флавоны, флавононы, флавонолы, халконы, ауроны, изофлавоны. К флавоноидам также относят красящие вещества цветков – антоцианы и катехины. Флавоноиды оказывают различные эффекты и действие: антиоксидантное, бактерицидное, спазмолитическое, желчегонное, гипотензивное, мочегонное, возбуждающее, антиканцерогенное и т. д.

Минеральные вещества входят в состав тканей организма человека, ферментов, гормонов. В организме человека можно найти значительную часть элементов периодической таблицы Д. И. Менделеева. В литературе существуют несколько разноречивые данные, сколько же элементов обнаруживается в организме (от 70 до 90 по разным источникам). Минеральные вещества входят в состав клеток плазмы крови, являются регуляторами жизненных процессов, протекающих как в растительных, так и в животных организмах, и тем самым оказывают лечебное действие. Содержание минеральных веществ в растениях может меняться в зависимости от состава почвы, условий питания, влажностного и температурного режимов выращивания, особенностей биологии растения и т. д.

Минеральные вещества поступают в организм человека с пищевыми продуктами и водой. Концентрация минеральных веществ в организме не одинакова, она меняется в зависимости от возраста, состояния здоровья, места проживания и условий питания. Если содержание одних химических элементов исчисляется в тканях человека граммами (макроэлементов), то концентрация большинства других элементов в тканях составляет от 0,01 до 0,0001 г (микроэлементов) или 0,000 001 г и ниже (ультрамикроэлементов). Макроэлементы нашего организма – это кальций (до 2 % массы тела), фосфор (около 700 г), магний (около 25 г при средней массе тела в 70 кг), а также натрий, калий, сера, хлор. К микроэлементам относят железо, медь, селен, йод, хром, цинк, фтор, марганец, кобальт, молибден, кремний, бром, серебро, бор, ванадий, германий.

Кальций – основной компонент костной ткани, придает стабильность клеточным оболочкам, необходим для нормальной возбудимости нервной ткани и сократимости мышечных волокон, важнейший компонент свертываемости крови, выступает как антиоксидант, обладает антиаллергическим действием.

Фосфор – основной элемент переноса энергии (АТФ, АДФ и др.), обмена углеводов, участвует в синтезе белков (РНК, ДНК), входит в

состав жиров, белков, способствует переносу клетками крови питательных веществ и других биологических жидкостей.

Магний входит в состав металлопротеидов, сложных белков, выступает активатором ферментов, действует на нервно-мышечную возбудимость и функцию сердца, оказывает сосудорасширяющее действие, способствует снижению артериального давления, предупреждает образование камней в почках.

Натрий содержится во всех тканях и органах, участвует в процессах проведения нервных импульсов к мышечным клеткам, в поддержании постоянного состава крови и регуляции артериального давления, поддерживает тонус гладкой мускулатуры, обеспечивает необходимое осмотическое давление в тканях и жидкостях организма, регулирует водный обмен.

Калий играет важную роль в регуляции водно-солевого обмена, кислотно-щелочного состояния организма; участвует в нормальной деятельности мышц, в проведении нервных импульсов к мышцам. Способствует выведению из организма натрия и воды; активирует ферменты.

Сера участвует в структуре серосодержащих аминокислот (метионина, цистеина). Необходима для синтеза белков, гемоглобина, элементов, входящих в структуру кожи; замедляет процессы старения.

Хлор участвует в поддержании давления в клетках и тканях, нормализует водный обмен; участвует в образовании желудочного сока, формировании плазмы крови.

Биологическая роль микроэлементов для нормальной жизнедеятельности организма человека доказана далеко не для всех элементов. Но тем ни менее некоторые данные позволяют предположить общее положительное действие ряда микроэлементов на укрепление иммунитета, очищение организма от токсинов (хотя некоторые элементы являются токсинами для организма, но опять-таки все дело в количестве), уменьшение проявления болевых синдромов, нормализацию обменных процессов (причин многих заболеваний), усвоение редких элементов, нормализацию уровня холестерина в крови и др.

Железо входит в ферменты в виде хелатов (органо-металлических соединений). Участвует в транспорте электронов, в окислительно-

восстановительных процессах, входит в состав гемоглобина и миоглобина; поддерживает иммунитет.

Медь участвует в биохимических процессах как составная часть электронпереносящих белков, участвует в процессе дыхания, в кроветворении, обмене веществ, важна для здоровья нервной системы и суставов.

Селен стимулирует иммунитет, оказывает защитное влияние на клеточные оболочки, противодействует нарушениям хромосомного аппарата, контролирует нормальную жизнедеятельность клеток.

Йод входит в йодорганические соединения – тироксин и трийодтиронин, обладающие гормональной активностью, регулирует синтез и гормональную активность йодтиронинов, гормонов и ферментов на уровне ЦНС, гипофиза, щитовидной железы, крови и периферических тканей. Регулирует обмен веществ и, в частности, энергетические процессы и теплообмен.

Основная роль хрома заключается в регуляции уровня глюкозы в крови. Он усиливает действие инсулина, является составной частью некоторых ферментных систем, снижает уровень холестерина в крови у пожилых людей, способствует нормализации артериального давления, поддержанию стабильных функций нервной системы.

Цинк входит в состав всех органов и тканей. Стимулирует образование клеточных структур, тормозит катализируемое железом окисление в тканях. Входит в состав металлоферментов, участвующих в разнообразных обменных процессах. Дефицит цинка приводит к мужскому бесплодию.

Фтор защищает ткани клетки в составе не только эмали, дентина зубов и костей, но и в неминерализованных тканях. Предупреждает деминерализацию организма.

Марганец – основной компонент многих ферментов, выполняет функцию катализатора и активатора ферментов.

Кобальт участвует в обменных процессах, влияет на синтез белков и нуклеиновых кислот, обмен углеводов и жирных кислот, окислительно-восстановительные реакции в организме человека, является сильным активатором кроветворения. Оказывает гипотензивное действие, способствует усвоению железа, стимулирует иммунологическую активность и предупреждает дегенеративные изменения нервной системы.

Молибден входит в состав ряда ферментов; участвует в обмене белков, завершающемся образованием мочевой кислоты в организме; участвует в процессах детоксикации, активизации ферментов, предотвращает образование канцерогенов. Способствует усвоению организмом фтора.

Кремний содержится в почках, печени, мышцах, лимфатических узлах. Он необходим для формирования основного вещества кости и хряща, минерализации тканей; понижает проницаемость сосудистой стенки, обладает противовоспалительными, восстанавливающими ткани свойствами, повышает сопротивляемость организма; участвует в иммунологических процессах, в белковом и углеводном обмене, способствует синтезу соединительнотканых белков.

Бром избирательно усиливает тормозные процессы в клетках коры головного мозга, нормализует состояние нервной системы при ее напряжении.

Серебро обладает антисептическим, бактерицидным, противовоспалительным, вяжущим действием, повышает тонус организма, активизирует процессы тканевого дыхания.

Бор необходим для нормального функционирования паращитовидных желез, обмена кальция, фтора, магния; участвует в синтезе нуклеиновых кислот. Его назначают при остеопорозе и остеоартрите.

Никель подобно кобальту благотворно влияет на процессы кроветворения, активизирует ферменты; накапливается в волосах, коже, роговице глаз. Избыток никеля в организме приводит к дистрофическим изменениям в печени и почках, нарушениям в сердечно-сосудистой системе, ухудшениям углеводного, азотистого обмена, снижению детородной функции.

Ванадий участвует в клеточном механизме регуляции количества натрия в тканях и межтканевой жидкости, поддерживает синтез ДНК, усиливает эффективность действия инсулина. Оказывает влияние на ряд ферментов.

Германий способствует укреплению иммунитета, активизации обменных процессов, нормализации уровня холестерина в крови.

В приведенной выше таблице хорошо видно, что каллисия содержит самые различные элементы, которые оказывают важное воздействие на весь человеческий организм. Но, кроме них, в состав

растения входят и такие элементы, роль которых сегодня еще мало изучена или вообще пока не изучалась. Но и они присутствуют в нашем организме, а значит, оказывают свое определенное влияние. К ним можно отнести рубидий (именно он определяет уникальный цвет, вкус и качество вина «Киндзмараули»), галлий, стронций и свинец (который вообще-то является ядовитым тяжелым металлом, но тоже присутствует в нашем организме).

Как ни странно, именно эти редкие микроэлементы оказывают очень большее воздействие на процессы жизнедеятельности. Гомеопатия, в которой используются буквально следы веществ, также основана на таком их влиянии (микроколичества), и порой при ее использовании бывают замечательные результаты при лечении болезней. На основе химических исследований можно понять, что присутствие известных биологически активных групп веществ в комбинации с микроколичествами различного происхождения минеральных элементов, оказывающих на организм человека существенный эффект, во многом определяет общую биологическую роль каллисии душистой. Вся сумма биологически активных веществ, имеющихся в растении, имеет особую ценность.

Глава 3 Использование золотого уса

Каждый новичок, кто только начинает самостоятельное лечение посредством растительных препаратов, обязан знать, что необходимо точно и строго соблюдать определенные правила этого метода, не превышать указанную дозировку, точно следовать указаниям справочника, обязательно консультироваться перед началом использования с лечащим врачом. И, конечно, всегда надо помнить, что увеличение дозы принятого лекарства вовсе не говорит о том, что вы сможете таким образом ускорить свое выздоровление, скорее наоборот. Не забывайте считать, сколько, чего и как часто поступает в ваш организм – лишнего ему не нужно.

Возможности современной медицины основаны на огромном разнообразии медицинских препаратов. Количество лекарств невероятно огромно, даже сами специалисты-медики (врачи, эксперты, исследователи) порой не могут отследить все вновь появившееся на фармацевтическом рынке. Что говорить о простых людях, далеких от медицины. Изобилие информации (часто рекламного характера), с одной стороны, и данные о побочных действиях этого или другого лекарства (часто непроверенные) – с другой, составили большое количество мифов о лекарствах. Золотой ус в этом случае не стал каким-то исключением. Да, мы согласны, что растение это просто уникально и оказывает самое благотворное действие на человеческий организм, но, так же как и любое другое средство современной медицины, при неправильном и небрежном обращении способно принести большой вред. Давайте вместе узнаем о том, какова же опасность неправильного его применения и какие ошибки его использования часто встречаются.

Любое лекарство – это в первую очередь химическое вещество, до некоторой степени «сотрудничающее» с организмом. Одни вещества более активны, другие меньше. Таким образом, можно выстроить логическую закономерность: чем вещество более активно, тем особенно это опасно. Например, гликозиды (которые есть и в каллисии) – очень эффективные средства для лечения сердечной недостаточности и других нарушений в работе сердца, однако они

являются достаточно ядовитыми. Есть вещества, фактически лишенные ядовитого влияния, но даже они могут вызвать проблемы при их безудержном употреблении. Это вполне справедливо и для золотого уса, т. е. если вы увеличите дозу лекарства на его основе, то как закономерный эффект получите лишь усугубление вашего заболевания.

Например, содержащиеся в золотом усе витамины – биологически активные вещества, стимулирующие различные обменные процессы в организме. Растворимые в жирах витамины (А, D, Е, К) при накоплении вызывают гипервитаминозы, сопровождающиеся ухудшением состояния вашего здоровья. Для растворимых в воде витаминов (С, Р, РР, группы В и т. д.) накопление в организме не характерно, но при их избыточном количестве могут возникнуть патологические реакции: аллергия, раздражение слизистой оболочки желудка и кишечника, дисфункция почек, метаболические нарушения. Поэтому препараты золотого уса, так же как и любые другие сильнодействующие средства, не могут использоваться в более высоких дозах, чем это необходимо, и, так же как и любое другое средство, их необходимо держать в месте, недоступном для маленьких детей.

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 уж точно стоит с некоторой осторожностью применять его в начале, так как никто не застрахован от индивидуальной непереносимости препарата.

В последнее время очень часто появляется информация, что какое-то лекарственное средство является панацеей от всех болезней. Периодически такое начинают говорить и про золотой ус. Существуют

лекарства, высокоэффективные для лечения каких-то патологий, но при этом даже такие лекарства не дают 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 потребуются конкретное и целенаправленное лечение. То же можно сказать и о золотом усе. Он обладает выраженными иммуностимулирующим, заживляющим противовоспалительным и общеукрепляющим действием, но вылечить любое заболевание в любой его стадии не может. Конечно, золотой ус способен поддержать силы вашего организма, но он не панацея.

Естественно существует множество предостережений и ограничений в приеме каллисии душистой, а именно многочисленные сведения о реакции организма на передозировку лекарственных препаратов, полученных из различных частей золотого уса. Вот они: наиболее сильной биологической активностью обладает препарат, приготовленный из побегов растения. Отвар из 1–2 измельченных суставчиков ствола на 0,5 л воды при приеме по 50 – 100 мл 3 раза в день в первые дни вызывает у больного приятное ощущение разливающегося по всему телу тепла. Улучшается самочувствие и повышается общий тонус организма. Но дней через 7, когда в организме происходит постепенное накопление препарата, наступает так называемая передозировка, резко ухудшается состояние. Особенно часто это случается у людей, страдающих заболеваниями печени и почек, особенно в весенне-летний период, и совпадает с аллергической реакцией на цветущие растения. У таких больных появляются головные боли, переходящие в мучительные мигрени, возникают перепады кровяного давления, темнеет в глазах, возникает отечность горла, увеличивается щитовидная железа, сильно повреждаются голосовые связки. Голос садится, и дальнейшее лечение его затягивается.

Может появляться боль в животе, возникает зуд кожи, особенно на сгибах конечностей, может сформироваться мокнущая экзема, трудно поддающаяся последующему лечению.

Поэтому при первых же признаках передозировки немедленно прекратите прием препаратов из каллисии и активно начинайте

принимать энтеросорбенты (активированный уголь, полифепан). Пейте как можно больше воды – частое и обильное питье необходимо для выведения образовавшихся токсинов.

Не принимайте лекарства чаще и больше, чем это написано в рецепте. Если вы передозируете его, риск возникновения сопутствующих реакций может сильно возрасти. В течение курса лечения золотым усом не рекомендуется заниматься каким-либо видом деятельности, который требует повышенного внимания или оказывает большую физическую нагрузку. Если вы не можете совсем освободиться от дел, то хотя бы позвольте себе не менее 30 минут полноценного отдыха после каждого приема лекарства.

В домашней практике из горизонтальных побегов каллисии чаще всего готовят спиртовую настойку (побег с 4–5 суставчиками или междоузлий каллисии на 0,5 л спирта крепостью 40 % или 70 %). Приготовленную настойку чаще всего применяют наружно для растирания при суставных болях и остеохондрозе.

Из этих же побегов готовят настойку для приема внутрь при злокачественных новообразованиях и бронхиальной астме. У некоторых больных онкологическими заболеваниями и бронхиальной астмой наблюдалась пониженная чувствительность к настойке каллисии: прием по 1 ч. или 1 дес. л. не только не вызывал отрицательных проявлений, а наоборот, приводил к значительному улучшению состояния. Но по разным рекомендациям такой интенсивный прием самодельного препарата не должен превышать 3 недель, после чего обязательно следует делать недельный перерыв, очищая в это время организм с помощью энтеросорбентов, как рекомендуют травники.

Прикладывание листьев растения к большим открытым свежим ранам и лечение таким же образом незаживающих трофических язв или глубоких ожогов совершенно недопустимо, так как вызовет сильное раздражение и усугубит воспалительный процесс.

Вначале ваше состояние может даже улучшиться, но позднее, через 3–5 дней, могут возникнуть аллергические реакции, иногда очень сильные, сопровождаемые жжением, раздражением и покраснением. Чтобы избежать развития таких побочных эффектов, для прикладывания к раневой поверхности лучше использовать разведенный свежееотжатый сок растения из горизонтальных побегов.

Для разведения нужно использовать остывшую кипяченую воду в соотношении 1: 5.

Кроме того, вы можете приготовить масляный экстракт золотого уса (на основе льняного, кедрового, оливкового или подсолнечного масла), чтобы смазывать жировым составом открытые раны. Большинство авторов пробует оградить своих читателей от опасности бесконтрольного применения, напоминая пациентам, что лечебные компоненты золотого уса присутствуют в нем в очень сконцентрированном виде, поэтому применять лекарства, приготовленные из его различных частей, необходимо, строго соблюдая дозировки.

Предварительное хранение листьев каллисии в морозильной камере или холодильнике в температуре +2–4 °С в течение 2 недель является ошибочным. Это совершенно излишне, особенно если учитывать, что при такой температуре у теплолюбивого растения (которым и является каллисия) происходят разрушение клеточной структуры и частичный распад химических веществ. Сушить каллисию также не рекомендуется. Во всех существующих рецептах для подготовки каких-либо лекарств используется только свежесобранное сырье (листья или побеги).

Не рекомендуется сочетать прием золотого уса с приемом оральных контрацептивов, так как при этом могут развиваться различные побочные эффекты.

Лечение любых заболеваний у беременных женщин золотым усом противопоказано, так как это может вызвать повышение тонуса маточной мускулатуры.

Хорошо сочетается прием золотого уса с приемами препаратов алоэ и любых иммуностимулирующих лекарственных препаратов.

Золотой ус усиливает действие противовоспалительных и отхаркивающих средств.

Хорошо сочетается прием золотого уса и препаратов для похудения за счет усиления синтеза белков и регуляции окислительно-восстановительных процессов.

Прием препаратов золотого уса лучше не сопровождать приемом веществ, содержащих кислоты. Если запивать настойку или сок золотого уса щелочной минеральной водой, то воздействие препарата усилится.

Если же сочетать прием золотого уса с витаминными препаратами, то действие лекарства и витаминов взаимоусиливается именно за счет флавоноидов, которые оказывают провитаминное воздействие на организм.

Действие растительных препаратов, содержащих гликозиды, также усиливается при сочетании с препаратами золотого уса. 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, используемыми для лечения заболеваний печени и почек, так как в этом случае нагрузка возрастает вдвойне.

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 этим растением.

При лечении заболеваний щитовидной железы, особенно связанных с дефицитом йода, назначение золотого уса противопоказано, поскольку он является одним из возможных факторов развития йодного дефицита.

При совместном приеме золотого уса и антиаллергических препаратов необходимо точно рассчитывать дозировку, так как возможно взаимное усиление действия.

Хорошо объединить прием профилактических антипростудных средств с соком или настойкой золотого уса.

Прием антиатеросклеротических лекарственных средств вместе с золотым усом также взаимоусиливает их действие.

При болезнях системы крови также необходимо применять лекарства из золотого уса с осторожностью. При анемии это усилит действие препаратов железа, но при лейкозах золотой ус можно применять только в промежутках между основными курсами лечения.

Хорошо объединить прием золотого уса с противовоспалительными средствами при лечении воспалительных

гинекологических болезней и при аменорее.

При объединенном приеме золотого уса и противогипертонических средств отмечено устойчивое уменьшение давления без острых скачков. Прием ноотропов и препаратов для укрепления мозгового кровообращения также хорошо объединить с приемом золотого уса. Необходимо помнить, что курс лечения золотым усом в этом случае должен быть длиннее, чем основной курс лечения, примерно на 4–6 дней.

Также возможно добавление препаратов золотого уса к основному курсу консервативного лечения язвы желудка.

У пациентов, страдающих онкологическими заболеваниями, вынужденных принимать значительные дозы препаратов золотого уса, курс такого лечения не должен превысить 3 недели.

Без консультации лечащего врача мы не рекомендуем вам применять золотой ус для лечения детей, даже для наружного использования.

Если препараты золотого уса способствуют развитию у вас повышенной рассеянности внимания и сонливости, то было бы целесообразно перенести их прием на вечернее время, лучше всего перед сном.

Необходимо хранить готовые препараты из золотого уса при комнатной температуре, не допуская их перегревания или переохлаждения. При попадании прямых солнечных лучей на экстракты золотого уса пропадают его лекарственные свойства. Кроме того, при замораживании жидких растворов растения они тоже теряют лечебные свойства.

