

Сокровищница народной медицины



Г.Н. Ужегов

Болезни сердца и сосудов



**ИНФАРКТ • АТЕРОСКЛЕРОЗ
ВЕГЕТОСОСУДИСТАЯ ДИСТОНИЯ**

Генрих Николаевич Ужегов
Болезни сердца и сосудов
Серия «Сокровищница народной медицины»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8636841
Болезни сердца и сосудов / Ужегов Г.Н.: Эксмо; Москва; 2015
ISBN 978-5-699-77890-4

Аннотация

Что делать, если болит сердце? Как помочь себе, если начался сердечный приступ? Благодаря этому карманному справочнику вы научитесь распознавать болезни сердца по их первым проявлениям и симптомам. Вы узнаете, как с помощью народной и официальной медицины предупредить, облегчить и излечить заболевания сердечно-сосудистой системы. Сможете подобрать подходящий именно вам способ борьбы с недугом и укрепить свой организм.

Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Необходимо проконсультироваться со специалистом перед применением любых рекомендуемых действий.

Содержание

Вступление	4
Анатомия и физиология сердечной мышцы	5
Сердце: его резервы, проблемы и помощники	6
Работоспособность сердца	9
Сердечные заболевания	10
Основные симптомы заболеваний сердечно-сосудистой системы	12
Отеки	13
Одышка	14
Сердцебиение	15
Боль	16
Головокружение	17
Озноб, лихорадка	18
Кровохарканье	19
Болезни сердечно-сосудистой системы	20
Грудная жаба (стенокардия)	20
Инфаркт миокарда	24
Конец ознакомительного фрагмента.	31

Генрих Николаевич Ужегов

Болезни сердца и сосудов

Вступление

Человек не чувствует своего сердца до тех пор, пока оно работает исправно. Мы мало думаем и заботимся о неутомимом труженике-сердце, которое изо дня в день, из года в год обеспечивает питанием и кислородом все органы и ткани нашего тела. Мы забываем о нем, когда отравляемся табаком, когда злоупотребляем алкоголем, крепким чаем и кофе, когда ленимся лишний раз сделать утреннюю зарядку или совершить пробежку. С улучшением условий жизни люди все больше отвыкают от ходьбы, физической культуры, спорта. Телевизор, компьютер, диван, газета, сытная еда – все эти факторы ведут к *гиподинамии* и **мешают работе сердца**. А взять *ожирение*, которым в настоящее время страдает около 30 процентов всего населения цивилизованного мира! Мало того что на сердце ложится работа по ежечасному перекачиванию 210 литров крови (за сутки это около 5 тонн!), так мы еще даем ему дополнительную нагрузку по обеспечению кровью лишней мышечной массы...

В этой небольшой книге речь пойдет о наиболее распространенных заболеваниях сердечной мышцы, приобретаемых человеком вследствие его несбалансированного образа жизни, невнимания к себе, а также по наследственным и иным причинам.

За последние 30 лет количество «сердечников» увеличилось вдвое. Это еще больше обострило вопрос о необходимости профилактики и возможных методах помощи таким больным. Да, **лечение болезней сердца** сложно и длительно. Но нельзя же постоянно насыщать организм всевозможными таблетками и лекарствами – этого не выдержит ни одна печень. А вот *траволечение* при сердечных заболеваниях может стать настоящей палочкой-выручалочкой. Особенно оно эффективно при *хронических рецидивирующих процессах*.

В настоящее время не только в нашей стране, но и во всем цивилизованном мире люди ищут альтернативу химическим препаратам, таблеткам и уколам, стараются вернуться к лечению средствами природы. Это хорошее начинание! Однако очень важно добиться того, чтобы врачи и медработники умели *сочетать* лечение любых болезней как средствами официальной медицины, так и средствами медицины народной. В помощь таким людям и написана эта книга.

