

Алевтина Корзунова

# Те кому за 50 и золотой ус



## Annotation

Болезни – это результат нашего образа жизни, невежества по отношению к нашему организму и к нашей душе. И чем ближе пенсионный возраст все чаще и чаще мы задумываемся о них. Новая книга популярной целительницы расскажет вам о лечении заболеваний после 50-ти лет жизни с помощью известнейшего своими чудодейственными свойствами растения – Золотым усом. В произведение дается информация об этом растении, рассказывается о правилах его выращивания, а главное предоставляются способы лечения заболеваний им заболеваний.

---

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

# Алевтина Корзунова

## Те, кому за 50 и золотой ус

### Введение

*Ценность любого достижения в победе над самим собой».*

*А.Дж. Кронин*

Здравствуйтесь, мои дорогие читатели. Очень рада нашей новой встрече. В своей новой книге я еще раз хочу рассказать о целительных свойствах золотого уса. На этот раз я вы узнаете о его применение для людей после пятидесяти лет. Вся история человечества говорит о том, что человек и природа неотделимы. С самого начала своей эволюции человек получал от природы все необходимое для своей жизни: кров, пищу, одежду. Развитие человечества, технический прогресс и деятельность человека отдаляли его от природы, нанося ей большой вред: загрязнение экосистем, исчезновение редких видов, сокращение растительных и животных популяций, уменьшение озонового слоя и т. д. Казалось, что человек все больше отдаляется от природы, частью которой сам является. Однако как раз отстранение человечества от природы, привело его к осознанию, необходимости единения с природой. Эта закономерность учит беречь ее, любить ее, заботиться о ней, слушать и учиться у природы. Природа, как любящая мать продолжает отдавать человеку всю себя. К сожалению, мы не всегда, берем то что природа щедро отдает нам. А ведь ученые давно уже выяснили, что в окружающем мире есть буквально все необходимое человеку – чтобы вылечить все те болезни, которые мы приобрели по невежеству, незнанию, или наплевательскому отношению к своему здоровью и здоровью наших близких, наших детей. Вся та химия, которую мы продолжаем упорно поглощать, это результат нашей лени, нежелание понять то, что те болезни которые мы вынашиваем годами нельзя вылечить только лекарствами – какие бы они прекрасные не были. Мы думаем, что любим себя, когда напичкиваем свой организм сладостями, копченостями, тепличными и заморскими овощами и фруктами среди зимы, нисколько не задумываясь о том полезно ли это нашему желудку, печени, кишечнику и

всему организму или мы наносим ему непоправимый вред всякими канцерогенными веществами, нитратами и прочей химией – которыми напичканы все эти красавцы – продукты. Задумайтесь об этом. А наша душа – это зачастую тоже свалка всяких отрицательных эмоций, мы злимся, завидуем, нервничаем, срываемся по пустякам на окружающих и близких, не думая что несем негатив не столько окружающим, сколько самим себе. Остановитесь мои дорогие, задумайтесь. Может быть лучше улыбнуться окружающим, сказать доброе слово. Как говорится в пословице «Доброе слово и собаке приятно». А вот когда вы позаботитесь о своем организме и душе, тогда и остальное: лекарственные растения, физические процедуры, физические занятия, – все пойдет впрок. Ну, а теперь о растениях, что нас окружают. Они не только дают необходимый всему живому кислород, питание, но это и кладезь необходимых нам витаминов и лекарств. Без них мы не могли бы существовать на планете Земля. Наши далекие предки оценили и начали изучать непознанный и таинственный мир зеленых растений. Знания человечества XXI века являются результатом освоения и изучения тайн растительного мира за тысячелетия. Но даже в наше время молекулярной биологии и генетики человек только приоткрывает плотную завесу над истинной пользой и богатством, которые скрывает от нас мир растений. С древних времен люди знали что зелень это не только продукт питания, но и лекарство от недугов и болезней. Применение с лечебной целью большого числа наиболее известных лекарственных растений имеет многовековую историю. Известно, например, что в качестве лекарства, уже 5 тысяч лет назад в Междуречье выращивали и применяли плоды граната, а в Китае за 2700 лет до н. э. использовали ревеня. Тысячелетиями на Востоке с этой же целью применялась эфедра, а использование красавки насчитывает около 2500 лет. В египетских папирусах обнаружены сведения о врачевании с помощью клещевины, а ее семена были найдены в гробницах фараонов. В Древнем Вавилоне и Египте знали о лекарственных и ядовитых свойствах белены черной, а в Древней Индии применяли барбарис. Более 3300 лет высоко ценится как лекарство алоэ древовидное. На заре нашей эры китайская и тибетская медицина уже применяла солодку, родиолу розовую. Гиппократ, Диоскорид, Гален и другие древнеримские и древнегреческие ученые знали о целительных свойствах тысячелистника, шалфея, зверобоя, горца, желтушника, мяты, ромашки, мать – и – мачехи, облепихи и других растений. С античных времен известны, как лекарства петрушка, василек, крапива и марена. В трудах Авиценны упоминаются как лечебные – подорожник, полынь, душица, пион и т. д. Большой популярностью травы

с лечебными свойствами пользовались и на Руси. Первые рукописные книги – травники и ветрограды посвященные лечебным травам появились в XVII веке. А в XVIII веке с созданием Академии наук началось планомерное изучение лекарственных растений. Многовековой опыт всех стран и народов по применению лекарственных растений лег в основу лечебных средств народной медицины. Однако долго время использование растения в качестве лекарств, продолжало основываться только на практическом опыте. Только выявление способности отдельных растений синтезировать и накапливать многочисленные природные соединения, оказывающие на организм человека сильное физиологическое действие, позволило коренным образом изменить процесс использования этих видов, поставив его на строгую научную основу. В нашей стране изучение лекарственных растений, сохранением и преумножением их ресурсов, занимаются специализированные научные учреждения, медицинские, фармацевтические вузы, ботанические сады. По мере развития химии, особенно органической, были созданы и внедрены в медицинскую практику синтетические лекарственные средства, химиотерапия – стала приобретать все большее значение. Тем не менее фитолечение не утратило своих позиций. Так в нашей стране на долю растительных препаратов приходится около 40 % от общих лекарственных средств. Причем по данным Всемирной организации здравоохранения, во многих странах наблюдается увеличение масштабов использования веществ растительного происхождения. Лекарственные растения и получаемые из них препараты имеют существенные преимущества перед синтетическими средствами, потому что при их употреблении больной получает целый комплекс родственных своему организму соединений и они влияют на его организм гораздо мягче, чем синтетические, лучше переносятся, значительно реже вызывают побочные аллергические реакции и как правило, не накапливаются в организме. Подчеркивая преимущества препаратов растительного происхождения, не стоит их противопоставлять синтетическим средствам. Напротив, для полноценного лечения, по – видимому, наиболее благоприятным является рациональное сочетание тех и других. При острой стадии заболевания, когда необходимо срочное воздействие лекарств, целесообразно применять синтетические препараты, и, вдобавок, следует назначать лекарственные средства растительного происхождения, которые в ряде случаев снимают отрицательные последствия от применения синтетических лекарств. Лекарственные растения являются помощниками человека в борьбе со многими недугами и их использует как официальная, так и народная медицина. Лечебные

свойства растений обуславливаются наличием в них разнообразных химических веществ, обладающих фармакологическим действием на организм человека, либо на причину заболевания. В зависимости от химической природы лекарственных растения могут проявлять тонизирующее, возбуждающее, успокаивающее, болеутоляющее, отхаркивающее, рвотное, слабительное, закрепляющее, мочегонное, ранозаживляющее, противовоспалительное, кровоостанавливающее, противомикробное, глистогонное, инсектицидное и другие виды действия. При этом наблюдается определенная закономерность: растения содержащие дубильные вещества, как правило, обладают противовоспалительным, противопоносным, кровоостанавливающим, противомикробным и ранозаживляющим действиями; растения содержащие эфирные масла – отхаркивающим, мочегонным, желчегонным и секреторным действием. Растения имеющие горькие вещества действуя на вкусовые рецепторы усиливают секрецию желудочного сока и улучшают пищеварение.

Некоторые действующие начала влияют избирательно, преимущественно на какую – либо систему или орган. Например, алкалоид атропин из красавки действует на парасимпатическую, нервную систему; а такие растения, как наперстянка, адонис, желтушник, ландыш майский, в состав которых входят гликозиды, действуют на сердце. И в наше время знания о лекарственных растениях и их применение продолжают пополняться. Сравнительно недавно, в 80 годах 20 века ученые Иркутского мединститута, под руководством Семенова, а также известные целители страны и гомеопаты занялись изучением лечебных и токсических свойств Каллизии душистой. Этот «пришелец» из Мексики быстро завоевал народное признание благодаря своим удивительным, целебным свойствам. И сейчас это скромное растение поселилось почти в каждой квартире и стало настоящим другом и врачом для человека. О Золотом усе написано много литературы. Эту книгу мы предлагаем для тех, кто перешагнул пятидесятилетний рубеж, для тех, кто верит в народную медицину и надеется на ее помощь. Зачастую, когда бессильна традиционная медицина, человек ищет спасение в нетрадиционной, обращается к целителям, гомеопатам. У нас на слуху такие имена как Касьян, Малахов, Семенова, Васильева, Огарков, Болотов и много, много других. Это люди с добрыми руками и открытыми сердцами, готовые поделиться своими знаниями и придти на помощь страждущим. В этой книге наряду с симптоматической и методами лечения классической медицины, по каждому заболеванию вы найдете советы и рецепты известных целителей и

гомеопатов. Большинство из них проверено практикой. В книге даны рекомендации по очищению организма перед лечением. Это особенно актуально для людей зрелого возраста, как правило, за десятилетия организм «засорен» основательно. И его очищение – это, как правило, 50 % успеха в лечении. Поговорим с вами и о диете в период лечения. Обращаем также ваше внимание на раздел Противопоказания. Не прочитав его нельзя применять травы, так как даже такие безобидные растения как алоэ имеет массу противопоказаний. Все это важно учесть, чтобы не навредить себе, или своим родным. Также в книге есть рекомендации по выращиванию Золотого уса. Необходимо обратить внимание нашего читателя, считающего, что можно лечить себя самого различными «безвредными домашними средствами», заблуждение, чревато самыми неприятными последствиями. Без необходимых специальных знаний нельзя разобраться в характере заболевания, поставить точный диагноз, наметить пути лечения, выбрать соответствующее заболеванию и особенностям организма больного лечебные средства, определить их дозы. Это может сделать только врач и никакое поверхностное знакомство с медицинской литературой не заменит опыта и знаний хорошего специалиста. Больной человек проявляющий интерес к лекарственным растениям должен иметь в виду, что при неумелом и неумеренном их употреблении, можно не только не улучшить здоровье, но и нанести ему вред. Итак, уважаемые читатели, не забывайте, что начинать всякое лечение надо с классической медицины, с внимательного и знающего врача, с качественного медицинского обследования. Гомеопатов и народных целителей тоже надо выбирать очень вдумчиво, по рекомендациям излечившихся людей. Не для кого не секрет, что сейчас развелось много шарлатанов, которые в лучшем случае не навредят. И еще имейте в виду, что в лечении помогает смена образа жизни, спорт (посильный, по показаниям) разумное питание и покой в душе. Только комплекс мер поможет вам. Без этого никакие лекарства и целебные травы не помогут, или помогут кратковременно. Но многие лекарственные растения конечно же всегда надо иметь в своем доме, под рукой, такие как: алоэ, коланхоэ, герань душистую, Золотой ус и др. Они вам помогут в срочных случаях. Но их свойства и противопоказания к применению вы должны хорошо знать. И книга в этом вам поможет. Она познакомит вас с целебными свойствами Каллизии душистой (Золотого уса) его применением и выращиванием.

## Глава 1 Познакомьтесь – каллизия душистая

Лекарственными свойствами представителя семейства Коммелиновых – именно к нему относится Каллизия душистая – ученые заинтересовались давно. Это многолетнее травянистое растение, распространенное в Центральной и Южной Америке. В роду насчитывается 12 видов, в культуре в оранжереях нашей страны, распространены только один вид – Каллизия душистая. В народе растение имеет много названий: Золотой или китайский ус, Венерин или живой волос (вытягиваются тонкие волоски, при разрыве листа и как бы удерживают две половинки), домашний женьшень, кукурузка – это все названия одного и того же чудодейственного растения, которое вот уже более ста лет разводят как комнатное. Название рода *Callisia* происходит от греческого *Kalos* – «красивый», *lis* – «лилия». Родина этого чуда – солнечная Мексика. Именно там впервые выросло это крупное растение с двумя типами побегов. Побеги первого типа – прямостоячие, мясистые, похожие на молодую кукурузу, от 70–80 см до 2 метров высотой. У них нормально развиты листья, которые достигают в длину 20–30 см, в ширину 5–6 см. достигнув зрелого возраста, растение выбрасывает отростки – усы, на концах которых образуются листовые метелки. Усы состоят из суставчиков разделенных недоразвитыми листьями. Растение становится целебным после того, как на отростках образуется не менее 9 полноценных суставчиков и они приобретут коричнево – фиолетовый цвет. При хорошем, заботливом уходе золотой ус может зацвести и в домашних условиях, но это большая редкость. Цветки Каллизии мелкие, душистые, собранные в метельчатые соцветия. Запах их напоминает запах гиацинтов – нежный и приятный – поэтому Каллизия и получила название душистой.



## Лечебные свойства каллизии

Каллизия – поистине растение таинственное, дающее избавление от многих недугов, но на данный момент нельзя предоставить исчерпывающий список веществ, которые содержатся в этом растении и делают его высокоэффективным и надежным лекарственным средством. Однако ряд исследований в этой области уже проведены и учеными и народными целителями, гомеопатами. Об этом свидетельствует множество писем людей, которые на себе опробовали исцеляющие свойства этого растения и отзываются о Золотом усе весьма восторженно. Но дорогие читатели имейте в виду что все есть лекарство и яд – и только доза определяет и то, и другое. Эти слова великого врача и естествоиспытателя Парацельса, весьма верны, когда мы пытаемся заняться самолечением – перебарщиваем, и вместо пользы получив вред, начинаем хаять направо и налево целебное средство. А виноваты то мы сами, не соблюдая дозы, рекомендации по применению, питанию и т. д. То есть, если вы решили лечиться тем или иным растением или препаратом из него, вначале прочитайте все рекомендации, противопоказания, советы авторитетных людей, а потом уже начинайте лечение – обязательно соблюдая все рекомендации в точности, ибо нарушения в лечении растениями не менее опасны чем нарушения в лечении классическими медицинскими средствами. Доза, противопоказания, рекомендации – все это очень важно соблюдать – тем более людям пожилым с массой заболеваний и отклонений в состоянии здоровья. Итак, мои дорогие, перейдем далее к знакомству со свойствами, химическим и биологическим Каллизии душистой или Золотым усом – как его окрестил народ.

Какие же полезные вещества содержит Золотой ус (Каллизия душистая)? Оказывается сок этого удивительного растения богат биологически активными веществами из группы флавоноидов (флавонолов) и стероидов (фитостеролов). Кроме того в соке Каллизии обнаружены столь важные для нормальной жизнедеятельности организма человека элементы, как железо, хром, никель и медь. Флавоноиды – это группа природных биологически активных соединений. Область лекарственного применения растений, имеющих в своем составе флавоноиды, довольно широка, поскольку последние не токсичны для организма человека, как при наружном, так и при внутреннем применении. Содержащиеся в Золотом усе флавоноиды обладают Р – витаминной

активностью, уменьшают хрупкость кровеносных сосудов, оказывают успокаивающее действие, усиливают действие витамина С. Кроме того, эти вещества обладают противовоспалительным действием, способствуют заживлению ран, ожогов и ушибов. При внутреннем применении помогают лечению язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, служат желчегонным средством и оказывают противоопухолевое действие. В соке Каллизии душистой содержатся два вида флавоноидов: кверцетин и кемпферол. Кверцетин обладает Р – витаминной и противоопухолевой активностью, спазмолитическим, антиокислительным, мочегонным действиями. Благодаря этому кверцетин используют при борьбе с онкологическими заболеваниями, аллергией, геморрагическим диатезом, с ломкостью капилляров, при гипертонии, нефрите, ревматизме, а также при некоторых сердечно – сосудистых и даже инфекционных заболеваниях. Кемпферол укрепляет сосуды, действует тонизирующе, обладает противовоспалительными свойствами, выводит из организма вредные вещества. И является эффективным мочегонным средством. Применяется для лечения различных воспалительных заболеваний, при аллергии и нарушении работы мочевыделительной системы. Стероиды обнаруженные в соке растения широко распространены также в организме животных и человека, где они выполняют функцию биологических регуляторов. К ним относятся витамины группы Д, стероидные гормоны. Стероиды (фитостеролы) обладают гормональной активностью, а также антибактериальным, антисклеротическим и противоопухолевым действием. Фитостеролы применяют при онкологических заболеваниях, а также для лечения болезней простаты, эндокринной системы и при нарушении обмена веществ. Золотой ус обладает необыкновенно оздоравливающими свойствами. Действуя на организм как биогенный стимулятор, это растение помогает бороться со многими недугами, при этом спектр действиям Золотого уса чрезвычайно широк. От одних заболеваний растение помогает избавиться окончательно, при других облегчает состояние больного и можно с уверенностью сказать, что нет такого заболевания, которое бы не было подвержено целебному влиянию Золотого уса. Познакомьтесь с Каллизией душистой и вы будете приятно удивлены приливом сил, бодрости, энергии и улучшением общего самочувствия, ведь Золотой ус – это прекрасное средство для укрепления иммунитета. Однако панацеи на свете не существует. В каждом конкретном случае требуется определенная схема лечения. Одно и то же вещество может быть и лекарством и ядом. Все зависит от его концентрации и ситуации. Выявлены и побочные действия, вызванные

применением Золотого уса. Поэтому перед началом лечения необходимо обратиться за консультацией к врачу.

## **Заболелания и их лечение**

Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что Каллизия душистая (или как мы привыкли называть растение – Золотой ус) это средство широкого спектра действия, в зависимости от заболевания и назначенной врачом медикаментозной терапии, для лечения Золотым усом используются разные части растения, а также и различные средства из этих частей. Вам самим придется готовить из сырья: масла, мази, настойки и настои – разной концентрации для различных заболеваний. Некоторые болезни предусматривают использование препаратов из Золотого уса в сочетании с другими составляющим: спиртом, маслом, медом, кагором, кремом, настоями других лекарственных растений и тому подобное. Так как же подготовиться различные лекарственные средства из Каллизии душистой? Чтобы приготовить препараты из золотого уса не требуются специальные приспособления и особые навыки. Главное точно соблюдать все указания и рецептуру.

### **Масло**

Масло из Золотого уса необходимо для лечения кожных заболеваний, для растираний и различных видов массажа. Масло изготавливают из всех частей растения: листьев, стеблей, и измельченных побегов.

### **Рецепт 1**

Измельченные суставчики (10–15 штук) кладут в огнеупорную стеклянную посуду, заливают растительным маслом (1 л очищенного подсолнечного или оливкового), ставят в духовку, разогретую до температуры 40 °С. и томят в течение 8–9 часов. После этого, охлажденное масло процеживают через 2–3 слоя марли, переливают в темную стеклянную посуду и хранят в прохладном месте.

### **Рецепт 2**

Из свежих стеблей и листьев отжимают сок. Жмых высушивается, затем его заливают оливковым маслом в пропорции 1:10 или 1: 15. Настаивают 20–21 день, после чего процеживают, через несколько слоев марли. Лекарство переливают в темную стеклянную посуду и хранят в прохладном месте.

### **Настойка**

Спиртовую настойку Золотого уса различной концентрации используют для лечения остеохондроза, ушибов, полипов, фибром, миом, послеоперационных спаек, заболеваний дыхательных органов, а также для

очищения организма. Для приготовления настойки используют все части растения, а также и боковые побеги.

#### Рецепт 1

10 – 20 «колен» растения измельчают (количество колен зависит от их толщины), кладут в стеклянную посуду, заливают 1 литром водки, настаивают 15–17 дней в темном месте, взбалтывают ежедневно. Настойка должна приобрести сиреневый цвет, после чего ее следует процедить и перелить в темную стеклянную посуду. Хранить в темном, прохладном месте.

#### Рецепт 2

Стебли и листья растения измельчают, кладут в стеклянную посуду, заливают водкой В ПРОПОРЦИИ 1:10. Настаивают в темном месте 15 дней, ежедневно взбалтывают. После чего полученную настойку процеживают, переливают в темную стеклянную посуду и хранят в прохладном месте.

#### Настой

Настой Золотого уса применяют при лечении панкреатита, диабета заболеваний печени и желудочно-кишечного тракта и для очищения организма. Для приготовления настоя используют листья Золотого уса не короче 20 см.

#### Рецепт 1

Лист Золотого уса измельчают, кладут в стеклянную или керамическую посуду, заливают литром кипящей воды, настаивают сутки. Настой процеживают через 2–3 слоя марли, переливают в темную стеклянную посуду, хранят в прохладном месте не более 2 суток.

#### Рецепт 2

Один лист Золотого уса измельчают, кладут в термос, заливают 1 л кипящей водой и настаивают 5–6 часов. Готовый настой процеживают через марлю, переливают в темную стеклянную посуду, хранят в прохладном месте не более 2 суток.

#### Отвар

Отвар используют для лечения заболеваний печени и желудочно-кишечного тракта, для выведения из организма шлаков и профилактики простудных заболеваний, в гинекологии и при лечении аллергии и кожных заболеваниях. Для приготовления отвара используют все зеленые части растения.

#### Рецепт 1

Листья, стебли Золотого уса измельчают, кладут в эмалированную или стеклянную кастрюлю. Заливают холодной водой (не кипятят). Оставляют

на 6–7 часов. Отвар процеживают переливают в темную стеклянную емкость, хранят в прохладном месте не более 2 суток.

#### Рецепт 2

10 – 15 суставчиков Золотого уса измельчают, заливают 1 л теплой воды, доводят до кипения (не кипятят) настаивают 10 часов, после чего отвар процеживают, переливают в темную, стеклянную посуду. Хранят в прохладном месте не более 2 суток.

#### Мазь

Мазь из Золотого уса готовят на основе вазелина, нутряного жира, или детского крема. Применяют при лечении ушибов, обморожений, трофических язв, кожных заболеваний, а также препарат используют для растираний при простуде.

#### Рецепт 1

Листья и стебли Золотого уса измельчают, растирают смешивают с вазелином, кремом или нутряным жиром в соотношении 2: 3. готовую мазь перекладывают в темную стеклянную емкость и хранят в холодильнике.

#### Рецепт 2

Из свежих стеблей и листьев отжимают сок, смешивают его с кремом, вазелином или жиром в соотношении 1:3. приготовленную мазь перекладывают в темную стеклянную емкость и хранят в холодном месте.

## Глава 2 Рекомендации при лечении каллизией душистой

Вы решили подружиться с Золотым усом? Вначале убедитесь, что это именно то растение, так как Каллизию душистую иногда путают с дихоризандрой. Приступая к лечению Золотым усом, как впрочем и другими растительными средствами, необходимо набраться терпения, соблюдать дисциплину в приеме препаратов из него. А также не забывайте консультироваться с лечащим врачом. Ни в коем случае не увеличивайте самовольно дозы лекарства из Золотого уса, т. к. это чревато осложнениями. Если лечению противораковым бальзамом предшествовал курс лечения сильнодействующими травами, химиотерапия или лучевая терапия, то необходимо выждать не менее месяца, прежде чем начнете лечение бальзамом из Золотого уса. Использовать Золотой ус можно когда растение становится целебным. Горизонтальные побеги можно использовать лишь тогда когда они дадут 9 или более полноценных суставчиков и приобретут фиолетово – коричневый цвет. Если цвет побегов зеленый, то для лечения они не годятся. Перед изготовлением лекарств из Золотого уса стебель и усы растения надо выдержать в холодильнике при температуре 2 °С в течение 14 дней, положив растение в целлофановый пакет. Листья необходимо выдерживать 3 дня в тех же условиях, и уже после этого можно готовить лечебные средства. Особенно для людей старшего возраста перед лечение желательно почистить организм, т. к. почти все болезни связаны с засорением кишечника, печени, почек, сосудов и т. д. К разговору об очищении мы еще вернемся позже. При лечении следует соблюдать следующие указания, нарушения в лучшем случае сведут лечение на нет. При лечении Золотым усом запрещается:

- курить
- употреблять алкогольные напитки
- одновременно с лечением Золотым усом (его препаратами) применять другие нетрадиционные методы лечения
- пить в больших количествах овощные и фруктовые соки (т. к. это тоже лечение)
- нельзя голодать
- в пище надо предпочитать: морепродукты, сыр, орехи (кроме

арахиса), сырые овощи, из соков – морковный и свекольный, каши, пророщеное зерно

– из масел использовать растительные, в сочетании с различными блюдами.

При передозировке лекарства на основе Золотого уса состояние больного может сильно ухудшиться (чаще у людей с заболеваниями печени и весенне – летними аллергическими реакциями). Могут начаться сильные головные боли, темнеет в глазах, появляется отечность горла, может увеличиться щитовидная железа, голос «садится». При первых признаках передозировки необходимо сразу же принять сорбирующие препараты типа активированного угля (1 таблетка на 10 кг веса человека). Также можно применять энтеросорбенты: энтеросгель и гемеопатические препараты сульфодерм и нормагаст. Наиболее опасен в отношении передозировки препарат изготовленный из ствола растения. Его следует применять только наружно. Строго соблюдайте дозировки, не экспериментируйте над собой. Это может привести к плачевным результатам, помните об этом.