Лучше объединить прием сока или настойки золотого уса с пищей или обильным питьем, чтобы не раздражить слизистую желудка. Если вы пропустили время приема очередной порции лекарства, ни в коем случае не принимайте удвоенную дозу.

И еще раз повторю: при возникновении отрицательных признаков обязательно вызывайте доктора. К таким признакам относят: нарушения дыхания, кашель, изменение сознания, расстройство пищеварения, сыпь, зуд кожи, потерю или увеличения аппетита, возбужденность и нервозность, нарушения сна, крапивницу, головная боль, тошноту, головокружения, усталость и сонливость, шум в ушах, потливость, сильную дрожь, отеки.

Глава 4 Приготовление лекарственных препаратов из золотого уса

Большинство растений, которые используют для лечения заболеваний, стараются запастись до осени, так как в этот период происходит накопление максимума биологически активных веществ. Конечно, если необходимо начать срочное лечение, тогда возможно использовать каллисию в любой момент. Но если есть время, лучше увеличить количество и величину растений и начинать обрабатывать сырье в конце августа (это справедливо для условий северо-запада России).

Лучше использовать все листья с основания растения (за исключением не совсем подросших с верхней части основания), горизонтальные побеги со срезанной концевой розеткой. Это позволяет получать большой объем сырья для изготовления различных видов настоек: масляных, спиртовых и медовых.

Для спиртовых настоек хорошо подходят боковые горизонтальные побеги или отдельные междоузлия и коленца побега, которые разделены узлами фиолетово-коричневого цвета. Их еще называют суставчиками (для простоты понимания). Согласно некоторым рекомендациям травников растение считают целебным после того, как на побегах или усах вырастают около 8 – 10 суставов. Поскольку для приготовления настойки используют 15–20 единиц (или колени (концентрация для использования при различных болезнях может измениться)), их удобнее размельчать в фарфоровой ступке, а затем заливать 1 л водки или спирта, настаивать в темном месте в течение 10–15 дней, периодически встряхивая. Настойка приобретает темно-сиреневый цвет. Затем ее тщательно процеживают и ставят на хранение в темное и прохладное место, оптимально – на полку на дверце холодильника. Иногда для настойки используют все растение полностью, оставляя только вершину для дальнейшего укоренения и последующего культивирования. Настойку в различной концентрации используют для внешнего и внутреннего лечения, при терапии остеохондрозов, ушибов, туберкулеза, бронхиальной астмы, пневмонии, послеоперационных спаек, полипов, фибром, миом и т. д.

Для приготовления настоев используют только сорванные листья растения. Один большой лист (такие расположены, как правило, ближе к основанию розетки и должны быть не меньше 18–20 см длиной) помещают в стеклянный или керамический (но не металлический) сосуд, заливают 1 л кипящей воды, тщательно укутывают и в течение дня настаивают. Настой возможно приготовить и в термосе. Полученная жидкость имеет малиново-фиолетовый оттенок. Настои используют при лечении диабета, панкреатита, болезней печени, желудка и кишечника, для очищения организма и т. д.

Для приготовления мази из золотого уса вам потребуются свежеприготовленная кашица из горизонтальных побегов или сок из свежих листьев и стеблей, а также любая жировая основа. В зависимости от того, как именно вы собираетесь применять полученную мазь, можно использовать для ее изготовления детский крем, вазелин, свиной, нутряной или барсучий жир. Смешайте сок растения с подогретой до жидкого состояния жировой основой в соотношении 1: 3, кашицу – в соотношении 2: 3. Мазь на основе детских кремов и вазелина используется при обработке трофических язв, кожных заболеваний и ушибов. Мази и линименты на основе свиного, нутряного и барсучьего жира рекомендуют применять при обработке суставов и для приготовления растираний при лечении простудных заболеваний.

Масло из каллисии душистой можно приготовить несколькими способами.

1. Сначала отжать сок из листьев или стеблей каллисии, оставшийся жмых слегка подсушить, затем еще раз измельчить, залить оливковым маслом в соотношении 1: 3, настаивать 2–3 недели, отжать. Получившееся масло хранить в темной стеклянной посуде в защищенном от света месте.

2. Измельченные горизонтальные побеги (или листья с побегами) каллисии залить оливковым или подсолнечным маслом в соотношении 1: 5, поставить в духовку на несильный огонь и томить в течение 8 – 10 часов при температуре 30–40 °С. Массу процедить, масло хранить в холодильнике. Жмых не используется.

Масло из каллисии хорошо применять для всех видов массажа, для растираний при лечении артритов, кожных болезней.

В лечебных целях применяются также свежие листья и горизонтальные побеги целиком, измельченные или протертые. В зависимости от заболевания и схемы лечения используются разные части растения и различная концентрация настоев и настоек. Возможно использование каллисии душистой в сочетании с другими веществами (медом, маслом, кагором и т. д.). Свежее или живое растение и его части чаще всего применяют наружно. Не забывайте о воздействии, оказываемом препаратами каллисии на голосовые связки, и трудности их восстановления, а также про индивидуальную чувствительность организма.

Глава 5 Лечение гинекологических заболеваний и нарушений мочеполовой системы при помощи золотого уса

Одной из важнейших областей применения золотого уса является его использование при лечении заболеваний половых органов (гинекологических заболеваний, бесплодия, простатита и т. д.). В этой главе мы хотим вам рассказать о способах использования целебных свойств этого растения. О том, что оно собой представляет, как правильно приготовить из него лекарства и какими свойствами оно будет обладать, мы уже рассказали вам в вышеизложенных главах. Теперь пришло время применить полученные знания на практике.

Воспалительные заболевания матки и ее придатков

При воспалительных процессах употребляют горячий отвар из смеси трав.

Требуется: 10 г лепестков васильков, 15 г измельченного корня бузины травянистой 10 г рылец кукурузы, 15 г листьев толокнянки, 5 г травы хвоща, 10 г травы грыжника, 15 г березовых почек, 1 л сырой воды, 3 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. Все смешать, 4 ст. л. (каждая с верхом) этой смеси залить сырой водой, настаивать в течение ночи, а утром кипятить 5–7 минут, остудить и добавить сок золотого уса.

Применение. Выпить этот отвар за день в 5 приемов. Лечатся им в течение 6 недель.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 1 часть цветов донника желтого, 1 часть травы золототысячника, 1 часть цветов мать-и-мачехи, 1 стакан кипятка.

Приготовление. Все хорошо измельчить, смешать. 1 ст. л. смеси залить кипятком. Настоять, укутав, 1 час, процедить.

Применение. Принимать по 1/3 стакана 6 раз в день в течение 3–4 недель. При этом рекомендуется полное воздержание от половой жизни на период лечения.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 50 г листьев и стеблей грушанки, 0,5 л водки.

Приготовление. Золотой ус и грушанку залить водкой. Настоять 2 недели в темном месте.

Применение. Принимать по 30–40 капель 3 раза в день после еды.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 5 ст. л. черныбыльника или 5 ст. л. полыни, 5 ст. л. травы вероники, 5 ст. л. цветов ромашки, 1 часть травы донника, 1 л кипятка.

Приготовление. 4 ст. л. смеси заварить в кипятке. Дать настояться 25 минут. Процедить. За это время сделать очистительную клизму.

Применение. 0,5 л отвара выпить горячим на ночь, 300 мл использовать теплым (37,5 °С) для спринцевания влагалища, 150 мл отвара ввести в заднепроходное отверстие и лечь на бок. Всего несколько дней тщательного выполнения этого рецепта принесут вам облегчение. Но для полного излечения нужно делать эту процедуру 2–3 раза в неделю в течение 2 месяцев.

Требуется: 0,5 л водки, 500 г изюма, 30 г сока золотого уса, 50 г яблочного уксуса.

Приготовление. Изюм измельчить, смешать с соком золотого уса и залить водкой. Полученную смесь залить в бутылку с темным стеклом, плотно закрыть крышкой и поставить в темное теплое место на 6 дней. Затем полученную настойку процедить, смешать с яблочным уксусом и оставить еще на сутки.

Применение. Принимать по 1 ч. л. 2 раза в день, утром и вечером после еды. Курс лечения – 6 месяцев. Средство нужно хранить в холодильнике.

Требуется: 30 г сока золотого уса, 50 г травы тысячелистника, 50 г ягод шиповника, 50 г травы сухой полыни, 200 г сока 3-летнего алоэ, 20 г экстракта чаги, 250 г коньяка, 3 л воды.

Приготовление. Травяной сбор залить водой и оставить на 2 часа. Затем поставить на огонь, довести до кипения и томить на медленном огне еще 2 часа. Затем снять с огня и оставить на сутки. Полученный отвар процедить. Затем в отвар трав добавить коньяк, экстракт чаги и сок золотого уса. Все тщательно перемешать и, оставить в темном прохладном месте на 4 дня.

Применение. Полученную смесь хранить в холодильнике и принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 2 часа до еды. Курс лечения – 6 дней, затем перерыв в 10 дней и еще 6 дней – прием лекарства.

Требуется: 30 г сока золотого уса, 1 ст. л. травы тысячелистника, 1 ст. л. травы зверобоя, 1 ст. л. травы бессмертника, 1 л воды.

Приготовление. Травяной сбор залить холодной кипяченой водой, оставить на 30–40 минут. Затем попарить на водяной бане 1–2 часа, процедить и остудить до комнатной температуры. Сок золотого уса растворить в полученном отваре трав. Затем средство укутать в махровое полотенце и оставить на 3–4 часа.

Применение. Пить по 0,3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения – 6 месяцев по следующей схеме: 2 недели пить, 2 недели – перерыв.

Требуется: 25 г сока золотого уса, 50 г листьев мяты перечной, 100 г ягод клубники, 200 мл воды.

Приготовление. Ягоды клубники тщательно промыть, просушить на полотенце и размять до получения кашицы. Листья мяты заварить крутым кипятком и, плотно накрыть крышкой, дать остыть до комнатной температуры. Затем процедить и в полученном отваре растворить сок золотого уса. Полученную жидкость смешать с клубникой и оставить в темном прохладном месте на 40 минут.

Применение. Средство принимать по 1 ст. л. за 40 минут до каждого приема пищи.

Требуется: 35 г сока золотого уса, 200 мл воды.

Приготовление. Кипяченую воду остудить до температуры 10–15 °С и растворить в ней сок золотого уса.

Применение. Полученную смесь принимать по 50 мл за 15–20 минут до еды.

Требуется: 100 мл капустного сока, 25 г сока золотого уса, 100 мл воды.

Приготовление. Капустный сок смешать с водой, прокипятить и остудить, затем добавить в него сок золотого уса и тщательно перемешать до полного растворения.

Применение. Средство принимать по 100 мл после каждого приема пищи.

Требуется: 10 г сока золотого уса, 50 г березовых почек, 150 мл воды.

Приготовление. Березовые почки заварить крутым кипятком, плотно закрыть крышкой и оставить в темном прохладном месте на 3–4 часа. Затем процедить через марлю и отжать. Полученный настой

процедить. Сок золотого уса смешать с настоем березовых почек, нагревать до тех пор, пока сок золотого уса полностью не растворится.
Применение. Полученное средство принимать внутрь по 10–15 капель, растворенных в 50 мл кипяченой воды, утром и вечером.

Требуется: 10 г сока золотого уса, 2 ст. л. семян укропа, 1 стакан красного вина.

Приготовление. Семена укропа залить вином, поставить на слабый огонь на 5–10 минут, затем оставить настаиваться в течение 1 часа. После этого настойку процедить, добавить подогретый сок золотого уса, размешать.

Применение. Принимать по 2 ст. л. настойки перед тем, как лечь в постель.

Требуется: 2 крупные груши, 1 стакан земляники, 1 ст. л. протертых через сито свежих листьев мяты перечной, 3 крупных персика, 2 ст. л. сока золотого уса.

Приготовление. Груши и персики натереть на крупной терке, затем смешать с протертыми и листьями мяты и соком золотого уса, после чего добавить ягоды земляники.

Применение. Полученную смесь принимать по 0,5 стакана за полчаса до еды 2 раза в день.

Требуется: 1 стакан яблочного сока, 3 ст. л. сиропа шиповника, 2 ст. л. сока золотого уса.

Приготовление. Смешать все компоненты.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

Требуется: 2 ст. л. листьев Melissa, 4 ст. л. цветочных корзинок ромашки аптечной, 3 ст. л. листьев мяты перечной, 7 стаканов воды, 3 ст. л. сока золотого уса.

Приготовление. Смесь залить кипятком, настаивать 30 минут, затем процедить. В настой добавить сок золотого уса. Все перемешать.

Применение. Настой принимать по 0,5 стакана 2–3 раза в день.

Требуется: 100 г свежей хвои сосны, 1 л кипятка, 1 ст. л. сока золотого уса.

Приготовление. Свежую хвою сосны промыть и измельчить, залить кипящей водой, довести до кипения и сразу же снять с огня. Настаивать 1–2 часа, процедить.

Применение. Пить по 0,5 стакана 3–4 раза в день, растворив в напитке 1 ст. л. сока золотого уса.

Требуется: 1 ст. л. сока золотого уса, горсть ягод шиповника, 0,5 стакана ягод черной смородины, 1 ст. л. малины или малинового варенья, 1 стакан воды.

Приготовление. Шиповник, малину и смородину положить в эмалированную кастрюлю, залить кипятком, добавить сок золотого уса и дать настояться в течение 15 минут. Затем процедить настой.

Применение. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день.

Требуется: 1 лимон, 1 апельсин, 2 стакана красного полусухого вина, 2 ст. л. сока золотого уса, немного корицы и красного перца.

Приготовление. Выжать сок из лимона и апельсина. В отдельной кастрюле подогреть вино, добавив в него сок золотого уса, корицу и красный перец. Нагрев до температуры примерно 50 °С, смешать вино с соками.

Применение. Принимать приготовленное средство 3 раза в день по 0,5 стакана.

Требуется: 1 стакан яблочного сока, 1 стакан красного вина, 1 ст. л. сока золотого уса, по щепотке корицы, гвоздики, кардамона.

Приготовление. Яблочный сок смешать с красным сухим вином, добавить сок золотого уса и специи. Все перемешать и поставить на медленный огонь. Нагрев до 40 °С, снять посуду с огня.

Применение. Приготовленное средство пить по 1/3 стакана в день, лучше на ночь.

Требуется: 0,5 стакана сока апельсина, 1 ст. л. сока ягод лимонника, 1 ст. л. ростков овса, 0,25 стакана сока моркови, 3 ст. л. сока золотого уса.

Приготовление. Овес хорошо промыть теплой водой, завернуть во влажную марлю и поставить в теплое место. Через 3 дня овес прорастет. Прокрутить его через мясорубку 2 раза. Смешать с соками. Добавить сок золотого уса. Хранить в плотно закрытой стеклянной или керамической посуде в прохладном месте не более суток.

Применение. Пить по 1 ст. л. за 30 минут до еды 2 раза в день в течение 25 дней. Затем сделать перерыв на 5 дней.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса 0,5 стакана ягод черной смородины, 0,5 стакана ягод рябины обыкновенной, 0,5 стакана яблочного сока, 1 л воды.

Приготовление. Размять ягоды черной смородины и рябины. Ошпарить чайник кипятком, поместить внутрь ягодное пюре.

Добавить сок золотого уса. Залить содержимое чайника крутым кипятком, укутать чайник и оставить его в теплом месте примерно на 20 минут. После того как чай остынет, добавить яблочный сок. Процедить.

Применение. Пить чай без ограничений.

Требуется: 2 стакана ягод вишни, 1 ст. л. сока золотого уса, 4 ст. л. листьев мяты, 0,5 л воды.

Приготовление. Удалить косточки из вишни. Размять ягоды так, чтобы получилось ягодное пюре. Ошпарить чайник кипятком, поместить внутрь пюре из вишни, измельченные листья мяты, сок золотого уса. Залить содержимое чайника крутым кипятком. Процедить.

Применение. Пить 2–4 раза в день после еды по 1 стакану.

Требуется: 6 ст. л. листьев молодой крапивы, 7 ст. л. плодов рябины красной, 3 стакана воды, 3 ст. л. липового цвета, 3 ст. л. сока золотого уса.

Приготовление. Ошпарить чайник, поместить внутрь рябину, листья крапивы, липовый цвет, сок золотого уса. Залить кипятком, укутать чайник и оставить в теплом месте на 30 минут. Процедить.

Применение. Пить чай 3–5 раз в день после еды по 1 стакану.

Требуется: 2 груши, 1 стакан ягод клубники, 1 ст. л. листьев смородины, 0,5 стакана мякоти апельсина, 3 ст. л. сока золотого уса, 0,5 л воды. *Приготовление.* Натереть груши на терке, добавить мякоть апельсина, измельченные ягоды клубники, листья смородины и сок золотого уса. Ошпарить чайник кипятком и поместить туда все содержимое. Залить крутым кипятком, укутать и поставить в теплое место. Оставить чай на 40 минут. Процедить.

Применение. Употреблять без ограничений.

Требуется: 1 стакан ягод черной смородины, 1 стакан плодов боярышника, 0,5 стакана листьев земляники, 0,5 стакана листьев мяты, 3 ст. л. сока золотого уса, 1 л воды.

Приготовление. Размять ягоды черной смородины. Ошпарить чайник кипятком, поместить внутрь пюре из ягод, плоды боярышника, измельченные листья. Залить крутым кипятком содержимое чайника, оставить в темном месте на 40 минут. Добавить сок золотого уса. Процедить.

Применение. Употреблять чай 2–3 раза в день до еды по 150 мл.

Требуется: 4 ст. л. травы пустырника обыкновенного, 3 ст. л. ягод черной смородины, 3 ст. л. плодов боярышника, 2 ст. л. измельченных корней цикория, 3 ст. л. сока золотого уса, 1 л воды.

Приготовление. Залить кипящей водой пустырник, черную смородину, боярышник и корень цикория. Поставить на медленный огонь смесь и кипятить примерно 5 минут. После этого оставить отвар на 30 минут, затем процедить. Добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать чай 2 раза в день по 1 стакану.

Лечение воспалительных заболеваний женских половых органов

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 50 г сухих измельченных листьев ежевики, 2 л воды, 1 ст. л. меда.

Приготовление. Залить измельченные листья кипятком, настаивать в течение 1 часа. Затем процедить и добавить мед.

Применение. Приготовленный настой нужно использовать для спринцеваний при хроническом воспалении женских половых органов.

Требуется: 30 г листьев золотого уса, 50 г травы спорыша, 30 г листьев крапивы, 1 л воды.

Приготовление. Смешать все компоненты и хранить в стеклянной посуде. Для приготовления раствора для спринцеваний нужно залить 2 ст. л. сбора горячей водой, прокипятить на слабом огне 5 минут, дать остыть и процедить.

Применение. Для спринцевания применять теплый раствор. В период лечения рекомендуется полностью воздерживаться от половых сношений.

Требуется: 50 г листьев золотого уса, 50 г травы чернотысячника, 50 г травы вероники дубравной, 10 г травы донника, 1 л кипятка.

Приготовление. Перемешать травы, измельчить их и хранить в стеклянной посуде с плотно закрывающейся крышкой. 3 ст. л. смеси залить кипятком, прикрыть крышкой, укутать и настаивать 30 минут. Отвар процедить.

Применение. Из 500 мл полученного настоя сделать спринцевание, 100 мл использовать для клизмы (перед этим нужно сделать очистительную клизму), а 300 мл настоя выпить в горячем виде на ночь. После всех этих процедур обязательно лечь в постель и хорошенько укутаться.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. травы спорыша, 1 ст. л. травы хвоща полевого, 3 ст. л. листьев золототысячника, 2 ст. л.

травы лапчатки, 1 стакан кипятка.

Приготовление. Смешать травы, а потом заварить 1 ст. л. смеси кипятком в термосе.

Применение. Выпить этот настой в течение дня небольшими глотками.