Г.Н. Ужегов

Анатомия и физиология сердечной мышцы

Система кровообращения состоит из двух основных частей – сердца и сосудов. *Сердце* является важнейшим двигателем кровообращения в нашем организме. Оно представляет собой обыкновенную мышцу и состоит из двух клапанных насосов – правого и левого. В состав правого и левого насосов сердца входят предсердия и желудочки. Желудочки – это основные отделы, работа которых и движет кровь, а предсердия представляют собой небольшие резервуары перед входом в желудочки. **Кровь** поступает из сосудов-вен в предсердия и желудочки, желудочки сокращаются и перегоняют кровь в сосуды-артерии. Между предсердиями и желудочками имеются отверстия, которые открываются и закрываются при помощи клапанов. Клапаны есть и в месте перехода желудочков в артериальное русло. Стенка сердца состоит из трех оболочек: внутренней (эндокард), средней (миокард) и наружной (перикард). Расположено сердце в центре грудной клетки на уровне 3-го ребра. Поддерживается оно сверху пучком крупных сосудов, на которых оно как бы подвешено; слева и справа располагаются легкие, а внизу – купол диафрагмы. **Величина сердца** соответствует приблизительно объему кулака его хозяина. Длина его – 12–15 см, ширина – 9–11 см. Сердце имеет питающую его систему кровеносных (коронарных) сосудов и снабжается кровью вдвое обильнее, чем скелетные мышцы. Коронарные артерии поглощают приблизительно 1/10 часть всего количества крови, поступающей из левого желудочка в артериальное русло.

Сердце: его резервы, проблемы и помощники

Сердце является мышечным органом, которому покой несвойственен. Оно работает и днем и ночью, в любую погоду, в любых условиях. Единственными секундами отдыха для него являются моменты *паузы* (диастолы). Сердце, конечно же, не справилось бы с такой титанической работой, если бы не имело *помощников*. А помощниками сердца являются многочисленные сокращающиеся мышцы организма, которые выдавливают кровь и лимфу из мелких сосудов, перегоняют застоявшуюся межтканевую жидкость. Таким образом, **сердечная мышца** является обычным насосом, перекачивающим кровь в крупные сосуды. Эти сосуды все более и более измельчаются, вплоть до мельчайших капилляров. Именно в капиллярах происходит газообмен. Здесь клетки забирают из крови питательные вещества и кислород и отдают шлаки и углекислоту. Если подсчитать суммарное рабочее время сердца в сутки, то окажется, что 12 часов оно работает и находится в напряжении (систола), а 12 часов – отдыхает (диастола). В современном мире нашему сердцу приходится нелегко, и не всегда оно выдерживает сумасшедший ритм жизни. Что же в первую очередь ведет к быстрому изнашиванию сердечной мышцы и к возникновению заболеваний сердечно-сосудистой системы?

В науке существует такое понятие, как факторы риска. Разберемся, что это такое.

Факторы риска – это непривычные условия работы, которые мы создаем для своего сердца. Главными из них являются: переедание, потребление алкоголя, курение, любовь к «солененькому» и «сладенькому». В этой главе мы не будем останавливаться на каждом из этих факторов в отдельности, скажу только, что:

– при несбалансированном питании и чрезмерном потреблении сахара, соли и жиров люди уже в 30–40 лет страдают *сахарным диабетом, ожирением, атеросклерозом и гипертонией*;

– при злоупотреблении алкоголем (даже если человек употребляет по 50 г чистого алкоголя ежедневно) в большинстве случаев человек заболевает *гипертонией* уже через несколько лет;

– при курении окись углерода, входящая в состав дыма, связывается с гемоглобином крови, вытесняя кислород, в результате чего все органы и системы недополучают определенное количество кислорода и страдают от *гипоксии*. Для возмещения потерь сердцу приходится усиливать свою работу, и оно быстрее изнашивается. Кроме того, никотин разрушает витамин С (аскорбиновую кислоту), которая необходима для работы всех клеток нашего организма;

– доказано, что люди, злоупотребляющие потреблением соли, в несколько раз чаще болеют гипертонической болезнью.