## Очищение организма перед началом лечения

Как утверждают ученые и доктора почти все болезни и преждевременная смерть людей происходит прежде всего от неправильного питания, недопустимых смесений продуктов в нашей пище, как правило, переедания и в конечном итоге – от засорения и деформации толстой кишки. Единицы из многомиллионной массы людей по – настоящему знают о роли толстого кишечника в поддержании крепкого и стабильного здоровья. Мудрецы древности, йоги, тибетские и египетские врачеватели еще тысячами лет назад знали истину, что толстый кишечник должен содержаться в идеальном порядке, если человек хочет быть здоровым. Основные функции толстой кишки следующие: всасывательная (в толстый кишечник ежедневно поступает около 2 кг пищевой кашицы, а после всасывания остается 200–300 г кала). Эвакуаторная. В толстой кишке накапливаются и удерживаются каловые массы до выведения их наружу. Задержка эвакуаторной функции в течение более 24–32 часов следует рассматривать как запор. Запор может быть явным, а может быть скрытым. При регулярном стуле большинство людей страдают от скрытой формы запора. Обложенный язык, несвежее дыхание, внезапные головные боли, головокружение, апатия, сонливость, тяжесть в нижней части живота, вздутие живота, боли и урчание в кишечнике, снижение аппетита, замкнутость, раздражительность, мрачные мысли, насильственный, недостаточный стул – все это признаки запора. В результате неправильного питания в основном крахмалистой и вареной пищей (лишенной витаминов и минеральных элементов) причем вперемешку с белковыми веществами, такая масса проходит через толстый кишечник и оставляет на стенках пленку кала – «накипь». Скапливаясь в складках – карманах толстого кишечника (в кишечнике всасывается до 95 % воды) образуются каловые камни. При обеих формах запоров в толстом кишечнике идут процессы гниения и брожения. Токсические продукты этих процессов вместе с водой попадают в кровяное русло и вызывают явление, именуемое «кишечным самоотравлением». Выраженная форма этого состояния может развиваться при наличии трех условий: малоподвижный образ жизни, питание рафинированной, преимущественно масляной пищей с недостатком овощей, зелени и фруктов, нервно

эмоциональные перегрузки, частые стрессы. Примите 1–3 ст. л. свежавыжатого свекольного сока. Если после этого моча у вас окрасится в свекольный цвет, то это означает что ваши внутренние органы перестали качественно выполнять свои обязанности. Обычно годам к сорока толстый кишечник сильно забивается каловыми камнями. Он растягивается, деформируется сдавливает и вытесняет со своих мест другие органы брюшной полости. Ни о какой нормальной работе этих органов не может быть и речи. Сдавливание стенок толстого кишечника, а также длительный контакт каловые масс с кишечной стенкой, которые десятилетиями «прикипают» к одному месту, приводят к плохому питанию данного участка кишечника, застою крови и отравлению токсинами от каловых камней. В результате развиваются различные заболевания. Из-за поражения слизистой стенки развиваются различные виды колита, от пережатия сосудов и застоя крови в самой стенке толстой кишки – геморрой и варикозное расширение вен, от длительного воздействия кишечных ядов на одно и то же место – полипы и рак. Образующаяся при гниении пищевых продуктов плесень способствует развитию серьезной патологии в организме. Частицы плесени всасываются в кровь, разносятся по телу, и начинают прорастать в наиболее ослабленных местах. Лечение любой болезни надо начинать не с лекарств, а с очищения организма. Для начала хотя бы кишечника. Для этого существует множество способов, из которых надо выбрать один, что более подходит вам. Почитайте литературу на эту тему, благо ее сейчас много. Этой проблемой занимаются и известные ученые и целители. Однако, чтобы выбрать свой метод неплохо бы проконсультироваться с лечащим врачом, или хотя бы разобраться с тем, что вам полезно, а что противопоказано. Однако, независимо от того, какой метод очищения вы выберете, прежде всего необходимо «смягчить» организм. Это является главным условием, от эффективности которого зависит успех очищения. Смягчение – это предварительная подготовка, позволяющая стронуть и подвести к органам выделения шлаки, токсины где бы они не располагались. Задача же очищение – выбросить вон то что скопилось в выделительных органах. Задача смягчения: расслабить, прогреть и напитать влагой организм. Сухощавым людям подойдет горячая ванна, тучным – сухая сауна, а всем остальным – влажная парная. Пожилым подойдет горячая ванна, молодым влажная парная. Длительность одной такой процедуры от 5 до 25 минут, которую необходимо закончить (10–20 секунд) холодным обливанием. После смягчающей процедуры ваше тело должно быть прогретым и расслабленным. Сделать таких процедур надо от 3 до 5, а может быть и

более (зависит от загрязнения). Принимать их надо 1 в день или через день. Хорошо смягчает организм принятые утром, натощак 20 гр топленого масла, полезно провести утренний масляный массаж тела, затем ополоснуться теплой водой. Тучным людям больше подойдет небольшая пробежка, прогревающая организм. Самый простой, доступный способ очищения кишечника это конечно клизмы. Самое простое это: вода + добавка (сок лимона или яблочный уксус или свекольный + лимонный).

Еще одни рецепты по очищению кишечника.

Требуется: 1 стакан свекольного сока, 1 ст. л. лимонного сока, воды 1,5–2 л. Приготовление: вскипятить и остудить воду, чтобы была температура чуть теплой, добавить свекольный и лимонный соки. Применение. Первые 3 дня делать клизмы 6–8 раз в день, следующие 3 дня 2–3 раза в день, а затем 3 недели по 1 р.

Известный целитель и гомеопат В. Огарков предлагает перед лечением провести очищение с помощью фитотерапевтических средств:

Требуется: 12 ч. л. семена льна, 1 л. кипятка. Приготовление. Семена льна залить кипятком, прокипятить 10 минут. Остудить до 40°, процедить. Применение. Принимать в теплом виде по 150 мл шесть раз в день. Курс очищения отваром – 2–3 недели. Принимать с 12 часов дня до 24 часов. Этот отвар хорошо выводит химические соединения, радионуклиды, токсины и хорошо влияет на почки и ЖКТ.

Требуется: 6–8 ст. л. цветов конского каштана, 2 ст. л. цветов душицы, 1 л. воды. Приготовление. Цветы душицы и каштана залить водой, довести до кипения, снять с огня, укутать, настоять ночь, процедить. Применение. Принимать по одному глотку за прием, выпить весь отвар в течение дня (обязательно пить после радиооблучения). Этот отвар улучшает формулу крови.

Имейте в виду, что очищением только кишечника ограничиваться не стоит, т. к. другие органы так же не могут выполнять свои функции из-за засоренности. Если у вас камни в печени, в почках, но вам не показана операция, то поищите свой метод очищения. Но учтите, что восстановив чистоту организма, ее надо будет постоянно поддерживать. Здесь не забывайте о рекомендациях по питанию и душевному равновесию. Есть свои методики очищения и у других авторов. Ищите, подходите творчески. Выбирайте свои методы и здоровья вам!

## **Глава 3 Заболевания острые и хронические и их лечение с помощью каллизии или золотого уса**

### **Абсцессы и фурункулы**

Предрасполагающими факторами абсцессов, фурункулов, нарывов может быть как травма так и нарушение правил личной гигиены, а также диабет, общее истощение, плохое питание. Возбудителями чаще всего являются гноеродные бактерии. В начальных стадиях хорошо помогают листья Каллизии или кашица из них. Для лечения фурункулов помогает еще и мазь из Золотого уса.

Если же абсцесс или фурункул, все – таки не проходит через 2–3 дня, следует обратиться к врачу, особенно если гнойник застаревший, может потребоваться хирургическое вмешательство. Консультация врача требуется также если вокруг гнойника краснеет кожа и становится болезненной, и тем более если увеличиваются лимфатические узлы в районе появления процесса и повышается температура тела. Назреванию фурункулов и поверхностных абсцессов в самом начале их развития способствуют холодные примочки из целых листьев Золотого уса. Для этого лист промывают, опускают на 30 секунд в кипяток остужают, заворачивают в марлю и прикладывают к нарыву. При осложнениях вызванных абсцессами или фурункулами, наряду с медикаментозной терапией рекомендуется провести курс лечения спиртовой настойкой Золотого уса внутрь (для повышения иммунитета). Настойку принимать по 1 ч. л. 2 раза в день за сорок минут до еды в течение 10 дней.

## Аденома предстательной железы

Заболевание мужчин старшего возраста. Аденома – разрастание ткани предстательной железы, которое сопровождается сдавливанием мочеиспускательного канала и приводит к затруднению мочеиспускания. Лечение проводится под наблюдением врача – уролога, который назначает больному медикаментозное средство и специальную диету без острого копченого, соленого, а также спиртного. В традиционной медицине наиболее эффективным методом лечения аденомы считается хирургическая операция. Однако не все идут на это и предпочитают лечиться народными средствами. Предлагаем попробовать нетрадиционный метод лечения препаратами Золотого уса.

Требуется: 1 ст. л. листьев лещины, ½ листа Каллизии, 0,5 литра воды. Приготовление. Листья лещины и измельченный лист Каллизии залить водой кипятить 5 минут. Процедить. Использование. Принимать по 2 ч. л. 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения 14 дней проводится 1 раз в полгода.

Требуется: 1 ст. л. корня лопуха (измельченного), 1 ч. л. сока Золотого уса, 500 гр. воды. Приготовление. Корень лопуха залить водой кипятить 3 минуты, настоять 3–4 часа. Процедить. Смешать с соком Золотого уса. Применение. Лекарство принимать 1–2 ст. л. 3–4 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения 21 день.

# Аллергия

Аллергия – это реакция организма на самые разнообразные наружные и внутренние раздражители и инородные для организма вещества, это могут быть насекомые (укусы) растения, животные, лекарства, пища и т. д. Как правило, болезнь носит хронический характер. Поэтому, кроме устранения аллергена, и медикаментозных средств, назначается врачом, необходима профилактика данного состояния. Для этого нужно укреплять иммунную систему, придерживаясь диеты, богатой витаминами С и В, а также флавоноидами. И поскольку Золотой ус является одним из самых богатых флавоноидами растений, в профилактических целях рекомендуется пить отвар или настой этого растения. Особенно при приеме антибиотиков и других средств вызывающих аллергию. Людям подверженным сезонным приступам аллергического насморка, желателно за 2–3 недели до наступления периода, в который у них начинается обострение, провести курс лечения Золотым усом. Однако, когда наряду с основными симптомами аллергии, появляются хрипы в легких, а дыхание становится затрудненным – необходимо обратиться к аллергологу.

Лечение аллергии проводят с помощью настоя или отвара Золотого уса (см. гл. 1) принимая лекарство по 1 десертной ложке 3 раза в день за час до еды в течение 7 – 10 дней. После недельного перерыва курс можно повторить уменьшив дозировку препарата (1 ч. л. 2 раза в день).

При аллергическом рините рекомендуется делать ингаляции: в горячую воду добавить 1 ст. л. измельченных листьев Золотого уса и дышат над паром в течение 2–3 минут. При воспалении слизистой оболочки носа ее смазывают маслом Золотого уса или протирают ватным тампоном смоченным в отваре или настое данного растения.

## Анемия (малокровие)

Это заболевание характеризуется уменьшением в крови общего количества гемоглобина. Причинами недуга могут быть различные другие заболевания, а так же кровопотери, как внешние так и внутренние. Причины кровопотери могут быть различны: травмы, хирургическое вмешательство, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, геморрой, легочные заболевания и т. п. Особенно часто встречающаяся причина анемии – дефицит железа в организме. При железодефицитной анемии нарушается образование гемоглобина что ведет к нарушению питания тканей организма (возникают сухость кожи, ломкость ногтей, начинается выпадение волос). В12 – дефицитная анемия развивается в результате недостаточного поступления в организм цианокобаламина (витамина В12) встречается преимущественно у лиц пожилого возраста. К этому заболеванию часто ведет нарушение всасывания этого витамина в тонкой кишке. Клиническая картина гиповитаминоза характеризуется поражением кроветворной ткани, пищеварительной и нервной систем. Отмечаются слабость, утомляемость, усиленное сердцебиение при физической нагрузке. Наблюдается угнетение желудочной секреции. Кожа может быть слегка желтушна, увеличивается селезенка, иногда печень. Лечение связано в каждом конкретном случае с лечением основной причины заболевания. В частности при недостатке железа – назначают препараты железа и продукты богатые им (мясо, зелень, овощи) или вводят витамин В12 при его недостатке. Кроме того рекомендуется пить травяные лечебные чаи.

Требуется: 3 ч. л. травы зверобоя, 2 ст. л. цветов глухой крапивы, 2 ст. л. листьев ежевики, 2 ст. л. листьев Золотого уса, 1 литр воды. Приготовление. Смесь трав залить кипятком, кипятить 0,5 часа, процедить. Применение. При анемии пить горячим по 1 стакану 3 раза в день.

Для профилактики анемии рекомендуется пить настой Золотого уса (см. гл. 1) по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 5–7 дней. Лечение анемии – проводят с помощью спиртовой настойки Золотого уса, принимая по 1 чайной ложке за 30 минут до еды (ничем не запивая). Курс лечения 7 дней. По прошествии этого срока следует сдать анализ крови и если не наблюдается улучшений, после пятидневного перерыва возобновить лечение. Так как Золотой ус содержит железо и медь (которая способствует усвоению железа) препараты Золотого уса используются для

лечения анемии.



## Аритмия

К этой патологии относят все изменения деятельности сердца, связанные с нарушением ритмичности его сокращений. Аритмии могут возникать практически при всех органических заболеваниях сердца. Они также могут быть обусловлены влиянием заболеваний нервной системы. Препараты Золотого уса являются эффективными в лечении аритмии, вызванной сердечно-сосудистыми заболеваниями. Однако их применение следует сочетать с использованием лекарственных средств, назначенных лечащим врачом. Кроме того, рекомендуется соблюдать определенную диету и совершать ежедневные прогулки на свежем воздухе.

Требуется: 2–3 листа Золотого уса, 250–300 г меда, 3 ст. л. лимонного сока. Изготовление. Все составные части хорошо перемешать, выдержать сутки. Применение. Смесь принимают по 1 ст. ложке 2 раза в день за 40 минут до еды. Курс приема 10 дней.

Требуется: 1 ст. л. ландыша цветки, 2 ст. л. семян фенхеля, 3 ст. л. листьев мяты перечной, 4 ст. л. измельченных корневищ и корней валерьяны, 2 ч. л. сока Золотого уса, 0,5 л кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. смеси трав заварить 0,5 л воды кипящей настаивать 1 час, процедить. Добавить сок Золотого уса. Применение. Принимать по  $\frac{1}{4}$  стакана 1–2 раза в день при аритмии вызванной с/с заболеваниями.

Требуется: 3 ст. л. травы пустырника, 3 ст. л. травы сушеницы, 3 ст. л. цветов боярышника, 1 ст. л. цветов ромашки, 1 ст. л. сока Золотого уса. Приготовление. 1 ст. л. смеси настаивать 8 часов в 1 стакане кипятка, процедить, добавить сок Золотого уса. Применение. Принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана 3 раза в день, через час после еды. Средство можно использовать и при аритмии на фоне неврастении.

## Артриты

Артрит собирательное названия более ста болезней. Артрит – это воспаление суставов инфекционного и неинфекционного характера. Реактивные артриты – развиваются после инфекций, и связан обычно с нарушением иммунитета. Число пораженных суставов обычно невелико, процесс чаще несимметричен. Преимущественно воспаляются суставы нижних конечностей, иногда возможны боли в позвоночнике. Чаще всего реактивными артрит непродолжителен, проходит самостоятельно. Но иногда он затягивается и переходит в хроническую форму. Ревматоидный артрит – хроническое, прогрессирующее, воспаление многих суставов конечностей. Нарушения иммунитета приводят к развитию стойкого артрита (обычно полиартрита) характерны ощущения утренней скованности, боль, припухлость суставов. Артрит медленно, но неуклонно усиливается, вовлекаются все новые суставы, боли усиливаются, суставы теряют подвижность.

Требуется: 2 стакана цветочного или липового меда, 6 лимонов, 5 средних головок чеснока. 2–3 листа золотого уса. Приготовление: лимоны очистить от кожуры и выжать из мякоти сок, измельчить в чесночнице чеснок. 2–3 листа золотого уса также измельчить, после чего все полученные компоненты перемешать, положить в стеклянную емкость и поставить в темное место на неделю. Когда лекарство будет готово, начинайте проводить курс лечения. Применение: принимать состав следует 1 раз в день по 3 ч. л., делая небольшие интервалы между приемами (примерно 5–7 мин), ежедневно. Курс лечения – один месяц. Очень важно принимать состав добросовестно, не пропуская ни одного дня. Полученным лекарством можно проводить профилактические курсы по 1–2 недели.

При появлении симптомов артрита пьют (по 3 стакана в день) паровой отвар цветов бузины (20,0 г на 1 л воды). При этом рекомендуют лежать в постели и три раза в день принимать по 10 капель сока золотого уса в 1\4 стакана кипяченой воды.

## Астма бронхиальная

Астма известна с древнейших времен. О ней говорят что это болезнь сложная, коварная и трудно поддающаяся лечению. Бронхиальная астма – недуг распространенный. Исследования свидетельствуют что 4 – 10 % населения планеты страдают этой болезнью. Астма характеризуется изменением состояния бронхов. Главным признаком является приступ удушья. При этом сужается просвет бронхов, вплоть до его полного перекрытия. Приступы астмы могут продолжаться от нескольких минут до нескольких дней. Прервать приступ астмы можно только соответствующим лечением. На настоящее время официальная медицина не в состоянии излечить человека от этой болезни, она лишь способна облегчить состояние больного, снять приступ, нейтрализовать болезнь.

Лечение бронхиальной астмы. Требуется: 10–15 суставчиков Золотого уса (зависит от толщины суставчиков), 1 литр водки. Приготовление. Отростки измельчить засыпать в бутылку, залить 1 литром водки, настаивать 14 дней в темном месте. Настойку процедить. (приобретает сиреневатый цвет, потом коричневый). Принимать 1 мл настойки 3 раза в день за час до еды. Не запивать и не заедать ничем! Симптомы болезни усилятся, в начале лечения, но затем пройдут.

Требуется: 1 ч. л. семян крапивы, 1 ст. л. травы просвирника (с колечками), 600 мл кипятка, 1 ст. л. золотого уса. Приготовление. Смесь залить кипятком, томить 15 минут настаивать укутав 2 часа, процедить. Добавить сок золотого уса. Применение. Пить по 100 мл четыре раза в день за 30 минут до еды или через час после.

Требуется: 25 г травы багульника, 25 г листьев Золотого уса, 1 л кипятка. Приготовление. Травы залить кипятком, настоять укутав 3 ч, процедить. Применение. Принимать по ½ стакана 5–6 раз в день (применять 2 недели). Чай дает облегчение при кашле и одышке.

Требуется: 15–20 г семян аниса, 5 ч. л. листьев Золотого уса, 1 литр воды. Приготовление. Травы смешать, залить кипящей водой, настоять 3–4 часа. Процедить.

Применять по 30–50 мл как средство разжижающее мокроту, отхаркивающее и так же при астматических приступах.

Требуется: 10 г почки сосновые, 10 г листьев подорожника, 10 г листьев мать – и – мачехи, 20 г листьев Золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. 4 ч. л. смеси на стакан воды, настоять 2 ч, кипятить 5

минут. 15 минут настоять. Применение. Принимать 1 ст. 3 раза в день.

## Атеросклероз

Это поражение артерий с отложением в их внутренние оболочки холестерина, что сопровождается сужением просвета сосуда, вызывающим недостаточность кровоснабжения соответствующих тканей. Атеросклероз поражает аорту, сосуды сердца, мозга, нижних конечностей, реже артерии почек и других органов брюшной полости. Заболевание развивается у лиц среднего и пожилого возраста. На развитие атеросклероза влияет: наследственная предрасположенность, психическое перенапряжение, малоподвижный образ жизни, курение, ожирение, гипертония, сахарный диабет. Атеросклероз аорты – вызывает уплотнение стенки аорты. Осложнением его может быть развитие аневризмы аорты или гематомы ее стенки. В последнем случае возникает опасность для жизни, при ее прогрессировании. Атеросклероз венечных сосудов сердца приводит к развитию ишемической болезни сердца, приступам стенокардии, инфаркт миокарда, атеросклеротическому кардиосклерозу. Поражение сосудов нижних конечностей сопровождается так называемой перемежающейся хромотой, появлением болей при ходьбе. При лечении рекомендуется: соблюдение образа жизни с достаточной физической активностью, борьба с избыточной массой тела (если причина заболевания в этом). Диета должна содержать растительные масла, овощи, фрукты, нежирные молочные продукты. Необходимо соответствующее лечение гипертонии, сахарного диабета, отказ от вредных привычек. Гомеопаты предлагают свои рецепты для лечения болезни и снижения уровня холестерина. Разумеется эти методы необходимо согласовывать с врачом, который вас наблюдает. Как известно, в сохранение нормального кровообращения важную роль играют антиокислители. Активным антиокислителем является кверцетин, который в большом количестве содержится в Золотом усе. Кроме того, имеющийся в составе этого растения кемпферол действует на сосуды укрепляюще. Именно поэтому препараты Каллизии применяются для лечения различных болезней кровеносной системы, в том числе атеросклероза.

Развитию атеросклероза препятствует следующий состав. Требуется: 1 редька (200–300 г.), мед 200 г., Золотой ус сок 4 ст. л. Приготовление. Редьку натереть (сок отжать чтобы было 200 г.) перемешать с медом добавить Золотой ус. Принимать от 1/4 до 1 стакана в день. Увеличивать дозу постепенно.

Требуется: 1 ст. л. цветков боярышника, 1 ст. л. цветов липы, 1 ст. л. бузины черной (цветки), 1 ст. л. листьев мать-и-мачехи, 3 ч. л. Золотого уса – сок. Приготовление. 1 ст. л. смеси трав заварить стаканом кипятка, настоять 1 час. Процедить. Добавить сок Золотого уса. Применение пить по 1/3 стакана 3 раза в день в теплом виде.

Требуется: 1 ст. л. шиповник плоды, 1 ст. л. семян укропа, 1 ст. л. пустырника травы, 1 ст. л. ромашки аптечной, цветы, 6 ч. л. Золотого уса сок, 0,5 л кипятка. Приготовление. 1 ст. л. сбора залить кипятком в термосе. Настоять 2 часа, процедить, добавить сок Золотого уса. Применение. Пить на ночь по ½ стакана.

Требуется: 15 г плодов боярышника, 15 г плодов рябины черноплодной, 15 г плодов земляники лесной, 5 ч. л. сока Золотого уса, 0,5 л воды. Приготовление. 2 ст. л. сбора залить водой, нагреть на кипящей водяной бане 30 минут. Охладить, процедить, добавить воды до первоначального объема влить сок Золотого уса. Применение. Принимать по ½ ст. 3–4 раза в день при атеросклерозе с повышенным давлением.

Требуется: 20 г Золотого уса, листья, 20 г рябины обыкновенной плоды, 20 г цветов боярышника, 20 г тысячелистника, травы, 20 г мелиссы лекарственной травы. Приготовление. 1 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, настоять 2 ч., процедить. Применение. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Требуется: 10 г Золотого уса, листья, 10 г будры плющевидной, трава, 10 г земляники лесной, плоды, 10 г клевера лугового, цветки, 10 г боярышник плоды, 10 г шиповник плоды, 2 ст. воды. Приготовление. Плоды и листья измельчить, 2 ст. л. сбора залить водой, настоять час, процедить. Применение. Принимать по ½ стакана 3–4 раза в день.

Требуется: 0,5 кг плодов боярышника, 2 ст. л. Золотого уса, сок, 100 г воды.

Приготовление. Плоды боярышника моют, дробят пестиком, добавляют воду, нагревают до 40°, прессуют соковыжималкой, добавляют сок Золотого уса. Применение. Пить по 1 ст. л. 3 раза в день перед едой.

Требуется: настойка Золотого уса 50 мл, боярышника настойка 200 мл. Приготовление. Настойки смешать. Применение. Пить по 1 ч. л., запивая водой, до еды на ночь.

Требуется: 10 г Золотого уса, листья, 15 г боярышника плодов, 15 г аронии черноплодной, плодов, 10 г брусники обыкновенной листья, 10 г череда трехраздельная трава, 10 г пустырник трава, 10 г ромашки аптечной, цветы, 10 г кукуруза, рыльца, 10 г измельченной коры крушины ломкой, 200 г воды. Приготовление. 10 г сбора залить водой, нагреть на

кипящей водяной бане, 15 минут охладить, процедить, довести кипяченой водой до первоначального объема. Применение. Принимать по 1/3 – 1/2 стакана 3 раза в день после еды.

Требуется: 30 г зверобоя, трава, 20 г береза, листья, 20 г боярышник, плоды, 20 г почечный чай, трава, 20 г буквица лекарственная, трава, 10 г бессмертник цветки, 10 г душица, трава, 10 г крапива двудомная, листья, 10 г лапчатка гусиная, трава, 10 г шиповник майский, плоды, 5 г лен обыкновенный, семена, 5 г мята перечная, листья, 0,5 л кипятка, 3 ст. л. сока Золотого уса. Приготовление. 2 ст. л. сбора в термосе залить кипятком, настоять 8 часов, процедить. Добавить сок Золотого уса. Применение. Пить по 1/4 стакана 4 раза в день.

Требуется: 1 ст. л. цветов гречихи посевной, 2 ст. л. Золотого уса (сок), 0,5 л воды. Приготовление. Цветы гречихи залить кипятком. Настоять 2 часа в закрытом сосуде, процедить, добавить сок Золотого уса. Применение. Принимать по ¼ стакана 3–4 раза в день.

Требуется: 10–15 суставчиков Золотого уса (в зависимости от размера), 500 мл 70 % спирта. Приготовление. Измельчить суставчики залить спиртом, настаивать в темном месте 2 недели. Ежедневно взбалтывать по окончании настаивания процедить. Применение. Принимать 3 раза в день, за 20 минут до еды, разбавляя водой 15 капель на 100 мл воды. Курс лечения 10 дней, через 5 дней можно повторить. Лечение будет более эффективным если соблюдать четкий режим приема препарата. Учтите что препарат из суставчиков оказывает сильное очищающее, а также сосудоукрепляющее действие. Рассчитывать на блестящий результат лечения болезней сердечно-сосудистой системы, только лишь принимая лекарство из Золотого уса нельзя. Очень важно соблюдать еще ряд принципиально важных моментов. Это прежде всего:

1. Очищение организма (хотя бы облегченное) (гл. 2).
2. Не перегружать желудочно-кишечный тракт (разбить прием пищи на 5 – 6 раз).

3. Соблюдайте диету (об этом тоже говорилось). Это очень важно в период лечения. Соблюдение всех требований к лечению даст вам максимум надежд на излечение. Не избегайте посильных нагрузок, особенно прогулок на воздухе. Ведь «движение это жизнь!»