Требуется: 2 части ягод черники, 2 части измельченных корневищ лапчатки, 2 части цветков тмина, 2 части листьев шалфея, 2 части листьев золотого уса, 2 стакана кипящей воды.

Приготовление. Заварить 2 ст. л. сбора кипящей водой, кипятить 10 минут и настаивать в течение 20 минут.

Применение. Принимать такой настой следует по 1/5 стакана 3 раза в день после еды.

Требуется: 2 ст. л. цветков тмина, 2 ст. л. листьев шалфея, 2 ст. л. плодов тмина, 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 2 ч. л. смеси залить кипятком. Настаивать до охлаждения под крышкой.

Применение. Употреблять по 1/5 стакана 3 раза в день за 20–30 минут до еды.

Требуется: 30 г листьев золотого уса, 10 г травы чистотела, 30 г травы тысячелистника, 30 г травы зверобоя, 1 стакан кипятка.

Приготовление. Перемешать травы, измельчить их, а потом заварить в термосе 1 ст. л. сбора кипятком.

Применение. Выпить полученный настой в 2 приема спустя 30 минут после еды (утром и вечером).

Требуется: 3 части цветов тмина, 2 части травы тысячелистника, 2 части травы полыни, 2 части листьев мяты и 2 части цветов ромашки, 2 стакана холодной воды.

Приготовление. Перемешать измельченные травы, взять 2 ч. л. смеси и настаивать в холодной воде в течение 8 – 12 часов. Потом довести жидкость до кипения, остудить и процедить через марлю.

Применение. Принимать следует по 1/5 стакана 3–4 раза в день до еды.

Требуется: по 1 ст. л. листьев золотого уса, травы чистотела, листьев вахты трехлистной, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси трав заварить кипятком, плотно закрыть посуду крышкой и укутать ее чем-нибудь теплым. Настаивать в течение 1,5 часов.

Применение. Употреблять настой следует по 1/3 стакана 2 раза в день спустя 1 час после приема пищи.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г листьев мяты, 30 г плодов фенхеля, 20 г плодов тмина, 10 г измельченного корня валерианы, 1 стакан кипящей воды.

Приготовление. 2 ч. л. смеси следует заварить кипящей водой, настоять в течение 20 минут.

Применение. Употреблять в теплом виде 2 раза в день по 1 стакану после еды.

Требуется: 1 ч. л. листьев золотого уса, 1 ч. л. цветов душицы, 1 стакан кипятка.

Приготовление. Золотой ус и цветки душицы заварить кипятком, прокипятить 10 минут и остудить.

Применение. Принимать 2 раза в день по 200 мл после еды.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 10 г плодов тмина, 10 г травы душицы, 1 стакан кипятка.

Приготовление. Перемешать травы, 1 ч. л. сбора залить кипятком и настаивать под крышкой, пока не остынет.

Применение. Принимать по полстакана 4 раза в день после еды.

Требуется: 60 г листьев золотого уса, 40 г измельченного корня валерианы, 10 г плодов тмина, 1 стакан кипящей воды.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипящей водой и настаивать в течение 20 минут.

Применение. Пить настой следует по полстакана 4 раза в день после еды.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 4 ст. л. цветов душицы, 6 ст. л. измельченной коры дуба, 1 ст. л. измельченных корней алтея лекарственного, 3 ст. л. меда, 1 л воды.

Приготовление. 3 ст. л. травяной смеси залить кипятком, настаивать 5 минут, затем процедить.

Применение. Использовать в теплом виде для спринцевания 2 раза в день утром и вечером.

Требуется: 25 г сока золотого уса, 75 г воды, ватные тампоны.

Приготовление. Смочить ватные тампоны в разведенном водой соке золотого уса и ввести во влагалище ближе к шейке матки.

Применение. Прodelать 10–15 процедур. Тампоны оставлять на 24 часа.

Требуется: 20 г травы лапчатки гусиной, 1 стакан воды, 1 ст. л. листьев золотого уса.

Приготовление. Залить травы горячей водой, кипятить на медленном огне 15 минут, затем остудить и процедить.

Применение. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

Требуется: 1 ст. л. травы спорыша, 1 ст. л. травы хвоща полевого, 2 ст. л. травы золототысячника, 5 ст. л. травы лапчатки гусиной, 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком. Настаивать в течение 3 часов, затем процедить. Добавить сок золотого уса.

Применение. Весь полученный настой выпить в течение дня небольшими глотками.

Требуется: 10 ягод калины, 1 ст. л. сока золотого уса, 1 стакан крутого кипятка.

Приготовление. Залить ягоды калины крутым кипятком. Кипятить на медленном огне примерно полчаса. Затем охладить, процедить, добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за полчаса до еды.

Требуется: 5 ч. л. травы тысячелистника, 5 ч. л. травы пастушьей сумки, 5 ч. л. травы лапчатки прямостоячей, 2 ч. л. измельченной коры дуба, 1 ст. л. сока золотого уса, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. травяного сбора залить кипятком. На медленном огне кипятить 5 минут, затем настаивать 15 минут. Процедить, добавить сок золотого уса (рекомендуется использовать разбавленный в соотношении 1:3 сок золотого уса).

Применение. Принимать утром и вечером по 1 стакану отвара.

Требуется: 3 ч. л. измельченной коры крушины ломкой, 3 ч. л. листьев березы, 2 ч. л. цветов вереска, 10 ч. л. цветочных корзинок ромашки аптечной, 10 ч. л. листьев мяты перечной, 10 ч. л. измельченных корневищ и корней валерианы, 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком. Настаивать примерно полчаса. Затем процедить.

Применение. Принимать настой в горячем виде по 1/4 стакана в день 3 раза до еды.

Требуется: 50 г сухих измельченных листьев ежевики, 1 л воды, 1 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. Залить измельченные листья кипятком, настаивать в течение 1 часа. Затем процедить и добавить сок золотого

уса.

Применение. Приготовленный настой использовать для спринцеваний при хроническом воспалении женских половых органов.

Требуется: 4 ст. л. травы душицы, 6 ст. л. измельченной коры дуба, 1 ст. л. измельченных корней алтея лекарственного, 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 л кипятка.

Приготовление. 3 ст. л. травяной смеси залить кипятком, настаивать 5 минут, затем процедить.

Применение. Использовать в теплом виде для спринцевания 2 раза в день, утром и вечером.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. измельченных корней бадана, 1 л воды.

Приготовление. Залить корни бадана и золотой ус кипятком, кипятить на водяной бане примерно полчаса, процедить горячим. Затем охладить.

Применение. Использовать для спринцеваний для лечения эрозии шейки матки и воспалительных процессов различного происхождения.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. цветков календулы, 3 стакана воды.

Приготовление. Залить календулу и золотой ус кипятком, кипятить на водяной бане примерно полчаса. Остудить и процедить.

Применение. Применять для спринцеваний при воспалительных заболеваниях различной этиологии.

Требуется: 1 ст. л. пихтового масла, 1 ст. л. сока золотого уса, ватный тампон.

Приготовление. Смочить смесью масел ватный тампон.

Применение. Вставить тампон глубоко во влагалище. Использовать при гинекологических заболеваниях – эрозии шейки матки, эндорцервитах, кольпитах. Курс лечения составляет 15 дней, затем – 15 дней перерыв.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 ч. л. травы барвинка, 1 стакан воды.

Приготовление. Траву залить горячей водой и кипятить на медленном огне в течение 15–20 минут. После этого отвар процедить. Хранить в холодном месте не более 2 суток.

Применение. Лечение производить тампонами, смоченными в теплом отваре. Тампоны следует вставлять во влагалище 2 раза в день на протяжении 3 недель.

Требуется: 15 г измельченного корня мыльнянки, 15 г измельченного корня бузины травянистой, 15 г травы грыжника, 15 г цветов таволги, 4 стакана воды, 1 ст. л. сока золотого уса.

Приготовление. 4 ч. л. (с верхом) смеси залить водой и варить 10–15 минут, остудить, добавить свежий сок золотого уса.

Применение. За день выпить 0,5 л отвара, разделив на небольшие порции.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. листьев толокнянки, 3 стакана воды.

Приготовление. Листья золотого уса и толокнянки залить водой и варить, пока не испарится 1/3 жидкости. Процедить.

Применение. Пить ежедневно по 0,5 стакана отвара 2 раза в день до еды. При этом не употреблять алкогольные напитки.

Требуется: 30–50 г травы грыжника, 2 ст. л. сока золотого уса, 1 л кипятка.

Приготовление. Грыжник залить кипятком. Добавить сок золотого уса.

Применение. Пить по полстакана 3 раза в день после еды.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 30 г измельченного корня аира болотного, 1 л воды.

Приготовление. Растения заварить кипятком. Дать настояться 30 минут.

Применение. Использовать для сидячих ванн.

Требуется: 2 стакана цветочного или липового меда, 6 лимонов, 5 средних головок чеснока, 2–3 измельченных листа золотого уса.

Приготовление. Лимоны очистить от кожуры и выжать из мякоти сок, измельчить чеснок. Добавить измельченных листьев золотого уса, мед, после чего все полученные компоненты перемешать, положить в стеклянную емкость и поставить в темное место на неделю.

Применение. Принимать состав следует 1 раз в день по 4 ч. л., делая небольшие интервалы между приемами (примерно 5–7 минут), ежедневно. Курс лечения – 1 месяц. Очень важно принимать состав добросовестно, не пропуская ни одного дня.

Требуется: 7 лимонов, 7 яиц, 2 стакана меда, 5 средних головок чеснока, 1 ст. л. сока золотого уса.

Приготовление. Лимоны очистить и выжать сок. Скорлупу яиц очистить от пленок и прокипятить в течение 5 минут, затем растолочь.

Смешать скорлупу с соком, оставить на неделю, затем процедить через мелкую металлическую сетку и смешать с медом. Отдельно измельчить чеснок, смешать с полученной первоначально массой, поставить посуду со смесью на неделю в темное место. Добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать 1 раз в день после обеда по 4 ч. л. в 4 приема, делая перерывы на 10 минут между приемами. Курс лечения – 1 месяц.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть травы донника лекарственного, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси растений заварить кипятком, настоять 40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 1–2 ст. л. 3 раза в день после еды.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть измельченного корня горичника русского, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. заварить кипятком, настоять 1 час. Процедить.

Применение. Принимать по 1/4 стакана 3–4 раза в день после еды.

Цистит При воспалении мочевого пузыря рекомендуют пить отвар из таких растений:

Требуется: 2 ст. л. травы тысячелистника, 1 ст. л. травы манжетки, 1 ст. л. измельченного корня аира, по 2 ст. л. березовых почек и листьев золотого уса, 2 ст. л. листьев толокнянки, 2,5 стакана воды.

Приготовление. 2 ст. л. смеси залить сырой водой и кипятить 5–7 минут; снять с огня и через полчаса процедить.

Применение. Весь полученный отвар выпить за день в 4 приема.

Требуется: 5 г клубней ятрышника, 180 мл воды, 3 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. Измельченные в порошок клубни ятрышника залить холодной водой. Дать настояться сутки. Добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 1 ч. л. 2 раза в день до еды.

Требуется: 1 ч. л. лепестков василька, 1 стакан кипятка, 1 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. Лепестки васильков залить кипятком, настаивать 30 минут. Процедить и добавить свежий сок золотого уса.

Применение. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день. Этот напар принимать при воспалении мочевого пузыря, сопровождающемся его спазмами.

Требуется: 2 ст. л. спор плауна, 2 стакана воды, 2 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. Спор залить сырой водой и кипятить 15 минут, помешивая ложкой, остудить и добавить сок золотого уса.

Применение. Пить по 1 ст. л. отвара вместе со спорами через каждый час. Если под рукой нет спор плауна, то пить ежедневно по 20–30 г (рюмке) подобного же отвара из ликоподия (30–40 г на 1 л воды).

Требуется: 4 ст. л. березовых почек, по 4 ст. л. цветов цмина и листьев золотого уса, 2 ст. л. травы грыжника, 2 ст. л. липового цвета, 100 ягод боярышника, 100 ягод рябины красной, 100 зеленых ягод ежевики, 4 ст. л. мелко порезанных корней низкорослой бузины, 4 ст. л. травы зверобоя, 4 ст. л. ликоподия, 2 ст. л. цветков ромашки, 1 л сырой воды.

Приготовление. Все хорошо измельчить, перемешать. Взять 4 ст. л. смеси и залить ее сырой водой, парить в духовке целую ночь, а утром кипятить 10–15 минут на небольшом огне. После этого смесь растереть в посуде ложкой, немного отжать, процедить.

Применение. Принимать по 50 г 6–7 раз в день. При этом соблюдается бессолевая молочная диета.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 4 ст. л. измельченных столбиков кукурузы, 4 ст. л. листьев черники, 4 ст. л. листьев толокнянки, 4 ст. л. створок фасоли, 4 ст. л. измельченных молодых побегов туи, 4 ст. л. овсяной соломы, 4 ст. л. ликоподия, 5 л воды.

Приготовление. Все хорошо перемешать. 2 ст. л. сбора залить кипятком. Томить на водяной бане 4 часа. Остудить, процедить.

Применение. Использовать для сидячих ванн (лучше процедуру проводить на ночь).

Требуется: 50 г травы грушанки, 0,5 л водки, 7 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. Сырье залить водкой. Настоять 2 недели в темном месте, добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 30–40 капель 3 раза в день, разведя в 0,5 стакана теплой воды. Применяется при хроническом воспалении мочевого пузыря и мочевых путей с наличием гноя в моче.

Требуется: 1 ст. л. цветков вереска, 0,5 л кипятка, 2 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. Вереск залить кипятком и настаивать ночь, утром процедить и добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 100 мл 3 раза в день до еды.

Требуется: 40 г листьев подорожника ланцетолистного, 40 г травы грыжника, 40 г листьев толокнянки, 30 г побегов туи, 30 г соцветий цмина, 30 г березовых почек, 30 г травы спорыша, 1 л сырой воды, 3 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. 40 г смеси залить сырой водой и настаивать ночь, утром кипятить 10 минут, процедить. Добавить сок золотого уса.

Применение. Выпивать натошак 1 стакан, а остальное – в 4 приема, каждый прием через 1 час после еды.

Требуется: 15 г побегов туи, 15 г листьев толокнянки, 15 г травы грыжника, 15 г березовых почек, 1 ст. л. сока золотого уса, 1 л воды.

Приготовление. Кипятить травы 5–7 минут. Процедить, добавить сок золотого уса.

Применение. Выпить весь этот отвар хорошо подогретым в течение дня.

Требуется: 1 ст. л. листьев татарника, 1 стакан кипятка, 1 ст. л. сока золотого уса.

Приготовление. Листья татарника залить кипятком. Настоять 2 часа. Процедить, добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день до еды. Пить его в течение 10 дней.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть травы зверобоя продырявленного, 1 часть травы череды трехраздельной, 1 часть цветков календулы лекарственной, 300 мл воды.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить водой. Кипятить 15 минут, настоять 1 час, процедить.

Применение. Принимать по 50 мл 4 раза в день за 20 минут до еды. Сбор обладает хорошим противовоспалительным и антимикробным эффектом.

Требуется: 40 г травы хвоща, 20 г стручков (без зерен) фасоли, преимущественно карликовых форм, 20 г овсяной соломы, 40 г травы зверобоя, 20 г травы спорыша, 30 г цветов бузины зеленой, 30 г лепестков васильков, 1 л сырой воды, 3 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. 4 ст. л. смеси залить на ночь сырой водой, а утром кипятить 7 – 10 минут, процедить. Добавить сок золотого уса.

Применение. Выпить за день в 5 приемов: натоцак целый стакан, а остальное – за 4 приема, каждый раз через 1 час после еды.

Требуется: по 30–40 г измельченных корней золотого уса и любистка, 2 л сырой воды.

Приготовление. Корни залить сырой водой, парить в духовке ночь, а утром прокипятить 5–7 минут, процедить, отжать остаток.

Применение. Выпить полученную жидкость за день в 5 приемов.

Требуется: по 30 г измельченных корней золотого уса и бузины травянистой, 1 л кипятка.

Приготовление. Мелко нарезанных корни золотого уса и бузины травянистой залить кипятком. Настоять 20 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день.

Требуется: по 1 ст. л. кукурузных рылец, створок фасоли, измельченных листьев золотого уса и листьев толокнянки, 1 л воды.

Приготовление. Смешать растительное сырье. 40 г смеси залить кипятком, кипятить 15 минут. Отвар процедить.

Применение. Выпить в течение дня в 6 приемов. При этом рекомендуются бессолевая молочная диета, теплые ванны и грелки на область мочевого пузыря.

Требуется: 1 ст. л. травы горицвета, 1 ст. л. сока золотого уса, 2 стакана кипятка.

Приготовление. Растение нарезать и залить кипятком, настаивать 1 час. Процедить, добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 1 ст. л. (максимум) 2 раза в день через 1 час после еды, при остром цистите.

Требуется: 10 г листьев золотого уса, 4 г травы горицвета, 5 г листьев толокнянки, 3 г березовых почек, 2 г травы хвоща, 300 мл кипятка.

Приготовление. Смесь залить кипятком, парить в духовке 2 часа и потом на слабом огне кипятить 5 – 10 минут. Процедить.

Применение. Принимать каждый час по 1 ст. л., при этом назначаются молочная бессолевая диета, постельный режим и через день теплая ванна.

Требуется: 1 ст. л. травы вереска, 0,5 л кипятка, 2 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. Вереск настаивать ночь в кипятке, утром процедить и добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 100 мл 3 раза в день до еды.

Требуется: 2 ч. л. сухой травы горца почечуйного, 3 ч. л. сока золотого уса, 0,5 л воды.

Приготовление. Сухую траву горца почечуйного залить водой. Кипятить 15 минут на малом огне, настоять, укутав, 2 часа, процедить и добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 2 раза в день за 30 минут до еды.

Требуется: 15 г травы с цветами тысячелистника, 3 ч. л. сока золотого уса, 1 стакан кипятка.

Приготовление. Траву с цветами залить кипятком. Настоять, укутав, 1 час, процедить и добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3–4 раза в день до еды.

При хроническом цистите можно применять следующие смеси.

Требуется: 1 часть листа золотого уса, 1 часть цветков календулы, 1 часть измельченного корня одуванчика, 1 часть измельченного корня солодки голой, 1 часть листьев земляники лесной, 1 стакан холодной кипяченой воды.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить холодной кипяченой водой. Дать настояться 3 часа. Затем кипятить 15 минут на медленном огне. Процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3–4 раза в день до еды.

Требуется: 1 часть листа золотого уса, 1 часть цветков боярышника, 1 часть травы сушеницы болотной, 1 часть цветков василька синего, 1 часть цветков ромашки аптечной, 1 стакан воды.

Приготовление. Из 1 ст. л. смеси трав залить кипятком. Настаивать 2 часа. Процедить.

Применение. Пить по 2 ст. л. настоя 3–4 раза в день после еды.

Требуется: 1 часть листа золотого уса, 2 части травы почечного чая, 1 часть цветков ромашки аптечной, 1 часть листа крапивы двудомной, 1 стакан холодной кипяченой воды.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить холодной кипяченой водой. Довести до кипения и тут же снять с огня. Остудить, процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3–4 раза в день в течение 10 дней.

Требуется: 1 часть листа золотого уса, 1 часть травы зверобоя продырявленного, 1 часть измельченного корня петрушки кудрявой, 1 часть цветков тысячелистника обыкновенного, 1 стакан воды.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком. Дать настояться 20 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 1–2 ст. л. настоя 3–4 раза в день.

Требуется: 1 часть цветков василька синего, 2 части листа толокнянки обыкновенной, 1 часть плодов петрушки кудрявой, 1 часть почек березы повислой, 4 части листа вахты трехлистной, 1 часть измельченного корня девясила высокого, 3 ч. л. сока золотого уса, 1 стакан кипящей воды.

Приготовление. 2 ч. л. смеси заварить в кипящей воде, кипятить 10 минут, процедить через марлю. Добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день за 20 минут до еды.