Все вышеперечисленные факторы риска способствуют быстрому изнашиванию сердечной мышцы и ведут к раннему возникновению «сердечных» болезней.

350 лет назад английский естествоиспытатель У. Гарвей открыл большой и малый круг кровообращения. Согласно его учению, сердце является единственным органом, перекачивающим кровь в организме человека и животных. Но медицина не стоит на месте. Современными учеными доказано, что у сердца имеются «дублиеры». Рассмотрим в общих чертах работу основного водителя сердечного ритма – **синусового узла**. Известно, что сердечная мышца обладает автоматизмом, то есть способностью сокращаться без внешних воздействий, самопроизвольно. Это объясняется тем, что в ней автоматически возникают биоэлектрические импульсы. В мышце различают рабочую мускулатуру и участки, где возникают эти импульсы. Местом возникновения импульсов является **синусовый узел** – водитель сердечного ритма. Находится он в правом предсердии и «руководит» сердечным ритмом. Под-

чиняясь команде синусового узла, сердечная мышца сокращается со средней частотой 60 ударов в минуту. Но иногда, при определенных обстоятельствах, участок сердечной ткани, в которой находится синусовый узел, начинает получать меньшее количество крови (а значит, кислорода и питательных веществ).

При таком недостаточном питании функции синусового узла нарушаются. Но кроме одного центра первого порядка – синусового узла в мышечной ткани сердца имеются и другие участки, которые способны посылать биоэлектрические импульсы. Это автоматические центры второго и третьего порядка. И при нарушении работы синусового узла они берут на себя его **функции** – становятся водителями сердечного ритма. Центры второго и третьего порядка не могут справляться с работой так, как это делал синусовый узел: они намного слабее, тем более каждый из них посылает импульсы самостоятельно. В результате сердечный ритм нарушается, и возникают такие явления, как *пароксизмальная тахикардия* и *аритмии*. В сложной работе сердца его верным помощником является диафрагма – мышечная перегородка, которая отделяет грудную полость от брюшной. Ее движения регулируют приток крови из нижней и верхней полых вен в правое предсердие.

Природа во всех случаях пользуется таким средством повышения надежности, как дублирование. Но если у человека два глаза или два уха, которые дублируют работу друг друга, то почему у него одно сердце или одна печень? Не может быть такого, чтобы столь важные органы не были чем-то подстрахованы. Оказалось, что страховка существует. Этой страховкой являются мышцы. В человеческом организме более тысячи мышц, и каждая из них является своеобразным маленьким «сердечком».

Мышцы – наши «периферические сердца». Идея о «периферических сердцах» была выдвинута еще в начале прошлого века русским ученым М.В. Яновским и получила дальнейшее развитие в 70-х годах. Группа русских ученых-кардиологов открыла удивительный **феномен**: оказалось, что каждая мышца является микронасосом, который помогает сердцу снабжать кровью мельчайшие капилляры. После простейших расчетов ученые установили, что силы сердечной мышцы хватает только на то, чтобы загнать кровь в тонкие нити капилляров. Капилляр в 50 раз тоньше человеческого волоса. Общая длина капиллярной сети человеческого организма достигает 100000 километров. И ни одно, даже самое мощное, сердце не в состоянии без помощников прокачать капилляры кровью.

Итак, сердце только закачивает кровь в капиллярную сеть, а функцию выдавливания крови из капилляров выполняют скелетные мышцы. Их в человеческом организме 1108. Таким образом, кроме нашего «главного» сердца, в человеческом организме существует еще 1108 сердец-«помощников». Значит, **«дублеры»** у сердца есть. Эти «дублеры» действуют согласованно и помогают сердцу приспособить величину кровотока к потребностям организма. Это происходит как в покое, так и при физической нагрузке.