## Бронхит острый

Острое воспаление слизистой оболочки бронхов обусловленное инфекцией. Развитию болезни часто предшествует переохлаждение. Болезнь проявляется кашлем, повышением температуры, чувством саднения за грудиной, ухудшением общего самочувствия. При выслушивании легких могут определяться сухие или влажные хрипы. Одновременно возможны общие симптомы инфекционного заболевания. Болезнь протекает тяжелее у пожилых и ослабленных лиц. Профилактика состоит в закаливании организма. При остром бронхите необходимо соблюдать постельный режим и наряду с приемом прописанных врачом лекарств применять средства из Золотого уса. Лечение органов дыхания препаратами на основе Золотого уса очень эффективно. Его активные вещества способствуют лучшему отделению мокроты, уменьшают отек слизистой оболочки бронхов, что облегчает дыхание больного.

Требуется: 1 ст. л. меда, 1 ст. л. сливочного масла, 1 ст. молока, 2 ч. л. сока Золотого уса. Приготовление. Все составные части смешать, настоять 2–3 часа, добавить сок Золотого уса. Применение. Применять 2 раза по 2 ст. л. в день до выздоровления. Это средство разжижает мокроту и способствует ее быстрому отхождению.

Требуется: 2 ст. л. листьев Золотого уса, 1 ст. л. травы душицы обыкновенной, 1 ст. л. плодов малины, 1 ст. л. меда, 1 ст. л. листьев земляники садовой. 3 стакана кипятка. Приготовление. Все ингредиенты измельчить, взять 4 ст. л. смеси, залить кипятком, дать настояться в течение 2–3 часов, отжать, процедить.

Применение. Пить в теплом виде по  $\frac{1}{2}$  стакана 4 раза в день до полного излечения.

Требуется: 2 ст. л. листьев земляники, 2 ст. л. ягод земляники, 1 ст. л. сока Золотого уса, 4 стакана воды. Приготовление. 4 ст. л. смеси залить водой, довести до кипения, остудить, процедить, добавить сок Золотого уса. Принимать по 1 стакану 3–4 раза в день, помогает при кашле, потере голоса.

Требуется: 1 ст. л. листьев Золотого уса, 1 ст. л. плодов аниса, 1 ст. л. плодов фенхеля, 1 ст. л. тимьяна, травы, 1 ст. л. солодки, измельченный корень, 1 ст. л. почек сосны, 2 ст. воды (кипятка). Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настоять (в термосе) 5–6 часов. Принимать. стакан настоя выпить за 4 приема за день.



## Бронхит хронический

Хроническое воспаление слизистой оболочки бронхов, связанное чаще всего с инфекцией. Способствуют возникновению болезни длительное курение, вдыхание пыли, содержащей раздражающие вещества. Болезнь часто осложняется нарушением проходимости бронхов в связи с бронхоспазмом и приводит к развитию эмфиземы легких, бронхоэктазов. Наиболее характерное проявление болезни – кашель, иногда приступообразный, особенно по утрам с выделением слизисто-гноной мокроты. При прогрессировании заболевания возникает одышка, сначала при физической нагрузке. Обострение болезни протекает с усилением кашля и повышением температуры. При выслушивании легких определяются сухие, реже влажные хрипы. На более поздних стадиях болезни ведущими в клинической картине являются симптомы эмфиземы легких, пневмосклероза.

Для лечения хронического бронхита используют настойку Золотого уса (глава 1). При приеме этого лекарства соблюдайте не только рецептуру, но и режим. В 40 мл воды растворить необходимое количество капель настойки и пейте 3 раза в день за 20 минут до еды. Курс лечения 60 дней. В первый день, за один раз выпивайте раствор на основе 10 капель, а начиная со следующего дня и в течение первых трех декад увеличивайте дозу на 1 каплю настойки на прием. В оставшиеся 30 дней дозу надо уменьшать на 1 каплю в день. Категорически не рекомендуется употреблять препарат чайными или столовыми ложками, запивая водой. Это часто провоцирует аллергические реакции в виде кожных высыпаний в области нижних конечностей, иногда на животе, бедрах и ягодицах.

Требуется: 1 стакан меда, 1 ст. л. сливочного масла, 2 ст. л. тертого корня хрена, 2 ст. л. кашицы чеснока, 2 ст. л. сока Золотого уса. Приготовление. Все перемешать, принимать по 1 ст. л. за час до еды. Курс лечения 2 месяца.

Требуется: 100 г липового меда, 100 г сливочного масла, 100 г свиного нутряного сала, 3 листа Золотого уса (кашица), 2 ст. л. порошка какао. Приготовление. Ингредиенты перемешать, настоять 24 часа в темном, прохладном месте. Применение. Применять по 1 ст. л., растворяя в стакане горячего молока утром и вечером, перед едой. Курс лечения – около месяца. Хранить средство в холодильнике в герметично закрытой посуде.

Чтобы облегчить течение бронхита, можно приготовить такое

средство. В теплое молоко добавить 1 ст. л. Золотого уса (сок). Это средство разжижает мокроту и способствует ее быстрому устранению из организма.

Требуется: 2 части мать-и-мачехи, листья, 1 часть трава душицы, 2 части цветов ромашки аптечной, 1 часть листа Золотого уса, 500 мл воды (кипяток). Приготовление. 2 ст. л. измельченной смеси залить кипятком. Настоять 5–6 часов, процедить. Применение. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день перед едой, в теплом виде.

Требуется: 4 части багульника (трава), 1 часть березовых почек, 2 части душицы (трава), 1 часть крапивы двудомной (листья), 2 части Золотого уса (листья), 300 мл кипятка. Приготовление. Все измельчить, смешать. 2 ст. л. смеси залить кипятком. Кипятить 10 минут, настоять 30 минут, процедить. Применение. Применять по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Применяется при хронических бронхитах.

**Бальзам** Требуется: столетник (алоэ) 200 г, кагор марочный 0,5 л, мед незасахаренный 350 г, Золотой ус листья 50 г. Приготовление. Алоэ не поливать 2 недели до срезания листьев. Листья столетника вытереть от пыли (не мыть) мелко порезать, положить в стеклянную банку. Листья Золотого уса мелко порезать, положить туда же. Залить кагором и медом. Хорошо смешать. Настоять 9 дней в прохладном месте. Процедить, отжать. Принимать – первые 2 дня по 1 ст. л. 3 раза в день. Затем по 1 ст. л. 2 раза в день. Курс лечения – 2 недели.

Требуется: 10 г мать-и-мачехи (листья), 20 г подорожник большой (листья), 30 г хвощ полевой (трава), 40 г первоцвет весенний (цветки), 10 г Золотого уса (сок), 1 л кипятка. Приготовление. Измельченные растения залить кипятком, настоять 2 часа. Процедить. Применение. В теплом виде настой пить по 1/3 – 1/4 стакана при кашле, трахеобронхите, хроническом бронхите, остром сухом бронхите.

Требуется: трава спорыша, плоды аниса, плоды укропа, почки сосновые, трава чабреца, мелко измельченный корень солодки, измельченный лист Золотого уса (всех поровну), 2 стакана воды. Приготовление. 4 ч. л. смеси залить 2 стаканами кипятка, настоять 2 часа, поставить на плиту, довести до кипения, кипятить 2–3 минуты, остудить, процедить. Применение. Пить по 1/3 стакана отвара 3 раза в день, за 30 минут до еды.

## Бронхоэктазия

Характеризуется возникновением в легких цилиндрических или мешотчатых расширений, одним из проявлений которых служат симптомы легочной инфекции. Бронхоэктазы чаще развиваются на фоне хронического бронхита, после повторных пневмоний. Они располагаются обычно в нижних долях легких, чаще слева. Характерен кашель с выделением мокроты, преимущественно по утрам, часто в большом количестве. Мокрота может периодически содержать примесь крови. Грудная клетка может быть внешне изменена в связи с развитием эмфиземы. При выслушивании кое где определяются стойкие, звонкие, влажные хрипы. Болезнь протекает с обострениями, во время которых наблюдаются, повышения температуры и другие проявления инфекционного воспалительного процесса. Диагноз подтверждается бронхографией. При обострении показаны антибиотики, возможно хирургическое вмешательство. По показаниям применять отхаркивающие и бронхолитические средства. Рекомендуем обратиться к дыхательной гимнастике Стрельниковой. Она буквально творит чудеса.

При затрудненном отхождении мокроты хорошим средством считают следующую смесь.

Требуется: поровну – листьев будры, травы копытня и травы репешка, 4 ч. л. Золотого уса (сок), 3 стакана воды. Приготовление. 3 ст. л. смеси залить 3 стаканами кипятка, выдержать ночь (8 часов). Процедить, добавить сок Золотого уса.

Применение. Выпить настой в 5 приемов за день. Отхаркивающее средство, при всех видах болезней легких.

Требуется: 40 г листьев подбела, 40 г цветов коровяка, 30 г цветов дикого мака, 20 г цветов бузины черной, 20 г цветов липы, 20 г цветов примулы, 40 г травы легочницы, 40 г травы зверобоя, 30 г цветов гречихи, 40 г цветов мальвы, 30 г побегов паслена сладко – горького, 5 ч. л. сока Золотого уса, 500 мл воды. Приготовление. 4 ч. л. смеси залить 1 л кипятка, настоять 6–7 часов, процедить, добавить сок Золотого уса. Применение. Пить глотками в течение дня. Рекомендуется при этом соблюдать постельный режим.

## Варикозное расширение вен

Варикозное расширение вен нижних конечностей – это расширение поверхностных вен, которое сопровождается нарушением работы венных клапанов и ухудшение кровотока. Существует первичное и вторичное варикозное расширение вен. Первичное связано со слабостью или нарушениями венозной стенки. Развитию заболевания способствуют беременность, ожирение, длительное пребывание в положении стоя, врожденная слабость соединительной ткани. Вторичное варикозное расширение возникает в результате нарушения венозного оттока, когда клапаны не справляются со своей работой, а также при опухолях и травмах. При варикозной болезни поврежденные клапаны позволяют крови проникать в глубокую венозную систему в результате чего там происходит повышение давления, что приводит к их расширению. Ток крови замедляется, уменьшается питание тканей кислородом, возникают язвы. Основным симптом в начале заболевания – это появление варикозно – расширенных вен, других жалоб может и не быть. По мере прогрессирования заболевания появляются утомляемость, чувство тяжести в ногах, расширение, судороги в икроножных мышцах, особенно к вечеру, а иногда и по ночам. Отеки обычно возникают к вечеру, особенно после длительного стояния, после ночного отдыха отеки полностью исчезают. Со временем наряду с прогрессированием болезни появляются изменение на внутренней поверхности нижней трети голени: уплотнения, пигментация, дерматит, затем образуются трофические язвы, плохо поддающиеся лечению. В заболевании варикозного расширения вен выделяются стадии.

1 стадия – нет жалоб, косметические нарушения.

2 стадия – чувство тяжести, растирания в ногах, судороги по ночам.

3 стадия – отеки, чувство распирания в ногах, уплотнение кожи и подкожной клетчатки. Избыточная пигментация кожи.

4 стадия – образование трофических язв.

Осложнениями варикозного расширения вен являются: острый тромбофлебит, разрыв варикозного узла с кровотечением и хроническая венозная недостаточность с развитием трофических язв. Хорошо помогает при лечении онемения конечностей, закупорке вен (тромбофлебите) следующий рецепт.

Требуется: сок семи лимонов, порошок от семи деревенских яиц (очищенных от внутренней пленки и прокипяченных в течение 5 минут),

0,5 л меда, 5 измельченных головок чеснока, 2 ст. л. сока Золотого уса. Приготовление. Все компоненты перемешать в стеклянной банке и поставить на 7 дней в темное место. Применение. Лекарство принимать 1 раз в день в 15–16 часов, по четыре чайные ложки с интервалами между приемами каждой ложки в 10 минут. Принимать строго ежедневно в течение месяца, дни не пропускать, поэтому своевременно готовить новые порции лекарства.

Требуется: 15 г листьев Золотого уса, 15 г травы вербены, 200 г кипятка. Приготовление. Травы измельчить, смешать, залить кипящей водой. Настаивать 1 час, процедить. Применение. Принимать каждый день, три раза по 30 г.

При варикозных узлах на ногах принимать сок из свежих каштановых цветов и листьев Золотого уса по 25–30 капель на 30 г воды 2 раза в день.

Требуется: 1 часть листа Золотого уса, 1 часть донник лекарственный, трава, 1 стакан кипятка. Приготовление. Смесь залить кипятком настоять, процедить. Применение. Принимать по 1–2 ст. ложки 3 раза в день.

Требуется: 1 часть листьев Золотого уса, 1 часть травы горчичника русского. 2 стакана кипятка. Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить кипятком, настоять 2 часа, процедить. Принимать по  $\frac{1}{4}$  стакана 3–4 раза в день.

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

Для присыпок гноящихся ран и язв рекомендуется применять порошок из корневищ Золотого уса и аира.

При плохо заживающих язвах и ранах к больным местам прикладывают салфетки смоченные в масле Золотого уса и цветов зверобоя (цветов и листьев 2 части масла 4 части).

Настойку золотого уса применяют по 1 ч. л. три раза в день за час до еды в течение 7 дней, ничем не запивая. Затем делают перерыв 7 дней и повторяют курс лечения.

## Гайморит

Воспаление придаточных пазух носа бывает острое и хроническое. Острое воспаление часто является следствием острого насморка, гриппа. Признаки прежде всего одностороннее закладывание носа, слизистые или гнойные выделения, снижение или потеря обоняния. Появляется ощущение распираания, тяжести, в дальнейшем боли в области щеки или лба. Иногда присоединяются боли в области верхней челюсти, виска, переносья, головная боль. Температура как правило, повышается. Хроническое воспаление протекает со значительно менее выраженными симптомами (выделения слизисто-гнойные или гнойное, иногда с кровью, головная боль, и в области переносицы), температура может не повышаться.

Попробуйте народные методы, которые проверены вылечившимся от этого заболевания людьми.

В начале заболевания 2–3 раза в день к обоим сторонам носа прикладывать на 10 минут ошпаренные кипятком листья Золотого уса.

Слизистую оболочку носа 2 раза в день смазывать маслом Золотого уса. Готовят масло из 1 ст. л. Золотого уса (сок) и 2,5 ст. л. оливкового (или другого растительного масла). Так же лечение гайморита проводят с помощью внутреннего употребления спиртовой настойки Золотого уса, которую принимают по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 минут до еды, ничем не запивая. Курс лечения 17 дней, столько же перерыв и повторение.

# Гастрит

Это воспаление слизистой оболочки желудка. Острый гастрит обычно связан с употреблением в пищу недоброкачественных продуктов, иногда лекарств или аллергии к продуктам. Заболевание начинается через несколько часов после воздействия причинного фактора. Проявляется недомоганием, головной болью, тошнотой, рвотой, болью в подложечной области. Могут быть и более тяжелые формы течения заболевания сопровождающиеся ознобом, лихорадкой повторной рвотой, нарушением стула явлениями общей интоксикации. При этой форме гастрита показано прежде всего промывание желудка, слабительное, клизму, голод 1–2 дня. Лекарства по показаниям врача в последующие 5–7 дней диета. Хронический гастрит – хроническое воспаление слизистой оболочки желудка возникает при систематических нарушениях в диете, злоупотреблении алкоголем, как следствие некоторых других заболеваний. Под влиянием длительного воздействия различных факторов сначала нарушается функция органа, в дальнейшем возникают воспалительные изменения и нарушения в стенке желудка. Симптомы хронического гастрита – чувство тяжести в подложечной области, вскоре после еды тошнота, отрыжка. Наряду с лечение назначенным врачом, мы советуем вам ряд народных рецептов с Золотым усом.

**При любых хронических гастритах.** Требуется: 50 г листьев земляники лесной, 1 л воды и 50 г сока Золотого уса. Приготовление. Листья земляники заварить кипятком, настоять 20 мин., добавить сок золотого уса. Применение. Пить как чай за 30–40 минут перед едой по стакану.

Требуется: 2 г цетрарии исландской, 2 г травы зверобоя, 2 г травы горечавки, 2 г травы тысячелистника, 3 г измельченного корня дикого цикория, 4 г травы дымянки, 2 ст. л. сока Золотого уса, 1 л сырой воды. Приготовление. Смесь трав залить сырой водой на ночь, утром 5–7 минут кипятить. Настоять, процедить, добавить 2 ст. л. сока Золотого уса. Применение. Выпить все за день в 5 приемов, начиная с 1 стакана утром натощак.

**При гастритах с пониженной секрецией.** Требуется: 40 г листьев подорожника ланцетолистного, 40 г травы зверобоя, 20 г травы золототысячника, 40 г травы сушеницы болотной, 10 г измельченного корня аира, 10 г травы мяты перечной, 20 г травы спорыша, 15 г цветов

тысячелистника. 6 г семян тмина, 2 ст. л. Золотого уса (сок), 1 литр воды. Приготовление. 40 г смеси залить 1 литром кипятка. Настоять ночь. Процедить. Добавить сок Золотого уса.

Применение. Выпить утром 1 стакан настоя натошак остальное в 4 приема (после еды через 1 час).

При гастритах с повышенной кислотностью. Требуется: 40 г трава вереска, 30 г травы золототысячник, 40 г травы зверобой, 20 г листьев мяты перечная, 20 г измельченной коры крушины, 4 ч. л. сока Золотого уса, 0,5 л кипятка. Приготовление. 2 ст. л. смеси залить 0,5 литра кипятка, настоять, добавить Золотой ус. Применение. Принимать 2 раза в день перед обедом и перед сном по 2 ст. л. настоя.

Требуется: 50 г листьев золотого уса, 40 г травы зверобоя, 40 г травы золототысячника, 30 г травы тысячелистника, 30 г измельченного корня дикого цикория, 20 г цветов дымянки, 1 л воды. Приготовление. 4 ст. л. смеси залить 1 л воды на ночь. Утром 5 – 10 минут кипятить. Настоять. Процедить. Применение. Пить в течение дня небольшими глотками. Хорошо помогает при начинающемся гастрите если есть тенденции к запору добавить в смесь измельченную кору крушины 1 ст. л.

Требуется: 1 часть плодов фенхеля, 1 часть алтея (измельченный корень), 1 часть цветов ромашки аптечной, 1 г измельченного корневища пырея, 1 часть измельченного корень солодки, 3 ч. л. сока Золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. 1 ст. л. смеси залить стаканом кипящей воды, кипятить 10 минут. Настоять, процедить, добавить сок Золотого уса. Применение. На ночь выпить 1 стакан настоя. Применять при хронических и острых гастритах.

Требуется: 20 г листьев мяты перечной, 5 г травы золототысячника, 2 ч. л. сока золотого уса, 1 стакан кипятка. Приготовление. 2 ч. л. смеси заварить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить, добавить сок Золотого уса. Применение. Выпивать за день за 30 минут до еды по 1/3 стакана настоя. При гастритах с болями в печени.

Требуется: 10 г зверобой, трава, 15 г бессмертник, цветы, 5 ч. л. Золотого уса, сок, 0,5 л воды. Приготовление. 2 ст. л. смеси настоять 12 часов в 0,5 л воды кипятить 5 минут процедить, добавить сок Золотого уса. Применение. Принимать 1/4 4 раза в день через час после еды.

Требуется: 15 г бессмертник, цветы, 10 г льнянки, трава, 2 ч. л. сока золотого уса, 0,5 л воды. Приготовление. 20 г смеси настаивать 2 ч. в кипятке, процедить, добавить сок золотого уса. Применение. Принимать по 1/3 стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

Требуется: 20 г календулы, цветы, 20 г ромашки аптечной, цветки, 10 г



мяты перечной, листья, 3 ч. л. сока золотого уса, 400 мл воды. Приготовление. 40 г сбора залить водой, нагреть на кипящей бане 15 минут. Охладить, процедить, добавить сок золотого уса. Применение. Принимать по  $\frac{1}{4}$  3–4 раза в день.

Требуется: 20 г цветов ромашки аптечной, 20 г зверобоя, травы, 10 г алтея лекарственного, измельченные корни, 3 ч. л. сока золотого уса, 500 мл воды. Приготовление. 50 г сбора залить водой, греть на водяной бане 30 минут. Охладить. Добавить золотой ус. Применение. Принимать  $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день.

Требуется: 20 г листьев мяты перечной, 20 г цветов ромашки аптечной, 20 г подорожник большой, листья, 10 г зверобой, трава, 10 г репешок обыкновенный, трава, 5 ч. л. сока золотого уса, 0,5 л воды. Приготовление. 20 г сбора залить кипятком, настоять 30 минут. Процедить, добавить сок золотого уса. Применение. Принимать по 75 г каждый час до исчезновения симптомов заболевания.

Требуется: 10 г измельченных корней горечавки, 10 г измельченных апельсиновых корок, 10 г измельченных корневищ аира, 10 г травы зверобоя, 10 г травы бобовника, 10 г цветов пижмы, 10 г измельченных корней валерьяны, 10 г травы сушеницы болотной, 2 листа золотого уса, 1 л кагора. Приготовление. Смесь растений залить 1 литром кагора. Поставить на окно на солнечный свет на 21 день. Процедить. Применение. Принимать утром натощак 2 ст. л. и 2 ст. л. перед отходом ко сну.

Требуется: 1 ст. л. травы душицы, 1 ст. л. ромашки аптечной, цветы, 1 ст. л. сока золотого уса, 400 мл кипятка. Приготовление. 20 г смеси залить кипятком, кипятить 10 минут. Процедить добавить сок золотого уса. Принимать по стакану отвара утром и вечером при спазмах желудка и кишечника с метеоризмом.

Требуется: 1 ч. л. измельченного корня лопуха, 1 ст. л. листьев золотого уса, 400 мл кипятка. Приготовление. Сырье залить кипятком. Настоять 12 часов. Процедить. Принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана 4 раза в день.

## Геморрой

Варикозное расширение вен нижнего отдела прямой кишки. Развивается при врожденной или приобретенной слабости венозной стенки, под влиянием затруднения венозного оттока (опухоли, беременность, скопление твердых каловых масс при запорах и т. д.). Геморрой различают наружный и внутренний. Больные жалуются на боли при опорожнении кишечника, чувство тяжести и жжения, зуд в области заднего прохода, кровотечение из заднего прохода, или только примесь крови в каловых массах. При осмотре заднего прохода видны отдельные венозные узлы, напряженные или спавшиеся. Если варикозные узлы выпадают наружу и ущемляются, то возникают резкие боли. Выпавшие узлы могут воспаляться и изъязвляться. Врачебное лечение заключается в назначении диеты при запоре, клизм. По показаниям может быть показано оперативное лечение. Народные методы лечения предлагают довольно обширный выбор средств для лечения геморроя. Лечение геморроя проводится как внутренне прием препаратов. Так и наружное, а также в виде свечей и клизм. Некоторые методы позволяют избавиться от геморроя навсегда. Чем раньше начато лечение тем большая вероятность добиться успеха. Существует ряд правил, которые надо неуклонно соблюдать, при желании излечиться:

1. следить чтобы не было запоров.
2. не раздражать желудок спиртными напитками, пивом, не есть соленого, острого.
3. остерегаться переохлаждения, особенно нижней части тела.
4. избегать продолжительной ходьбы и работы стоя.
5. никогда не садится на холодное место, особенно на бетон, металл.
6. после каждого посещения туалета подмываться прохладной водой.
7. ставить вечером клизмы из трав. Не забудьте об очищении прежде всего кишечника.

Требуется: 1 часть крапива (лист), 1 часть крушина (измельченная кора), 1 часть золотой ус (лист), 1 л кипятка. Приготовление. 40 г смеси залить кипятком, кипятить 10 минут на слабом огне. Настоять 30 минут. Процедить. Принимать по 1/3 стакана 4 раза в день при сильных болях без шишек.

Требуется: 2 ч. л. травы горца почечуйного (геморройная трава), 2 ч. л. сока золотого уса, 0,5 л воды. Приготовление. Горец залить водой,

кипятить 15 минут на слабом огне, настоять 2 часа. Процедить. Добавить сок золотого уса. Применение. Принимать по 0.5 стакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды. Применяется как нежное слабительное, болеутоляющее и кровоостанавливающее средство.

Для внутреннего применения при геморрое используют настой или настойку золотого уса. Настой принимают по 1 ч. л. 2 раза в день за 40 минут до еды в течение 10 дней. Лечение настойкой проводят в течение 7 дней, принимая по 1 ч. л. препарата 3 раза в день за 1 час до еды.

Требуется: 2 ч. л. измельченного корня одуванчика, 2 ч. л. сока золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. Траву залить кипящей водой, настоять 8 часов, процедить, добавить сок золотого уса. Применение пить по ¼ стакана 4 раза в день перед едой.

Требуется: 3 ложки ст. зерен ячменя, 1 ст. л. золотого уса листья, 1 л кипятка. Приготовление. Семена ячменя поместить в теплую влажную среду и когда они проклюнутся до 1 мм, промыть высушить, перемолоть 2 ст. л. сухих проростков и золотой ус залить 1 л кипятка, настоять 4 часа. Применение. Пить по ½ стакана 4–6 раз в день, добавив сахар.

Требуется: 50 г дуб обыкновенный (измельченная кора), 30 г хвощ полевой (трава), 20 г стальник полевой (трава), 1 л воды, 1 ст. л. сока золотого уса. Приготовление. Все растения измельчить, смешать, залить кипятком. Настоять 2 часа, процедить. Применение. Использовать в виде отвара для местных ванн по 1 стакану на процедуру.

Требуется: 20 г кассии остролистной (листья), 20 г тысячелистник обыкновенный (трава), 20 г крушина ольховидная (измельченная кора), 20 г кориандр посевной (плоды), 20 г солодка голая (измельченный корень), 1 стакан воды, 1 ч. л. сока золотого уса. Приготовление. 20 г сырья залить стаканом кипятка настоять 1–2 часа процедить добавить золотой ус (сок), принимать ½ стакана на ночь в качестве противогеморроидального средства.

Требуется: 20 г александрийского листа, 20 г тысячелистника (трава), 20 г крушины (измельченная кора), 20 г кориандр (плодов), 20 г солодки (измельченный корень), 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 стакан кипятка.