Требуется: 30 г травы фиалки душистой, 30 г листьев золотого уса, 1 л воды.

Приготовление. Травы залить кипятком. Настаивать, укутав, 2 часа. Процедить.

Применение. Пить по 0,5 стакана настоя 2 раза в день.

Нарушения менструального цикла Для уменьшения болей при менструации используются следующие средства.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. травы лапчатки гусиной, 1 стакан воды, 1 ч. л. меда.

Приготовление. Залить траву горячей водой, кипятить на медленном огне 15 минут, затем остудить и процедить. Добавить мед.

Применение. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. листьев земляники лесной, 2 стакана воды, 3 ст. л. меда.

Приготовление. Измельченные листья залить холодной кипяченой водой, настаивать примерно 7 часов. Затем процедить. Добавить мед.

Применение. Принимать по 0,5 ст. л. настоя 1 раз в день натощак за полчаса до еды (лучше утром).

Требуется: 10 ягод калины, 1 ч. л. меда, 1 стакан крутого кипятка, 1 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. Залить ягоды калины крутым кипятком. Кипятить на медленном огне примерно 30 минут. Затем охладить, процедить, добавить мед и сок золотого уса.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за полчаса до еды.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. измельченной коры крушины ломкой, 1 ст. л. листьев березы, 1 ст. л. цветков вереска, 2 ст. л. цветков ромашки аптечной, 2 ст. л. травы пустырника, 2 ст. л. листьев мяты перечной, 1 л воды.

Приготовление. Приготовленные травы смешать, заварить кипятком. Настаивать 15 минут, процедить.

Применение. Принимать настой горячим по 1 стакану в день, утром.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 ч. л. цветков яснотки белой, 1 ст. л. листьев манжетки, 1 ст. л. травы ромашки аптечной, 2 ст. л. травы пустырника, 1 ст. л. травы водяного перца, 1 л воды.

Приготовление. Приготовленный сбор прокипятить в воде, выпарив ее до 3 стаканов.

Применение. Принимать теплым по 1 стакану 2 раза в день.

Требуется: 2 ст. л. золотого уса, 1 ст. л. травы ясменника душистого, 1 ст. л. травы пустырника, 1 ст. л. травы сушеницы болотной, 1 ч. л. цветков боярышника, 1 ст. л. листьев ежевики, 1 л воды.

Приготовление. Приготовленную смесь трав заварить кипятком, дать настояться и процедить.

Применение. Принимать по половине стакана 3–4 раза в день через 1 час после еды.

Требуется: 30 г золотого уса, 100 г листьев алоэ.

Приготовление. Цельные листья алоэ положить на несколько дней в темное прохладное место. Затем, когда листья повянут, пропустить их через мясорубку и при помощи стерильной марли отжать сок. Сок золотого уса смешать с соком алоэ. Полученную смесь настаивать сутки, после чего разогреть и процедить.

Применение. Принимать состав 3 раза в день за 1 час до еды по 1 дес. л.

Требуется: 1 ст. л. золотого уса, 10 г лимонного сока, 1 стакан воды.

Приготовление. Сок золотого уса тщательно перемешать с водой и добавить лимонный сок. Полученную смесь поставить в темное прохладное место на 20–30 минут. Затем кипяченую воду подогреть до комнатной температуры (иначе сок золотого уса просто не разойдется) и растворить в ней сок золотого уса, смешанный с лимонным. Все тщательно перемешать.

Применение. Полученную смесь принимать по 0,5 стакана за 30 минут до еды.

Требуется: 30–40 г листьев золотого уса, 20 г сушеного укропа, 300 мл воды.

Приготовление. Укроп промыть под проточной водой, заварить крутым кипятком и, плотно накрыв крышкой, поставить в темное место на 3 часа. Затем полученный отвар процедить и остудить до комнатной температуры. Сок золотого уса смешать с полученным отваром. Все тщательно перемешать.

Применение. Средство принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 40 минут до еды и через 20 минут после еды.

Требуется: 200 г свекольного сока, 20 г сока золотого уса, 1 ч. л. грейпфрутового сока.

Приготовление. Смешать свекольный и грейпфрутовый сок (лучше использовать свежесжатый). Сок золотого уса растворить в смеси соков. Все тщательно перемешать, накрыть крышкой и оставить на 1 час.

Применение. Средство принимать по 1/3 стакана перед сном.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 20 г травы ясенника душистого, 25 г листьев ежевики, 10 г цветков боярышника, 20 г травы пустырника, 15 г травы сушеницы болотной, 20 г измельченного корня валерианы, 1 л воды.

Приготовление. Смесь заварить кипятком. Укутать, дать настояться в течение 1 часа и процедить.

Применение. Пить, как чай, 3 раза в день по 1 стакану.

При слабых месячных с болями в низу живота принимают отвар листьев золотого уса и руты, смешанных с семенами петрушки.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 1 часть семян петрушки, 2 стакана воды.

Приготовление. Листья золотого уса, руты и семена петрушки залить водой. Варить 10 минут.

Применение. Выпить глотками в течение всего дня не более 1 стакана.

Требуется: 20 г семян петрушки, 10 г травы руты, 1,5 стакана воды, 4 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. Семена петрушки и траву руты залить теплой водой, варить 7 – 10 минут, остудить и добавить свежий сок золотого уса.

Применение. Пить по полстакана 2 раза в день.

Требуется: 15 г листьев мелиссы, 1 стакан кипятка, 1 ч. л. сока золотого уса.

Приготовление. Мелиссу залить кипятком. Настоять, укутав, 30 минут, процедить и добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 1–2 ст. л. 5–6 раз в день. Применяется при болезненных месячных.

Требуется: 250 мл молока, 15 г сока золотого уса.

Приготовление. Молоко прокипятить и остудить. Соку золотого уса дать немного загустеть, затем влить молоко и тщательно перемешать до получения однородной жидкости. Полученную смесь накрыть крышкой и поставить в прохладное место на 3–4 дня.

Применение. Полученную смесь принимать по 30 г за 40 минут до каждого приема пищи.

Требуется: 3 части измельченной коры крушины ломкой, 3 части листьев березы, 4 части цветущих веток вереска, 10 частей цветочных корзинок ромашки аптечной, 3 части листьев золотого уса, 10 частей листьев мяты перечной, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком. Настаивать 2 часа. Процедить.

Применение. Принимать горячим по 250 мл 2 раза в день.

Требуется: 1 часть цветков яснотки белой или яснотки стеблеобъемлющей, 2 части листьев манжетки, 2 части травы ромашки аптечной, 1 часть листьев золотого уса, 2 части травы водяного перца, 3 стакана воды.

Приготовление. 2 ст. л. смеси прокипятить в воде, выпарив ее до 2 стаканов.

Применение. Принимать теплым по 150 мл 2 раза в день.

Климакс Также существуют сборы, которые облегчают переход женщины из зрелого возраста в пожилой. Климактерический период приносит женщинам много различных переживаний. Облегчить этот этап жизни можно при помощи старинного рецепта.

Требуется: 4 части травы ясменника душистого, 1 часть листьев золотого уса, 3 части травы сушеницы болотной, 2 части цветков боярышника, 5 частей листьев ежевики, 1 л кипятка.

Приготовление. 4 ст. л. смеси заварить кипятком, дать настояться и процедить.

Применение. Принимать по 100 мл 3–4 раза в день через 1 час после еды.

Требуется: 20 г листьев подмаренника (ясменника пахучего), 25 г листьев ежевики, 10 г цветков боярышника, 20 г измельченных корней родиолы, 15 г травы сушеницы болотной, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком. Укутать, дать настояться в течение 1 часа и процедить.

Применение. Принимать, как чай, 3 раза в день по 1 стакану. После 10-дневного приема этого сбора значительно уменьшается прилив крови к голове.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 3 части листьев толокнянки, 1 часть лепестков цветков василька, 1 часть измельченных корней солодки, 300 мл кипятка. *Приготовление.* Все компоненты этого сбора тщательно смешать. 2 ст. л. сбора заварить кипятком.

Применение. Пить этот чай можно так же, как и обычный.

Требуется: 4 части листьев толокнянки, 2 части листьев золотого уса, 1 часть измельченного корня солодки, 4 части ягод можжевельника, 2 стакана кипятка.

Приготовление. Все компоненты этого сбора тщательно смешать и 2 ст. л. смеси заварить кипятком.

Применение. Пить, как чай, 3–4 раза в день после еды.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть листьев березы, 1 часть листьев мать-и-мачехи, 4 части листьев малины или ежевики, 2 части цветков вереска, 400 мл кипятка.

Приготовление. Все компоненты этого сбора тщательно смешать и 2 ст. л. смеси заварить кипятком. Настаивать 20 минут. Процедить.

Применение. Очень хорошо принимать этот чай по 100 мл ежедневно натощак утром.

Требуется: 1 ст. л. листьев мяты полевой, 1 ст. л. измельченных корней валерианы, 1 ст. л. цветов душицы, 3 ч. л. золотого уса, 3 стакана воды.

Приготовление. Смесь залить кипятком, настаивать 20 минут, потом процедить. Добавить сок золотого уса, все тщательно перемешать.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 2–3 раза в день. Теперь несколько более простых по содержанию, но не менее действенных сборов.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть листьев березы, 1 часть травы хвоща, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, дать настояться 15 минут, процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть травы грыжника, 1 часть листьев толокнянки, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, дать настояться 15 минут, процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.

Требуется: 2 части ягод можжевельника, 2 части травы хвоща, 1 часть листьев золотого уса, 1 часть измельченных корневищ пырея ползучего, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, дать настояться 15 минут, процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 2 части листьев и цветков мать-и-мачехи, 2 части цветков коровяка, 1 часть цветков бузины черной, 2 части цветков липы, 2 части измельченных корневищ пырея, 2 части измельченного корня окопника, 1 стакан кипятка.

Приготовление. Все компоненты тщательно измельчить, перемешать. Затем 1 ст. л. полученной смеси залить кипятком. Дать настояться в течение 8 часов, после этого процедить полученный настой.

Применение. Принимать по 50 мл в день утром.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 2 части цветков коровяка, 4 части листьев мать-и-мачехи, 2 части семян аниса, 8 частей измельченного корня алтея, 3 части измельченного корня солодки, 1 часть измельченного корня фиалки, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, дать настояться 20 минут, процедить.

Применение. Принимать по 50 мл через каждые 3–4 часа.

Следующий сбор – более простой по составу, но не менее эффективный.

Требуется: 3 части измельченного корня алтея, 2 части измельченного корня солодки, 1 часть листьев золотого уса, 3 части листьев подорожника, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, дать постоять несколько часов, процедить.

Применение. Принимать по 2 ст. л. каждые 2–3 часа.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть травы вероники лекарственной, 1 часть травы золототысячника, 1 часть ягод можжевельника, 1 часть травы полыни горькой, 1 часть листьев плюща, 2 части листьев руты пахучей, 2 части травы первоцвета, 3 части измельченного корня бедренца (камнеломки), 2 части травы зверобоя, 2 части травы лапчатки гусиной, 2 стакана кипятка.

Приготовление. Все компоненты тщательно перемешать, 1 ст. л. смеси заварить кипятком, дать постоять несколько часов, процедить.

Применение. Принимать по 150 г с молоком 2–3 раза в день.

Требуется: 15 г листьев золотого уса, 1 стакан кипятка.

Приготовление. Золотой ус заварить кипятком и дать настояться в течение 2 часов в закрытой посуде, затем процедить.

Применение. Принимать по 1 ч. л. 3–5 раз в день за 30 минут до еды.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 200 мл водки.

Приготовление. Залить золотой ус водкой и поставить в темное место на 4 суток.

Применение. Принимать по 0,5–1 ч. л. 3 раза в день до приема пищи.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть цветочных корзинок ромашки аптечной, 1 часть травы тысячелистника, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 2 ст. л. сбора заварить в кипятке и сразу же процедить.

Применение. Принимать по 100 мл 3–4 раза в день после еды.

Приводящийся ниже сбор аналогичен по своему эффекту вышеуказанному и обладает также обезболивающим эффектом.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть цветков таволги вязолистной, 1 часть листьев крапивы, 1 часть травы зверобоя, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 2 ст. л. сбора залить кипятком и дать настояться в течение 4–6 часов. Процедить.

Применение. Принимать по 100 мл 5 раз в день.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 2 части травы зверобоя, 1 часть травы сушеницы, 1 часть травы золототысячника, 1 л кипятка.

Приготовление. Травы тщательно перемешать, затем 3 ст. л. полученной смеси залить кипятком. После этого сразу же процедить.

Применение. Принимать по 50 – 100 мл 4–5 раз в день.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть листьев мяты перечной, 1 часть цветочных корзинок ромашки аптечной, 1 часть семян тмина, 1 часть семян фенхеля, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 2 ч. л. сбора залить кипятком и дать постоять 20 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 100 мл в теплом виде утром и вечером.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть семян тмина, 6 частей цветков ромашки аптечной, 1 стакан кипятка.

Приготовление. Все компоненты хорошо перемешать. Затем 1 ст. л. смеси залить кипятком, дать постоять в течение 30 минут, процедить, остудить.

Применение. Принимать по 1 стакану утром и вечером.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть цветков бузины черной, 1 часть цветков липы, 1 часть листьев мяты перечной, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком и дать настояться в течение 3–4 часов, затем процедить.

Применение. Принимать по 50 г 3–4 раза в день.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 2 части травы сушеницы, 2 части измельченного корня валерианы, 2 части травы вереска, 1 л кипятка.

Приготовление. 3 ст. л. смеси настаивать в кипятке в духовке 12 часов, процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 4 раза в день до еды.

Этот сбор применяется при повышенной нервной возбудимости и бессоннице, сопровождающих климатический период.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 2 части травы ясменника душистого, 3 части травы сушеницы, 2 части травы чабреца, 5 частей листьев ежевики, 1 л кипятка.

Приготовление. 4 ст. л. смеси настоять в кипятке в течение 2–3 часов.

Применение. Принимать по 0,5 стакана (100 мл) 4 раза в день через 1 час после еды.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть листьев толокнянки, 3 стакана воды.

Приготовление. Залить 2 ст. л. смеси водой, варить, пока не останется приблизительно 2 стакана жидкости, процедить.

Применение. Принимать по 70 – 100 мл 3–4 раза в день через 1 час после еды.

Этот сбор – успокаивающий.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть измельченного корня валерианы, 1 часть семян тмина, 1 часть семян фенхеля, 3 стакана воды.

Приготовление. Залить 2 ст. л. смеси водой, варить, пока не останется приблизительно 2 стакана жидкости, процедить.

Применение. Принимать по 70 – 100 мл 3–4 раза в день через 1 час после еды.

Требуется: 100 г творога, 50 мл молока, 20 г сока золотого уса.

Приготовление. Творог протереть через мелкое ситечко. Сок золотого уса смешать с подогретым до комнатной температуры молоком, все хорошо перемешать до полного растворения. Затем полученной смесью залить творог, перемешать и поставить в темное прохладное место на 2–3 ч.

Применение. Полученную кашу принимать по 3–4 ст. л. через 40 минут после еды.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть измельченной коры крушины ольховидной, 1 часть цветков ромашки аптечной, 1 часть листа мяты перечной, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настаивать 40 минут, остудить, затем процедить.

Применение. Принимать по 2 ст. л. 3 раза в день.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть травы тысячелистника, 1 часть измельченного корня солодки голой, 1 часть плодов можжевельника обыкновенного, 1 часть травы зверобоя продырявленного, 1 стакан кипящей воды.

Приготовление. 1 ст. л. сбора залить кипящей водой, выдержать на кипящей водяной бане 15 минут, настоять 30 минут.

Применение. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 2 части измельченного корня валерианы лекарственной, 1 часть травы зверобоя

продырявленного, 1 часть цветков ромашки аптечной, 1 часть цветков календулы лекарственной, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настоять 40 минут, процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. каждый час, если вы испытываете приливы чаще 10 раз в день.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 2 части измельченного корня ревеня тангутского, 1 часть травы череды трехраздельной, 1 часть плодов рябины красной, 1 часть плодов тмина обыкновенного, 350 мл воды.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить водой, выдержать на кипящей водяной бане 30 минут, настоять 1 час.

Применение. Пить по 3 ст. л. 3–4 раза в день через 2 часа после еды.

Требуется: 10 г листьев золотого уса, 2 ст. л. лимонного сока, 2 стакана воды.

Приготовление. Листья золотого уса залить кипящей водой, поставить на огонь и кипятить в течение 10 минут, после чего настаивать 30 минут в закрытой посуде, добавить лимонный сок, перемешать. Процедить.

Применение. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день до еды.

Требуется: 20 г сока золотого уса, 10 г листьев мяты перечной, 3 стакана воды.

Приготовление. В сок золотого уса добавить измельченные листики мяты, влить 1 стакан теплой воды, перемешать и поставить смесь на медленный огонь. Довести до кипения, проварить в течение 5–7 минут. Настаивать 4 часа, после чего процедить, разбавить настоем теплой кипяченой водой в пропорции 1: 1.

Применение. Принимать настоем по 0,5 стакана 3–4 раза в день до еды.

Требуется: 10 г сока золотого уса, 2 ст. л. сока корней валерианы, 1/3 стакана воды.

Приготовление. В сок золотого уса влить кипяченую воду и сок корней валерианы, перемешать. Перелить полученную жидкость в стеклянную емкость, плотно закрыть, поставить в темное место настаиваться на 3–4 часа.

Применение. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день (третий раз обязательно на ночь).

Требуется: 2 ст. л. плодов шиповника, 10 г сока золотого уса, 2 стакана воды.

Приготовление. Целые плоды шиповника залить кипящей водой, поставить на медленный огонь и кипятить в течение 10 минут, после чего оставить на сутки, затем процедить, добавить сок золотого уса.

Применение. Пить настой по 0,5 стакана 2 раза в день перед едой.

Эффективность целебных свойств золотого уса часто повышается в том случае, если он входит в состав различных напитков. Прекрасным средством, восстанавливающим деятельность нервной системы, является сок золотого уса, употребляемый в сочетании с различными фруктовыми, овощными, ягодными соками.

Требуется: 15 г сока золотого уса, 1 стакан яблочного сока, 0,5 стакана морковного сока.

Приготовление. Соки смешать. Сок золотого уса добавить в смесь соков, хорошо размешать.

Применение. Принимать напиток по 0,5 стакана 3 раза в день независимо от приема пищи.

Требуется: 30 г сока золотого уса, 100 г листьев алоэ, 2 стакана воды.

Приготовление. Листья алоэ промыть холодной водой, нарезать вдоль кусочками длиной по 3–4 см, положить в эмалированную посуду, залить водой и поставить на огонь, варить в течение 1 часа. За 15–20 минут до конца варки добавить сок золотого уса. Густую готовую массу остудить и пропустить через сито, разбавить теплой кипяченой водой в пропорции 2: 1.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 20 минут до еды.

Венерические болезни

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 50 г измельченного корня пырея, 10 г травы горца птичьего, 1 стакан воды.

Приготовление. Тщательно просушенный и измельченный корень пырея и травы залить водой. Полученный раствор поставить в неглубокой емкости на слабый огонь, довести до кипения, кипятить 20 минут. Отвар снять с огня, процедить, остудить.

Применение. Принимать 3 раза в день за 30 минут до приема пищи по 50 мл.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 50 г измельченного корня ревеня, 20 г травы душицы обыкновенной, 10 г донника лекарственного, 10 г листьев вахты трехлистной, по 10 г плодов аниса обыкновенного и фенхеля аптечного, 2 стакана воды.

Приготовление. Растения измельчить и перемешать. 2 ст. л. сбора залить водой, кипятить 10 минут. Отвар накрыть крышкой и настаивать в течение 1 часа. Процедить.

Применение. Пить отвар по 0,5 стакана каждый день утром.

Требуется: 500 г листьев петрушки, 2 стакана молока, 2 ст. л. сока золотого уса.