Как отмечает статистика, при легких операциях на сердце погибают до 2 процентов всех оперированных больных. При тяжелых операциях процент увеличивается до 50. Почему так происходит? Кто виноват в этом? В подавляющем большинстве операции на сердце проходят успешно. Но сила сердечной мышцы, степень ее изношенности у разных людей различны. И не всегда выдерживает сердечная мышца ту громадную **нагрузку**, которая ложится на нее после операции. А виноваты в этом мы сами. Когда сердце нас не тревожит, мы о нем не думаем. Мы не думаем о последствиях, когда злоупотребляем алкоголем, когда травим сердце табакокурением и перегружаем его работой после обильных застолий. Мы не думаем о том, что сердцу надо помогать, а не вредить. И только тогда, когда появятся первые сердечные приступы или боли за грудиной, мы вспоминаем, что у нас есть великий труженик – сердце, которое устало и просит о помощи.

Теория «тысячи сердец» учит нас тому, что физическая культура и спорт необходимы нашему организму, как воздух. Сердечных «дублеров» и «помощников» надо тренировать.

И чем упорнее мы будем это делать, тем бо́льшая помощь сердцу будет идти от периферических «сердец»: чем они будут тренированной, тем меньшая нагрузка ляжет на основной мотор нашего организма.

Тренировку и закаливание сердца и его периферических помощников надо начинать с детства. В идеальном варианте каждый день любого человека должен начинаться с физзарядки. Тех двух уроков физкультуры, которые имеют дети в школах, очень и очень мало. Это лишь двадцатая часть той физической нагрузки, которую должен получить организм ребенка. Если присмотреться к школьникам на переменах и задать себе вопрос: «А почему они носятся как угорелые?» – то ответ не заставит себя ждать. Это происходит только потому, что организм требует движения и физического развития, которого мы его лишаем. Можно назвать преступниками тех родителей, которые любыми путями пытаются достать у врачей справку о том, что ребенку нельзя заниматься физкультурой. Детям нужна другая «справка» – движение, движение и еще раз движение. Недаром в школах высокоразвитых европейских государств, да и в США, каждый учебный день в школе начинается с урока физкультуры. Так почему же заграничные дяди беспокоятся о своих детях, а мы о своих – нет? Или мы не понимаем, что здоровье детей – это здоровье нации?

Сердце нормального **здорового человека** может работать без износа 90–100 лет в обычном режиме. Это в том случае, если ему не мешать. Если же мы начнем еще и помогать своему сердцу, то в теории 120–140 лет для него тоже не предел. Хотелось бы, чтобы каждый прочитавший эту книгу задумался о той великой работе, которую ежедневно делают наше сердце и его скромные, мало кому известные «помощники».

Работоспособность сердца

Сердце начинает работать за восемь месяцев до рождения любого человека и не прекращает своей работы в течение всей его жизни. **Сердце никогда не спит** и не отдыхает, оно может только замедлить ритм своей работы. Если мы выполняем тяжелую физическую работу или делаем пробежку, то наше сердце работает вдвое быстрее обычного. В норме же оно бьется со скоростью 60–72 удара в одну минуту. Если прибегнуть к несложным арифметическим подсчетам, то легко увидеть, что в сутки (если день спокойный) оно совершает 100000 ударов, в месяц – 3 миллиона.

В среднем только за одни сутки сердце перекачивает от 13 до 25 тысяч литров крови. Такой работоспособности не может достигнуть ни одна машина. Даже обычный насос, сделанный из металла, может работать не больше 10 лет, но, к счастью, сердце не из металла. Приходится только удивляться нашей матушке-природе, сумевшей создать такое чудо. Мы не замечаем работы нашего сердца до тех пор, пока оно не болит. О своей машине или мотоцикле мы заботимся гораздо больше, чем о своем здоровье, что, конечно, недопустимо. А ведь соблюдение элементарных мер предосторожности, бережное отношение к своему сердцу и периодические проверки у врача могли бы добавить вам лишние годы жизни!