Приготовление. 1 ст. л. сбора залить кипятком, настоять 20 минут. Остудить, процедить. Пить на ночь ½ стакана. Цветки коровяка следует заваривать в чайнике и пить как чай, добавляя 1 ч. л. сока золотого уса на стакан настоя. Кровотечение останавливается через 2–3 дня, а еще через несколько дней болезнь исчезает совершенно.

Отвар листьев земляники лесной применяют для клизм и обмываний (столовую ложку листьев заварить стаканом кипятка, настоять 20 минут,

процедить).

Рассол квашеной капусты пьют от  $\frac{1}{2}$  до 2 стаканов в теплом виде. Чередовать с приемом настоя золотого уса.

# Герпес

Чаще всего герпес проявляется в виде так называемой простуды на губах – небольших, наполненных жидкостей, пузырьков. Следует помнить что развитие этого заразного заболевания можно остановить при проявлении первых же его признаков – ощущении пощипывания и жжения около губ. В народной медицине, помимо применения других лекарственных растений, лечение герпеса проводят с помощью масла и настойки золотого уса, а также мази приготовленной из этого растения.

При появлении первых симптомов герпеса к больному месту на 10 минут рекомендуется приложить влажный лист золотого уса или тампон, смоченный спиртовой настойкой золотого уса. Чтобы облегчить течение заболевания и вылечить его быстро, используют смесь следующего состава:

Требуется: 2 ч. л. масла календулы, 3 капли масла золотого уса, 2 капли эвкалиптового масла. Приготовление. Все смешивают, хранят в пузырьке из темного стекла. Применение. 3 раза в день наносят смесь на пораженное место. В течение 30 минут после смазывания следует избегать попадания прямого солнечного света.

Возникающие при герпесе язвочки 2 раза в день смазывают отваром или соком золотого уса. Кроме того быстрому заживлению способствует нанесению на пораженные участки мази из листьев данного растения. Мазь наносят 2 раза в день на 3 минуты.

## Гепатит

Поражение печени обусловленное воздействием инфекционных и токсических факторов. Гепатит имеет острую и хроническую форму. Наиболее частой формой острого гепатита является вирус, вызывающий болезнь Боткина, кроме того острые гепатиты могут быть обусловлены токсическими веществами, а также алкоголем. В легких случаях острый гепатит протекает практически без симптомов. В более тяжелых случаях симптомы заболевания развиваются быстро, часто сочетаются с общей интоксикацией и поражением других органов и систем. В разгар болезни характерны желтушное окрашивание кожи и слизистых оболочек, беловато-глинистый стул, насыщено темного цвета моча. Цвет кожных покровов бывает лимонножелтым, оранжевым или шафранным. Однако в легких случаях желтуха видна только при дневном освещении. Нередки носовые кровотечения, кровоизлияния. Больных беспокоит кожных зуд, отмечается урежение сердцебиения, угнетенное психическое состояние, повышенная раздражительность, бессонница. Хронический гепатит – длительное поражение печени, встречается чаще других заболеваний этого органа. Наибольшее значение для развития процесса имеют вирусное, токсическое и аллергическое поражение печени. Во многих случаях причина хронического гепатита остается невыясненной. При хроническом гепатите характерны увеличение печени, боль или чувство тяжести, наполненности в правом подреберье, диспепсические явления, реже выявляется желтуха, кожных зуд, повышение температуры. Увеличение печени встречается приблизительно у 95 % больных, однако в большинстве случаев оно умеренное. Боль в области печени сильная, но постоянная. Часто встречаются снижение аппетита, отрыжка, тошнота, плохая переносимость жиров, алкоголя, метеоризм, неустойчивый стул, общая слабость, снижение трудоспособности. У трети больных выявляется небольшая желтуха. Лечение по назначению врача, зависит от причин заболевания. Необходим рациональный режим, полноценная диета, витамины, белки, жидкости, поддерживающая терапия.

Требуется: 1 ч. л. аир болотный (измельченные корни), 1 ч. л. листьев золотого уса, 1 стакан кипятка. Приготовление. Сбор залить кипятком настоять 20 минут. Процедить. Применение. Принимать по ½ стакана за 30 минут до еды. 4 раза в день.

Требуется: 20 г крушина ольховидная (измельченная кора), 15 г вахты

трехлистной (листья), 15 г горечавка желта, измельченные корни, 15 г чистотел большой (трава), 20 г одуванчик лекарственный (измельченные корни), 15 г мята перечная (листья), 15 г золотого уса (листья), 0,5 л кипятка.

Приготовление. 50 г смеси залить кипятком, довести до кипения, завернуть в теплое одеяло, настоять 0,5 часа. Процедить. Применение. Принимать по 1/4 – 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Требуется: 10 г зверобоя (трава), 10 г пижма (цветы), 10 г тысячелистника (трава), 10 г ромашка аптечная (цветки), 10 г лопух большой (измельченные корни), 10 г шиповник коричный (плоды), 10 г шалфей (трава), 10 г девясил высокий (измельченный корень), 10 г горец птичий (трава), 10 г череда (трава), 2 ч. л. сока золотого уса, 0,5 литра кипятка. Приготовление. 50 г сбора залить кипятком, довести до кипения, настоять 30–40 минут. Процедить. Добавить сок золотого уса. Принимать по 1/3 стакана за 30 минут до еды 3 раза в день при хронических гепатитах и циррозе печени.

Требуется: 50 г цветов терновника обыкновенного, 50 г листьев золотого уса, 1 литр кипятка. Приготовление. Применение. Заварить, пить как чай.

Требуется: 20 г ястребинка зонтичная (трава), 1 ст. л. листьев золотого уса, 0,5 л воды. Приготовление. Смесь залить кипятком настоять. Процедить. Применение. Пить по 1 стакану 3 раза в день при желтухе и увеличении печени.

Требуется: 3 г цмин песчаный (цветы), 3 ч. льнянки (трава), 2 ч. кукуруза, рыльца. 2 ч. листьев золотого уса, 1 л кипятка. Приготовление. 40 г смеси настоять в 1 литре кипятка, процедить. Применение. Пить по 1/2 стакана 4 раза в день через час после еды.

# Гипертония

Артериальная гипертония характеризуется стойким повышением кровяного давления. В норме у лиц до 50 лет давление не превышает 140/90 мм рт. ст. У лиц старше 50 лет оно может быть несколько выше. Увеличение давления сверх этих цифр (160/100 мм рт. ст.) следует считать гипертонией. Повышение АД (артериального давления) может быть ведущим симптомом ряда заболеваний, прежде всего поражения почек. Однако чаще всего признаков поражения других органов не выявляется, и тогда следует рассматривать такого человека, как страдающего гипертонической болезнью. Возникновение ее часто связывают с нервно-психическим перенапряжением. Характерно наследственное предрасположение, могут способствовать возникновению заболевания травмы мозга, атеросклероз, климакс, в ряде случаев – тяжелая психическая травма.

Выделяют 3 стадии болезни.

1. Ранний период болезни повышение АД непостоянно. Длительно может наблюдаться нормальное давление. Жалобы на слабость, раздражительность, головную боль, плохой сон. При обследовании помимо повышения уровня АД выявляются незначительные изменения в сердце и глазном дне.

2. Повышение АД становится стойким, нормальное давление практически не регистрируется. Невротические жалобы более выражены. Появляются головокружение, одышка, вместо нетипичных болей в сердце может развиваться стенокардия. При обследовании есть изменения в ЭКГ.

3. Наряду с симптомами гипертонической болезни имеются признаки атеросклероза сосудов сердца, мозга, почек. Развивается типичная стенокардия и сердечная недостаточность. При поражении сосудов мозга возможны инсульты, тяжелые головные боли, снижение памяти, головокружения, может развиваться слабоумие. Часто наблюдаются изменения в моче, прогрессирует поражение почек.

4. Течение гипертонии может быть разнообразным. Бывает и «злокачественная» быстротекущая форма гипертонической болезни. У таких больных АД достигает 300/180 мм рт. ст. и устойчиво к проводимой терапии.

Больные быстро теряют в массе тела. Увеличена СОЭ. Прогрессируют мозговые симптомы, сердечная недостаточность, поражение почек



(почечная недостаточность), ухудшается зрение (поражается сетчатка глаза).

В профилактике и лечении начальной стадии гипертонии важна нормализация труда и общего режима. Достаточный сон, устранение тревожных ситуаций, регулярная физическая нагрузка. Назначают успокаивающие и сердечные средства по показаниям лечащего врача. Необходимо сократить потребление соли, на всех стадиях заболевания. Показаны горчичники, пиявки на затылок. Народные средства помогают усилить эффективность лечения.

Приводим рецепты тех средств, которые проверены и облегчат заболевание на разных стадиях.

Требуется: 3 ч. трава, пустырника, 3 ч. трава, сушеница, 2 ч. трава, багульника, 1 ч. чай почечный, 4 ч. л. сока золотого уса, 300 мл кипятка. Приготовление. 1 ст. л. сбора залить кипятком. Кипятить 5 минут, настоять 4 часа, процедить. Добавить сок золотого уса.

Применение. Принимать в теплом виде 3 раза в день по  $\frac{1}{2}$  стакана за 20 минут до еды. Применяется при гипертонической болезни I и II стадиях, без сердечной недостаточности.

Требуется: 1 г адонис (трава), 2 ч. боярышник (цвет), 1 ч. березовые листья, 2 ч. пустырник, трава, 2 ч. сушеница, трава, 1 ч. хвоща полевого, трава. 3 ч. л. золотого уса, 500 г кипятка. Приготовление. 2 ст. л. измельченной смеси залить 500 г кипятка, настоять, укутав 5–6 часов. Процедить и добавить сок золотого уса. Применение. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде. Применяется при гипертонической болезни 1 и 2 стадии и при симптоматических гипертензиях, осложненных сердечной недостаточностью 1 и 2 степени в стадии компенсации и субкомпенсации.

Требуется: 3 ч. пустырник, трава, 3 ч. сушеница, трава, 1 ч. хвощ полевой, трава, 1 ч. измельченной коры крушины, 5 ч. л. сока золотого уса, 500 г кипятка. Приготовление. 2 ст. л. измельченной смеси на 500 г кипятка кипятить 10 минут. Настоять укутав 30 минут. Добавить сок золотого уса. Применение. Принимать  $\frac{1}{3}$  стакана 3 раза в день после еды. Применяется при гипертонической болезни.

Снизить артериальное давление можно настойками боярышника и золотого уса. Требуется:  $\frac{1}{2}$  чайной ложки настойки боярышника и  $\frac{1}{2}$  ч. л. настойки золотого уса. Приготовление. Настойки смешать. Применение. Принимают 1 раз утром в течение 7 дней по 1 ч. л., ничем не запивая, после недели перерыва курс повторить.

Требуется: 3 ч. плодов боярышника, 3 ч. цветов боярышника, 3 ч.

травы хвоща полевого, 1 ч. трава омелы, 3 ч. измельченные дольки чеснока, 1 ч. цветы арники, 1 ч. листьев Золотого уса, 1 ст. кипятка. Приготовление. 1 ст. л. измельченной смеси заварить кипятком, настоять 6–8 часов, процедить. Применение. Настой принимать по  $\frac{1}{4}$  стакана 4 раза в день за 30 минут до еды.

Требуется: сок свеклы, мед, сок золотого уса поровну. Приготовление. Все смешать. Применение. Принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

Требуется: 10 г золотого уса, листья, 20 г измельченных корней валерианы лекарственной, 10 г хвоща полевого, трава, 10 г боярышника, ягода, 1 ст. воды. Приготовление 1 ст. л. сбора залить водой, кипятить 10 минут. Охладить, процедить. Применение. Принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана 3 раза в день.

## Гипотония

Снижение АД, как правило, бывает при нарушении нервной регуляции тонуса сосудов. При этом состоянии возникают жалобы на периоды немотивированной слабости, утомляемость. Головокружение, сонливость. При обследовании выявляют понижение АД, менее 100/70 мм рт. ст. Лечение проводят общеукрепляющими средствами, тонизирующими препаратами: женьшень, пантокрин. Рекомендуется общеукрепляющая физическая нагрузка.

При головных болях, связанных с понижением давления, ошпаренные листья золотого уса прикладывают к вискам на 5 – 10 минут.

Также рекомендуется сделать компресс на область лба. Для этого бинт пропитывают отваром золотого уса и кладут на лоб на 10 минут.

Для внутреннего применения используют смесь настоек лимонника китайского и золотого уса. Требуется: 30 капель настойки лимонника, ½ ч. л. настойки золотого уса. Приготовление. Настойки смешать. Применение. Принимают 1–2 раза в день за 1 час до еды в течение 10–14 дней всю полученную дозу.

По такому же принципу готовится и принимается смесь настоек родиолы розовой и золотого уса.

Настойка женьшеня поднимает тонус, повышает давление. Принимают ее вместе с настойкой золотого уса по 5 – 20 капель каждой на 30 мл воды, 2 раза в день утром и в обед до еды. В течение 2–3 недель.

Требуется: 20 г цветы и листья татарника колючего, 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. Сбор залить водой, прокипятить 10 минут на слабом огне, настоять, укутав 30 минут процедить. Применять по 1 ст. л. 3–4 раза в день для тонуса и повышения кровяного давления. Можно заваривать одни листья (татарника).

Настойки маральего корня и золотого уса по 20 капель каждой, принятые 2 раза в день, натощак перед завтраком, и обедом за 30 минут до еды повышают давление, поднимают общий тонус организма.

## Головокружения и головные боли

Головная боль возникает при заболеваниях головного мозга и его оболочек, придаточных пазух носа, неврозах, заболевании внутренних органов инфекциях и интоксикациях. Нарастающие головные боли, преимущественно по утрам, сопровождающиеся тошнотой и рвотой, указывают на повышение внутричерепного давления (что дает подозрение на опухоль мозга). Головокружения наблюдаются при болезни Меньера, лабиринтите, энцефалите, нарушениях мозгового кровообращения и т. л. Может сопровождаться тошнотой, рвотой, нарушением походки. В любом случае необходимо поставить точный диагноз и затем направить лечение на основную причину этих явлений.

Из народных средств при головной боли, не связанной с каким-либо тяжелым заболеванием хорошо помогают эфирные масла в сочетании с маслом золотого уса. Например, масло золотого уса смешивают с ментоловым (майорановым или лавандовым) протирают виски, лоб, за ушами, затылок. Можно масла – добавлять в ванну. Продолжительность процедуры – 10 минут.

Требуется: 15 г мелиссы, травы, 1 ч. л. сока золотого уса, 1 ст. кипятка. Приготовление. Траву залить кипятком, настоять 30 минут, процедить, добавить сок. Принимать по 1–2 ст. л. 5–6 раз в день. Принимают при бессоннице, головокружении, головной боли, шуме в ушах, малокровии, как средство успокаивающее нервную систему.

Сделать заварку из зеленого или черного чая. Добавить щепотку мяты, несколько капель сока золотого уса. Выпить бокал такого чая. Через 10–20 минут проходит головная боль.

Требуется: 1 часть душица, трава, 1 ч. кипрей, трава, 1 ч. мяты перечной, листья, 1 ч. золотого уса, листья, 0,5 л кипятка. Приготовление. 1 ст. л. сбора залить кипятком, настоять 30 минут, процедить. Принимать по ½ – 1 ст. при головных болях.

Требуется: 1 с. л. цветков бузины, 1 ч. л. листьев золотого уса, 1 ст. кипятка. Приготовление. Залить сбор кипятком. Настоять 20 минут, процедить. Принимать по ¼ стакана (лучше с медом) 3–4 раза в день за 15 минут до еды при часто повторяющихся головных болях.

Требуется: калина обыкновенная – ягоды, золотой ус 1 ч. л. Приготовление. Из ягод выдавить 1 стакан сока, добавить в него сок золотого уса. Применение. Выпить всю полученную жидкость при сильной

головной боли.

Капуста белокочанная – прикладывают свежие листья к голове, вместе с приемом внутрь средств указанных выше.

Требуется: сырой картофель, 1 ч. л. сока золотого уса. Приготовление. Из картофеля выжать  $\frac{1}{4}$  стакана сока, добавить к нему сок золотого уса. Применение. Смесь пьют при систематических головных болях 1 раз в день всю полученную дозу. Курс лечения – 2 недели.

## Грибковые заболевания кожи

К самым распространенным грибковым заболеваниям кожи относится эпидермофития и дерматомикоз. В народной медицине для лечения грибковых заболеваний применяется множество средств. Поскольку золотой ус обладает противовоспалительным и бактерицидным действием, средства из него используются для наружного применения при различных грибковых заболеваниях кожи.

При эпидермофитии стоп, перед сном опускают ступни в таз с теплой водой, в которую добавляют по 1 ч. л. масла календулы и золотого уса. Ванночку проводят 1 раз в день по 10–15 минут до исчезновения признаков поражения.

Также можно приложить к ступням на 10 минут марлю смоченную в отваре золотого уса.

Другие грибковые заболевания лечат с помощью настойки Каллизии которую разбавляют водой 1:3 и 2 раза в день наносят на пораженные участки кожи.

Излечению от многих грибковых заболеваний кожи помогает смесь настоек календулы, душицы и золотого уса, взятых в равной пропорции. Смесью смачивают вату и протирают пораженные участки кожи на ночь.

Масло золотого уса также помогает снять жжение, зуд и боль. На ночь в таз наливают довольно горячую воду, добавляя 1 ст. л. соды и 1 ст. л. соли, держат 15–20 минут очищают от отмерших утолщений на пятках и пальцах стопы. Споласкивают прохладной водой, смазывают маслом золотого уса.

## Диабет сахарный

Это заболевание эндокринной системы возникающее из – за недостатка инсулина и характеризующиеся нарушением обмена углеводов, а также другими нарушениями обмена веществ. Нормальная жизнедеятельность организма без достаточного количества инсулина невозможна. Известно 2 типа сахарного диабета. 1 тип – инсулинозависимый. Этой формой заболевают молодые люди в возрасте до 30 лет. 2 тип – инсулинонезависимый или диабет пожилых людей. У таких больных инсулин вырабатывается и соблюдая диету, ведя активных образ жизни, они могут добиться того, что довольно продолжительного время уровень сахара будет соответствовать норме, а осложнений удастся избежать. У больных сахарным диабетом второго типа наблюдается гипергликемия (повышение уровня сахара в крови), ожирение, гипертония. У таких пациентов развиваются сердечно – сосудистые заболевания, снижение зрения, снижение чувствительности, сухость и шелушение кожных покровов, боли и судороги в конечностях, выделение с мочой белка, нарушение функции почек.

В лечении сахарного диабета большая роль принадлежит диете: необходимо исключить углеводы, обязательны в рационе белки – дневная норма 80 – 100 г (из них 3 части – животные, 1 часть – растительные). Растительные белки – крупы, бобовые, зерно (в идеале – в пророщенном виде) не менее 100–200 гр (в зависимости от содержания белка). Животные белки: молоко, творог, мясо, разное (исключить жирные сорта) колбасы, яйца, рыба – предпочтительно – куры перед другими видами мяса. В 100 гр курицы отварной – содержится 25 г животного белка, т. ч. например 300 гр курицы покроют дневную потребность в белке. Необходимо исключить из рациона виноград, изюм. Из напитков полезны соки тыквы, огурца, граната, сливы, отвар створок фасоли.

Так как диабет является результатом заболевания поджелудочной железы, которая вырабатывает гормон инсулина, необходимый для жизни человека, то средством, способствующим предотвращению возможных осложнений, является прием отвара листьев золотого уса.

Требуется: 1 лист золотого уса (20 см), 0,7 л кипятка. Приготовление. Лист золотого уса залить кипятком. Кипятить 3–5 минут. Настаивать сутки. Процедить. Применение. Принимать по 2 ст. л. 3 раза в день постоянно.

Если сахарный диабет сопровождается снижением зрения или кожным

зудом то средства из золотого уса целесообразно применять в совокупности с другими лекарственными составами. Требуется: 2 ст. л. травы вероники лекарственной, 1 ст. л. листьев золотого уса, 2 стакана кипятка. Приготовление. Смесь положить в термос залить кипятком на ночь. Утром процедить. Применение. Пить настой по 100 г 4 раза в день.

Требуется: проросшие зерна пшеницы, кукурузы и ржи в равной пропорции, 1 ч. л. сока золотого уса. Приготовление. Зерна перемолоть, сложить в термос. Залить кипятком чтобы вода едва покрывала зерна. Настоять 2 часа, добавить 1 ч. л. сока золотого уса. Применение. Принимать с фруктами в течение недели, 3 раза в день по 1 ст. л. смеси.

Требуется: 2 ст. л. измельченных корней пырея, 1 ст. л. сока золотого уса, 2 стакана кипятка. Приготовление. Пырей залить кипятком, настоять ночь, процедить, добавить золотой ус. Применение. Принимать 4 раза в день за час до еды по ½ стакана.

Требуется: молодой, зеленый прирост вербы 40–50 см, одна веточка, 3 ст. л. сока золотого уса, 1 л воды. Приготовление. Прирост измельчить, залить кипятком, кипятить 5 минут, процедить. Добавить сок золотого уса. Применение. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день в теплом виде. Этот чай усиливает функцию поджелудочной железы.

Требуется: 1 г льняного семени, 1 ч. створок фасоли, 1 ч. листьев черники, 1 ч. овсяной соломы (измельчить), 1 ч. л. сока золотого уса, 600 г воды.

Приготовление. 3 ст. л. смеси залить водой варить 10 минут, настоять 30 минут, процедить, добавить сок. Применение. Принимать по 50 г 5–6 раз в день 30 минут до еды.

Требуется: 1 ст. л. измельченной коры осины, 1 ч. л. сока золотого уса, 2 стакана воды. Приготовление. Измельченную кору залить водой, кипятить 30 минут. Настоять 2–3 часа, процедить, добавить сок золотого уса. Применение. Принимать по 1/5 – 1/4 стакана 3 раза в день до еды. Пить 3 месяца, если нужно и более. Хорошо помогает в начальной стадии диабета.



## **Доброкачественные опухоли женских половых органов**

Из заболеваний яичников чаще всего встречаются киста яичников и фиброма. Кисты не относятся к истинным опухолям, а являются результатом воспаления придатков матки, или нарушения процесса развития фолликула и желтого тела. Фиброма яичника – доброкачественная опухоль развивающаяся из соединительно тканых элементов. Может достигать больших размеров, имеет гладкую, или бугристую поверхность чаще поражает один яичник. Лечение рекомендуется оперативное. Однако в начальной стадии и послеоперационный период рекомендуется использовать лечение растительными средствами. Полип шейки матки – наиболее часто встречается у женщин старшего возраста. Проявляется слизистыми или кровянистыми выделениями, но часто протекает бессимптомно. Полипы подлежат удалению с последующим выскабливанием слизистой шейки и тела матки. Миома матки – доброкачественная опухоль из гладкомышечной ткани матки. Развитие опухоли связано с нарушениями в эндокринной системе организма. более 50 % заболеваний встречаются у женщин старшего возраста. Характерны для этого заболевания необильные кровотечения. Если опухоль растет в сторону мочевого пузыря, и прямой кишки, то появляются признаки сдавления этих органов. В некоторых осложненных случаях показана операция.

При фибромиоме в начальной стадии рекомендуется следующий рецепт. Требуется: 1 ст. л. травы резака, 1 ст. л. золотого уса (лист), 1 ст. кипятка. Приготовление. Растительное сырье смешать, залить кипятком, настоять 3 часа. Процедить. Применение. Принимать по ¼ стакана настоя 2 раза в день.

Приготовление настойки Золотого уса для лечения фибром, миом и кист, а также полипов и послеоперационных спаек.

Требуется: 15–20 суставчиков золотого уса фиолетового цвета (количество суставчиков зависит от их толщины), 0,5 л водки. Приготовление. Суставчики измельчить, засыпать в бутылку, залить водкой, настаивать 14 дней в темном месте. Настойку процедить. Она приобретает сиреневый цвет. При хранении изменяет цвет на коричневый, но это не меняет ее целебных свойств. Применение. Утром натощак за 40 минут до

еды на 30 мл воды накапать 10 капель настойки и принять внутрь, сразу не глотать, а подержать сначала во рту. Вечером за 40 минут до еды повторить прием в той же дозировке. На второй день принять по 11 капель на прием, на третий – 12 капель и так за 25 дней довести прием до 35 капель. Затем начинать снижать дозу по 1 капле на прием за 25 дней. Вернуться на исходную позицию, т. е. 10 капель на прием. Начиная с третьего курса перейти на трехразовый прием. Схема та же. После первого и второго курса делать перерывы по семь дней. После третьего и четвертого – перерыв 10 дней. В процессе излечения золотым усом рекомендуется проводить дополнительно спринцевание, перед сном теплым раствором: 10–15 капель настойки на 1 стакан теплой кипяченой воды. Спринцевание проводить ежедневно или через день в течение 20 дней, неделю перерыв и еще 20 дней и т. д. до излечения.

## Желтуха

Встречается при различных заболеваниях. Она проявляется, прежде всего, желтушным окрашиванием кожи и слизистых оболочек. Желтухи различаются в зависимости от причин на гемолитическую, механическую и паренхиматозную. Гемолитическая встречается у людей с заболеваниями крови и у новорожденных. Механическая желтуха возникает из-за нарушения оттока желчи из желчных протоков. Причины – желчно-каменная болезнь, камни в желчных протоках, воспалительные и паразитарные заболевания, опухоли желчных ходов и головки поджелудочной железы, раковые метастазы в печени. Паренхиматозная желтуха – истинная желтуха, которая возникает при различных поражениях печени. При тяжелых формах вирусного гепатита, отравлениях, сепсисе, хроническом гепатите и т. д. печень не справляется со своей функцией. Для этой желтухи характерен шафраново-желтый цвет кожи с красноватым оттенком. Сопровождается она кожным зудом, при длительном течении кожа может приобретать зеленоватый цвет. Моча имеет цвет темный, кал обесцвечивается. При лечении желтухи препаратами золотого уса необходимо помнить, что они устраняют симптомы заболевания, но не справляются с причиной. Поэтому необходимо обследование и назначение полноценного лечения врачом. Растительные же средства можно использовать как дополнение к основной терапии.