Приготовление. Петрушку измельчить, положить в кастрюлю, залить молоком и поставить в печь или духовку при 60 °С. Молоку следует дать вытомиться, ни в коем случае не выкипеть. Держать массу в печи до тех пор, пока она не уменьшится вдвое. Полученный отвар процедить и влить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 1 ст. л. каждый час.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 0,5 л белого вина, 300 г измельченных корней и стеблей петрушки, 30 г светлого меда, 2 зубчика чеснока, 7 сердцевин ромашки аптечной.

Приготовление. Все компоненты смешать, залить вином и варить на медленном огне 10–15 минут. Полученный отвар процедить.

Применение. Пить отвар в течение 7 дней по 1/4 стакана 4 раза в день.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 50 г измельченных корней ириса, 50 г измельченного корня золотого уса, 200 мл сока крапивы, 200 мл святой воды, 1 ч. л. соли, 1/3 ч. л. красного молотого перца.

Приготовление. Сорвать побеги молодой крапивы, измельчить, отжать сок. Отдельно прокрутить корни ириса и золотой корень. В кашницу влить сок крапивы, добавить сок золотого уса, добавить соль и перец. Все тщательно перемешать в однородную массу, залить водой. Массу поставить в маленькой эмалированной кастрюле на огонь, довести до кипения, после чего снять с огня и процедить.

Применение. Принимать по 2 ч. л. 2 раза в день, запивая 1 стаканом теплого кипяченого молока.

Чтобы вылечить гонорею, готовят следующий сбор.

Требуется: 20 г измельченного корня щавеля конского, 20 г почек березы, 2 ст. л. листьев золотого уса, 20 г листьев брусники, 20 г

листьев мяты перечной, 20 г кукурузных рыльцев, 20 г травы чабреца и 1 стакан воды.

Приготовление. Смешать все эти растения в банке и залить кипятком. Банку накрыть подушкой и настаивать сырье в течение 1 часа, после процедить.

Применение. Пить по 0,5 стакана утром и вечером в течение 2 недель.

При трихомониазе помогает такое средство.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 50 г измельченных корней петрушки белой, 100 г моркови, 100 г плодов шиповника, 20 г липового цвета, 20 г травы тысячелистника, 20 г листьев крапивы, 20 г травы хвоща, стакана воды.

Приготовление. Корни петрушки и морковь прокрутить через мясорубку, плоды шиповника измельчить и смешать с прокрученными корнеплодами. Отдельно заварить в стакане кипятка липовый цвет, золотой ус, тысячелистник, крапиву и хвощ. Настаивать в течение 1 часа, после чего процедить и полученный настой влить в кашицу. Все перемешать до получения однородной массы.

Применение. Принимать средство после каждого приема пищи по 2 ст. л.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 100 г плодов можжевельника, 3 ст. л. меда, 1 зубчик чеснока, 2 стакана красного вина.

Приготовление. Плоды можжевельника замочить в красном вине (1 стакан) на 6 часов, пропустить их через мясорубку. Затем к полученной кашице добавить мед, растертый зубчик чеснока и сок золотого уса. Оставшееся вино перелить в эмалированную посуду и нагреть. Залить кашицу из плодов можжевельника.

Применение. В течение 3 дней перед сном принимать по 1/4 стакана полученного средства.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 100 г травы чабреца, 50 г листьев базилика, 30 г травы будры, 3 ч. л. порошка корня галанта, 1, 5 л воды.

Приготовление. В небольшую эмалированную кастрюлю налить воды, положить чабрец и варить 15 минут. После этого добавить базилик и варить еще 15 минут. Затем добавить к отвару траву будры и варить еще 15 минут. Всыпать порошок корня галанта. Все перемешать и варить в течение 5 минут, снимая накипь с поверхности. Кастрюлю

накрыть одеялом и оставить на 1 час. Процедить и влить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 0,5 стакана каждый день.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 100 г травы бересклета, 0,5 л белого вина, 200 г кедровых орехов, 200 г ржаного хлеба, поваренная соль.

Приготовление. Травы измельчить, залить вином и варить в течение 15 минут. Очистить кедровые орешки от скорлупы, ядра измельчить, добавить в кастрюлю в конце варки. Черный хлеб нарезать ломтями и обильно посыпать солью. Отвар вылить в стеклянную посуду.

Применение. Выпить полстакана отвара и заесть его приготовленным ломтем черного хлеба.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 30 г измельченных корней паслена, по 30 г цветков ромашки и листьев петрушки, 2 ст. л. меда, 1 яблоко, 2 стакана воды.

Приготовление. Корни паслена, листья белой петрушки и цветки ромашки промыть в воде и пропустить через мясорубку. После этого выложить массу в кастрюлю, залить водой. Поставить массу на медленный огонь и варить до закипания. После этого кастрюлю снять с огня, содержимое остудить, затем добавить сок золотого уса, мед и натертое яблоко. Все еще раз перемешать до получения однородной массы.

Применение. Принимать по 2 ст. л. утром за 30 минут до еды.

Простатит

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 10 г травы зверобоя, 10 г измельченного корня цикория, 10 г липового цвета, 2 стакана воды.

Приготовление. Смешать все компоненты в небольшой эмалированной посуде, залить кипятком, настаивать 30 минут, процедить, отжать.

Применение. Пить по 0,5 стакана настоя в теплом виде 3 раза в день за 20 минут до еды.

Требуется: 1 ч. л. настойки золотого уса, 2 ч. л. листьев лесного ореха, 1 стакан воды.

Приготовление. Залить листья лесного ореха кипятком, настаивать в течение 15 минут, процедить. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Выпить в течение дня всю полученную жидкость.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. измельченного корня лопуха, 2 стакана воды.

Приготовление. Залить измельченные травы водой, нагреть на водяной бане 30 минут, настаивать при комнатной температуре 20 минут. Затем процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день за 1 час до еды.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 20 г березовых листьев, 1 стакан воды.

Приготовление. Залить листья кипятком, нагревать на водяной бане 10 минут. Затем настаивать при комнатной температуре 20 минут, остудить и процедить.

Применение. Пить по 1–2 ст. л. 3 раза в день до еды.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 20 г измельченного корня солодки, 1 стакан воды.

Приготовление. Залить листья золотого уса и корни солодки кипятком, нагревать на слабом огне в течение 10 минут. Затем настаивать в течение 2 часов, отжать и процедить.

Применение. Пить по 3 ст. л. 4 раза в день перед едой.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. измельченного корня лопуха, 1 ст. л. травы тысячелистника, 1 ст. л. измельченного корня солодки, 4 стакана воды.

Приготовление. Все травы смешать, залить водой и прокипятить на водяной бане в течение 20 минут.

Применение. Принимать 3 раза в день за 20 минут до еды.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 2 ст. л. листьев алоэ, 0,5 стакана меда.

Приготовление. Измельчить листья алоэ, выжать сок, смешать его с медом и соком золотого уса, настаивать в темном месте 2 дня.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 2–3 раза в день перед едой.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. листьев облепихи, 2 стакана воды.

Приготовление. Листья залить кипящей водой, настаивать в течение суток.

Применение. Пить по 0,5 стакана 2–3 раза в день после еды.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. листьев ежевики, 3 стакана воды.

Приготовление. Заварить листья кипятком. Дать настояться 30 минут в теплом месте и процедить.

Применение. Настой принимать 3 раза в день по 0,5 стакана за 10 минут до еды.

При всех формах простатита, при везикулите и фуникулите рекомендуется лечение следующими средствами.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 3 ст. л. сока моркови, 3 ст. л. сока свеклы, 3 ст. л. сока огурца.

Приготовление. Все соки смешать. Хранить в холодном месте не более 3 суток.

Применение. Пить по 1 ст. л. 3 раза в день за 10 минут до еды.

Требуется: 200 г киви, 1 стакан воды, 1 ст. л. сока золотого уса.

Приготовление. Киви натереть на мелкой терке, отжать через марлю сок. Добавить в сок воду и сок золотого уса. Хранить в холодильнике не более 2 суток.

Применение. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день за 30 минут до приема пищи.

Требуется: 1 ст. л. сока золотого уса, 200 г семян тыквы, 100 г семян подсолнечника, 20 г меда.

Приготовление. Семена тыквы и подсолнечника очистить, пропустить через мясорубку, смешать с медом и соком золотого уса. Хранить в темном прохладном месте.

Применение. За 30 минут до еды принимать по 2 ч. л. смеси. Курс лечения – 2 недели.

Требуется: 1 ст. л. сока золотого уса, 100 г моркови, 50 г меда.

Приготовление. Морковь натереть на мелкой терке, отжать сок, добавить в него сок золотого уса и мед. Хранить в темном прохладном месте.

Применение. Принимать каждый день по 2 ст. л. за 30 минут до еды.

Требуется: 1 ст. л. сока золотого уса, 100 г корня сельдерея, 20 г меда.

Приготовление. Корни сельдерея пропустить через мясорубку, смешать с соком золотого уса и медом. Смесь хранить в холодном месте не более 5 дней.

Применение. Принимать по 0,5 ст. л. в день за 20 минут до еды.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 20 г шпината, 20 г листьев сельдерея, 20 г листьев петрушки, 20 г меда.

Приготовление. Шпинат, золотой ус, сельдерей и петрушку мелко нарезать, тщательно перемешать и добавить мед. Хранить в холодном месте не более 3 суток.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 2 раза в день перед едой.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 20 г шпината, 20 г моркови, 20 г семян тыквы.

Приготовление. Шпинат мелко нарезать, морковь натереть на мелкой терке, тыквенные семена измельчить, листья каллисии измельчить. Все компоненты тщательно перемешать. Смесь хранить в холодном месте не более 3 суток.

Применение. Принимать по 2 ст. л. смеси за 20 минут до каждого приема пищи.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 10 г семян укропа, 20 г корня солодки, 1 стакан воды.

Приготовление. Смешать золотой ус, семена укропа и измельченный корень солодки, залить смесь кипятком, затем настаивать 30 минут. Процедить, охладить.

Применение. Пить по 1/4 стакана за 20 минут до еды несколько раз в день.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 100 г петрушки, 100 г шпината, 50 г меда.

Приготовление. Петрушку, золотой ус и шпинат пропустить через мясорубку и отжать сок. Сок смешать с медом. Хранить в холодном месте не более 2 дней.

Применение. Принимать по 1 ст. л. в день независимо от приема пищи.

Требуется: 1 ч. л. настойки золотого уса, 100 г семян тыквы, 0,5 стакана водки.

Приготовление. Тыквенные семена очистить, залить водкой, настаивать в течение 7 дней, затем процедить. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Принимать настойку по 20 капель за полчаса до приема пищи.

Требуется: 1 ст. л. сока золотого уса, 20 г корня пастернака, 20 г меда.

Приготовление. Корень пастернака пропустить через мясорубку, тщательно перемешать с медом и соком золотого уса. Хранить в прохладном месте не более 7 дней.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 20 минут до еды.

Требуется: 1 ч. л. настойки золотого уса, 20 г льняного семени, 1 стакан водки.

Приготовление. Залить льняное семя водкой и поставить в темное прохладное место настаиваться. Через 2 недели настойку процедить. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Принимать по 20 капель за 20 минут перед каждым приемом пищи.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 20 г корня пастернака, 20 г семян пастернака, 20 г меда.

Приготовление. Корень пастернака измельчить, смешать с золотым усом, семенами и медом, оставить настаиваться в течение 3 дней.

Применение. Принимать смесь по 1 ч. л. 3 раза в день за 20 минут до еды.

Требуется: 1 ст. л. сока золотого уса, 100 г грецких орехов, 50 г меда.

Приготовление. Грецкие орехи очистить от скорлупы, пропустить через мясорубку и тщательно перемешать с медом и соком золотого уса.

Применение. Принимать смесь по 1 ст. л. 3 раза в день за 20 минут до еды.

Требуется: 1 ст. л. сока золотого уса, 2 стакана козьего молока, 50 г меда.

Приготовление. Козье молоко смешать с медом и вскипятить. Смешать с соком золотого уса.

Применение. Употреблять смесь по 0,5 стакана 4–5 раз в день, через 20 минут после еды.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. травы очитка пурпурного, 5 ч. л. меда, 2 стакана воды.

Приготовление. Предварительно размешать в кипятке мед, залить им траву и дать настояться 20 минут.

Применение. Употреблять вместо чая по 100 мл 2 раза в день.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 30 г корня цикория дикого, 2 стакана воды.

Приготовление. Заварить измельченный корень цикория и листья золотого уса кипятком и настаивать 4–5 часов в герметичной посуде.

Затем процедить.

Применение. Употреблять по 0,5 стакана натошак утром.

Требуется: 1 ч. л. настойки золотого уса, 100 г корня цикория дикого, 1 стакан водки.

Приготовление. Корень цикория измельчить, залить водкой и выдержать на солнце в течение 10 дней. Затем процедить. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Принимать по 20 капель 2 раза в день за 20 минут до еды.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 2 яйца, 30 г меда.

Приготовление. Яйца взбить и смешать с медом и соком каллисии.

Применение. Принимать всю смесь каждое утро натошак в течение месяца при простатите и для профилактики простатита.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 2 ст. л. пивных дрожжей, 1 стакан козьего молока.

Приготовление. Залить дрожжи козьим молоком. Настаивать смесь в течение 20 минут, влить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 1 стакану смеси каждый день натошак утром.

Требуется: 2 ч. л. настойки золотого уса, 20 г овса, 1 стакан водки.

Приготовление. Овес тщательно измельчить, залить водкой и дать настояться 2 недели. Затем процедить. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Принимать настойку по 1 ч. л. 2 раза в день через 20 минут после еды.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 3 ст. л. ягод брусники, 50 г меда.

Приготовление. Ягоды брусники размять и тщательно перемешать с медом и соком золотого уса. Хранить в холодном месте не более 3 дней.

Применение. Принимать смесь по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 минут до еды для профилактики простатита.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 20 г корня лопуха, 20 г корня солодки, 20 г травы тысячелистника, 2 стакана воды.

Приготовление. Корни солодки и лопуха измельчить, смешать с травами, залить кипятком, прокипятить в течение 15 минут на медленном огне, настаивать в течение 20 минут, затем процедить.

Применение. Пить 3 раза в день по 1/4 стакана.

Требуется: 2 ст. л. золотого уса, 1 стакан кумыса, 20 г меда.

Приготовление. Кумыс нагреть и смешать с медом и соком золотого уса.

Применение. Пить смесь каждый день по 0,5 стакана натощак.

Требуется: 1 ст. л. сока золотого уса, 20 г плодов инжира, 20 г семян тыквы, 20 г меда.

Приготовление. Тыквенные семена и инжир пропустить через мясорубку, тщательно смешать с медом и соком золотого уса. Хранить смесь в прохладном месте.

Применение. Принимать смесь 2–3 раза в день по 1 ст. л. в течение 1 месяца.

Требуется: 1 ч. л. настойки золотого уса, 20 г плодов облепихи, 1 стакан водки.

Приготовление. Залить плоды облепихи водкой, настаивать в течение 10 дней, затем процедить. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Принимать по 20 капель 2 раза в день через 1 час после приема пищи.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 100 г грецких орехов, 100 г инжира, 20 г корня женьшеня.

Приготовление. Грецкие орехи, инжир и корень женьшеня пропустить через мясорубку, тщательно перемешать и влить сок золотого уса.

Применение. Принимать по 1 ч. л. за 20 минут до еды 3 раза в день в течение 1–2 месяцев.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г плодов шиповника, 20 г ягод малины, 20 г ягод черной смородины, 20 г листьев брусники, 350 мл воды.

Приготовление. Ягоды промыть, залить горячей водой и поставить на огонь. Варить ягоды в течение 10 минут, затем протереть через мелкое сито. Листья заварить стаканом кипятка и настаивать в течение 20 минут. Смешать настой листьев с ягодным отваром.

Применение. Принимать смесь по 0,5 стакана 2 раза в день натощак.

Мужское и женское бесплодие

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 300 г плодов облепихи, 300 г оливкового масла.

Приготовление. Из ягод облепихи отжать сок, полученный жом высушить и измельчить в муку. Облепиховую муку смешать с оливковым маслом и соком золотого уса, поместить в фарфоровую посуду плотно закрыть и выдержать в темном месте в течение 5 суток.

Применение. Использовать для спринцевания влагалища в чистом виде или добавляя его в отвары трав (например, в отвар ромашки или календулы). Процедуру необходимо проделывать не реже 4 раз в неделю.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. травы тысячелистника, 1 ч. л. меда, 2 стакана воды.

Приготовление. Траву заварить крутым кипятком и настаивать в течение 2 часов, после этого отвар процедить и добавить в него мед.

Применение. Раствор рекомендуется пить по 2 ст. л. 3 раза в день за 1 час до еды при мужском и женском бесплодии.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. цветков калины, 2 стакана воды.

Приготовление. Залить цветки калины и золотой ус кипятком, кипятить на водяной бане примерно 15 минут. Затем настаивать полчаса, остудить, процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день. Используется для лечения и женского бесплодия.

Требуется: 2 ст. л. золотого уса, 1 ст. л. травы караганы лекарственной, 2 стакана воды. *Приготовление.* Залить травы кипятком, на водяной бане кипятить примерно полчаса. Затем остудить и процедить.

Применение. Пить по 1 ч. л. 4 раза в день при мужском и женском бесплодии.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 20 г травы тысячелистника, 20 г листьев шалфея, 20 г листьев розмарина, 40 г измельченной коры дуба, 3 л воды.

Приготовление. Вышеназванные компоненты залить водой, кипятить на водяной бане полчаса. Затем настаивать 40 минут, процедить.

Применение. Спринцеваться каждый день полученным раствором при женском бесплодии.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 2 ч. л. травы тысячелистника, 2 ч. л. пастушьей сумки, 1 ст. л. лапчатки

прямостоячей, 1 ст. л. измельченной коры дуба, 1 стакан воды.

Приготовление. 1 ст. л. сбора залить кипятком, кипятить на водяной бане примерно 5 минут. Настаивать 15 минут, процедить.

Применение. При бесплодии у женщин использовать полученное средство для спринцевания.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 ч. л. травы спорыша, 1 ч. л. пастушьей сумки, 1 ч. л. омелы белой, 2 стакана кипятка.

Приготовление. Приготовленную смесь залить кипятком, настаивать 1 час, затем процедить.

Применение. Принимать утром и вечером по 1 стакану в течение одного месяца при мужском и женском бесплодии.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 ч. л. травы спорыша, 3 ст. л. листьев крапивы, 1 ч. л. измельченной коры дуба, 1 ч. л. цветков ромашки, 1 л горячей воды.

Приготовление. 2 ст. л. смеси залить горячей водой, довести до кипения, кипятить 5 минут на слабом огне, остудить, процедить.

Применение. Применять полученное средство для спринцеваний при женском бесплодии.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. измельченного корня солодки, 1 ст. л. измельченного корня окопника лекарственного, 1 ст. л. измельченного корня алтея, 1 ч. л. травы чистотела, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, нагревать на водяной бане полчаса, отжать и довести кипяченой водой объем до 200 мл.

Применение. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день за полчаса до еды при мужском и женском бесплодии.

Требуется: 2 ст. л. золотого уса, по 1 ст. л. травы тимьяна, измельченного корня алтея, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 2 ст. л. смеси залить кипятком, нагревать на водяной бане под крышкой 15 минут, охлаждать 45 минут, затем процедить, отжать и довести объем с помощью кипяченой воды до 200 мл.

Применение. Пить по 1/4 – 1/3 стакана 3 раза в день при мужском и женском бесплодии.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. семян подорожника, 2 стакана воды.

Приготовление. Промыть семена подорожника и золотой ус, залить кипятком, охладить 10 минут.

Применение. Принимать натощак по 1 ст. л. 2 раза в день до еды при мужском и женском бесплодии.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. плодов фенхеля, 300 мл воды.