Легкие и сердце работают в тесной взаимосвязи. С каждым вдохом в кровь поступает свежая порция кислорода, которая делает кровь ярко-красной и освобождает ее от избытка углекислоты. Из легких кровь поступает в левое предсердие, в левый желудочек, откуда перекачивается в артерии. Такова транспортная сеть нашей сердечно-сосудистой системы. По ней к клеткам доставляются **питательные вещества**, соли, вода, кислород и микроэлементы, а забираются «отходы производства» – продукты распада минеральных и органических веществ, ненужные примеси, двуокись углерода.

Но каждая транспортная сеть нуждается в постоянном уходе, а каждая энергоустановка, поддерживающая ее – в данном случае **наше сердце**, – в хорошем топливе. Если мы будем придерживаться здорового образа жизни, нормально питаться и не злоупотреблять курением, алкоголем и кофеином (кофе, чай, шоколад), то наше сердце сможет работать очень долгое время без капитального ремонта.

Сердечные заболевания

Число лиц с заболеваниями сердечно-сосудистой системы растет ежегодно, и это является одной из причин общей высокой смертности населения. По статистике, смертность от заболеваний системы кровообращения прочно занимает первое место среди всех других болезней.

Второе место давно удерживают онкологические заболевания.

Именно по этой причине важное значение имеет *профилактика* сердечных заболеваний. «Любую болезнь легче предупредить, чем лечить» – так в свое время сказал крупнейший русский клиницист Мудров. Поэтому каждый человек должен постоянно заботиться о своем **здоровье**, заблаговременно принимать меры к тому, чтобы все органы и системы его тела находились в оптимальных условиях, получали достаточное и полноценное питание и не травились искусственными добавками к пище, алкоголем и никотином.

В профилактике сердечно-сосудистых заболеваний **питание** является одним из главных факторов. И не проблема недоедания выходит сейчас на первое место, провоцируя возникновение многих болезней, а проблема переедания. В наше время, когда человек возвращается из санатория или дома отдыха, его в первую очередь спрашивают не «На сколько килограммов вы поправились?», а «На сколько вы похудели?». В наше время и в нашем обществе каждый человек употребляет слишком много пищи, а ее **высокая калорийность** вызывает настоящую тревогу. После многолетних исследований ученые и диетологи пришли к единодушному мнению, что основной причиной сердечных заболеваний является употребление в пищу большого числа продуктов, богатых *холестерином*, который содержится в животных жирах. Опыт вегетарианства доказывает это. Давно известно, что холестерин, содержащийся в мясных продуктах, откладывается на стенках сосудов, уменьшает кровоток и увеличивает нагрузку на сердце, что часто приводит к непоправимым последствиям. Представьте себе водопроводную трубу. Если труба еще новая, то количество воды, протекающей через нее, будет значительно больше, чем количество воды, протекающей через трубу, которой

пользовались 5–10 лет. Почему? Да потому, что на стенках старой трубы с течением времени постоянно откладываются соли, ржавчина и различные примеси. В результате просвет трубы уменьшается и количество проходящей через нее воды – тоже.

Такое же явление мы наблюдаем и в сосудах. Орган получает меньше крови, а значит, и меньше питательных веществ. Кроме того, при пониженном кровотоке уменьшается **очистительная способность крови** и продукты распада не в полном объеме выводятся из клетки. А все это ведет к развитию различных заболеваний. Многие племена, живущие в Африке, не знают, что такое сердечные болезни, так как их пища содержит менее 20 % калорий за счет малого количества жиров в противовес 40 % у представителей цивилизованных стран. Замечено, что чем выше благосостояние какого-либо народа, тем больше там смертность от сердечно-сосудистых заболеваний.

Объясняется это тем, что в высокоцивилизованных странах потребляется большое количество продуктов с высоким содержанием *протеина* и *пастеризованных* молочных продуктов. Именно поэтому в таких странах, как США, Финляндия, Россия, Австралия, Канада, наблюдается большое количество *тромбозов* и высока смертность от *атеросклероза*.