Требуется: 50 г листьев земляники лесной, 1 л воды, 2 ст. л. сока золотого уса. Приготовление. Листья залить холодной кипяченой водой, дать настояться 5 часов, затем прокипятить в течение 10 мин. Процедить, добавить сок золотого уса. Применение. Пить по  $\frac{1}{2}$  стакана 2 раза в день за 20 мин. до еды.

Требуется: 60 г измельченной коры ивы, 2 ст. л. сок золотого уса, 1 литр воды. Приготовление. Кору залить кипятком, кипятить 10–15 минут, настоять сутки, процедить, добавить сок. Применение. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день до еды.

Требуется: 25 г листьев бессмертника, 1 ст. л. листа золотого уса, 1 л воды. Приготовление. Бессмертник залить водой, кипятить до выкипания до 0,5 л, положить золотой ус. Настоять, процедить. Применение. Принимать в течение дня 4–5 раз небольшими глотками. Доза рассчитана на 1 день.

Требуется: 25 г листьев шалфея, 25 г травы полыни горькой, 1 ч.л. сока золотого уса, 200 г воды. Приготовление. 1 ч. л. смеси залить стаканом кипятка, настоять 1 час. Процедить. Применение. Пить по 3–4 ст. л. 3 раза в день.

## Желчно-каменная болезнь

Характеризуется образованием камней в желчном пузыре или желчных протоках. Этому способствуют нарушения обмена холестерина и солей, инфекции, нарушения оттока желчи из пузыря. Камни могут быть из холестерина, билирубина, солей кальция. Наиболее типичные проявления заболевания – желчная колика и диспепсические явления. При колике появляются боли в правом подреберье, отдающие в правое плечо и лопатку. Боли могут проявиться через 2–3 часа после еды. Приступ сопровождается тошнотой, рвотой. Если приступ связан с движением камня в желчных путях и закупоркой их, возникает выраженная желтуха. Желчно – каменная болезнь может осложниться острым холециститом, холангитом, механической желтухой. Нередко требуется хирургическое вмешательство.

Лечение прежде всего заключается в правильном питании.

Из растительных средств, дополняющих основное лечение, полезно использовать золотой ус.

Требуется: несколько корнеплодов свеклы, 1 ст. л сока золотого уса. Приготовление. Свеклу очистить, порезать и варить длительное время, пока отвар не загустеет и не станет как сироп. Добавить сок золотого уса. Применение. Принимать по 1/5 стакана 3 раза в день до еды. Считается, что от такого сиропа камни в желчном пузыре растворяются постепенно и относительно безболезненно.

Требуется: редька и мед поровну, 1 ст. л. сока золотого уса. Приготовление. Натереть редьку, сок отжать смешать пополам с медом и золотым усом. Применение. Принимать по 1/4 – 1/3 стакана постепенно доведя дозу до 1 стакана в день. Предупреждает образование камней в желчных протоках и почках.

Горец птичий как желчегонное полезен при заболеваниях печени, желтухе и желчнокаменной болезни. Заваривать как обычный чай, добавляя 1 ч. л. сока золотого уса на стакан. Пить 1 раз в день по 150 г.

Требуется: жидкий экстракт кукурузных рыльцев (продается в аптеке), 1 ч. л. сока золотого уса. Приготовление. Смешать экстракт с соком золотого уса. Применение. Принимать по 30–40 капель смеси в 100 мл воды 2–3 раза в день перед едой как желчегонное.

Требуется: трава спорыша, рыльца кукуруза, стручки фасоль, трава грыжника гладкого, трава медвежьего ушка, трава, лист золотого уса –

всего поровну, 1 стакан воды. Приготовление. 15 г смеси растений залить кипящей водой, настоять 1 час, процедить. Применение. Пить в течение дня теплым небольшими глотками.

Требуется: 3 г травы чистотела, 10 г листьев мяты перечной, 10 г травы володушки золотистой, 10 г листьев золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. 1 ст. л сбора залить кипятком, настоять 1 час. Процедить. Применение. Принимать по 1 стакану утром и вечером за час до еды.

## Заболевания десен

Самым частым заболеванием десен является гингивит – воспаление десен, возникает чаще как результат общего заболевания или плохого содержания полости рта. Отложения зубного камня тоже являются причиной гингивита.

Острый процесс характеризуется повышением температуры тела, отечностью слизистой оболочки десен, кровоточивостью их даже при незначительной травме. При хроническом гингивите наблюдается утолщение, разрастание ткани десны, которая как бы наплывает на коронку зуба. Иногда на деснах образуются язвочки. Возникает болезненность, невозможен прием пищи. Появляется дурной запах изо рта. Лимфатические узлы увеличены, болезненны. Отмечается вялость, головная боль.

Лечение. Несколько листьев золотого уса положить в темное прохладное место. Эти листья нужно жевать в течение 9 дней по 1–2 ежедневно. Средство прекрасно помогает при воспалении и кровоточивости десен.

Требуется: 5 г травы шалфея, 5 г измельченной дубовой коры, 1 ч. л. сока золотого уса, 2 стакана воды. Приготовление. Смесь залить холодной водой, довести до кипения, остудить, процедить. Применение. Полоскать рот в течение дня теплым отваром.

Требуется: 1 ст. л. суставчиков золотого уса, 1 стакан кипятка. Приготовление. Суставчики залить холодной водой, кипятить 15 минут. Настоять 3 часа. Процедить. Применение. Отваром полоскать рот.

Развести сухой прополис в смеси воды и сока золотого уса (1:1). Этим раствором следует прополоскать рот, в результате чего исчезнет воспаление. Чтобы избежать возможных осложнений при лечении описанными выше препаратами нужно соблюдать осторожность. Прежде чем начать лечение нужно пожевать немного прополиса. Когда будет достигнут определенный эффект нужно постепенно снижать применение этого средства, но не резко, а очень постепенно. Никогда не превышайте дозу 10 г.

## Запор

Редкое опорожнение толстого кишечника, в результате нарушения его моторной функции. Стул может быть 1 раз в неделю и даже реже. Запоры могут быть симптомом многих заболеваний: опухолей, функциональных нарушений, неврастении, при эндокринных заболеваниях, при неправильном питании.

При отсутствии органического заболевания лечение запоров сводится к назначению правильного пищевого режима, ведению активного образа жизни.

Большую пользу при лечении запоров приносят растительные средства.

Требуется: 2 ст. л. измельченного корня одуванчика, 1 ч.л. листьев золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. Залить смесь стаканом кипятка. Настоять 8 часов. Процедить. Применение. Пить по  $\frac{1}{4}$  стакана 4 раза в день перед едой.

Требуется: 1 часть цветков бузины черной, 1 часть плодов жостера, 1 ч. л. сока золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. Растения смешать, 1 ст. л. измельченного сбора залить стаканом кипятка, кипятить 10 минут. Охладить, процедить. Долить сок золотого уса. Применение утром и вечером выпивать по стакану отвара при запорах.

Требуется: 1 ч. л. льняного семени, 1 ч. л. сока золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. Льняное семя залить кипятком. Настоять 4–5 часов. Добавить сок. Применение. Выпить всю норму вечером перед сном, вместе с семенами.

Требуется: 300 г меда, 150 г сока столетника, 50 г сока золотого уса. Приготовление. Отжать сок из столетника (перед этим растение не поливать 2 недели) и золотого уса, смешать с растопленным медом. Хранить в холодильнике. Применение. Принимать по 1 ст. л. 2 раза утром натощак и на ночь. Запивать водой.



## Изжога

Не является самостоятельным заболеванием, а сопровождает болезни желудочно – кишечного тракта – такие как гастрит, язва. Иногда изжога может быть симптомом заболевания поджелудочной железы. Существует множество средств которые помогают избавиться от неприятного жжения в подложечной области. К самым распространенным относятся сода и минеральная вода. Однако сода наносит вред другим органам, а минеральная вода – средство редкое (натуральное) и довольно дорогое.

Выручает Каллизия душиста.

Требуется: 2 ч. л. травы зверобоя. 2 ч. л. цветов ромашки, 1 ч. л. листьев Каллизии, 1 л кипятка.

Приготовление. Смесь заливают кипятком. Настаивают 3 часа. Процедить.

Применение. Пить по 1 ст. л. при изжоге и болях в желудке. Лечение 7 дней.

Настойку золотого уса принимать по 15–20 капель на 30 г воды 2–3 раза в день при изжоге.

Требуется: 1 часть травы зверобоя, 1 часть травы сушеницы, 1 часть травы золототысячника, 1 лист золотого уса, 1 л воды. Приготовление. Травы смешать, 3 ст. л. сбора залить 1 литром кипятка, настоять. Процедить. Применение. По ½ стакана 4–5 раз в день применять при болях в желудке, вздутии живота, изжоге.

Требуется: трава зверобоя. Трава вахты, трава сушеницы, трава пижмы, измельченные корни валерьяны, измельченные корни горечавки, измельченные корневища аира, измельченная кожура плодов апельсина, золотой ус лист – все поровну, 0,5 л водки. Приготовление. Растительное сырье измельчить, смешать. 40 г сбора настаивать на свету 21 день в ½ л водки. Процедить. Применение. Принимать по 2 ст. л. натошак утром и вечером, ничем не запивая. При повышенной кислотности с изжогой и запорами.

Требуется: 1 ч. листьев вахты, 1 ч. ягод можжевельника, 3 ч. травы золототысячника, трава, 1 ч. листьев золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настаивать 4 часа. Процедить. Применение. Пить по ½ стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

# Инсульт

Это заболевание бывает двух видов:

1. Инсульт геморрагический – кровоизлияние в мозг. Возникает вследствие разрыва артерии при гипертонической болезни, атеросклерозе мозговых сосудов.

Внезапно после физической и эмоциональной нагрузки возникает потеря сознания. Лицо краснеет, появляется рвота. Развивается паралич конечностей. Больной подлежит срочной госпитализации в стационар.

2. инсульт ишемический – чаще развивается у лиц пожилого возраста, страдающих атеросклерозом. Возникает при тромбозе и эмболии мозговых сосудов, при длительном их спазме, при падении сердечной деятельности. Развитие заболевания постепенное. Отмечается период предвестников в виде головокружения, Слабости, онемения конечностей, очаговые симптомы развиваются при сохранении сознания. Также как и при геморрагическом инсульте подлежит госпитализации.

Фитотерапия направлена на предотвращение заболевания во втором случае, или на полноценное восстановление функций организма после выписки из стационара. Считается, что массажи, ванны, а также прием препаратов золотого уса способствуют выздоровлению и восстановлению двигательной активности.

При параличе рекомендуются ванны из смеси отваров корней шиповника и листьев золотого уса. Такие ванны желательно принимать ежедневно. Курс лечения 20–30 дней.

Парализованные конечности 2 раза в день растирают спиртовой настойкой золотого уса. Массаж конечностей проводят смазав руки маслом золотого уса.

Для полного восстановления организма после перенесенного инсульта рекомендуется принимать золотой ус настоянный на кагоре. Требуется: 30 суставчиков золотого уса, 1,5 л кагора. Приготовление. Мелкопорезанные суставчики Каллизии залить вином. Настаивать в теплом месте в течение 10 дней, периодически взбалтывая. Применение. Принимать лекарство по 1 ст. л. за 45 минут до еды 3 раза в день. При отсутствии побочных эффектов препарат можно пить постоянно, до полного излечения. После каждый 10 дней приема следует сделать 5-дневный перерыв.

## Климакс

Климакс обусловлен возрастной гормональной перестройкой женского организма. Процессы обратного развития охватывают нервную систему и эндокринные железы. У большинства женщин климактерический период протекает без выраженных расстройств. Однако нередко его течение осложняется, что выражается в повышенной возбудимости, изменчивости настроения, нарушении сна, головокружениях, повышении АД, вегетативно – сосудистых расстройствах (приливы и др.). У 8 – 10 % женщин климакс протекает болезненно: частые приливы (до 10–20 раз в сутки), внезапное ощущение жара, значительное повышение АД, ожирение, нарушения водно – солевого и других видов обмена, нервно – психические изменения. Климакс и климактерический невроз нередко сопровождаются необильными маточными кровотечениями.

При маточных кровотечениях возникших в период климактерия или других причин, не связанных со злокачественными новообразованиями, что подтверждено обследованием у гинеколога, используют следующий рецепт.

Требуется: 15,0 г листьев золотого уса, 15,0 г измельченных корок зрелых плодов каштана конского, 250–300 г воды. Приготовление. Смесь залить водой, кипятить 10 минут на слабом огне. Процедить. Применение. Делать спринцевания влагалища 2 раза в день.

Требуется: 1 лист золотого уса, 2 ст. л. цветов боярышника пятипестичного, 2 ст. л. травы пустырника сердечного, 1 ст. л. травы шалфея лекарственного, 1 стакан воды. Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком настоять 20–30 минут, процедить. Применение. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Требуется: 1 лист золотого уса, 1 ст. л. соплодий хмеля обыкновенного, 1 ст. л. травы мелиссы лекарственной, 1 ст. л. измельченных плодов шиповника, 0,3 л холодной кипяченой воды. Приготовление. 1 ст. л. смеси залить холодной водой, выдержать на кипящей водяной бане в течение 15 минут, настоять 1 час. Процедить. Применение. Принимать по 50 г 4 раза в день на голодный желудок (за 20 минут до еды или 2 часа после еды).

Требуется: 15 г листьев золотого уса. 15 г травы чистотела большого, 15 г цветов ромашки аптечной, 15 г травы тысячелистника обыкновенного.

3 стакана воды. Приготовление. 3 ч. л. сбора залить кипятком, кипятить 15–20 минут. Процедить. Применение. Принимать по 1 стакану 2–3 раза в день.

Требуется: 30 г измельченной коры крушины ломкой, 20 г плодов фенхеля обыкновенного, 10 г травы полыни горькой, 10 г листьев мяты перечной, 1 стакан воды, 30 г сока золотого уса. Приготовление. 1 ст. л. сбора залить кипятком. Процедить. Добавить сок золотого уса. Применение. Принимать по 1 стакану 2 раза в день (утром и вечером).

Требуется: 3 ст. л. цветов боярышника, 3 ч. л. сока золотого уса, 3 стакана воды. Приготовление. Цветки залить кипятком, довести до кипения, добавить сок золотого уса, настоять 7 часов. Процедить. Применение. Принимать по 1 стакану трижды в день при начинающемся климаксе.

При сильных приливах крови к голове, при наступлении климакса помогает следующая настойка. Требуется: 2 ст. л. сока руты, 2 ст. л. сока золотого уса (все свежесжатое), 12 ст. л. 40 % спирта. Приготовление. Смесь соков залить спиртом, поставить на 10 дней в темное место, после чего процедить, отжать и вновь процедить.

Применение. Принимать 3 раза в день по 10 капель настойки в ложке воды или на кусочке сахара.

Требуется: 1 лист золотого уса, 1 ст. л. измельченного корня валерианы лекарственной, 2 ст. л. травы тысячелистника, 1 ст. л. листьев мяты перечной, 1 стакан воды. Приготовление. 1 ст. л. смеси залить холодной водой, настоять 2–3 часа, довести до кипения, настоять до остывания, процедить. Применение. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Требуется: 1 лист золотого уса, 2 ст. л. цветов аптечной ромашки, 1 ст. л. плодов фенхеля, 1 ст. л. листьев мяты перечной, 1 стакан воды. Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настоять 30 минут, процедить. Применение. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

## Колит острый и хронический

Это воспалительное заболевание слизистой оболочки толстой кишки, чаще встречается у людей среднего и пожилого возраста. КОЛИТ ОСТРЫЙ Заболевание чаще имеет инфекционное происхождение. Возбудителями являются бактерии дизентерии, сальмонеллы, а также его причиной могут стать пищевые отравления, погрешности в питании. При остром колите характерны: боли в животе, часто схваткообразные, ложные позывы на дефекацию, появляется жидкий стул с примесью слизи, иногда и крови. Могут быть признаки общей интоксикации. Возможны осложнения: язвенный колит, перитонит, сепсис. ХРОНИЧЕСКИЙ КОЛИТ – часто встречающееся заболевание пищеварительной системы. Хроническое воспаление толстой кишки может иметь инфекционную, паразитарную природу, быть следствием дисбактериоза, а также неспецифического язвенного колита. Часто хронические колиты имеют несколько причин. Больные жалуются на запоры, боли, вздутие, урчание в толстом кишечнике. При ощупывании определяется болезненность толстой кишки и ее отделов. Обострение болезни бывает связано с нервными переживаниями, погрешностями в питании. Запоры могут чередоваться поносами. Возможны раздражительность, плохой сон, головные боли. Лечение колита сводится прежде всего к соблюдению режима питания. Необходимо соблюдать диету, особенно в период обострения. При этом исключаются продукты, раздражающие кишечник. Назначают болеутоляющие средства. Большое значение в терапии имеют лечебные средства растительного происхождения. Одним из народных средств, которое помогает излечить эту жестокую болезнь, является следующее.

Требуется: 1 ч. л. травы золототысячника, 1 ч. л. травы шалфея, 1 ч. л. цветов ромашки, 1 ч. л. сока золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. Заварить смесь в стакане кипятка, настоять 1 час, процедить, добавить сок золотого уса. Пить каждые 2 часа по 1 ст. л. 7–8 раз в день. Через 1 месяц дозу сократить, а промежутки между приемами лекарств увеличить. Применение. Использовать средство до излечения.

Требуется: 1 часть золотого уса (листья), 1 часть травы полыни, 1 часть травы шалфея, 1 стакан кипятка. Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настоять 2 часа, процедить. Применение. Принимать по 1 ст. л. каждые 2 часа, а вместо чая пить жидкий отвар из риса при колите с

поносом и болях.

Чтобы предотвратить приступы, при хроническом колите рекомендуется пить за 20 минут до каждого приема пищи настой полевой мяты и каллизии, для которого 2 ст. л. мяты и 1 ст. л. золотого уса залить 3 стаканами кипятка, настаивать 30 минут.

Для лечения хронического колита Требуется: 1 часть измельченного корневище лапчатки прямостоячей, 1 часть соплодий ольхи серой, 1 часть корней крапивы жгучей, 1 часть листьев каллизии, 1,5 л воды. Приготовление: 4 ст. л. смеси залить холодной водой, настаивать 8 часов, кипятить 10 минут, процедить. Применение. Пить 0,5 стакана горячего отвара натошак в один прием, затем в течение дня по 1 ст. л. – 3 раза за 1 час до еды. Курс лечения 5 дней.

Требуется: 4 ч. л. льняного семени, 2 ч. л. сока каллизии, 1 л воды. Приготовление. Семя залить водой, кипятить 15 минут, настоять, укутав, 1 час. Добавить сок. Применение. Принимать по 1/4 стакана каждые 2 часа – 6 раз в день, теплым. Принимать 2–3 недели.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть измельченной коры крушины, 1 часть измельченных корней солодки, 1 часть измельченных плодов фенхеля, 2 часть измельченных корней алтея, 2 части семян льна, 1 стакан кипятка. Приготовление. 1 ч. л. смеси залить кипятком. Настоять 6 часов, отжать. Применение. Вечером принимать 200 мл до еды.

Требуется: 30 г цветов ромашки аптечной, 10 г листьев мяты перечной, 5 г фенхель обыкновенный плоды. 5 г измельченных корневищ валерианы лекарственной, 10 г листьев золотого уса. Приготовление. 20 г сбора залить 2 стаканами кипятка, настоять 15–20 минут, процедить. Применение. Принимать по 0,5 стакана 2 раза в день: утром и вечером до еды.

## Люмбаго (прострел)

Причинами люмбаго, которое является одной из форм невралгии, могут быть перенапряжение и переохлаждение позвоночника и мышц в поясничном отделе. Иногда прострел является следствием инфекционных болезней. Ослаблению постоянно или периодически появляющейся боли способствуют как медикаментозные, так и народные противовоспалительные и болеутоляющие средства. Если позволяет состояние, то больной может принимать горячие ванны с отваром золотого уса, после чего можно сделать легкий массаж, используя масло каллизии. К больному месту рекомендуется приложить ошпаренный кипятком лист каллизии или салфетку, смоченную спиртовой настойкой этого растения. Держать 20–30 минут. Смазать маслом каллизии, процедуру делать на ночь. Хорошо помогают сок и плоды лимона – можно с сахаром. Добавлять в чай вместе с 0,5 ч. л. сока золотого уса.

## Метеоризм

Ощущение вздутия, чрезмерное скопление газов в кишечнике называется метеоризмом. В некоторых случаях метеоризм может возникнуть при пониженном всасывании газов кишечной стенкой при их нормальном образовании. Это состояние наблюдается у больных с поражениями тонкого и толстого кишечника, при циррозе печени, при застое крови в печени у больных с сердечной недостаточностью. Метеоризм может усиливаться при употреблении в пищу некоторых продуктов, например гороха, бобов, капусты, молока, углеводов.

При постоянном газообразовании рекомендуется принимать активированный уголь (1 таблетка на 10 кг веса), укропную воду, делать клизмы с ромашковым отваром. При частых приступах метеоризма рекомендуется провести курс лечения отваром золотого уса.

Требуется: 2 ч. л. стеблей и листьев золотого уса (измельчить), 1 л холодной воды. Приготовление. Золотой ус залить холодной кипяченой водой, настаивать 1 час, кипятить 10 минут. Полученный отвар процедить. Применение. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 40 минут до еды. Курс лечения 10 дней.

Помимо настоя золотого уса, можно использовать смесь трав. Требуется: 1 лист золотого уса, цветы ромашки, семена укропа в равных частях, 1 л воды. Приготовление. Травы смешать. 3 ст. л. сбора залить кипятком, дать настояться 2 часа. Процедить. Применение. Пить по 1 ст. л. 3 раза в день за 40 минут до еды.



## Мочекаменная болезнь

Характеризуется образованием камней в мочевыводящих путях. Камни в почках чаще всего встречаются у мужчин, обычно с одной стороны. Болезнь преимущественно поражает людей старше 50 лет. Развитие болезни вызывают нарушение минерального обмена, изменения кислотно-щелочного состояния, характер пищи, воды, недостаток витаминов, особенно А и D, застой мочи в связи с другими урологическим заболеваниями, инфекцией мочевыводящих путей. К типичным проявлениям мочекаменной болезни относятся почечная колика, отхождение камней с мочой. Почечная колика связана с перемещением камня по мочевым путям. Боли при этом возникают в пояснице, носят резкий, жгучий, раздирающий характер, часто отражаются во всей области тела на стороне поражения. Мочеиспускание учащено, болезненно. Боль может сопровождаться тошнотой, рвотой, метеоризмом. Течение мочекаменной болезни разнообразно. Для правильного установления диагноза имеет значение рентгенологическое исследование. По показаниям врача иногда необходима срочная операция. Для профилактики необходимо пить много жидкости, настоев из трав, изгоняющих камни, превращающих их в песок. Очень важны соблюдение диет, лечение основных и сопутствующих инфекций мочевых путей, почек.

Требуется: 3 ч. л. семян моркови  
Приготовление. Семена размолоть в порошок. настаивать 4 часа в 2 стаканах кипятка, процедить. Применение. принимать по 1 г 3 раза в день за 30 минут до еды. Выгоняет камни в песок.

Приложение. Пить по 0,5 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды. Одновременно с приемом камнедробящих средств рекомендуем применять ванны с добавлением настоя каллизии. Продолжительность ванны 15 минут. Перед началом процедуры можно принять один из вышеперечисленных настоев или 1 ст. л. отвара золотого уса. После ванны следует лечь в постель и положить на поясницу шерстяную вещь (шарф, платок): это снимет боли и будет способствовать выведению камней.

Требуется: 2 ст. л. измельченных корней шиповника, 1 ч. л. листьев золотого уса, 250 мл воды. Приготовление. Смесь залить кипятком, кипятить 15 минут. Настоять, процедить. Приложение. Пить 4 раза в день по 0,5 стакана. Принимать неделю и более. Этот отвар дробит камни в желчном пузыре, почечной лоханке на мелкие песчинки. Весной хорошо пить натошак 3 раза в день до еды по стакану березового сока. Он гонит

камни и песок из почек и мочевого пузыря. Одновременно рекомендуем ванны с каллизией для смягчения и обезболивания выхода камней.

Во время почечной колики хорошо помогают ванны из смеси лекарственных трав.

Требуется: 10 г кукурузных рылец, 5 г травы грыжника голого, 10 г стручков фасоли, 10 г травы спорыша, 10 г листьев толокнянки, 10 г листьев золотого уса, 0,5 л кипятка. Приготовление. Заварить 2 ст. л. смеси кипятком. Томить 30 минут. Процедить. Применение. Пить по 150 мл теплым 2 раза в день. Курс лечения – 2 недели. Настой способствует выведению песка из почек.

Требуется: 10 г травы полыни обыкновенной, 15 г листьев толокнянки, 10 г травы хвоща полевого, 15 г семян моркови, 10 г плодов укропа, 10 г листьев каллизии, 0,5 л воды. Приготовление. 2 ст. л. смеси залить водой, настаивать в теплой духовке 12 часов. Кипятить 5 минут, процедить. Применение. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день через 1 час после еды при почечнокаменной болезни.

При почечнокаменной болезни Требуется: 15 г цветков бессмертника, 10 г измельченного корня ревеня, 25 г травы тысячелистника, 10 г листьев золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. 1 ст. л. смеси залить стаканом кипятка. Настаивать 1 час, процедить. Применение. Принимать по 0,5 стакана 2 раза в день за 30 минут до еды.

При камнях в почках, мочеточниках и в мочевом пузыре Требуется: 10 г цветков пижмы, 10 г травы хвоща полевого, 20 г травы репешка, 20 г листьев брусники, 20 г измельченных корневищ аира, 20 г измельченных корневищ пырея, 1 ч. л. сока золотого уса, 2 стакана воды. Приготовление. 2 ст. л. смеси залить кипятком, настаивать 1–1,5 часа, процедить. Применение. Принимать утром за завтраком и вечером по 0,5 стакана.

Камни в почках, мочеточниках и мочевом пузыре Требуется: 25 г плодов шиповника, 1 ч. л. листьев золотого уса, 25 г измельченного корня стальника, 25 г травы адониса, 25 г плодов можжевельника, 2 стакана воды. Приготовление. 0,5 ст. л. смеси залить кипятком, настаивать 1 час. Процедить. Применение. Принимать по 2 стакана 4 раза в день.