Приготовление. Залить золотой ус и плоды фенхеля кипятком, нагревать на водяной бане 15 минут, затем охладить 45 минут, процедить, отжать и довести кипяченой водой объем до 200 мл.

Применение. Пить по 0,5–1/3 стакана 3 раза в день при мужском и женском бесплодии.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. плодов фенхеля, 2 ст. л. листьев мяты перечной, 1 ч. л. ягод можжевельника, 1 ст. л. плодов тмина, 2 ст. л. цветков ромашки, 1 л кипятка.

Приготовление. Залить смесь кипятком, нагревать на водяной бане 15 минут, охладить 1 час, затем процедить.

Применение. Пить в теплом виде по 0,5 стакана 2 раза в день утром и вечером после еды при мужском и женском бесплодии.

Требуется: 1 ст. л. золотого уса, 4 ст. л. травы полыни горькой, 4 ст. л. травы тысячелистника, 1 стакан кипящей воды.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипящей водой, настаивать в течение 30 минут, затем процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. настоя за 15–20 минут до еды при мужском и женском бесплодии.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 ч. л. льняного семени, 1 ст. л. измельченных сушеных листьев подорожника, 1 стакан сушеного чернослива, 1 ст. л. измельченного корня алтея аптечного, 1 ч. л. сушеных измельченных листьев люцерны, 1 стакан воды.

Приготовление. Семена размельчить на кофемолке. 1 ст. л. смеси заварить кипящей водой, настаивать 10 минут.

Применение. Выпивать перед сном. После каждых 25 дней делать перерыв на 5 дней.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 6 ст. л. листьев молодой крапивы, 7 ст. л. плодов рябины красной, 10 стаканов воды, 3 ст. л. липового цвета, 3 ст. л. липового меда.

Приготовление. Ошпарить чайник кипятком, поместить внутрь рябину, измельченные листья крапивы, липовый цвет, мед. Залить

содержимое крутым кипятком, укутать чайник и оставить в теплом месте на 30 минут.

Применение. Пить чай 3–5 раз в день после еды по 1 стакану при мужском и женском бесплодии.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 200 г морковного сока, 100 г сока петрушки, 50 г свежего капустного сока.

Приготовление. Перемешать вышеуказанные компоненты.

Применение. Пить эту смесь каждый день за полчаса до еды. Курс лечения – 1 месяц. Затем сделать перерыв.

Требуется: 2 ч. л. настойки золотого уса, 2 ч. л. измельченного корня женьшеня, 0,5 стакана водки.

Приготовление. Порошок залить водкой, перемешать, перелить в фарфоровую посуду, плотно закрыть крышкой. Выдержать настойку 2 суток в темном прохладном месте. Процедить. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Принимать по 15 капель 3 раза в день перед едой в течение 4 недель. Настой способствует укреплению иммунной системы и восстановлению репродуктивных функций организма.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 4 ч. л. сухих листьев толокнянки, 2 стакана воды.

Приготовление. Листья измельчить, залить горячей водой, после чего кипятить на медленном огне в течение 10–20 минут. Хранить в холодном месте не более 2 суток.

Применение. Принимать 3 раза в день по 1/4 стакана при мужском и женском бесплодии.

Глава 6 Лечение сексуальных расстройств при помощи золотого уса

Пожалуй, нет такого человека, который бы не боялся столкнуться в своей интимной жизни с таким неприятным заболеванием, как снижение половой функции. Другими словами, мы сейчас поговорим с вами о половом бессилии, импотенции, фригидности и прочих патологиях, нарушающих нормальное течение полового акта.

Такие нарушения доставляют неудобства не только в плане физического здоровья. Многие люди по причине своей сексуальной слабости испытывают различные психологические комплексы. Такие заболевания не только мешают вести полноценную интимную жизнь, но и резко снижает самооценку человека, что препятствует нормальному общению с окружающими.

Причины сексуальных проблем могут быть самыми разными. Ослабление влечения или сексуальных способностей бывает как временным, так и стойким. Стойкая форма чаще всего с трудом поддается лечению, но ею страдают гораздо реже, нежели временной. Если вы относитесь к тем несчастным людям, кому пришлось на себе испытать сексуальное хроническое расстройство, то вот вам наш совет – не занимайтесь самолечением, срочно идите к хорошему врачу, в таком случае вы себе не в состоянии помочь сами. Дальнейшие наши рецепты подойдут тем, у кого возникло временное сексуальное расстройство. Вот им как раз самое время позаботиться о своем здоровье самим.

Импотенция

Требуется: 2 ч. л. настойки золотого уса, 100 г корня женьшеня, 1 стакан водки (крепостью 40 %).

Приготовление. Корень женьшеня измельчить, залить водкой и настаивать в темном месте в течение 10 дней. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Настойку необходимо пить каждый день по 20 капель 3 раза в день перед едой. Когда настойки останется менее чем 20-ая часть, долить водки и размешать. Так можно доливать 2 или 3 раза. Потом ее надо делать заново.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 2 ст. л. лука, 2 ст. л. корня сельдерея, 3 ст. л. меда.

Приготовление. Лук и корень сельдерея натереть на мелкой терке, выжать сок через марлю, смешать с соком золотого уса и медом. Смесь хранить в прохладном месте не более 3 суток.

Применение. В течение 2 месяцев необходимо принимать средство по 3 раза в день по 1 ст. л.

При переутомлении и половой слабости помогают такие рецепты.

Требуется: 2 ч. л. настойки золотого уса, 1 ст. л. измельченного корня левзеи сафлоровидной, 1 стакан водки.

Приготовление. Корень левзеи сафлоровидной залить водкой и настаивать в течение 7 дней. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Настойку принимать по 20–30 капель 2 раза в день (утром и в обед) за 30 минут до еды.

Требуется: 2 ч. л. настойки золотого уса, 1 ст. л. травы заманихи, 0,5 стакана водки.

Приготовление. Траву залить водкой и настаивать в течение 10 дней. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Настойку принимать по 30–40 капель 2 раза в день (утром и в обед) за 30 минут до еды.

Это средство, стимулирующее при половой слабости.

Требуется: 2 ч. л. настойки золотого уса, 1 ст. л. травы аралии маньчжурской, 0,5 стакана водки.

Приготовление. Траву залить водкой и настаивать в течение 3 дней. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Настойку принимать по 30–40 капель 2 раза в день (утром и в обед) за 30 минут до еды.

Требуется: 2 ч. л. настойки золотого уса, 2 ст. л. измельченного корня родиолы розовой, 1 стакан водки.

Приготовление. Корень залить водкой и настаивать в течение 7 дней. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Настойку принимать по 20–40 капель 2 раза в день (утром и в обед) за 30 минут до еды.

Требуется: 2 ч. л. настойки золотого уса, 1 ст. л. пантокрин (это молодые рога марала), 1 стакан водки.

Приготовление. Измельченный пантокрин залить водкой и настаивать в течение 2 дней. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Настойку принимать по 15–20 капель 2 раза в день (утром и в обед) за 30 минут до еды.

Требуется: 2 ч. л. настойки золотого уса, 1 ст. л. листьев элеутерококка, 1 стакан водки.

Приготовление. Листья элеутерококка залить водкой и настаивать в течение 7 дней. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Настойку принимать по 15–20 капель 2 раза в день (утром и в обед) за 30 минут до еды.

Не рекомендуют принимать эти средства длительное время. Сначала необходимо ограничиться 2–3 неделями, сделать перерыв в 1 месяц, потом курс повторить. Не следует принимать подобные средства людям с повышенным давлением, а также весной и летом.

Требуется: 2 ч. л. настойки золотого уса, 1 ч. л. травы барвинка, 1 стакан водки.

Приготовление. Траву барвинка залить водкой и настаивать в течение 10 дней. Смешать с настойкой золотого уса.

Применение. Настойку барвинка принимать по 8 капель 2 раза в день (утром и вечером) на протяжении 4 дней, затем сделать 2-дневный перерыв и курс повторить еще дважды.

Требуется: 2 ч. л. настойки золотого уса, 2 ст. л. аптечной настойки левзеи.

Приготовление. Настойки смешать.

Применение. Принимать по 20–30 капель 2 раза в день (утром и в обед) за 30 минут до еды. Применять как тонизирующее при переутомлении, половой; слабости, сексуальных расстройствах. Принимать 2–3 недели, а затем сделать перерыв 1 месяц, потом курс повторить. Длительное время принимать нежелательно. Людям с повышенным давлением не принимать. Не принимать также весной и летом.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 10 г плодов аниса обыкновенного, 10 г травы пастушьей сумки обыкновенной, 15 г плодов можжевельника обыкновенного, 15 г листьев толокнянки обыкновенной, 15 г измельченного корня стальника полевого, 15 г измельченного корня одуванчика лекарственного, 2 стакана воды.

Приготовление. Травы смешать. 2 ст. л. сбора заварить крутым кипятком. Настоять 2 часа. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 или 1/3 стакана настоя в теплом виде 2–3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 30 г листьев березы повислой пушистой, 30 г листьев толокнянки обыкновенной, 20 г кукурузных столбиков с рыльцами, 25 г измельченных корней солодки голой (уральской), 2 стакана воды.

Приготовление. Травы смешать. 2 ст. л. сбора залить кипящей водой. Настоять 4 часа. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 30 г травы горца птичьего, 30 г листьев березы повислой пушистой, 30 г плодов шиповника, 1 л воды.

Приготовление. Травы смешать. Заварить, как чай.

Применение. Пить по 0,5 стакана теплого чая 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г листьев березы повислой пушистой, 40 г листьев толокнянки обыкновенной, 40 г травы фиалки трехцветной, полевой, 1 л воды.

Приготовление. Травы заварить, как чай.

Применение. Принимать по 0,5 стакана теплого чая 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г травы верблюжьей колючки, по 10 г спорыша и травы горца птичьего, 10 г измельченных корней солодки голой, 10 г травы хвоща полевого, 2 стакана воды.

Приготовление. Травы смешать. 2 ст. л. сбора залить кипящей водой. Настоять 4 часа. Процедить.

Применение. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 30 г травы пастушьей сумки обыкновенной, 40 г листьев крапивы двудомной, 30 г травы горца птичьего, 3 стакана воды.

Приготовление. Травы смешать. 2 ст. л. сбора залить кипящей водой. Настоять 4 часа. Процедить.

Применение. Принимать по 1/3 стакана настоя 3 раза в день до еды.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г травы душицы обыкновенной, мелкоцветной, 20 г цветков календулы лекарственной, 20 г измельченных корневищ лапчатки прямостоячей, 20 г листьев крапивы двудомной, 20 г листьев тысячелистника обыкновенного, 3 стакана воды.

Приготовление. Травы смешать. 2 ст. л. сбора залить кипящей водой. Настоять 4 часа. Процедить.

Применение. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г цветков календулы лекарственной, 30 г травы зверобоя продырявленного или пятнистого, 50 г листьев крапивы двудомной, 1 л воды.

Приготовление. Травы смешать. 2 ст. л. сбора залить кипящей водой. Настоять 4 часа. Процедить.

Применение. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г измельченного корня девясила, 25 г измельченного корня стальника, 15 г измельченного корня бедренца (камнеломки), 10 г травы грыжника, 2 стакана воды.

Приготовление. 70 г смеси залить водой и кипятить в течение 10 минут, настаивать 4 часа.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 10 г листьев мяты, 10 г плодов аниса, 10 г плодов тмина, 10 г плодов фенхеля, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. сырья залить кипятком, настаивать в плотно закрытой посуде или термосе 1 час, процедить и отжать.

Применение. Настой выпить в течение дня небольшими глотками.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 10 г измельченного корня шиповника, 10 г плодов шиповника, 10 г травы зверобоя, 10 г травы пустырника, 10 г травы фиалки трехцветной, 10 г травы хвоща, 200 мл кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, кипятить 10 минут, процедить.

Применение. Пить по 0,5 стакана 6–8 раз в день.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. измельченного корня валерианы, 2 ст. л. листьев мяты перечной, 1 ст. л. травы полыни, 3 ст. л. травы тысячелистника, 1 л воды.

Приготовление. Траву тысячелистника кипятить 10 минут в воде, после чего эти отваром залить смесь остальных компонентов и выдержать 30 минут.

Применение. За день выпить до 2 стаканов средства.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. цветов ромашки, 1 ст. л. измельченных корней ириса, 1 ст. л. чабреца, 3 стакана воды.

Приготовление. Измельченные корни ириса залить водой и прокипятить 10 минут. Полученным отваром залить чабрец и ромашку. Дать настояться 30 минут.

Применение. Употреблять настой следует по 2–3 ст. л. 2 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 15 г измельченного корня солодки, 15 г измельченного корня синюхи голубой, 25 г цветков ромашки аптечной, 15 г измельченного корня валерьяны лекарственной, 15 г травы пустырника, 20 г мяты, 1 л воды.

Приготовление. Травы смешать, измельчить и хранить в стеклянной посуде.

Применение. Травы залить кипятком, настаивать 20 минут. Процедить. Пить подобный настой нужно 4 раза в день по 1/3 стакана.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г цветков ромашки, 20 г травы тимьяна, 20 г листьев мать-и-мачехи, 20 г цветков фиалки, 20 г плодов аниса, 1 л воды.

Приготовление. Настой нужно готовить так же, как и предыдущий.

Применение. Пить настой 3 раза в день по 5 ст. л.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. цветков ромашки, 2 ст. л. травы тысячелистника, 2 ст. л. травы лапчатки гусиной, 1 ст. л. травы чистотела, 1 л воды.

Приготовление. Смешать травы, 1 ст. л. лекарственного сбора залить кипятком, закрыть крышкой и настаивать 30–40 минут.

Применение. В день нужно выпить 2 стакана такого настоя (пить 2 раза в день мелкими глотками).

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 50 г цветков ромашки, 25 г цветков липы, 20 г травы ясменника пахучего, 30 г листьев грецкого ореха, 600 мл воды.

Приготовление. Для приготовления настоя 2 ст. л. сбора залить кипятком, прикрыть крышкой и дать настояться 30 минут.

Применение. Употреблять в виде чая по 150 мл 3 раза в день.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. ягод черники, 1 ст. л. измельченных корневищ лапчатки гусиной, 1 ст. л. цветков тмина, 1 ст. л. листьев шалфея, 1 ст. л. цветков ромашки, 1 л воды.

Приготовление. Смешать ягоды черники, корневище лапчатки, цветы тмина, листья шалфея, цветы ромашки. Заварить 2 ст. л. сбора кипящей водой, кипятить 10 минут и настаивать в течение 20 минут.

Применение. Принимать такой настой следует по 1 стакану 3 раза в день после еды.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 ч. л. цветков тмина, 1 ч. л. травы тысячелистника, 1 ч. л. травы полыни, 1 ч. л. листьев мяты, 1 ч. л. цветков ромашки, 2 стакана воды.

Приготовление. Перемешать измельченные травы, настаивать в холодной воде в течение 8 – 12 часов. Потом довести настой до кипения, остудить и процедить через марлю.

Применение. Принимать следует по полстакана 3–4 раза в день до еды.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г цветков ромашки, 20 г листьев мяты перечной, 30 г плодов фенхеля, 20 г плодов тмина, 30 г измельченного корня валерианы, 3 стакана воды.

Приготовление. Лекарственный сбор заварить кипятком, настаивать в течение 20 минут.

Применение. Употреблять в теплом виде 2 раза в день по 1 стакану.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 3 ч. л. листьев мяты перечной, 20 г плодов рябины черноплодной, 20 г плодов боярышника кроваво-красного, 1 л воды.

Приготовление. Смешать листья мяты и плоды рябины и боярышника и залить кипятком. Настаивать в течение 2 часов под плотно закрытой крышкой.

Применение. Принимать настой по 1 ст. л. 5 раз в день.

Фригидность

Требуется: 3 части листьев золотого уса, 3 части травы сушеницы, 1 часть измельченного корня валерианы, 2 части травы вереска, 1 л кипятка.

Приготовление. 4 ст. л. смеси залить кипятком и настаивать в духовке 12 часов, процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 4 раза в день.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 4 части травы ясенника душистого, 3 части травы сушеницы, 2 части травы чабреца, 5 частей листьев ежевики, 1 л кипятка.

Приготовление. 4 ст. л. смеси залить кипятком и настаивать в течение 2–3 часов.

Применение. Принимать по 0,5 стакана (100 мл) 4 раза в день через 1 час после еды.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 1 часть листьев кассии, 1 часть травы тысячелистника, 1 часть измельченной коры крушины, 1

часть плодов кориандра, 1 часть измельченного корня солодки, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, настоять до охлаждения, процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана на ночь.

Требуется: 2 части травы золотого уса, 2 части травы фиалки душистой, 4 части травы череды, 1 часть травы паслена сладко-горького, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, настоять до охлаждения, процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 2 части измельченной коры крушины, 2 части листьев кассии, 2 части плодов жостера, 1 часть плодов аниса, 1 часть измельченного корня солодки, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, настоять 20 минут, процедить.

Применение. Выпить настой на ночь.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 8 частей измельченной коры крушины, 1 часть измельченного корня солодки, 1 часть плодов кориандра, 1 часть плодов тмина, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, настоять 20 минут, процедить.

Применение. Выпить настой на ночь.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 6 частей измельченной коры крушины, 2 части листьев вахты трехлистной, 2 части травы тысячелистника, 1 часть плодов тмина, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, настоять 30 минут, процедить.

Применение. Выпить настой на ночь.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 3 части измельченной коры крушины, 1 часть травы донника, 1 часть листьев крапивы, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, настоять 20 минут, процедить.

Применение. Выпить настой на ночь.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 5 частей измельченной коры крушины, 2 части травы донника, 2 части листьев вахты трехлистной, 1 часть плодов тмина, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, настоять 20 минут, процедить.

Применение. Выпить настой на ночь.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 2 части листьев мяты перечной, 2 части листьев вахты трехлистной, 1 часть измельченного корня валерианы, 1 часть шишек хмеля, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 2 ст. л. смеси заварить кипятком, настоять 20 минут, процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана утром, днем и на ночь.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть плодов тмина, 1 часть травы пустырника, 1 часть измельченного корня валерианы, 1 часть плодов фенхеля, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 2 ст. л. смеси заварить кипятком, настоять 20 минут, процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана утром, днем и на ночь.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 2 части измельченного корня валерианы, 3 части цветов ромашки аптечной, 5 частей плодов тмина, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 2 ст. л. смеси заварить кипятком, настоять 20 минут, процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана утром, днем и на ночь (при нервном возбуждении, раздражительности, бессоннице).

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 30 г плодов черемухи обыкновенной, 40 г измельченных корневищ лапчатки прямостоячей, 30 г соплодий ольхи серой, 1 л воды.

Приготовление. Сбор залить кипящей водой, томить на водяной бане 40 минут. Остудить. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана за 20–30 минут до еды 3–4 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 30 г плодов фенхеля обыкновенного, 30 г цветков ромашки аптечной, 40 г цветков липы сердцевидной.

Приготовление. Залить кипящей водой, томить на водяной бане 40 минут. Остудить. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя 2–3 раза в день до еды.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г цветков ромашки аптечной, 20 г цветков календулы лекарственной, 20 г листьев подорожника большого, 20 г травы тысячелистника обыкновенного, 20 г травы череды трехраздельной, 1 л воды.

Приготовление. Травы смешать, залить кипящей водой. Настоять 2 часа, тепло укутав. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя 3–5 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 75 г травы полыни горькой, 25 г травы тысячелистника обыкновенного, 300 мл воды.

Приготовление. Травы смешать, залить кипящей водой. Настоять 2 часа, тепло укутав. Процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. настоя за 15–20 минут до еды 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 40 г травы полыни горькой, 25 г травы тысячелистника обыкновенного, 20 г измельченных корней одуванчика лекарственного. *Применение.* Принимать по 1 ст. л. настоя за 15–20 минут до еды.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 30 г листьев мяты перечной, 50 г травы пустырника пятилопастного, 20 г шишек хмеля обыкновенного, 400 мл воды.

Приготовление. Травы смешать, залить кипятком. Дать настояться 40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 40 г травы пустырника пятилопастного, 20 г плодов боярышника, 20 г травы полыни горькой, 20 г горца птичьего, 1 л воды.

Приготовление. Травы смешать, залить кипятком. Дать настояться 40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 2–3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г плодов боярышника, 10 г травы пустырника пятилопастного, 10 г цветков боярышника, 10 г цветков календулы лекарственной.

Приготовление. Травы смешать, залить кипятком. Дать настояться 40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 1/3 стакана 2 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 10 г травы пустырника пятилопастного, 10 г листьев пиона уклоняющегося, 15 г плодов боярышника, 15 г измельченных корневищ и корней валерианы лекарственной, 400 мл воды.

Приготовление. Травы смешать, залить холодной кипяченой водой. Довести до кипения, кипятить на малом огне 20 минут. Остудить. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана отвара.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 40 г измельченных корневищ родиолы розовой, 20 г плодов шиповника, 15 г листьев крапивы двудомной, 15 г плодов боярышника, 10 г травы зверобоя продырявленного, 1 л воды.

Приготовление. Травы залить кипящей водой. Дать настояться 40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 или 1/3 стакана настоя 2–3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 30 г измельченных корневищ и корня левзеи сафлоровидной, 15 г плодов боярышника, 15 г плодов шиповника, 10 г цветков календулы лекарственной, 10 г травы череды трехраздельной, 10 г плодов рябины черноплодной, 10 г листьев подорожника большого, 1 л воды.

Приготовление. Травы залить кипящей водой. Дать настояться 40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 1/3 или 1/4 стакана настоя 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 40 г плодов шиповника, 40 г плодов барбариса обыкновенного, 20 г листьев крапивы двудомной, 600 мл воды.

Приготовление. Травы залить кипящей водой. Дать настояться 40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 30 г плодов шиповника, 10 г плодов смородины черной, 30 г крапивы двудомной, 30 г моркови, 700 мл воды.

Приготовление. Шиповник и смородину залить кипятком, варить 20 минут. Затем сваренные ягоды отжать, жидкость процедить. Оставшиеся растения залить полученным горячим отваром. Дать настояться 1 час, опять процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 50 г плодов шиповника, 50 г плодов малины обыкновенной.

Приготовление. Шиповник и малину залить кипятком, варить 20 минут. Затем сваренные ягоды отжать, жидкость процедить. Оставшиеся растения залить полученным горячим отваром. Дать настояться 1 час, опять процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя 2–3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 25 г плодов шиповника, 25 г плодов малины обыкновенной, 25 г плодов смородины черной, 25 г листьев брусники обыкновенной, 700 мл воды.

Приготовление. Шиповник, малину и смородину залить кипятком, варить 20 минут. Затем сваренные ягоды отжать, жидкость процедить. Оставшиеся растения залить полученным горячим отваром. Дать настояться 1 час, опять процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя 2 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 15 г травы зверобоя пятнистого, 20 г измельченного корня одуванчика лекарственного, 30 г цветков календулы лекарственной, 30 г листьев мяты перечной, 600 мл воды.

Приготовление. Травы залить кипящей водой. Дать настояться 40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 или 1/3 стакана настоя за 30 минут до еды 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 10 г травы зверобоя шероховатого, 10 г травы тысячелистника обыкновенного, 15 г плодов шиповника, 15 г травы бессмертника песчаного, 600 мл воды.

Приготовление. Травы залить кипящей водой. Дать настояться 40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя за 15 минут до еды 4 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г цветков бессмертника песчаного, 20 г травы тысячелистника обыкновенного, 20 г травы полыни горькой, 20 г плодов фенхеля обыкновенного, 20 г листьев мяты перечной, 1 л воды.

Приготовление. Травы залить кипящей водой. Дать настояться 40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя 4 раза в день за 15 минут до еды.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г травы чабреца, 20 г травы шалфея, 40 г листьев мать-и-мачехи обыкновенной, 20 г душицы обыкновенной, 1 л воды.

Приготовление. Травы залить кипящей водой. Дать настояться 40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя 3–4 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 30 г листьев подорожника большого, 30 г измельченного корня солодки уральской, 40 г листьев мать-и-мачехи обыкновенной, 1 л воды.

Приготовление. Травы смешать, залить кипящей водой. Дать настояться 30–40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 30 г измельченного корня солодки голой, 70 г корня девясила высокого, 600 мл воды.

Приготовление. Травы смешать, залить кипящей водой. Дать настояться 30–40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 1/4 стакана настоя.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г плодов шиповника, 10 г травы душицы обыкновенной, 10 г измельченных корневищ и корня девясила высокого, 10 г измельченного корня солодки голой, 500 мл воды.

Приготовление. Травы смешать, залить кипящей водой. Дать настояться 30–40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 5 г листьев мать-и-мачехи обыкновенной, 10 г травы душицы обыкновенной, 10 г травы чабреца, 15 г листьев шалфея лекарственного, 10 г измельченных корневищ и корня девясила высокого, 600 мл воды.

Приготовление. Травы смешать, залить кипящей водой. Дать настояться 30–40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 1/3 стакана настоя 4 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г травы тимьяна маршаллиевского или чабреца, 20 г листьев мать-и-мачехи обыкновенной, 20 г травы фиалки трехцветной, 20 г измельченного корня девясила высокого, 20 г плодов аниса обыкновенного, 1 л воды.

Приготовление. Травы смешать, залить кипящей водой. Дать настояться 30–40 минут. Процедить.

Применение. Пить теплым по 1/3 стакана 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 20 г цветков календулы лекарственной, 10 г листьев крапивы двудомной, 15 г измельченного корня стальника полевого, 20 г травы тысячелистника обыкновенного, 10 г плодов фенхеля обыкновенного, 10 г травы хвоща полевого, 15 г листьев березы повислой пушистой, 1 л воды.

Приготовление. Травы смешать, залить кипящей водой. Дать настояться 30–40 минут. Процедить.

Применение. Пить по 1/3 стакана настоя 3–4 раза в день.

Требуется: 20 г листьев золотого уса, 25 г цветков бузины черной, 25 г травы зверобоя, шероховатого, 25 г цветков ромашки аптечной, 25 г цветков липы сердцевидной, 1 л воды.

Приготовление. Травы смешать, залить кипящей водой. Дать настояться 30–40 минут. Процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана настоя в теплом виде на ночь.

Требуется: 1 часть измельченного корня валерианы, 1 часть семян тмина, 1 часть семян фенхеля, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, настоять в течение 1 часа, затем процедить.

Применение. Принимать теплым по 100 мл 3 раза в день, причем последний раз на ночь.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 3 части цветков боярышника, 1 часть цветочных корзинок ромашки аптечной, 1 часть листьев мяты перечной, 1 стакан крутого кипятка.

Приготовление. Заварить крутым кипятком 2 ч. л. полученной смеси, накрыть блюдечком, дать настояться в течение 10 минут. Процедить настой через ситечко, добавить 1 ч. л. сахара или мед.

Применение. Выпить, как чай, на ночь всю полученную жидкость.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 0,5 части цветков ландыша, 2 части семян фенхеля, 3 части листьев мяты перечной, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, дать настояться в течение 1 часа, затем процедить.

Применение. Принимать по 50 мл 1–2 раза в день.

Требуется: 1 часть золотого уса, 2 части измельченного корня алтея, 1 крупная измельченная долька чеснока, 1 часть цветков коровяка, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, сразу процедить.

Применение. Принимать по 50 мл 4 раза в день.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть травы сушеницы, 1 часть цветков боярышника, 1 часть листьев либо травы омелы, 1 л кипятка.

Приготовление. 2 ст. л. смеси залить кипятком и дать настояться в течение 8 часов, затем процедить.

Применение. Принимать по 100 мл 3 раза в день через час после еды.

Существует еще один более сложный по своему составу сбор лекарственных растений.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 3 части цветков боярышника, 3 части плодов боярышника, 3 части травы хвоща, 2 части травы омелы, 2 части измельченного чеснока, 1 часть цветков арники горной, 2 части травы тысячелистника, 1 стакан кипяченой воды.

Приготовление. Тщательно перемещать все травы, затем 1 ст. л. смеси заварить кипяченой водой. После этого сразу процедить.

Применение. Принимать по 50 мл 4 раза в день до еды.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть цветков таволги вязолистной, 1 часть листьев крапивы жгучей, 1 часть травы зверобоя, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 2 ст. л. сбора залить кипятком и дать настояться в течение 4–6 часов. Процедить.

Применение. Принимать по 100 мл 5 раз в день.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 1 часть семян тмина, 6 частей цветков ромашки аптечной, 1 стакан кипятка.

Приготовление. Все компоненты хорошо перемешать. Затем 1 ст. л. смеси залить кипятком, дать постоять в течение 30 минут, процедить, остудить.

Применение. Принимать по 1 стакану утром и вечером.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 2 части цветков коровяка, 2 части семян аниса, 8 частей измельченного корня алтея, 1 часть измельченного корня фиалки трехцветной, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, дать настояться 20 минут, процедить.

Применение. Принимать по 50 г 2 раза в день.

Требуется: 3 части измельченного корня алтея, 1 часть листьев золотого уса, 3 части листьев подорожника большого, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, дать постоять несколько часов, процедить.

Применение. Принимать по 2 ст. л. 5 раз в день.

Снижение либидо (полового влечения)

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть цветков ромашки, 1 часть цветков лаванды, 1 часть листьев и цветков мяты, 1 часть листьев розмарина, 1 часть травы тимьяна, 1 часть измельченных корневищ аира, 2 л кипятка.

Приготовление. 500 г сухой смеси залить кипятком, настоять 30 минут.

Применение. Добавлять в ванну.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 2 части травы полыни, 1 часть травы тысячелистника, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настоять 20 минут, процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. за 15–20 минут до еды 2 раза в день.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть травы полыни, 2 части травы тысячелистника, 1 часть измельченного корня одуванчика, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настоять 20 минут, процедить.

Применение. Принимать по 1 ст. л. за 15–20 минут до еды 3 раза в день.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 1 часть плодов шиповника, 1 часть ягод черной или красной смородины, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настаивать не менее 1 часа в хорошо закрытой посуде, процедить, добавить по вкусу сахар.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день.

Требуется: 2 части золотого уса, 3 части листьев крапивы двудольной, 7 частей плодов черноплодной рябины, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, кипятить 10 минут, настаивать 4 часа в закрытой посуде, процедить, добавить по вкусу сахар.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 3 части листьев крапивы двудольной, 3 части плодов шиповника, 1 часть ягод красной смородины, 3 части сухих корнеплодов моркови, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, кипятить 10 минут, настаивать 4 часа в хорошо закрытой посуде, процедить, добавить по вкусу сахар.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день.

Требуется: 1 часть плодов малины, 1 часть плодов шиповника, 1 стакан кипятка, 1 часть листьев золотого уса.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, кипятить 10 минут, настаивать 3 часа в хорошо закрытой посуде, процедить, добавить по вкусу сахар, сок золотого уса.

Применение. Принимать по 1/3 стакана 2–3 раза в день.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 1 часть измельченного корня алтея, 1 часть измельченного корня солодки, 1 часть плодов аниса, 1 часть листьев шалфея, 1 часть сосновых почек, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настаивать 20 минут, процедить.

Применение. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана 3–4 раза в день.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 1 часть измельченного корня алтея, 1 часть цветков мальвы дикой, 1 часть цветков коровяка, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настаивать 20 минут, процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день после еды.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 3 части цветков тмина, 2 части плодов фенхеля, 2 части листьев мяты перечной, 2 части травы тысячелистника, 1 часть травы полыни, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 2 ч. л. смеси настаивать в холодной воде 8 – 12 часов, процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 4 раза в день за 15–20 минут до еды.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 3 части плодов черемухи, 2 части плодов черники, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 2 ст. л. смеси залить кипятком, кипятить 20 минут, остудить, процедить.

Применение. Принимать по 1/4 стакана 3–4 раза в день.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 2 части шишек ольхи, 1 часть измельченного корня горца змеинового, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 2 ч. л. смеси залить кипятком, настаивать 30 минут, остудить, процедить.

Применение. Принимать по 1/4 – 0,5 стакана 3–4 раза в день.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть корневищ лапчатки прямостоячей, 1 часть цветков тмина, 3 части цветов шалфея, 1 часть травы тмина, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 2 ст. л. смеси залить кипятком, кипятить 10 минут, остудить, процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 3–4 раза в день за 15 минут до еды.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть измельченных корневищ кровохлебки, 1 часть измельченного корня горца змеинового, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 2 ч. л. смеси залить кипятком, настаивать 30 минут, остудить, процедить.

Применение. Принимать по 1/4 – 1/3 стакана 3–4 раза в день.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть измельченного корня конского щавеля, 1 часть измельченного корня горца змеинового, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 2 ч. л. смеси залить кипятком, настаивать 30 минут, остудить, процедить.

Применение. Принимать по 1/4 – 1/3 стакана 3–4 раза в день.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 2 части измельченной коры крушины, 2 части плодов аниса, 1 часть травы тысячелистника, 2 части семян горчицы, 3 части измельченного корня солодки, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 2 ч. л. смеси залить кипятком, кипятить 10 минут, остудить, процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана утром и вечером.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 3 части измельченного корня дягиля, 4 части хвои можжевельника, 3 части цветков василька, 2 стакана кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настаивать 20 минут, процедить.

Применение. Принимать 3–4 раза в день по 1 ст. л.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 2 части листьев толокнянки, 1 часть плодов петрушки огородной, 1 часть цветков василька, 1 часть почек березы, 4 части листьев вахты трехлистной, 1 часть измельченного корня девясила, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 2 ч. л. смеси залить кипятком, кипятить 10 минут, остудить, процедить.

Применение. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день за 15–20 минут до еды.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть травы грыжника, 1 часть листьев толокнянки, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, кипятить 10 минут, остудить, процедить.

Применение. Принимать по 1/3 – 1/4 стакана 3–4 раза в день.

Требуется: 2 части листьев золотого уса, 1 часть листьев мяты душистой, 1 часть цветков бузины зеленой, 1 часть цветков липы, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, кипятить 10 минут, остудить, процедить.

Применение. Выпить горячим на ночь.

Глава 7 Золотой ус как афродизиак

С давних пор люди пробовали найти средства и пути, которые помогут им возвращать потерянное сексуальное влечение или увеличивать это настолько, насколько это необходимо. Те, кто оказался перед подобной проблемой, не находили ничего лучше, как обратиться за помощью к знахарям, магам и прочим «целителям», обладающим секретным умением лечения различных болезней. Причинами этого являются естественная стыдливость и смущение, которые возникают у большинства при разговоре о своих сексуальных проблемах. Мало кто сможет в открытую объявить себя импотентом или сказать, что не в силах привлечь понравившегося человека. Практически у каждого народа лекари и колдуны считаются экспертами в лечении сексуальных проблем, так как именно они якобы обладают необходимыми знаниями и умениями. Естественно, что мало кто из подобной категории врачей отказывался полечить очередного страдальца. У всех знахарей всегда были свои тайные методы, и они спешили поделиться ими (разумеется, не бесплатно).

Однако есть и более умные и образованные люди, которые для решения подобных проблем прибегают к помощи специалистов (сексопатологов, гинекологов, психологов), чтобы вернуть утраченные сексуальные возможности и желания. Именно они являются покупателями «Виагры», различных акульих хрящей и прочих новомодных препаратов для восстановления потерянного. Когда купленное оказывается неэффективным, то они идут за лекарством в секс-шоп, а потом начинают обращаться к народным целителям, экстрасенсам и потомственным знахаркам. Но и они чаще всего ничем не могут помочь несчастным. Так что не сомневайтесь, лучше идите на прием к врачу со специальным образованием. А для тех, кто не доверяет традиционной медицине, есть и народные способы лечения, которые проверены временем и являются достаточно безвредными.

В основном современные пути избавления от сексуальной несостоятельности сводятся до практического применения афродизиаков – веществ, стимулирующих сексуальное влечение, вызывающих сексуальное возбуждение из-за содержащихся в них

гормоноподобных веществ. Название «афродизиаки» пришло из греческого языка и сформировано от имени богини любви – Афродиты.

Большинство древних южных народов, а также некоторые африканские и индонезийские племена полагали, что порошок, сделанный из рога носорога, существенно увеличивает сексуальную силу человека. Теперь ученые пришли к единодушному мнению, что в порошке из рога носорога не присутствует чего-либо полезного и нужного.

Многие древние народы (например, римляне и греки) очень уважительно относились к любовным эликсирам, которые готовились с применением пепла, оставшегося после сжигания кожи и перьев, дерева, костей различных животных, мяса рептилий, волос, молозива, крови, а также всевозможных растений. О напитках любви и любовных эликсирах (что вообще-то одно и то же) мы многое можем узнать из древних текстов и летописей. По легенде один из таких напитков, который был сделан из спаржи, хвостов раков, икры рыбы, крови голубя и языка фантастической птицы Фильтрум, Апулею, автору «Золотого осла» и просвещенному оккультисту, помог покорить сердце богатой вдовы Падентиллай, на которой он впоследствии и женился. Напиток любви послужил основанием для возникновения прекрасного чувства между Тристаном и Изольдой – героями известнейшей средневековой трагедии.

Во многих странах Латинской Америки в течение долгого времени бараньи или бычьи яички считались одним из лучших возбуждающих средств. В ресторанах это блюдо предлагалось для обеда мужчинам, которые хотели бы увеличить свою сексуальную силу. Это объяснялось прежде всего тем, что в данных продуктах содержится большое количество гормона, подобного человеческому – тестостерона. Однако повара не думали о том, что при тепловой обработке этот гормон разрушается.

В то же время аристократия средневековой Европы была вся без исключения сильно увлечена использованием так называемых шпанских мушек. Их рассматривали как очень эффективное средство для того, чтобы усилить сексуальные чувства. Однако ученые определили, что в шпанской мушке содержатся вредные токсины, которые способны раз и навсегда лишить вас сексуального влечения, да и просто сильно испортить ваше здоровье. Как другой стимулятор

(особенно, во Франции) в течение долгого времени рассматривали шампанское. Наблюдение показало, что после употребления этого газированного напитка в крови в 2–3 раза повышается уровень андрогена – сексуального гормона человека, поэтому усиливается эрекция у мужчин, а у женщин появляется непреодолимое сексуальное желание и возникают эротические фантазии.

В странах Дальнего Востока огромное внимание уделяли специальному массажу гениталий и точек на теле, связанных с их функционированием, а также различным гимнастическим упражнениям для увеличения сексуального желания.

Если в южных странах желающие увеличить сексуальное влечение большое внимание уделяли блюдам из рыбы, бобов, овощей, фруктов и зелени, то северные народы уделяли внимание совсем другим продуктам (например, шаманы якутов считали, что нужно употреблять в пищу яички и молоко оленей, икру, сушеные грибы, травы, кору некоторых деревьев).

К числу афродизиаков относили любые растительные и животные препараты, если они имели форму, близкую к форме половых органов человека. Так, например, сатиров корень относили к средствам, увеличивающим сексуальную силу мужчин по причине того, что он по форме напоминает яички мужчин. Баклажаны, огурцы и другие растения считали афродизиаками из-за вытянутой, фаллоидной формы, напоминающей половой орган мужчин. Употребление в пищу гениталий различных животных (обезьян, крокодилов, слонов, парнокопытных и т. д.) также считалось очень полезным для достижения лучшей сексуальной формы.

Большой интерес людей к афродизиакам и возбуждающим продуктам с веками не иссяк. С развитием науки ими заинтересовались и ученые. Известный психоаналитик Зигмунд Фрейд писал о древнем поверье, согласно которому некоторые продукты возбуждают половое влечение. В их числе он называл сырое мясо, яйца, устриц, перец, мяту, морковь и петрушку. По его мнению, более эффективными стимуляторами являются ржаные лепешки, семена тыквы, сушеные фрукты, грибы, крапива, яблоки.