Требуется: 20 г цветов ромашки, 20 г цветов липы, 200 г овсяной соломы, 1/4 листьев золотого уса, 50 г листьев мальвы, 1 л. воды. Приготовление. Все травы смешать, залить кипятком. Дать настояться 40 минут, процедить. Применение. Применение. Весь настой вылить в ванну с температурой 38–39 С, которую следует принимать 15–20 минут.

Требуется: 100 г веток березы, 10 г листьев манжетки, 20 г листьев малины, 10 г травы сушеницы, 1 ст. л. листа золотого уса. Приготовление.

Заварить смесь для ванн в том количестве, которое приведена выше, 5 л кипятка. Укутать на 1 час, процедить, вылить в ванну, уровень воды в которой должен быть немного выше пояса. Применение. Процедуру принимать не более 20 минут.

Употребление отваров во время межприступного периода обычно вызывает боли, могут появиться приступы почечной колики, во время которых отходят песок и камни. Прием отваров трав лучше всего начать в период обострения болезни, так как уже в первые дни после начала приема травяных отваров улучшается общее состояние.

## **Невралгия (тройничного нерва)**

Это поражения периферических нервов, обусловленные охлаждением, инфекцией, травмой, интоксикацией, аллергией, нарушением обмена веществ. Характеризуются болями и нарушениями чувствительности в зонах поражения соответствующего нерва.

## Невралгия

Возникает при заболевании зубов и придаточных пазух носа. Болезнь проявляется приступами боли в лице, чаще при разговоре и еде. Провоцируют боли простуда и охлаждение.

Неврит лицевого нерва возникает после переохлаждения и инфекционных заболеваний. Развивается паралич мышц лица, больной не может наморщить лоб, зажмурить глаза, рот перекошен. Неврит лицевого нерва обычно развивается при травмах, после длительного наркоза. При этом выражена слабость разгибания предплечья, кисти, постепенно появляются уменьшение мышечной массы, расстройство чувствительности. Кисть свисает, пальцы полусогнуты, Неврит локтевого нерва чаще возникает при артрите или имеет травматический характер. Нарушается сгибание руки в локтевом суставе, снижается чувствительность пальцев. Неврит бедренного нерва бывает при воспалительных и опухолевых заболеваниях органов малого таза, при травме. Появляются боли по поверхности бедра, затруднено сгибание бедра, разгибание голени. Мышцы передней части бедра уменьшаются в объеме. Неврит седалищного нерва (ишиас): причины его возникновения общие для других невритов, а также определенную роль играет остеохондроз. Появляются боли в ягодичной области, на задней поверхности бедер и голени, болезненно. Невралгия межреберная чаще бывает результатом инфекционного поражения, возникают опоясывающие боли в грудной клетке. Боли возникают при кашле, чиханье. Заболевание может быть признаком поражения внутренних органов, позвоночника. При невралгии и невритах показана фитотерапия. При невралгии тройничного нерва лист золотого уса ошпаривают кипятком и прибинтовывают к больному месту, сверху закрывают шерстяным шарфом. Каждые 30 минут листья меняют.

Острые боли, вызванные невритом седалищного нерва (ишасом), можно снять, приготовив смесь из цветов ромашки и листьев золотого уса (2: 1). Смесью набивают маленькие подушечки (по размеру больного места) смачивают горячей водой и прикладывают теплыми к больным местам. Требуется: 1 часть клопогона даурского (измельченное корневище с корнями), 5 частей 70°-ного спирта, настойка золотого уса  
Приготовление. Клопогон настаивать 7 дней в спирте, добавить 50 г воды.  
Применение. 20 капель клопогона (настойки), 10 капель настойки золотого

уса пить 3 раза в день при невралгиях.

Требуется: 1 ст. л. травы тысячелистника, 1 ч. л. сока золотого уса, 1 стакан кипятка. Приготовление. Тысячелистник залить кипятком, настоять 1 час, процедить, добавить сок золотого уса. Применение. Принимать по 1 ст. л. 3–4 раза в день при невралгии и невритах.

Требуется: 1 ч. л. измельченного корневища горца земноводного, 1 ч. л. листьев золотого уса, 2 стакана воды. Приготовление. Сбор залить холодной водой, варить 10 минут, настоять 2 часа, процедить. Применение. Пить по 1/4 стакана 3 раза в день до еды. Применять при неврите и невралгии.

Во время невралгического приступа вместе с приемом отваров и настоек очень помогает следующий рецепт. Сварить крутое яйцо, разрезать пополам и обе половинки приложить к тому месту, где боль ощущается сильнее всего. Когда яйцо остынет, то и боль исчезает, и невралгия долгое время не будет беспокоить больного.

## Облысение

Облысение может быть полным и очаговым (отсутствие волос на ограниченных участках). По происхождению и особенностям проявления выделяют несколько разновидностей облысения. Если облысение не сопровождается какое-либо тяжелое общее заболевание, то в начальной стадии, когда волосы только начинают выпадать, хороший эффект дает фитотерапия.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть измельченных корней аира, 1 часть измельченных корней лопуха, 1 часть шишек хмеля, 1 л. воды. Приготовление. Настой отварить, остудить, процедить. Применение. Мыть голову полученным отваром 3 раза в неделю.

Требуется: 20 г измельченного корня лопуха, 10 г цветков ноготков, 15 г шишек хмеля, 1 л воды. 4 ч. л. сока золотого уса. Приготовление. Смесь растений залить кипятком, настоять 40 минут, процедить, добавить сок золотого уса. Применение. Мыть голову 2 раза в неделю полученным раствором.

Требуется: 2 ст. л. меда, 5 ч. л. сока золотого уса, 1 л воды. Приготовление. В теплую кипяченую воду добавить мед и сок золотого уса. Применение. После мытья ополаскивать голову полученной смесью, легко втирая в кожу.

Требуется: 1 ст. л. коньяка, 4 ст. л. лукового сока, 4 ст. л. сока золотого уса, 6 ст. л. отвара корня лопуха. Приготовление. Смешать ингредиенты. Применение. Втирать в корни волос 2 раза в неделю. Через 1 час смыть.

Требуется: 3 ст. л. измельченных корней аира, 1 ст. л. листьев золотого уса, 0,5 л столового или яблочного (6 %-ного) уксуса. Приготовление. Залить уксусом сбор, настоять 2 часа, довести до кипения, процедить. Применение. Ополаскивать волосы после мытья 1 раз в неделю.

## Ожирение

Это избыточное накопление жира в организме. Может наблюдаться у практически здоровых людей при малоподвижном образе жизни, избыточном питании (особенно употреблении сладостей и жиров). Однако чаще в развитии ожирения играет нарушение обмена веществ в связи с расстройствами роли деятельности желез внутренней секреции. Не исключается роль ЦНС. Чаще всего ожирением страдают женщины в возрасте старше 40 лет. А в 60 лет ожирением в той или иной степени страдают около 80 % всех женщин. Умеренное ожирение не вызывает какихлибо жалоб. На той или иной стадии болезни появляются слабость, одышка при движении. Аппетит чаще повышен. Характерны метеоризм, склонность к запорам. Ожирение часто протекает с повышением артериального давления. Нередко ему сопутствуют подагра и остеохондроз. Ожирение – один из факторов развития атеросклероза.

Для лечения важно соблюдение диеты (без углеводов и жиров). Надо питаться дробно с уменьшением количества употребляемой пищи. При этом необходима физическая нагрузка. Наряду с диетой и другими назначениями врача можно использовать фитотерапию, которая помогает избавиться от причин возникновения ожирения.

### **При ожирении неэндокринной природы**

Требуется: 3 части травы пустырника, 3 части травы сушеницы, 2 части травы багульника, 1 часть хвоща полевого, трава, 1 часть измельченной коры крушины, 500 мл воды, 1 ст. л. сока золотого уса  
Приготовление. 2 ст. л. измельченной смеси залить 500 мл крутого кипятка. Кипятить 10 минут. Настоять 30 минут. Процедить. Добавить сок золотого уса  
Применение. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день перед едой. Применять при ожирении.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть плодов боярышника, 1 часть измельченного корня девясила, 1 часть ягоды калины, 1 стакан воды.  
Приготовление. 1 ст. л. смеси залить стаканом холодной воды, кипятить 10–15 минут  
Применение. Пить по 1–2 ст. л. 4–5 раз в день до еды.

Требуется: 1 часть ягод можжевельника, 1 часть почек березы, 1 часть измельченного корня одуванчика, 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 стакан кипятка.  
Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, варить 10 минут, процедить.  
Применение. Весь полученный отвар выпить в течение дня.



Средство можно использовать 2 раза в неделю при отсутствии заболеваний почек.

Требуется: 15 г коры крушины ломкой, 10 г травы тысячелистника обыкновенного, 5 г плодов можжевельника, 2 ст. л. листьев золотого уса, 0,5 воды. Приготовление. 2 ст. л. сбора залить кипятком, кипятить 20 минут, процедить. Применение. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день перед едой.

Требуется: 25 г рылец кукурузы, 15 г измельченной коры крушины ломкой, 15 г корней цикория обыкновенного, 10 г измельченных корней одуванчика, 5 г листьев мяты перечной, 5 г семян петрушки огородной, 5 г плодов фенхеля обыкновенного, 1 ч. л. листьев золотого уса, 500 мл воды. Приготовление. 2 ст. л. смеси залить кипятком. Кипятить 20–25 минут. Процедить. Применение. Принимать по 0,5 стакана 4 раза в день.

## Онкологические заболевания

Опухоль – это патологическое разрастание ткани. Среди опухолей у мужчин на 1-м месте стоит рак легких, у женщин рак молочной железы. Онкологическое заболевание – это длительный процесс, развивающийся в организме десятки лет. Человек многие годы не считает себя больным в связи с полным отсутствием какихлибо признаков недуга. Клиническая картина становится ясной лишь в финальной стадии. Активность опухолевого процесса зависит от многих причин и в первую очередь от состояния биологической защиты организма. Сейчас считают, что в каждом конкретном случае развитию опухоли предшествует сочетание многих факторов: генетического, экологического, вирусного характера. Есть опухоли, которые передаются по наследству и не связаны с воздействием внешней среды. Но до сих пор наиболее эффективным методом лечения считается классическое лечение в условиях онкологического стационара с применением хирургии, лучевой и химиотерапии.

Лекарственные растения приносят облегчение при злокачественных опухолях, снимая воспаление. Опухоль при этом может уменьшиться в размерах, исчезают боли, диспепсические явления, тошнота, нормализуется стул. Возвращается аппетит, улучшается общее состояние. Но злокачественные клетки обычно остаются. Через некоторое время опухоль может снова начать расти, симптомы вернуться. Однако не следует лишать больного надежды на излечение, особенно если онкологи считают невозможным радикальное лечение. Хотя от многих видов рака фитотерапевты вылечить не могут, но облегчить страдания и продлить жизнь им под силу. Лекарственные травы могут быть особенно полезны во время химиотерапии. Растения могут применяться также в качестве поддерживающего лечения между курсами основной терапии для профилактики метастазирования. Очень важен индивидуальный подбор растений. Фитотерапию необходимо проводить длительно несколько лет, даже при устранении основного опухолевого очага, непрерывно, поэтому важна смена растений каждые 1–2 месяца. Необходимо учитывать, что растительные препараты по эффективности значительно уступают современным медикаментозным средствам и лучевому воздействию, поэтому ни в коей мере не могут заменить их (тем более хирургическое вмешательство). Однако небольшая токсичность комплексных

растительных средств или отсутствие таковой позволяют принимать их длительно с учетом описанных выше принципов.

В течение всего курса лучевой или химиотерапии можно использовать рецепт:

Требуется: 50 г цветов ромашки аптечной, 50 г листьев подорожника большого, 50 г листьев мяты перечной, 25 г травы тысячелистника, 25 г травы зверобоя, 5 ч. л. сока золотого уса, 0,5 л кипятка. Приготовление. 1 ст. л. смеси залить кипятком, настоять 1 час, процедить, добавить сок золотого уса. Применение. Пить по 50 г каждый час в течение 3 дней. Затем по 100 г 4 раза в день за 15 минут до еды и перед сном.

При опухолях могут быть полезны следующие средства. Требуется: 120 г сока моркови, 70 г сока шпината, 10 г сока золотого уса. Приготовление. Сок должен быть только отжатым. Смешать все компоненты. Применение. Пить по 0,5 стакана 2 раза в день.

Требуется: 6 г измельченных корней и травы одуванчика, 1 ч. л. сока золотого уса, 1 стаканом воды. Приготовление. Измельченное сырье залить кипятком, кипятить 1 минуту. Настаивать 30 минут. Добавить сок золотого уса. Применение. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.

Требуется: 10 г свежей травы чистотела, 10 г сока золотого уса, 1 стакан кипятка. Приготовление. Чистотел залить кипятком, выдержать на водяной бане 15 минут, остудить. Процедить. Восполнить потерянный объем до 200 г, добавить сок золотого уса. Применение. Принимать за 15 минут до еды по 50 г жидкости 2–3 раза в день. Хранить в холодильнике не более 2 суток.

При лейкозе советуют настаивать растение золотого уса на меду с кагором. Требуется: 1 часть измельченных листьев золотого уса, 1 часть гречишного меда, 1 ст. л. цветов конского каштана, 1 л кипятка, 2 л кагора. Приготовление. Золотой ус смешать с гречишным медом, залить кагором. Настаивать 40 дней в темном месте (первые 10 дней перемешивать). Цветы каштана залить кипятком, довести до кипения, остудить, процедить. Применение. Принимать по 10 капель настоя на кагоре, разбавляя его 30 мл воды, 3 раза в день за 40 минут до еды. Запивать 100 г отвара цветов конского каштана. Использовать на фоне медикаментозной терапии.

В народной медицине есть множество средств для профилактики и лечения рака. Это медицинские препараты, чаи, противораковый масляный бальзам и препараты из чистотела, болиголова, и многие другие средства. В последние годы в нетрадиционной медицине для лечения рака стали использовать препараты золотого уса. Известно много случаев, когда это средство оказывалось эффективным при лечении опухолей женских

органов, желудочно-кишечного тракта, кожных, а также злокачественных новообразований других органов. Целый ряд известных народных целителей занимается изучением, сбором сведений и применением на практике уникального растения: золотой ус. Множество положительных результатов дает право предложить этот метод читателю.

## Противораковый масляный бальзам

В рецепт входит: 2 компонента: льняное масло и спиртовая вытяжка золотого уса. Это аналог известного средства Шевченко, с той только разницей, что вместо водки используется настойка усов каллизии на 70 %-ном спирте. Требуется: 10–15 суставчиков каллизии, 1 л спирта 70 %-ного. Приготовление. Измельчить суставчики, залить спиртом, настаивать 14 дней в темном месте, ежедневно взбалтывать. Применение. Использовать в составе масляного бальзама.

Требуется: 40 мл льняного масла (исключительно натурального), 30 мл спиртовой вытяжки каллизии (золотого уса). Приготовление. Налить в баночку из-под детского питания льняное масло и 30 мл спиртовой вытяжки золотого уса. Применение. Плотно закрыть баночку крышкой, сильно потрясти 7 минут и тут же залпом выпить. Медлить нельзя, так как произойдет разделение смеси, что недопустимо! Принимать такое лекарство надо трижды в день. До приема ничего не есть 2 часа. Принимать за 20 минут до еды. Ни в коем случае лекарство ничем не заедать и не запивать. Не позднее получаса после приема лекарства надо что-нибудь съесть. Пить можно только после еды, спустя 30 минут. Бальзам лучше принимать через равные промежутки времени. Пить 10 дней подряд. Потом сделать перерыв – 5 дней и снова принимать 10 дней. И снова 5 дней перерыва. После третьей десятидневки приема сделать перерыв 10 дней. Это первый цикл, за ним следует второй, третий и так хоть год, хоть два до полного излечения. Внимание! Важна точная дозировка компонентов лекарства: ровно 40 мл и 30 мл. Отмерять следует не «на глазок» и не ложками, а точной меркой. Ошибка в дозировке может иметь неприятные последствия. Практический опыт лечения масляным бальзамом показывает, что за 1,5–2 месяца уменьшаются в размерах первичные опухоли. Более серьезные случаи требуют большего срока лечения: до 6–7 месяцев. Уже через 1–1,5 месяца использования бальзама проходят мучительные боли, появляется аппетит, налаживаются питание и стул, еще раньше прекращаются внутренние кровотечения, затягиваются свищи и язвы. Что касается свищей, то можно наложить прямо на рану марлевую салфетку, смоченную в бальзаме. Прямой контакт этого средства с опухолью ускоряет выздоровление. Лекарство нормализует работу сердца, улучшает состояние кровеносных сосудов, суставов и водно-солевой обмен. Были случаи излечения язвы желудка, полиартритов,

исчезли «шишки» с суставов. Если начали прием этого лекарства, то уже нельзя отступать. В противном случае вы резко подстегнете болезнь, так как раковые клетки гибнут, начиная с третьего дня лечения. На 2 – 3-й день лечения могут появиться или усилиться боли, не пугайтесь и продолжайте лечение! Через несколько дней боли исчезнут или значительно уменьшатся. Могут появиться отеки конечностей, лица, задержки мочеиспускания. Это особенно часто происходит при больных почках. Поэтому не рекомендуется, во-первых, применять данный рецепт онкологическим больным с этими сопутствующими заболеваниями и, во-вторых, необходимо использовать при изготовлении бальзама только льняное масло – натуральное масло, которое дает меньше побочных эффектов. Во всех остальных случаях, если не было передозировки, через несколько дней отеки сойдут и все наладится. В начале лечения может усилиться слабость, а также может быть жидкий стул и «выворачивающая» рвота. Этого не следует бояться. Это происходит потому, что печень и почки не справляются с выведением вредных веществ из организма. Поэтому если рвоты не очень ослабляют больного, то это не только не страшно, но и полезно, так как очищается толстый кишечник – главный поставщик ядов в кровь. Если вы прошли курс химиотерапии, лучевой терапии или лечения сильнодействующими травами (болиголов, аконитом), то прежде чем начать лечение данным средством, необходимо перерыв минимум в месяц.

## Остеохондроз

Возникает при нарушении структуры межпозвоночных дисков и суставов, связочного аппарата и тел смежных позвонков. Чаще поражаются шейный и поясничный отделы позвоночника, но может быть и распространенный остеохондроз (всего позвоночника). Заболевают чаще мужчины в возрасте 40–60 лет. При заболевании возникают тупые боли и скованность в соответствующем участке позвоночника, быстрая утомляемость мышц спины, при шейном остеохондрозе – резкие боли в шее, отдающие в затылок и руки, при грудном – боли, опоясывающие грудную клетку. Хрящевой и связочный аппарат постепенно теряют гибкость, теряется упругость межпозвоночного диска, начинается разрушение кости.

Причины – мышечное перенапряжение, переохлаждение, инфекционные заболевания, врожденные заболевания позвоночника, травмирование дисков (межпозвоночных).

Требуется: 40 колен золотого уса, 0,5 л водки. Приготовление: нарезать 40 междоузлий (колен) и залить 0,5 л водки. Настаивать 20 дней в темном месте, периодически взбалтывая. Применение: наружно применять для растираний и компрессов, внутрь принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 1 ч до еды. Можно использовать спиртовую вытяжку. Требуется: 1 побег золотого уса, 1 л водки. Приготовление: измельчить зрелый горизонтальный побег, залить 1 л водки. Настаивать 3 дня в темном месте и процедить. Применение: вытяжку применять для растирания пораженных суставов.

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

## Панкреатит

Это воспаление поджелудочной железы. Различают острый и хронический панкреатит. Панкреатит хронический иногда является последствием острого процесса. Но чаще возникает в виде соответствующего заболевания при поражениях желудка, лечении желчного пузыря, что особенно характерно для людей старше 50 лет. Характерны боли в верхней половине живота, диспепсические расстройства (отсутствие аппетита, ощущение тяжести, вздутие живота, метеоризм). Больные худеют. Может развиваться вторичный диабет. Показаны витамины С, группы В, соблюдение диеты. Основное лечение назначает врач. Золотой ус является лучшим растением для лечения панкреатита. Он также хорошо стимулирует иммунную систему. В результате оздоровления организма проходят боли, восстанавливается функция поджелудочной железы, селезенки и других органов ЖКТ.

Средство по восстановлению функций поджелудочной железы. Требуется: 1 лист золотого уса (не менее 20 см), 0,7 л кипятка. Приготовление. Лист измельчить, залить кипятком, кипятить 3–5 минут на слабом огне, настоять сутки.

Применение. Принимать отвар в теплом виде 3–4 раза в день за 40 минут до еды по 50–70 мл в зависимости от веса больного.

Требуется: золотой ус, листья – 1 часть; солодка голая, корень – 1 часть; лен обыкновенный, семя – 1 часть; липа сердцевидная, цветки – 1 часть. Приготовление: 1 ст. л. смеси и 0,2 л кипятка используют для приготовления отвара. Применение: принимают по 1–2 ст. л. 3–4 раза в день.

Требуется: золотой ус, корень – 1 часть; лопух большой, корень – 1 часть; полынь горькая, трава – 1 часть; девясил высокий, корень – 1 часть; ромашка аптечная, цветки – 2 части; календула лекарственная, цветки – 1 часть; зверобой продырявленный, трава – 1 часть; сушеница болотная, трава – 1 часть; хвощ полевой, трава – 1 часть; череда трехраздельная, трава – 1 часть; шалфей лекарственный, трава – 2 части. Приготовление: 1 ст. л. смеси и 0,2 л воды используют для приготовления отвара. Применение: принимают по 1/3 стакана три раза в день за 30 мин до еды.



## Пиелонефрит

Воспалительное заболевание поражает чашечно-лоханочную систему почек, связано с инфекцией мочевыводящих путей. Пиелонефрит обычно имеет двусторонний характер и протекает остро или хронически. Острый пиелонефрит сочетает признаки острой инфекции и поражения мочевыводящих путей. Часто возникает на фоне других урологических заболеваний, сахарного диабета. Заболевание начинается с озноба, температуры, болей в поясничной области, учащенного болезненного мочеиспускания и сопровождается человека всю жизнь. В моче много разнообразных бактерий, появляется гной. Лечение этого заболевания может проводить только врач. Хронический пиелонефрит часто является следствием недолеченного острого. Нередко болезнь возникает еще в детском возрасте. При хроническом заболевании протекает часто без острых явлений. Нередко единственным признаком является необъяснимая лихорадка. Одним из симптомов заболевания является появление бактерий в моче. Хронический нефрит (как и острый) ведет к осложнениям, в частности почечной недостаточности. При этом появляются бледность и сухость кожных покровов, тошнота, рвота, носовые кровотечения. Больные худеют, нарастает анемия.

Отвар готовится, как и при панкреатите. Лист золотого уса 20 см (если меньше, то 2) залить 0,7 л кипятка, прокипятить, настоять 24 часа. Принимать 3–4 раза до еды за 40 минут, по 50–70 мл. Принимать до 20 дней, затем 5 дней перерыв, далее лечение можно повторять.

Требуется: трава грыжника 30–50 г, сок золотого уса 4 ч. л., 1 л кипятка. Приготовление. Измельченную траву залить 1 л кипящей воды. Отварить 5 – 10 минут, настоять, процедить. Добавить сок золотого уса. Применение. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день как мочегонное при всех видах болезни почек.

Требуется: 30 г фиалки душистой (все растение), 40 г побегов золотого уса, 1 л воды. Приготовление. Растение измельчить, смешать. Залить холодной водой. Отварить 10–15 минут. Настоять 3 часа. Процедить. Применение. Применяется как мочегонное, очищающее лоханки почек средство по 0,5 стакана 4–6 раз в день до еды.

Требуется: 1 ст. л. цветков вереска, 2 ч. л. сока золотого уса, 0,5 л кипятка. Приготовление. Вереск залить кипятком, настаивать ночь, процедить, добавить золотой ус. Применение. Пить по 100 г 3 раза в день

до еды.

## Плеврит

Это воспаление плевры (оболочки легких) с образованием плотного налета на ее поверхности или появление жидкости в ее полости. Является осложнением многих болезней, но в определенный период может маскировать основное заболевание. Причиной плевритов чаще всего служат инфекции, но заболевания иногда развивается и по другим причинам. Симптомы и течение определяются характером воспаления плевры, нарушением работы соседних органов. Плевриты могут протекать с накоплением жидкости и без нее. По характеру жидкости можно уточнить причину болезни и соответственно подобрать лечение. Основным симптом плеврита – боль в боку, усиливающаяся при вдохе, кашле. Болевые ощущения уменьшаются в положении на пораженном боку. Температура тела слегка повышена, появляются озноб, ночной обильный пот, слабость. Может возникнуть сухой мучительный кашель. По мере накопления жидкости в плевре боль в боку исчезает, нарастает одышка, появляется тяжесть в грудной клетке. При большом скоплении жидкости смещаются близлежащие органы, уменьшается глубина дыхания, оно учащается. Развиваются всякие нарушения в работе сердечно-сосудистой системы, образуются спайки в плевральной области, появляется выраженная дыхательная недостаточность. Для лечения дыхательной системы также можно использовать золотой ус: он повышает иммунитет, снимает отеки, улучшает работу легочной артерии, помогает бороться организму с болезненной микрофлорой.

Требуется: 5 г листьев мать-и-мачехи, 5 г цветков черной бузины, 5 г травы спорыша, 2 ч. л. сока золотого уса, 1 стакан кипятка. Приготовление. Сбор залить кипятком, настоять 1 час, процедить, добавить сок золотого уса. Применение. Пить 3 раза в день в течение 7 – 10 дней по 0,5 стакана.

Требуется: 1 часть листьев золотого уса, 1 часть травы хвоща полевого, 1 стакан кипятка. Приготовление. 2 ст. л. смеси залить кипятком, настоять, процедить. Применение. Пить в течение дня через 2 часа по 30–40 г.