По сей день многие люди уверены в том, что в значительной степени на повышение потенции у мужчин и половой возбудимости у женщин влияют алкогольные напитки, рыба и рыбная икра, острая

пища (перец, чеснок и т. д.), яички животных, некоторые фрукты, овощи, бобы, орехи, зелень и пряности.

Что касается растений, то в состав знахарских приворотных зелий и прочих любовных снадобий испокон веков входили так называемые венерианские растения, т. е. те растения, которые связывались в представлении древних народов с богиней плотской любви – Венерой: очень пахучие, сладковатые на вкус, лилово-малинового, сиреневого или розового цветов.

Древние славяне для приготовления любовных напитков с целью любовных приворотов использовали орхидеи, ятрышник, руту, барвинок, любисток, калину, клюкву, хмель, девясил и многие другие растения. Именно эти цветы и травы древние лекари добавляли в зелья, которые должны были помочь страдающим от полового бессилия.

Среди фруктов, обладающих возбуждающим эффектом, особенно популярными у знахарей всего мира считались и считаются абрикосы, персики, вишня, черешня, слива, алыча, айва, кизил, яблоки, груши, гранаты, инжир, финики, хурма, ананасы, бананы. Из ягод особенно ценятся виноград, смородина, земляника, брусника, черника, малина, ежевика, голубика, облепиха, крыжовник, клюква, а из цитрусовых – апельсины, лимоны, мандарины, грейпфруты. Из корнеплодов: капуста (брюссельская, белокочанная, краснокочанная, цветная и кольраби), редис, редька, свекла, баклажаны, репа, кабачки, морковь. Из овощей: огурцы, помидоры и др. Среди орехоплодных особенно полезными для повышения половой функции считаются: лещина, грецкий орех, миндаль, плоды каштана, арахис, фисташки, кедровые орехи. Особенно полезными для сексуальной активности, с точки зрения многих знахарей, являются различные виды лука: порей, батун, шалот, зеленый лук, шнитт-лук, а также чеснок.

Отдельно нужно сказать о пряной зелени и специях, которые издревле считались возбуждающими продуктами. Бытовало мнение, что пряности и специи возбуждают не только обычный аппетит, но и аппетит сексуальный. К пряностям, способствующим возбуждению, увеличению сексуального желания, относятся: джонджоли, базилик, полынь, чабер и чабрец, мята, зверобой продырявленный, анис, одуванчик, тмин, кинза, фенхель, эстрагон, майоран, все виды перца, розмарин, барбарис, гвоздика, имбирь, кардамон, корица, кунжут,

куркума, миндаль, мускатный орех, шафран, душица, кориандр, любисток, тимьян, петрушка, укроп, пастернак и некоторые другие.

Как видите, практически все известные пряности так или иначе оказывают существенное влияние на половую функцию нашего организма, поэтому добавление их к мясным, овощным и кондитерским блюдам будет весьма значимым и полезным для тех, кто страдает от полового бессилия. Помимо вышеназванных зеленых пряностей, существует еще огромное количество трав, которые способствуют увеличению половой активности.

Следует отдельно сказать о положительном воздействии на половые функции грибов, рыбы и морепродуктов, а также соевых и молочных (сыре, твороге, кефире, йогуртах, молоке).

В течение многих веков лекари разных народов старались накопить сведения о том, какие именно вещества и в каком количестве способны повлиять на половое влечение, и экспериментировали в приготовлении возбуждающих средств. Нам остается лишь доверять целителям и при необходимости проверять их блюда и напитки на личном опыте. Следует сказать, что рецепты возбуждающих средств, приведенные ниже, основаны на различных растительных компонентах, которые с древности наделялись чудодейственными свойствами увеличения половой активности.

Однако для того чтобы повысить половую активность, вегетарианская пища не подходит. Лекари советуют разумно сочетать мясные и растительные продукты. Пища должна быть непременно смешанной. Например, к отварному и жареному мясу важно подавать гарниры из сырых овощей, корнеплодов, зелени, кореньев и специй. Причем, чем больше продуктов содержится в блюде, тем лучше – тем больше разнообразных питательных веществ и витаминов получит обессиленный организм.

Кроме рецептов от полового бессилия, предлагают вести здоровый образ жизни и соблюдать ряд определенных правил. Необходимо регулярно отдыхать и спать 9 – 10 часов в сутки. Очень полезными оказываются солнечные ванны, пребывание на свежем воздухе.

Некоторые считают, что при отсутствии полового влечения помогает и голодание: 2 небольших (от 1 до 2 дней) и одно длительное (от 3 до 5 дней). Голодания помогают человеку избавиться организм от

лишних шлаков, токсинов. После очищения возобновляется нормальное функционирование всех органов, в том числе и половых. Во время голодания важно отдыхать, побольше спать, принимать теплые травяные ванны, как можно больше пить фруктовых и овощных соков. Можно съесть несколько сырых фруктов, овощей и ягод.

Что касается питания, то для того чтобы вернуть сексуальную активность, нужно отказаться от употребления алкогольных напитков, кофе и крепкого чая, есть больше салатов из сырых овощей (свеклы, моркови, редьки, редиса).

Лучшим средством для лечения полового бессилия у мужчин и женщин многие считают так называемое вымачивание. Для этого надо с вечера налить 3/4 ванны воды температуры тела и держать открытым кран с горячей водой, для того чтобы поддерживать воду той же температуры. В такой нейтральной ванне нужно лежать около 1 часа (можно и дольше). И проделывать эту процедуру следует в течение 1 месяца ежедневно.

Для увеличения сексуального желания еще советуют такой метод лечения: ежедневно перед сном заполняйте по 2 таза с водой: один – с горячей (39–40 °С), другой – с холодной (25–27 °С). В этих тазах нужно сидеть попеременно – около 1 минуты в каждом. И так целый час. Эту процедуру следует проводить также в течение 1 месяца.

Другим способом повышения сексуальной возбудимости является следующая процедура: наколите 30 г льда, заверните в марлю, сложенную 8 раз, и держите эту связку сначала на лбу (3 минуты), потом у основания черепа (2 минуты), затем приложите к ребрам в области сердца (1 минута), и после – к мошонке (мужчинам) и на низ живота (женщинам) (на 1 минуту). Если проделывать эту процедуру 3 раза в день, то она восстановит сексуальные способности очень быстро.

Во всех этих способах повышения полового влечения есть свое место для золотого уса. Его биологически активные компоненты способны усиливать действующее начало многих афродизиаков. Мы предлагаем вашему вниманию некоторые из них.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. сухих листьев и цветков мяты, 1 ч. л. сухих листьев крапивы, 1 ст. л. сухих листьев клевера, 1 л воды.

Приготовление. Сбор трав залить кипятком, перелить в термос, закрыть крышкой и настаивать 20 минут, после чего процедить.

Применение. Приготовленный настой принимать внутрь по 0,5 стакана 2 раза в день в течение 4–5 дней.

Требуется: 3 ст. л. листьев золотого уса, 10 г сухого измельченного корня золотого уса, 0,5 л воды.

Приготовление. Сухой корень залить кипятком и настаивать 30 минут, затем процедить.

Применение. Приготовленный настой принимать по 1/4 стакана 2–3 раза в день за 30 минут до еды.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 свежих корня пастернака, 20 г листьев петрушки, 10 г зеленого лука, 1 ст. л. оливкового масла.

Приготовление. Корень пастернака и зелень порубить, заправить оливковым маслом.

Применение. Употреблять салат из пастернака 1 раз в день натощак в течение 1–1,5 недель.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. свежей травы пастернака, 3 ч. л. сахарного песка, 1 стакан воды.

Приготовление. Мелко порубить пастернак и золотой ус, смешать с сахарным песком и залить кипятком. Смесь перемешать и настаивать в течение 7–8 часов, затем процедить.

Применение. Пить по 0,5 стакана 3–4 раза в день за 20 минут до еды или через 1 час после еды как возбуждающее средство.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. семян пастернака, 0,5 л воды.

Приготовление. Семена пастернака залить водой и поставить кастрюлю на небольшой огонь до закипания. Закипевший отвар поварить еще 2 минуты, после чего добавить золотой ус, снять и слегка остудить, а затем процедить.

Применение. Принимать отвар по 0,5 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 ч. л. травы пастушьей сумки, 1 стакан горячей воды.

Приготовление. Травы залить кипятком и настаивать 30–40 минут с закрытой крышкой, затем процедить через 2–3 слоя марли.

Применение. Принимать по 1 ст. л. 2–3 раза в день за 20 минут до еды. С помощью этого же настоя можно делать тампоны (ватный тампон смочить настоем). Это средство прекрасно укрепляет стенки мышц влагалища при их вялости и ослаблении тонуса, что также весьма сказывается на увеличении сексуального влечения женщин.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. шишек хмеля обыкновенного, 0,5 л воды.

Приготовление. Шишки хмеля и золотой ус промыть и залить кипятком, перелить в термос, закрыть крышкой и настаивать 2–3 часа, после чего процедить.

Применение. Пить по 1/4 стакана 2 раза в день через 1 час после еды.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 ч. л. сухих листьев мяты перечной, 1 ч. л. сухой хвои можжевельника, 1 ч. л. сухих плодов шиповника, 1 л воды, 200 г красного вина.

Приготовление. Сухие травы и плоды шиповника смешать и залить водой, поставить на огонь и довести до кипения, затем снять с огня и настаивать 15–20 минут, процедить. Горячий отвар смешать с красным вином.

Применение. Принимать напиток по 0,5 стакана 2 раза в день в течение 4 дней, затем сделать перерыв и снова повторить курс приема. Это средство активизирует половые функции у мужчин и женщин.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 ст. л. сухой травы девясила, 2 ст. л. липового меда, 600 мл воды.

Приготовление. Траву залить водой и варить до закипания. Закипевший отвар процедить.

Применение. Добавить в 0,5 стакана отвара 10 г меда, размешать и принимать 2 раза в день в течение 5 дней при отсутствии полового влечения.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 2 плода киви, 1 банан, 30 г взбитых сливок.

Приготовление. Плоды киви и банан очистить от кожуры и нарезать кольцами, уложить в салатницу и добавить измельченные листья золотого уса, взбитые сливки.

Применение. Такой салат повышает мужскую потенцию и на женское половое влечение. Желательно есть его каждый день в течение недели, и тогда половая функция восстановится.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 1 стакан свежесжатого морковного сока, 1 ст. л. липового или цветочного меда.

Приготовление. Добавить в соки мед и тщательно размешать смесь.

Применение. Принимать полученное средство при снижении половой активности по 2 раза в день натощак в течение 5–6 дней.

Требуется: 2 ст. л. сока золотого уса, 0,5 стакана свежесжатого морковного сока, 1/3 стакана свежесжатого сока зеленой редьки, 1 ч. л. меда.

Приготовление. Овощные соки смешать, добавить мед и размешать.

Применение. Приготовленный напиток пить по 0,5 стакана 2 раза в день в течение 1 недели для повышения полового влечения.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 морковь, 1 свекла, 1 зубчик чеснока, 1 ст. л. гречишного масла, 1/4 ч. л. молотого черного перца, 1/5 ч. л. порошка корня майорана.

Приготовление. Натереть на мелкой терке свеклу и морковь, золотой ус и чеснок измельчить и смешать продукты. Заправить салат специями и гречишным маслом, размешать.

Применение. Есть этот салат перед сном или приготовить его на романтический ужин, одним словом, употреблять его всякий раз перед тем, как заняться сексом.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 редька, 3 редиски, 1 луковица, 1 вареное яйцо, 1/4 ч. л. молотого черного перца, 1 ч. л. семян фенхеля, по 20 г листьев базилика и мяты, 3 ст. л. оливкового масла.

Приготовление. Редьку и редис натереть на терке, золотой ус, лук и яйцо мелко порубить, смешать продукты, добавить листья ароматной зелени, специи и заправить маслом.

Применение. Такой салат можно есть каждый день, желательно вечером.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 1 баклажан, 1 огурец, 1 луковица, 1 красный болгарский перец, 1 зубчик чеснока, 1/4 ч. л. молотого черного перца, 1/4 ч. л. красного молотого перца, 1/4 ч. л. тмина, перца, 1/4 ч. л. аджики, 1/4 ч. л. молотого красного перца, 1 ст. л. растительного масла.

Приготовление. Огурец, лук, перец и баклажан нарезать кубиками, баклажан обжарить на масле до образования золотистой корочки. Смешать овощи, добавить надавленный чеснок, золотой ус, специи, соль и подавать как гарнир к мясному блюду.

Применение. Как гарнир употреблять с мясным блюдом на обед или на ужин.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 3 яйца, 3 ст. л. шпината, 10 соцветий желтого одуванчика, 3 свежих листка одуванчика, 1 луковица, 2 грецких ореха, 2 ст. л. оливкового масла, 1/4 ч. л. молотого перца, 0,5 ч. л. соли.

Приготовление. Шпинат мелко порубить и смешать с измельченными листьями одуванчика и нарубленной луковицей. Яйца отварить и мелко нарезать, смешать с тертым грецким орехом и измельченными цветками одуванчика, затем добавить специи и заправить оливковым маслом.

Применение. Этот салат можно употреблять на обед или на ужин.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 2 моркови, 200 г мясного фарша, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, по 1/4 ч. л. молотого черного и красного перца, порошка карри и майорана, 1 ч. л. молотого кориандра, 2 ч. л. соли, 100 г муки, 100 г растительного масла, по 10 г листьев мяты, Melissa, базилика, 1/3 лимона.

Приготовление. Морковь натереть на терке и смешать с мясным фаршем, добавить мелко нарубленный лук, измельченный золотой ус, чеснок, специи, соль. Из полученной массы сделать котлетки и жарить их на масле до готовности. Готовые котлетки украсить листьями мяты, базилика, Melissa и кружками лимона.

Применение. Эти котлеты следует есть как можно чаще тем, кто страдает от полового бессилия. Особенно полезны они мужчинам.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 300 г филе морской рыбы (окуня, палтуса или другой), 1 луковица, 1 лимон, 1 баклажан, 1 зубчик чеснока, 1 морковь, 100 г цветной капусты, по 1/3 ч. л. молотого перца, сухой душицы, фенхеля, кориандра, 100 г растительного масла, 2 ч. л. соли. *Приготовление.* Филе рыбы нарезать порционными кусками и слегка поджарить на масле, полив лимонным соком. Овощи порезать кубиками, добавить к рыбе и жарить на небольшом огне, поливая лимонным соком, затем добавить измельченный золотой ус, специи, закрыть крышкой и тушить рыбу с овощами до готовности.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 300 г филе трески, 1 морковь, 1 луковица, по 1 ст. л. зелени базилика, мяты, мелиссы, крапивы, 0,5 стакана белого вина, по 1/4 ч. л. молотого черного перца, семян аниса, куркумы, 100 г оливкового масла, 1 ст. л. лимонного сока, 2 ч. л. соли.

Приготовление. Филе трески нарезать тонкими полосками, посолить, поперчить и поджарить на оливковом масле. Когда треска слегка поджарится, добавить тертую морковь, измельченный золотой ус, мелко нарубленный лук, специи и снова поджарить. Готовую треску с овощами залить смесью вина с лимонным соком и потушить в течение 7 – 10 минут.

Применение. Это блюдо весьма повышает сексуальный аппетит, поэтому можно приготовить его на ужин перед тем, как заняться сексом.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 100 г сыра, 40 г грецкого ореха, 20 г фисташек, по 20 г зелени петрушки, кинзы, фенхеля, мяты, сельдерея, лука-порея, по 1/4 ч. л. молотого черного перца и тмина.

Приготовление. Сыр натереть на терке, зелень мелко порубить, орехи растолочь, все смешать, добавить специи.

Применение. Приготовленную массу употреблять ежедневно для увеличения сексуального желания.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 350 г филе ставриды, 4 крупных шампиньона, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. оливкового масла, 1/4 ч. л. черного молотого перца, по 20 г зелени сельдерея, петрушки, кинзы, мяты, 2 ст. л. сока лимона, 1 ст. л. соли.

Приготовление. Филе ставриды нарезать порционными кусочками. Налить на сковороду масло и положить рыбу, приправленную солью и перцем. Сковороду закрыть крышкой и поджарить рыбу на сильном огне в течение 8 – 10 минут, затем выложить ее, а на сковородку положить грибы, рубленый лук, чеснок, коренья и жарить, слегка посолив. К готовым грибам положить рыбу, добавить ароматную зелень, измельченный золотой ус, полить лимонным соком и тушить все на слабом огне еще 5–7 минут.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. ягод калины, 1 ст. л. ягод клюквы, 3 ст. л. грецких или лесных орехов, 2 ст. л. меда.

Приготовление. Ягоды растолочь до образования пюре, орехи измельчить и смешать с ягодным пюре, добавить мед, измельченный

золотой ус, все размешать и сразу же употреблять.

Применение. Принимать средство по 2–3 ст. л. 2–3 раза в день при половом бессилии.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 70 г персиков, 70 г абрикосов, 60 г взбитых сливок, 1 ст. л. ягод черники, 1/3 ч. л. корицы, по 20 г листьев базилика и мяты. *Приготовление.* Персики и абрикосы разделить на дольки, освободив от косточек, и уложить в десертную вазочку, добавить измельченный золотой ус, залить взбитыми сливками, сверху посыпать корицей, украсить ягодами и листьями ароматной зелени.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, по 100 г сухофруктов (кураги, чернослива, изюма, яблок и груш), 30 г фисташек, 1 ст. л. меда, 1 стакан апельсинового сока.

Приготовление. Сухофрукты мелко порезать и смешать с измельченными орехами и медом, добавить измельченный золотой ус.

Применение. Приготовленную массу употреблять по 3–4 ст. л., запивая апельсиновым соком, 3–4 раза в день при отсутствии полового влечения.

Требуется: 2 ст. л. листьев золотого уса, 0,5 стакана грушевого сока, 0,5 стакана яблочного сока, 1 грецкий орех, по 10 г листьев мяты и мяты, 1/5 ч. л. гвоздики.

Приготовление. Смешать соки, добавить гвоздику и измельченный грецкий орех, измельченный золотой ус, листья мяты и мяты. Дать настояться 2 часа. Процедить.

Применение. Пить напиток по 1 стакану 2 раза в день натощак при половом бессилии.

Требуется: 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 ч. л. ягод брусники, 1 ч. л. ягод ежевики, 1 ч. л. ягод малины, 1 ч. л. ягод клюквы, 0,5 л воды, 1 ст. л. меда.

Приготовление. Ягоды растолочь и смешать с медом, добавить измельченный золотой ус. Залить ягодную кашу водой и поставить на огонь, варить 10 минут, затем снять с огня. Процедить.

Применение. Напиток пить по 1 стакану 2 раза в день натощак при половом бессилии.

Заключение

Вот и подошел к концу наш разговор о такой важной области, как сексуальная составляющая нашей жизни, и о месте золотого уса в лечении сексуальных заболеваний. Надеемся, что вы смогли узнать немало нового о народной фитотерапии и в дальнейшем сможете успешно решать возникающие проблемы. В завершение мы лишь просим вас относиться разумно к лечению золотым усом и строго следовать нашим рекомендациям. Помните, что это растение не является панацеей, и, как и у любого метода лечения, у него есть свои ограничения и противопоказания. Особенно это касается применения золотого уса при сексуальных расстройствах и лечении заболеваний мочеполовой системы. Не забывайте, что большая часть каких-либо сексуальных нарушений берет свое начало в психологических нарушениях и проблемах, так что в первую очередь, решите их, прежде чем начинать лечение любыми травами. Что касается гинекологических заболеваний, то никогда не стоит упускать из вида, что в любом случае вам необходимы визит к врачу и его согласие на применение народных методов лечения. Иначе легкое недомогание может обернуться серьезными проблемами.

Мы советуем всем, кто всерьез заинтересовался траволечением, почаще знакомиться с различными травниками и уделять больше внимания условиям роста лекарственных растений и правильному приготовлению лекарственных форм в домашних условиях.