## **Пневмония (воспаление легочной ткани)**

В зависимости от особенности заболевания может быть: 1) крупозной – поражение доли или целого легкого и вовлечение в процесс плевры. Болезнь развивается остро и вызывается обычно пневмококком. Сейчас встречается реже других форм; 2) очаговой – воспаление легких с поражением небольшого их участка. Заболевание развивается у ослабленных лиц, страдающих другими заболеваниями. Нередко причиной является заболевание дыхательных путей с распространением инфекции на легочную ткань (бронхопневмония). Причиной заболевания являются различные микроорганизмы; 3) хронической – характеризуется воспалительными изменениями преимущественно в соединительной ткани легких. Сопровождается поражением кровеносных лимфатических сосудов. Часто возникает после пневмонии, бронхитов. Симптомы и течение пневмоний зависят от вызвавшей причины, характера течения, а также осложнений. В начале заболевания возникает интоксикация организма, появляются общая слабость, недомогание, озноб, повышение температуры, головные и мышечные боли, повышенная потливость, одышка при физической нагрузке, сердцебиение. Больные начинают кашлять, при этом выделяется обильная мокрота. В области поражения выслушиваются хрипы. Очаговые пневмонии, как правило, протекают в легкой и среднетяжелой форме. При пневмонии встречаются осложнения: экссудативный плеврит, абсцесс легких, реже коллапс, сердечная недостаточность, нефрит, поражение печени. Хорошими средствами фитотерапии, помимо основного лечения, считаются следующие.

Требуется: 2 ст. л. почек тополя, 2 ст. л. листьев будры, 1 ст. л. цветов бузины черной, 4 ч. л. сока золотого уса, 3 стакана кипятка. Приготовление. Смесь запарить кипятком на ночь, утром процедить, добавить золотой ус. Применение. Выпить в 5 приемов за день весь полученный настой.

Требуется: 1 ст. л. листьев будры, 1 ст. л. травы копытня, 1 ст. л. травы репешка, 4 ч. л. сока золотого уса, 3 стакана кипятка. Приготовление. 3 ст. л. смеси залить кипятком. Настаивать ночь. Процедить. Добавить сок золотого уса. Применение. Выпить в 5 приемов за день. Это хорошее отхаркивающее средство.

Требуется: 2 ст. л. листьев мать-и-мачехи, 1 ст. л. березовых листьев, 2 ст. л. цветов ромашки аптечной, 2 ст. л. травы багульника, 1 ст. л. травы

душицы, 3 ст. л. сока золотого уса, 500 мл кипятка. Приготовление. Все измельчить, смешать, 2 ст. л. смеси залить кипятком, кипятить 10 минут, настоять в тепле 30 минут, процедить, добавить золотой ус (сок). Применение. Пить по 1/3 стакана 5–6 раз в день. Применяется при хронических пневмониях.

Требуется: 2 ст. л. измельченного корня алтея, 2 ст. л. измельченного корня солодки, 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 ст. л. плодов фенхеля, 2 стакана воды. Приготовление. 1 ч. л. смеси залить 2 ст. теплой воды, настоять 3 часа. Процедить. Применение. Принимать по 50 мл через 3 часа в теплом виде при пневмонии с температурой и сухом кашле.

## Подагра

Это отложение солей мочевой кислоты в суставах и других тканях. При подагре повышается уровень этого вещества в крови. Заболевание обычно поражает людей среднего возраста, чаще мужчин. Подагрические проявления часто поражают суставы нижних конечностей: пальца большого стопы, голеностопные, коленные, реже поражаются суставы кистей и локтей. Подагра часто проявляется ночными болями. Боль сильная, движения в таком случае становятся невозможными, кожа сустава краснеет и становится горячей. Развитие подагры провоцирует обильное употребление мяса, алкоголя, мочегонных средств и др. У 20 % больных подагрой возникает мочекаменная болезнь.

Требуется: 20 г корней лопуха (измельченных), 1 стакан воды, 2 ст. л. сока золотого уса. Приготовление. Корни залить водой и кипятить на слабом огне 10 минут, настаивать 40 минут, процедить. Разделить на две части: в 2/3 объема (для приема внутрь) добавить 10 капель сока золотого уса, вторую часть 1/3 объема использовать для компресса. Смочить в отваре ткань или марлю. Применение. Тканью обернуть больное место (коленный или другие суставы) в 4–6 слоев, наложить сверху компрессную бумагу (промасленную растительным маслом), укутать шерстью на ночь. Оставшиеся 2/3 отвара с соком принимать по 1 ст. л. Это повышает эффект процедур. Также можно делать компресс на косточку на ногах. При этом рекомендуется использовать хлопчатобумажные носки (надевать по три, сверху закрепить компрессную бумагу и надеть шерстяные носки).

Требуется: 3 ч. л. мелко порезанного корня горечавки заливают 0,6 л сырой воды. Приготовление: варят в течение 7 – 10 мин, остужают и добавляют сок золотого уса – 4 ст. л. Применение: весь этот отвар выпивается в течение дня. Пьют (по 3 стакана в день) паровой отвар цветов бузины в соотношении примерно 20 г на 1 л воды. При этом рекомендуют лежать в постели и три раза в день принимать по 20 капель сока золотого уса.

В народной медицине используется паровой отвар из побегов туи и корней золотого уса. Требуется: 20 г отвара на 1 л воды. Применение: принимать 3 раза в день по 1/2 стакана.

Требуется: корней лопуха – 25,0 г; корней золотого уса – 20,0 г; корневищ пырея – 10,0 г; травы череды – 20,0 г; травы трехцветной фиалки – 30,0 г и вероники лекарственной – 20,0 г. Приготовление: берут 40,0 г

этой смеси на 1 л воды и кипятят на слабом огне 15 мин. Применение: пьют по 1/2 стакана 2 раза в день, причем первый раз натощак. Приготовление: 1 ст. л. вереска настаивать ночь в 0,5 л кипятка, утром процедить и добавить сок золотого уса – 2 ст. л. Применение: принимать по 100 г 3 раза в день до еды.

## Радикулит

Это поражение корешков спинно-мозговых нервов. Основные признаки – сильные боли по ходу нервных корешков. Лечение радикулита должен назначать врач. Нетрадиционная медицина предлагает много способов снятия болей. Один из них – воспользоваться золотым усом. Для лечения радикулита в виде растираний используют настойку золотого уса на спирте. Она не только снимает боль, но при регулярном использовании за 2–3 недели помогает избавиться от недуга. При лечении радикулита можно использовать мазь, изготовленную следующим образом.

Требуется: 3 стакана меда, 3 стакана любого растительного масла, 2 ст. л. настойки золотого уса. Приготовление. Компоненты перемешать, выдержать 5 дней. Применение. Марлевую салфетку покрыть слоем мази, положить на больное место и прибинтовать. Продолжительность процедуры 30 минут. Мазь снять тампоном. Продолжительность курса лечения – 5 дней, при необходимости повторить его через 3 дня.

Еще один способ.

Требуется: ржаная мука 1 стакан, вода по необходимости, 20 капель сока золотого уса. Приготовление. Замесить тесто без дрожжей (подержать его в теплом месте). Когда тесто станет кислым, сложить тряпочку или марлю вчетверо, положить на поясницу, выложить тесто в 1–2 см толщиной. Процедуру следует делать ежедневно на ночь. Достаточно 10 процедур. Радикулит отступает.



# Туберкулез

Это инфекционное заболевание, развивающееся в результате заражения туберкулезной палочкой. Источником болезни может быть больной человек, а «входными воротами» инфекции служат дыхательные пути. Может также передаваться через молочные продукты, если животное заражено туберкулезной палочкой. Существуют различные методы выявления туберкулеза. Очень важно как можно раньше выявить заболевание, так как на ранних стадиях излечение возможно у большинства больных. Туберкулез – это заболевание всех возрастных групп. Первыми и наиболее частыми признаками являются симптомы туберкулезной интоксикации организма (раздражительность, повышенная утомляемость, нарушение сна и аппетита, повышение температуры, потливость и т. д.). Могут быть увеличены лимфатические узлы, чаще шейные. Лечение туберкулеза длительное, комплексное. Лечение наряду с лекарственным хорошо дополняется средствами народной медицины, фитопрепаратами. Но следует обязательно согласовать его с лечащим врачом. Требуется: 100 г свиного нутряного сала, 100 г сливочного масла, несоленого, 150 г сока алоэ, 50 г сока золотого уса, 50 г какао в порошке, 1,2 кг липового меда. Приготовление. Алоэ перед срезанием не поливать 2 недели. Растопить в эмалированной кастрюле свиное сало, масло, мед. Когда все растопится, кастрюлю снять и добавить остальные компоненты. Хорошо перемешать. Хранить в холодильнике в стеклянной закрытой банке. Принимать по 1 ст. л. в стакане горячего молока. Пить утром и вечером длительное время. Применяется при туберкулезе легких и упорном бронхите. Надо помнить, что алоэ очень сильное средство, и больным со слабым сердцем принимать не следует.

Еще один хороший рецепт от туберкулеза. Требуется: 400 г свиного, нутряного жира, 6 антоновских яблок, 2 ст. л. листьев золотого уса, 12 свежих деревенских яиц, 400 г горького шоколада (высшего сорта), 1 стакан сахара. Приготовление. Яблоки порезать, положить в сало. Хорошо перемешать, порезать листья золотого уса, добавить в смесь. Поставить все в духовку томиться на маленьком огне. Пока сало топится, приготовить следующий компонент. Взять 12 желтков, растереть добела со стаканом сахарного песка. Туда же натереть на мелкой терке шоколад. Когда сало хорошо перетопится, вынуть из духовки, процедить через сито или марлю, добавить туда растертые желтки. Хорошо перемешать, дать остыть.

Применение. Полученный продукт намазывать на хлеб, принимать 3–4 раза в день, запивая горячим молоком.

Требуется: 4 листа алоэ, 50 г сока золотого уса, 0,5 л 70 %-ного спирта. Приготовление. Листья алоэ измельчить, залить спиртом с соком золотого уса. Настоять 4–7 дней в темном месте. Процедить. Применение. Пить 3 раза в день по 40 капель средства, разведенных в 0,5 стакана воды.

Требуется: 1 ст. л. стеблей и листьев пустырника, 1 ст. л. корней цикория, 1 ч. л. настойки золотого уса, 1 стакан воды.

Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить, как чай, 1 стаканом кипятка, процедить. Добавить настойку золотого уса. Применение. Пить по рюмке (40–50 г) 3 раза в день 9 недель. Легкие зарубцуются и очистятся от гноя.

Обратите внимание, что смеси хранятся не более 2–3 недель, далее они портятся. Все смеси хранят в холодильнике. При туберкулезе осложнений могут быть очень серьезные, чтобы их не допустить, лечится надо очень серьезно, соблюдая режим питания, приема лекарств и всех назначения лечащего врача.

## Ушибы и переломы

При ушибах во избежание появления синяков и отеков пораженного места рекомендуется смазывать травмированный участок настойкой золотого уса. Появившиеся после ушиба синяки хорошо смазывать 2–3 раза в день маслом или мазью из золотого уса (см. главу 1). Хорошо действует золотой ус в смеси с другими средствами.

Требуется: 1 ч. л. свежего натертого лука, 1 ч. л. измельченных листьев золотого уса. Приготовление. Лука и лист золотого уса измельчить. Применение. Использовать в виде компресса на 1,5–2 часа. Прекрасно помогает при ушибах.

Требуется: лист подорожника и 1/3 листа золотого уса – перетереть. Прикладывать к ушибам, завернув в марлю.

Требуется: 20 г травы зверобоя, 400 г воды, 1 ст. л. листа золотого уса. Приготовление. Залить смесь кипятком и томить на малом огне до убавления общего объема до 1 стакана (250 мл). Применение. Из полученного отвара делать примочки на больное место. Одновременно следует применять наружно мазь из золотого уса. При переломах после наложения гипса следует пройти курс лечения настойкой золотого уса. Принимать ее надо по 1 ч. л. 3 раза в день перед едой в течение 7 дней. Затем сделать перерыв на неделю и повторить курс. После снятия гипса рекомендуется ежедневно смазывать место перелома маслом или мазью из золотого уса.

## **Холецистит острый и хронический**

Это воспаление желчного пузыря. Может протекать в острой и хронической форме. Острый холецистит требует лечения в условиях стационара. Хронический холецистит – заболевание чаще всего людей старше 50 лет. Женщины болеют чаще мужчин. Возбудители болезни – микробы (кишечная палочка, стафилококки, стрептококки) и другие, которые вызывают ослабление организма, застой желчи, камнеобразование и т. д. При хроническом холецистите постепенно присутствуют боли в правом подреберье, больной испытывает тошноту, иногда рвоту, горечь во рту. Эти жалобы часто связаны с погрешностью в диете (употреблением жирной пищи). Часто заболевание сопровождается образованием камней в желчном пузыре. Для предотвращения обострения важно соблюдать диету (ограничивать употребление жира). Показано постоянное применение желчегонных средств. При обострении требуется непременно обращение к врачу. Значение фитотерапии при хроническом холецистите – не допускать обострение, а для этого нужно постоянное очищение печени. Во время болезни очень хороший результат можно получить, принимать отвар листьев золотого уса.

Требуется: 1 лист золотого уса (20 см), 0,7 л кипятка. Приготовление. Измельчить, залить кипятком, кипятить 3–5 минут на слабом огне. Настоять сутки, процедить. Принимать 3–4 раза в день по 50–70 мл теплым за 40 минут до еды. Отвар можно сохранять при комнатной температуре. Принимать 2–3 недели, после чего сделать недельный перерыв и повторять прием до исчезновения симптомов холецистита.

Требуется: 2–3 средние свеклы, 1 ст. л. сок золотого уса. Приготовление. Свеклу очистить, помыть, порезать и сварить. Варить длительное время, пока отвар не станет густым, как сироп. Процедить. Добавить сок золотого уса. Применение. Принимать по 1/5 стакана 3 раза в день до еды.

Требуется: 1 ст. л. с верхом листьев березы, 1 ч. л. золотого уса, 1 стакан кипятка. Приготовление. Листья залить стаканом кипятка, кипятить 20 минут, настоять, укутав, 1 час. Процедить. Применение. Принимать утром и вечером по стакану настоя за полчаса до еды. Пить средство продолжительное время.

## Заболевания щитовидной железы

Наиболее частое заболевание щитовидной железы – диффузный токсический зоб (базедова болезнь). Характеризуется повышенной функцией щитовидной железы с увеличением выработки ее гормона тироксина. Гормоны щитовидной железы влияют на работу всех систем организма. Для больных характерны общая слабость, повышенная возбудимость, плаксивость, плохой сон, дрожание рук, похудание. Они склонны к поносам. Заболевание чаще развивается у женщин в климактерическом периоде, нередко связано с нервно-психическим перенапряжением, стрессами. В легких случаях достаточно назначения препаратов йода. В более сложных необходимо комплексное медицинское лечение, назначенное эндокринологом. Эпидемический зоб – увеличение щитовидной железы, при котором страдает весь организм. Основная причина болезни – недостаток содержания йода в окружающей среде. Микседема – болезнь, противоположная диффузному токсическому зобу. При микседеме гормоны щитовидной железы вырабатывается меньше, чем у здоровых людей. При этом заболевании больные заторможены, вялы, медлительны, сонливы и склонны к ожирению. Лицо одутловато, кожа бледна.

При лечении диффузного токсического зоба поможет следующий рецепт. Требуется: 500 г грецких орехов молочной спелости, 2 л 70°-ного спирта, 2 стакана сиропа черноплодной рябины, настой золотого уса. Приготовление. Орехи разделить на 4 части. Залить спиртом. Настоять в темном месте 1,5–2 месяца, периодически встряхивая. Процедить, добавить сироп. Применение. Принимать при диффузном токсическом зобе по 1 ч. л. 3 раза в день за полчаса до еды. Одновременно с этим средством принимать настойку золотого уса (рецепт см. в главе 1). Принимать его надо по следующей схеме: начиная от 10 капель и увеличивая их число до 30, а затем снижать дозу до 10 капель.

Требуется: 2 ч. л. травы донника, 3 ч. л. плодов боярышника, 2 ч. л. цветков календулы, 3 ч. л. фукуса, 4 ч. л. травы пустырника пятилопастного, 3 ч. л. травы руты, 3 ч. л. травы мелиссы, 2 ч. л. побегов туи западной, 4 ч. л. травы шалфея, 3 ч. л. соплодий хмеля, 3 ч. л. плодов шиповника коричневого, 3 ч. л. лапчатки белой (все растение), 0,5 л кипятка, настойка золотого уса. Приготовление. Измельчить, смешать, 1 ст. л. сбора залить кипятком, настаивать в термосе ночь. Утром процедить.

Применение. Принимать 150 мл 3 раза в день за 30 минут до еды в теплом виде. Принимать в течение 2 месяцев. Одновременно принимать настойку золотого уса по приведенной выше схеме.

Требуется: 1 часть всего растения валерианы с корнями, 2 части плодов боярышника, 6 частей травы дурнишника колючего, 3 части водорослей фукуса, 1 часть норичника шишковатого, 3 части лапчатки белой (все растение с корнями), 2 части травы мелиссы, 2 часть травы омелы белой, 2 части спаржи лекарственной (корневища и побеги), 1 часть плодов укропа, 2 часть плодов шиповника коричневого, 2 части травы чистотела большого. Приготовление и применение, как и в предыдущем рецепте, включая использование настойки золотого уса. Применение. Вышеприведенные настои пьют в течение 1,5–2 лет, чередуя через каждые 2 месяца.

## Цирроз печени

Это хроническое заболевания печени, протекающее с нарушением ее функций и обычно увеличением органа из-за разрушения клеток и замещения их соединительной тканью. Причина возникновения: перенесенный вирусный гепатит, злоупотребление алкоголем, воздействие ядовитых веществ (при профессиональных вредностях), длительное употребление некоторых медикаментов и т. д. Больные испытывают резкую слабость, плохой аппетит, тошноту, рвоту, боли в правом подреберье, возникает желтуха. На коже появляются сосудистые звездочки, пальцы принимают форму «барабанных палочек», ногти – «часовых стекол». Печень увеличена, плотна на ощупь, появляется жидкость в брюшной полости, увеличивается селезенка. Лечение осуществляется по назначениям лечащего врача. Одновременно хорошо принимать отвар листьев золотого уса. Он повышает иммунитет, выводит шлаки, восстанавливает функции ЖКТ и в сочетании с другими травами дает выраженный лечебный эффект (см. рецепт в разделе «Холецистит»).

Требуется: 1 ч. л. травы чистотела, 1 ч. л. цветов ромашки аптечной, 1 ч. л. листьев вахты, 1 ч. л. листьев золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. 1 ст. л. смеси растений заварить 1 стаканом кипятка. Настаивать 1 час, процедить. Применение. Пить по 0,5 стакана через 1 час после еды утром и вечером.

Требуется: 3 части цветов цмина песчаного, 3 части травы льнянки, 2 части рылец кукурузы, 2 части листьев золотого уса, 1 л воды. Приготовление. 40 г смеси растений настоять в 1 л кипятка 1 час, процедить. Применение. Принимать по 0,5 стакана 4 раза в день через 1 час после еды.

Требуется: 2 части травы зверобоя, 3 части травы цмина песчаного, 1 часть листьев золотого уса, 1 л воды. Приготовление. 4 ст. л. смеси настаивать, заварив кипятком, 12 часов. Затем прокипятить 10 минут, процедить.

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

Требуется: 1 часть ягод можжевельника, 1 часть листьев березы, 1 часть измельченного корня одуванчика, 1 часть листьев золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. 1 ст. л. смеси заварить в 1 стакане кипятка, настоять 30 минут, процедить. Применение. Пить по 1 ст. л. 3 раза в день.

Средство противопоказано при заболевании почек.



## ЦИСТИТ

Воспаление мочевого пузыря. Возникает при переохлаждении, инфекциях, как осложнение других заболеваний выделительной системы. Основные признаки – учащенное, болезненное мочеиспускание. Моча при этом мутная. В конце мочеиспускания появляются рези, иногда капли крови. Лечение заболевания проводит врач. Наряду с медпрепаратами при цистите большую помощь оказывают фитопрепараты и в том числе золотой ус.

Требуется: 10 г листьев березы, 10 г листьев толокнянки, 10 г кукурузных рылец, 10 г измельченного корня солодки, 10 г измельченного корневища пырея, 1 ч. л. сока золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом холодной воды, настоять 6 часов, затем кипятить 15 минут, процедить. Добавить сок золотого уса. Применение. Выпить полученную жидкость в течение дня в несколько приемов.

Требуется: 2 ст. л. с верхом травы хвоща полевого, 1 ст. л. листьев золотого уса, 1 л воды. Приготовление. Смесь растений залить 1 л воды, кипятить 10 минут. Настоять 20 минут. Процедить. Применение. Траву сложить в мешочек из ткани и в горячем виде прикладывать на низ живота. Отвар принимать внутрь по 1/3 стакана 2–3 раза в день.

Требуется: 20 г почек, коры или листьев осины, 10 г сока золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. Сбор залить 1 стаканом кипятка. Кипятить 10 минут. Настаивать, процедить. Добавить сок. Применение. Принимать по 2 ст. л. 3 р. в день.

## Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки

Характеризуется возникновением язв на слизистой оболочке желудка или двенадцатиперстной кишки. Болезнь протекает с периодическими обострениями. У мужчин встречается в 5 раз чаще, чем у женщин. Вызвана повышенным выделением желудочного сока. Возникновению болезни способствуют наследственные факторы, длительное психоэмоциональное напряжение, нарушение режима питания. Характерные симптомы – боли в подложечной области, тошнота, рвота, изжога, внутренние кровотечения. Боли могут отдавать в область сердца, в позвоночник и появляются через 30–40 минут или 1,5–2 часа после приема пищи. Иногда болезнь может протекать бессимптомно, проявляясь внезапным кровотечением. Скрытые кровотечения могут быть обнаружены при обследовании кала. Обострения обычно наблюдаются весной и осенью. Серьезным осложнением язвы может быть прорыв стенки органа (прободение). В этом случае необходимо экстренное хирургическое вмешательство. Язву можно вылечить, но, если не изменить образ жизни, она может открыться вновь. При лечении важно соблюдать диету и регулярный режим питания, прекратить курить, ограничить физические нагрузки, остерегаться факторов, травмирующих психику. Тем не менее среди лекарственных растений много таких, которые могут вам помочь вплоть до полного рубцевания процесса. При язве желудка и других заболеваниях ЖКТ в комплексном лечении одно из лучших растений – золотой ус. Для лечения применяют только отвар.

Еще раз повторим этот рецепт. Требуется: 1 лист (20 см) золотого уса, 0,7 л кипятка. Приготовление. Залить измельченный лист кипятком, кипятить 5 минут на слабом огне, укутать, настаивать сутки. Применение. Принимать по 50–70 мл в теплом виде за 40 минут 3–4 раза в день.

Хорошо помогает при лечении сведущее средство.

Требуется: 20 г масла сливочного (натурального), 50 г сметаны деревенской, 50 г сахара, 1 деревенское яйцо. Приготовление. Компоненты поместить в стакан и, подогревая на водяной бане, быстро взбить до однородного состояния. Применение. Пить 3 раза в день за 1 час до еды (всего 3 порции – готовить свежие), через полчаса после этого выпить 100 г отвара золотого уса, и так 3 раза в день. Курс лечения – месяц.

Еще один рецепт для лечения язвы желудка.

Требуется: 60 г качественного прополиса, 250 г 70 %-ного медицинского спирта. Приготовление. Нащипать прополис (не резать) и растворить в спирте. Настаивать в течение 7 дней, периодически взбалтывать, пока прополис не разойдется. Затем настаивать еще 7 дней (всего 2 недели). Полученный настой слить с осадка. Применение. 1 ч. л. настойки растворить в 0,5 стакана горячей воды. Пить 3 раза в день за 1 час до еды 2–3 недели. Схема приема отвара золотого уса такая же, как в предыдущем рецепте. После проведения лечения прополисом улучшается самочувствие, исчезает болевой синдром. Хорошо заживают язвы, повышается аппетит, улучшается сон. Не следует превышать дозировку, особенно людям старше 60 лет.

# Глава 4 Диета в период лечения золотым усом

## Правила питания

1. Никогда не ешь, если тебе не хочется. Организм защищается отсутствием аппетита, чтобы сэкономить силы для своего очищения организма при его засорении.

2. Начинай день с питья, а не с еды.

3. Молоко должно быть свежим. Это значит, что его нельзя нагревать выше 43 °С, так как это приводит к разрушению белковых структур молока.

4. Никогда не смешивайте фруктовый сок с овощным, так как они перевариваются в разных условиях и мешают друг другу.

5. Не стремись к разнообразию блюд за один прием. Для поджелудочной железы это тяжелая нагрузка.

6. Начинай обед с пищи, содержащей углеводы и жиры, а заканчивай белковой.

7. Никогда не запивай еду сладким чаем, компотом или другим напитком. Это питье щелочное. Оно взаимодействует с кислым желудочным соком и нейтрализует его. Это ослабляет пищеварение и поджелудочную железу. Пить можно за 20 минут до еды или через 1–2 часа после еды.

8. Старайся перед любым вареным блюдом (или вместе с ним) съесть сырой салат из овощей и трав.

9. Избегай большого количества соли. 10. Избегай концентрированных жиров и жирных продуктов. Это повышает количество холестерина в крови.

11. Избегай жаренных на масле продуктов. Можно их варить (лучше на пару), запекать в духовке, тушить. Избегай сахара и всех продуктов, содержащих много этого продукта. Избыток сахара переходит в организме в жир. Повышается опасность заболевания диабетом.

12. Ограничивай употребление животных белков в твороге, сыре, мясе, яйцах. Лучше усваиваются растительные белки в зелени, овощах, травах, крупах и бобовых. Яйца можно есть не более 2 в неделю. Меньше ешь мясных бульонов. Они вреднее, чем мясо вареное, тушеное или

запеченное в духовке.

13. Избегай калорийной пищи. В зрелом возрасте это вредит.

14. Не торопись за едой. Не отвлекайся. Ешь с радостью и удовольствием, в хорошем настроении.

Общий принцип питания – уменьшить в нем содержание тех продуктов, что плохо усваиваются вашим организмом.

Во время лечения препаратами золотого уса из рациона следует исключить следующие продукты:

- 1) жареные мясо и жирную рыбу;
- 2) соленые и маринованные овощи;
- 3) кондитерские изделия, сахаросодержащие продукты (конфеты, печенье, халву);
- 4) алкогольные напитки;
- 5) квас и газированные напитки;
- 6) картофель;
- 7) дрожжевой хлеб;
- 8) молочные продукты с большим содержанием жира;
- 9) сахар и желативно соль.

Обязательно следует бросить курить.

В рационе больного обязательно должны присутствовать следующие продукты:

- 1) отварные нежирные рыба и мясо;
- 2) нежирные малосоленые сыры;
- 3) орехи (кроме арахиса);
- 4) сырые овощи (особенно морковь, свекла);
- 5) соки из них (в небольших количествах);
- 6) каши;
- 7) проращенное зерно.
- 8) растительное масло (предпочтительно льняное, кукурузное, оливковое).

Медицина достигла больших успехов в предупреждении и лечении заболеваний. Однако, как бы ни были совершенны методы оказания лечебной помощи, эффективность лечения во многом зависит от сопротивляемости организма заболевшего, его жизненных сил. А эти свойства человеческого организма в огромной степени обеспечивает соответствующее питание. Без лечебного питания не может быть рационального лечения.

Диетическое питание усиливает эффективность лечения медицинскими препаратами. Лечение питанием складывается из ряда

элементов: калорийности и химического состава продуктов, физических свойств пищи (температуры, консистенции), режима питания, т. е. порядка приема пищи. Приготавливая пищу в домашних условиях, необходимо соблюдать некоторые правила и рекомендации.

Во-первых, долгая диета может принести вред, поэтому надо советоваться с лечащим врачом о длительности ее использования.

Во-вторых, соблюдать диету необходимо в течение всего установленного врачом срока.

В-третьих, готовить пищу следует только из свежих и высококачественных продуктов, скоропортящиеся продукты хранить на холоде, овощи и другие продукты тщательно очищать и промывать, горячую пищу готовить непосредственно перед употреблением. Также меню должно быть разнообразным и меняться по дням и сезонам года.

А теперь, дорогие читатели, хотелось бы вам сказать о питании в течение дня. Ваше дело решать, подойдут вам эти рекомендации или нет. Но во всяком случае нам, людям, которые уже перешагнули 50-летний рубеж, очень важно не переедать и не засорять свой организм переработанной пищей, если мы хотим быть бодрыми, жить в полную силу, а не доживать свой век, ходя по больницам и глотая кучи лекарств. Поэтому позаботьтесь о себе, полюбите себя. И не забывайте, что наше здоровье только в наших руках. Итак, советы от Николаевой Эмилии Константиновны, научного руководителя учебно-методического центра педагогики здоровья «Пирамида». Она разработала простые и доступные всем практические рекомендации. Проекты приобщения к здоровому образу жизни, предложенные Николаевой, получили международное признание. Начнем с прописных истин, что самую большую ценность в еде представляют свежие растительные продукты: листья и плоды, корнеплоды и семена растений той географической зоны, где человек проживает (разумеется, если он не живет в зоне повышенной радиации). Мы должны и есть и лечиться тем, что произрастает вокруг нас. Человек находится в энергетической связи с этими растениями. Они оказываются частью его. Теперь о самом питании. Примерный дневной рацион, обеспечивающий максимум энергии при минимуме затрат на его обработку в пищеварительном тракте, выглядел бы так.

## Завтрак

Очень полезен и вкусен жидкий завтрак из овощного или фруктового сока. Желательно для этого иметь соковыжималку. Также можно сделать салат из овощей и фруктов, или просто съесть какой-нибудь фрукт – яблоко, грушу, апельсин и т. д. Плоды содержат очень питательные сахара, витамины, минеральные вещества в легкоусвояемой форме. А если и этого мало, перед завтраком выпейте стакан теплого чая из трав с медом. Люди с повышенным обменом веществ могут через 15–20 минут после питья или съедания фрукта съесть кашу со сливочным маслом, приготовленную на воде, без соли и с ложечкой меда. Мясо и вообще белковую пищу нецелесообразно есть утром, так как на ее переваривание и усвоение потребуется значительно больше энергии, чем на крахмалистую. И эта энергия будет отбираться от той, которая вам пригодилась бы для выполнения запланированных на день дел или работ.

## Обед

Если вы обедаете без первого – жидкого блюда, то так же, как на завтрак, за полчаса до еды надо выпить воды, чаю или сока. Если вы обедаете дома, то самое лучшее – суп на щелочном бульоне. Он готовится так: отварить в некрепком мясном или рыбном бульоне репчатый лук, лавровый лист, корень сельдерея, петрушки, семена укропа, тмин, кориандр, чеснок. Такое сочетание имеет сильное бактерицидное действие. Приправу – зеленый укроп, петрушку, прочую зелень, измельченный чеснок, мелко нарезанные помидоры и болгарский перец – надо класть в готовый суп после того, как вы его снимите с плиты. Это сохранит биологическую ценность овощей и трав. При температуре около 70 °С ферменты, которые отвечают за борьбу с бактериями, максимально активны. Блюдо приобретает очистительные и восстановительные качества. Овощи, которые готовятся ко второму блюду, нужно готовить как гарнир, только в кожуре на пару. Сливочное (растительное) масло надо добавлять в уже готовое блюдо.



## УЖИН

Салат из свежих овощей, а кому этого мало, можно добавить печеный или вареный на пару картофель. Можно использовать белковые продукты – орехи, брынзу или правильно приготовленный творог. Овощи, как и фрукты, содержат необходимые витамины и минеральные вещества в той форме, в которой они могут быть надолго усвоены организмом. А вот капусту следует есть слегка потушенной, так как твердые волокна сырого овоща травмируют рыхлую слизистую оболочку кишечника. Если вы любите мясо, ешьте его именно на ужин, поскольку мясо крупных животных трудно усваивается и требует больших затрат энергии на переработку. Курицу лучше отварить или готовить в фольге в духовке, а рыбу на пару или отваривать. Такая технология уменьшает образование токсических веществ. Помните, что усвоению белковой пищи поможет зеленый салат. Хлеб лучше не есть в сочетании с белковой пищей. Это лишь схема питания. Главное – понять принципы.

## **Глава 5 Лекарственные чаи и сборы с ЗОЛОТЫМ УСОМ**

Предлагаемые чаи и сборы – это прежде всего средства для предупреждения болезни. А поскольку золотой ус обладает свойствами повышать иммунитет и выводить токсические вещества, шлаки, то вместо чая и других напитков хорошо использовать именно его, сочетая с другими растениями.

Надо только помнить о том, что его надо применять, строго соблюдая рекомендации и дозы, ибо мы знаем, что все есть яд и все есть лекарство, – все зависит от дозы. Будьте благоразумны, и каллизия душистая станет вашим другом.

## Витаминные чаи

Их пьют во время обострений хронических заболеваний и для профилактики авитаминоза в зимне-весенний период.

Требуется: 1 ст. л. плодов шиповника, 1 ст. л. плодов рябины красной, 1/4 листа золотого уса, 3 стакана воды. Приготовление. Сбор измельчить, залить 3 стаканами кипятка, настоять 1,5 часа, процедить. Применение. Пить по четверти стакана 3–4 раза в день за 20 минут до еды. Профилактический прием – 10 дней.

Требуется: 1 ст. л. плодов шиповника, 1 ст. л. листьев черной смородины, 1 ст. л. листьев малины, 1 ч. л. сока золотого уса, 2,5 стакана воды, 1 ст. л. меда. Приготовление. Измельченный сбор залить холодной водой. Кипятить 10 минут. Настаивать 1 час, процедить, добавить золотой ус, мед, перемешать. Применение. Пить по 0,5 стакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды. Профилактический курс 7 – 10 дней.

## Успокоительные чаи

Помогают при нервном расстройстве, слабости, депрессии и тому подобном, предотвращают заболевания, возникающие как следствие этих негативных состояний.

Требуется: 1 ч. л. травы пустырника, 1 ч. л. цветов ромашки аптечной, 0,5 ч. л. травы сушеницы, 0,5 ч. л. цветов боярышника, 0,5 ч. л. измельченных листьев золотого уса, 3 стакана воды. Приготовление. Сбор залить 3 стаканами кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Применение. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 20 минут до еды. Курс лечения 5 дней.

Требуется: 1 ч. л. измельченных корней валерианы, 1 ч. л. листьев мяты, 1 ч. л. шишек хмеля, 0,5 ч. л. спиртовой настойки золотого уса, 3 стакана воды. Приготовление. Сбор залить 3 стаканами кипятка, настаивать 30 минут. Процедить, добавить золотой ус.

Применение. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 20 минут до еды. Курс 5–7 дней.

## Желудочные чаи

Требуется: 1 ч. л. измельченного корня конского щавеля, 1 ч. л. листьев подорожника большого, 0,5 ч. л. листа золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. Сбор смешать залить холодной водой, настоять 1 час, процедить. Пить 3–4 раза в день по 1/4 стакана до 30 минут до еды в период обострения желудочно-кишечных заболеваний.

Требуется: 1 ч. л. коры крушины, 0,5 ч. л. плодов аниса, 0,5 ч. л. травы тысячелистника, 1/4 ч. л. семян горчицы, 10 капель настоя золотого уса. Приготовление. Все смешать, залить 1,5 стаканами кипятка, кипятить 7 – 10 минут. Остудить. Процедить. Добавить золотой ус. Применение. Пить по 1/4 стакана 2 раза в день за 1 час до еды. Курс лечения 5–7 дней.

## **Желчегонные чаи**

Требуется: 1 ч. л. цветков бессмертника, 1 ч. л. листьев мяты перечной, 1 ч. л. листьев золотого уса, 2 стакана воды. Приготовление. Смесь залить кипятком, настоять 1 час, процедить. Применение. Пить при воспалении желчного пузыря по 1/4 стакана 3 раза в день за 40 минут до еды. Курс 10 дней.

Требуется: 2 ч. л. травы тысячелистника, 1 ч. л. цветков цмина, 1 ч. л. сока золотого уса, 1 стакан воды. Приготовление. Сбор залить кипятком, настоять 30 минут. Процедить. Добавить сок золотого уса. Применение. Пить при желчнокаменной болезни по 1/4 стакана 1 раз в день (вечером) за 30 минут до еды.

## Почечные чаи

Требуется: 1 ст. л. листьев брусники, 1 ч. л. ягод можжевельника, 1 ч. л. травы хвоща полевого, 0,5 ч. л. семян тмина, 1 ч. л. измельченных корней солодки, 1 ч. л. листа золотого уса, 1 л воды. Приготовление. Сбор залить холодной водой и кипятить на слабом огне 15 минут. Процедить. Применение. Пить по 0,5 стакана 2 раза в день. 7 – 10 дней

Требуется: 1 ч. л. плодов шиповника, 1 ч. л. ягод можжевельника, 0,5 ч. л. листьев березы, 0,5 ч. л. настойки золотого уса, 2 стакана воды.

Приготовление. Смесь залить холодной водой, настаивать 8 – 10 часов, кипятить, процедить, добавить золотой ус. Применение. Пить по 1/4 стакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды. Курс 7 – 10 дней.

## Сборы для лечения атеросклероза

Требуется: 2 ч. л. плодов боярышника, 2 ч. л. травы тысячелистника, 1 г листьев барвинка малого, 1 г травы омелы белой, 0,5 ч. л. листьев золотого уса, 2 стакана воды. Приготовление. 1 ст. л. смеси залить 2 стаканами кипятка, настоять 3 часа. Процедить. Применение. Пить по 2 ст. л. 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс 20 дней. 5 дней перерыв. Курс можно повторить.

Требуется: 4 части цветков боярышника, 1 часть травы омелы белой, 2 части листьев золотого уса, 1 часть плодов тмина, 2 стакана воды. Приготовление. 1 ст. л. сбора залить 2 стаканами кипятка, настоять 3 часа. Процедить. Применение. Пить по 1/4 стакана 2 раза в день за 40 минут до еды. Курс 10 дней.



## **Сборы для лечения гипертонии**

Требуется: 2 части цветов календулы, 2 части травы пустырника, 1 часть листьев золотого уса, 1 часть измельченного корня валерианы, 1 часть цветков боярышника, 2 стакана воды. Приготовление. 1 ст. л. смеси залить 2 стаканами кипятка. Настоять 40 минут. Применение. Принимать при повышенном давлении по 1/4 стакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды.

Требуется: 2 части травы сушеницы болотной, 1 часть листьев золотого уса, 2 части травы пустырника, 1 часть цветков боярышника, 1 часть травы адониса, 1 часть травы хвоща полевого, 1 л воды. Приготовление. 2 ст. л. смеси залить кипятком, настоять 3 часа, процедить. Применение. Принимать по 1/4 стакана 2 раза в день за 30 минут до еды. Курс 7 дней.

## Глава 6 Противопоказания

*«Все есть лекарство и яд, и только доза определяет и то и другое».*

*Парацельс*

Уважаемый читатель! Прочитав эту книгу, вы найдете много рецептов, в состав которых входят самые различные растения. С некоторыми вы знакомы, с некоторыми нет. Все они призваны помочь восстановить здоровье, или во всяком случае помочь вам в этом. Но нет ни одного больного с одинаковыми заболеваниями, поэтому и рецепты, и подбор трав для каждого свой. А когда вы будете выбирать рецепт для лечения той или иной болезни, обязательно поинтересуйтесь, а подходят ли вам растения, входящие его состав? Не навредят ли? Загляните в этот раздел или в книгу лекарственных растений, там обычно указаны противопоказания к применению. Это важно. Мы назовем, может быть, не все растения, указанные в рецептах. Если вам понадобились дополнительные сведения, то их можно лучше найти самим в различных книгах и справочниках или посоветоваться об их использовании со своим лечащим врачом.

Адонис весенний – ядовитое растение. Соблюдать дозировку.

Аир обыкновенный (корни). При повышенной секреции желудка корни не принимать.

Алоэ (столетник). Применение препаратов алоэ вызывает прилив крови к органам малого таза. Противопоказан при заболеваниях печени и желчного пузыря, при маточных кровотечениях, геморрое, цистите, беременности.

Аралия маньчжурская. Необходимо избегать применения препаратов из аралии при гипертонии, бессоннице, повышенной нервной возбудимости.

Арника горная – ядовитое растение. Соблюдать точную дозировку.

Барвинок малый – ядовитое растение. Соблюдать точную дозировку.

Бедренец – может вызвать аллергический дерматит.

Белена черная – сильно ядовитое растение. В домашней практике лучше не применять.

Береза бородавчатая. Из-за раздражающего действия на почки

применение настоя, отвара и настойки березовых почек как мочегонного средства допустимо под контролем врача. Длительно не принимать.

Бессмертник (цмин песчаный) – повышает кровяное давление. Долго не принимать.

Будра плющевидная. Внутреннее применение как ядовитого растения требует осторожности. Соблюдать точную дозировку.

Валериана (корни). Нельзя употреблять длительное время и в большом количестве. В таких случаях она действует угнетающе на органы пищеварения, вызывает головную боль, тошноту, возбужденное состояние и нарушает деятельность сердца.

Горец перечный, горец почечуйный, горец птичий. Обладает сильным кровесвертывающим действием. Больным тромбофлебитом лучше не принимать.

Девясил. Настой и отвар противопоказаны при беременности и болезнях почек.

Дурман обыкновенный – ядовит, внутрь не принимать.

Дурнишник ядовит. Дозировку соблюдать точно.

Душица обыкновенная. Действует abortивно. Беременным не принимать.

Зверобой продырявленный. Растение ядовито. Внутреннее применение требует большой осторожности. Вызывает сужение кровеносных сосудов, повышает давление.

Земляника (ягода) у некоторых вызывает аллергию с упорной крапивницей.

Золотой ус (каллизия) – следует строго соблюдать дозировку. Передозировка вызывает головную боль, слабость, отек слизистых оболочек, увеличение щитовидной железы, повреждение голосовых связок. Соблюдение правил приема обязательно.

Калина обыкновенная – из-за высокого содержания некоторых соединений плоды калины противопоказаны при подагре и болезнях почек.

Крапива. Без совета врача применять не рекомендуется. Противопоказана людям с повышенной свертываемостью крови, больным гипертонией, атеросклерозом, а также при опухолях матки и ее придатков.

Крушина ломкая (кора). Ядовитое растение. Следует принимать кору, выдержанную не менее года в сухом месте, или подвергнутую нагреванию при 100 °С в течение 1 часа. В противном случае употребление коры связано с опасностью отравления (могут возникнуть тошнота, рвота).

Кукурузные рыльца – сильное кровесвертывающее средство.

Ламинария – нельзя применять при болезнях почек, туберкулезе

легких.

Лимонник китайский – противопоказан при нервном возбуждении, бессоннице, повышенном давлении, нарушениях сердечной деятельности.

Льнянка обыкновенная. Ядовита. Внутреннее применение требует осторожности и точной дозировки.

Льняное семя. Противопоказано при холецистите и гепатите. Длительное применение не рекомендуется.

Можжевельник (ягода) – нельзя применять при остром воспалении почек. Внутреннее применение требует точной дозировки.

Омела белая. Ядовита. Применение требует осторожности.

Орех грецкий и фундук – следует соблюдать дозировку. При избыточном приеме вызывает спазм сосудов мозга.

Пастушья сумка. Противопоказана при повышенном свертывании крови.

Пижма обыкновенная. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует осторожности, точной дозировки.

Пион уклоняющийся. Сильно ядовит. Внутреннее применение требует осторожности и точной дозировки.

Полынь горькая (серебристая). Ядовита. Внутреннее применение требует осторожности и точной дозировки. Избегать длительного применения. Нельзя применять при язвенной болезни.

Полынь цитварная. Ядовита. Применять с осторожностью и под врачебным контролем.

Радиола розовая (золотой корень). Следует точно соблюдать дозировку. Прием противопоказан при выраженных симптомах нервных заболеваний, гипертонии, атеросклерозе, вегетососудистой дистонии.

Ревень. Следует избегать применения больным подагрой и почечнокаменной болезнью, а также при геморрое.

Редька посевная. Внутреннее применение противопоказано для сердечных и печеночных больных, при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, воспалениях желудочно-кишечного тракта.

Свекла обыкновенная. При приеме свежего сока происходит спазм кровеносных сосудов. Следует дать соку отстояться 2–3 часа, чтобы вредные соединения улетучились.

Солодка голая. При продолжительном приеме наблюдаются повышение артериального давления, задержка жидкостей (отеки) в организме и т. д.

Татарник колючий. При повышенном давлении не принимать.

Толокнянка. Не применять долго. Отвар раздражает слизистую

желудочно-кишечного тракта.

Тысячелистник. Ядовит. Применение требует осторожности. Точно соблюдать дозировку.

Фиалка трехцветная. Длительное применение и передозировка могут вызвать рвоту, понос и зудящую сыпь.

Физалис обыкновенный. Употреблять плоды следует без пузырчатой чашки. Токсичен.

Хвощ полевой. Ядовитое растение. Требуется точной дозировки.

Хмель. Ядовит. Требуется точной дозировки.

Хрен обыкновенный. Следует остерегаться приема внутрь в больших количествах.

Чистотел большой. Все части, особенно корни, ядовиты. Неумеренное и длительное применение вызывает тошноту, рвоту, понос, угнетение дыхательного центра. Требуется осторожности и точной дозировки.

Шиповник – после приема надо сполоснуть рот. Разъедает эмаль зубов.

Эфедра двухколосковая. Ядовита. Внутреннее применение требует осторожности при гипертонической болезни, атеросклерозе, тяжелых органических заболеваниях сердца и при бессоннице.

Ясень обыкновенный. Растение ядовито. При внутреннем применении быть осторожным.

Ясменник душистый. Ядовитое растение. Внутреннее применение требует осторожности, точной дозировки. Передозировка может привести к смертельному исходу.

## Глава 7 Выращивание золотого уса (Каллизии душистой)

Золотой ус можно вырастить в домашних условиях. Однако это непросто. Для того чтобы растение отблагодарило вас целебными свойствами и стало настоящим эликсиром здоровья, придется проявить максимум внимания и заботы. Но это того стоит. Золотой ус приобретает лечебные свойства только тогда, когда на горизонтальных отростках образуется не менее 9 полноценных суставчика, которые в процессе роста приобретают фиолетовый цвет. Если же горизонтальные побеги остаются зелеными даже при достижении целебного возраста, то ваше растение, к сожалению, лекарственным не стало. Ему не хватило солнечных лучей, необходимых для выработки полезных веществ. Золотой ус размножается верхушечной частью горизонтальных побегов, которую срезают на два суставчика ниже метелочки, посередине третьего и ставят в стакан с водой до образования корней. Причем отростки можно брать только у того растения, побеги которого выросли до 12 суставчиков. Пока растение находится в воде, ухаживать за ним надо особенно тщательно, ведь именно сейчас закладываются его целебные свойства. Каллизия станет лучше расти и будет более мощной, если корневая система растения хорошо разовьется. Поэтому многие люди, практикующие разведение золотого уса в домашних условиях, советуют не спешить пересаживать растение в грунт сразу при появлении первых маленьких корешков. Лучше пересадить отросток в горшок с землей, когда корневая система будет уже достаточно сформирована. Но помещение растения в воду – не единственный способ размножения золотого уса. Можно срезать черенки и посадить их непосредственно в землю. Хорошенько опрысните растение, закройте его стеклянной банкой или просто прозрачным пакетом и поставьте в освещенное место. Получится своеобразная теплица. Через 3 дня уберите банку и оставьте растение на не слишком освещенном месте. Не забывайте поливать золотой ус и обрызгивать его водой. Затем поместите растение в более освещенное место. Необходим обильный полив в течение нескольких дней. Это требуется для лучшего его укоренения. Существует еще несколько способов размножения золотого уса. Один из них особенно удобен, если вы собираетесь высаживать растение в открытый грунт. Да, да, не удивляйтесь, многие успешно выращивают золотой ус на даче. При

этом удастся получить больше сырья для приготовления лекарственных препаратов. Данный способ заключается в том, что боковые побеги растения укореняются на стеблях в почве. Нужно позаботиться об опоре для ствола. В этом случае боковые побеги будут свободно расти. Они дорастут до почвы и сами укоренятся в ней. Конечно, этот процесс можно ускорить. Распределите побеги по всей грядке, присыпьте землей, но ни в коем случае не отрезайте от растения. Сделать это можно будет только через несколько дней, когда побеги дадут корни. Вот теперь можете пересаживать растение в другое место. Выкапывайте его осторожно, стараясь не повредить корни. Тем, кто собирается выращивать золотой ус на даче, можно предложить еще один более простой способ. В середине весны поместите отростки в воду, а когда они дадут корни, высадите на хорошо удобренные грядки. Как утверждают специалисты, наиболее благоприятный период для разведения растения – март и апрель. Однако практика показывает, что этим правилом вполне можно пренебречь. Не бойтесь пересаживать растение в любое другое время. Существует специальный агротехнический прием, который позволяет вырастить как можно больше горизонтальных побегов на золотом усе. Как только на усах сформируется листовая метелочка, надо срезать ее. После этого ус раздвоится и будет расти уже в виде двух веточек, на концах которых со временем сформируется еще по одной листовой метелочке. Если впоследствии использовать для посадки метелочки с раздвоенных усов, то и потомство получится с раздвоенными усами. Землесмесь для посадки золотого уса должна быть плотной. Оптимальный вариант – дерновая земля и парниковый перегной с добавлением 30 % крупного речного песка. При разведении золотого уса обязательно используйте толченую яичную скорлупу. Не забудьте про опору, которая необходима для слабого стебля. Перед посадкой землю необходимо обильно полить, сделать глубокое отверстие и добавить 1 ч. л. гумата. Если углубление достигает, например, 12 см, то ствол макушки надо погрузить в землю на 5 см, хорошо уплотнив землю вокруг него. В летний период, если есть такая возможность, выносить растение на балкон – это значительно улучшит свойства золотого уса. А в теплых районах можно на весь летний период высаживать растение в открытый грунт, где оно прекрасно приживется. Но помните, что в полдень растение должно находиться в тени. Золотой ус – теплолюбивое растение, однако прямые солнечные лучи ему противопоказаны. Интенсивное облучение может привести к тому, что кончики листьев приобретут коричневый цвет и завянут. Появление этих признаков говорит и о других ошибках в уходе за растением, нехватке

минерального питания, недостаточном поливе. Поливать золотой ус следует умеренно, особенно в зимний период, и делать это нужно только в вечернее время. Здесь важно избежать и другой крайности – не доводить землю до пересыхания. В период интенсивного роста не забывайте о комплексных удобрениях, предназначенных специально для комнатных растений. Земля должна быть немного влажной летом и чуть подсушенной в зимнее время. Отдельно стоит сказать о месте, в котором будет жить ваше растение. Золотой ус любит просторные помещения со свежим воздухом, поэтому не стоит помещать его на кухню или в комнату, где курят. Зато балкон или лоджия, где на него не будут попадать прямые солнечные лучи, – это как раз то, что ему понравится. Не забывайте только ежедневно поливать и опрыскивать цветок, на балконе земля летом очень быстро высыхает. При следовании всем рекомендациям вы сможете вырастить прекрасного друга, который обеспечит вам здоровье на долгие годы.



## Заключение

Дорогие читатели, вот и познакомила я вас с уникальным по своим свойствам растением каллизией душистой (или золотым усом). Вы изучили рекомендации по лечению, по очищению организма с его помощью, узнали, как питаться в период лечения, какие чаи и сборы помогут вам при некоторых заболеваниях, а также о противопоказаниях в использовании лечебных растений. Вы получили пищу для размышлений, и если что-то из этой книги поможет вам на вашем пути к исцелению, то мы будем считать, что наш труд не был напрасен. Конечно, не все в этой книге истина в последней инстанции. Знания совершенствуются, движутся вперед, и то, что казалось бесспорным вчера, сегодня уже устарело. Но в споре рождается истина. Болезнь – это ответ нашего организма на неправильный образ жизни. Поэтому наша главная цель – это изменить свой образ жизни. А составляющие – это целесообразное питание, физическая активность и духовная жизнь. Все эти составляющие должны быть в гармонии и ладу друг с другом. Тогда не понадобятся лекарства и врачи. И мы и в 70, и в 80, и в 90 лет будем молоды душой, будем жить полноценной, интересной жизнью на радость детям и внукам. Здоровый образ жизни – вот цель, к которой мы должны стремиться. Будьте всегда здоровы и молоды. Вы это сможете сделать!