В давние времена, когда люди тяжелым трудом добывали себе продукты питания, проблем со здоровьем не было. Современный человек в невероятных количествах поглощает мясную пищу, продукты переработки молочной продукции, жиры и углеводы, а постоянное переедание увеличивает риск раннего развития атеросклероза. Человек, страдающий ожирением, в любую минуту может отправиться в мир иной – и не потому, что откажет сердце.

Главными виновниками в данном случае будут являться **газы в кишечнике**, затрудняющие кровообращение. Ну а если нарушено кровообращение, сердце в любую минуту может остановиться автоматически. Еще одной важной причиной сердечно-сосудистых заболеваний является *стресс*. В наше беспокойное время слово «стресс» ассоциируется со словом «жизнь». От стрессов лекарств не существует. Ведь чаще всего **стрессовое состояние** – это реакция организма на внешний раздражитель. Человек живет не в вакууме. Он окружен такими же точно людьми, каждый из которых имеет свое мнение и чего-то добивается в жизни. Интересы людей часто пересекаются, вызывая у них отрицательные реакции и стрессовые состояния.

Третьей причиной, вызывающей сердечно-сосудистые заболевания, являются вредные привычки. Люди систематически потребляют большое количество кофе и алкоголя, злоупотребляют курением. Ученым давно известно, что кофе и алкоголь разрушают систему пищеварения, кроме того, кофе еще и вызывает повышенную возбудимость, нервозность и ухудшение памяти.

Четвертой, очень важной причиной сердечных заболеваний является малоподвижный образ жизни. Человек не хочет лишний раз пройтись пешком, спуститься по лестнице, отправиться на пешеходную экскурсию. Легковые автомобили, лифты, даже вторые телефоны в доме изнеживают организм, лишают человека возможности сделать лишнее движение. А ведь **«движение – это жизнь»**, как говорили еще древние.

Большая часть взрослого населения планеты страдает заболеваниями сердечно-сосудистой системы. Человек старше 30 лет с трудом пробежит стометровку или пять километров, а если заставить это сделать кабинетного работника или современного бизнесмена, то он упадет замертво уже на первом десятке метров. Да, именно такое состояние здоровья характерно для современного человека! И чем дальше мы будем отходить от матушки-природы, тем на более низком уровне будет состояние нашего здоровья, тем меньше будет среднестатистическая продолжительность человеческой жизни.

Основные симптомы заболеваний сердечно-сосудистой системы

Иногда даже при первом взгляде на «сердечного» больного можно определить заболевание, которым он страдает. При *сердечной недостаточности* (в легких случаях) больные предпочитают лежать на правом боку, так как лежание на левом боку вызывает у них неприятные ощущения в области сердца. При *недостаточности левого желудочка* больные предпочитают сидячее положение. При *хронической недостаточности 2–3#й степени* больные предпочитают сидеть со спущенными ногами. Ноги при этом обычно отекают, но одышка беспокоит больного меньше. Больные с *сосудистой недостаточностью* чувствуют себя значительно лучше в горизонтальном положении.

Цвет лица «сердечного» больного также может многое сказать внимательному наблюдателю:

– бледность кожных покровов часто наблюдается при малокровии, спазме или закупорке поверхностных сосудов. Бледность можно наблюдать при тяжелом ревмокардите, при недостаточности клапанов аорты. При коллапсе больной бледен всегда;

– цианоз (синюшность) губ, носа, кончика языка, конечностей, мочек ушей чаще всего наблюдается при тяжелых степенях легочно-сердечной недостаточности. Далее я укажу наиболее часто встречающиеся признаки серьезных заболеваний сердца.

Отеки

Отеки при заболеваниях сердца начинают появляться в случаях, когда сердце перестает справляться с возросшей на него нагрузкой и наступает декомпенсация. Расположение отеков зависит от того положения, которое обычно занимает тело больного: у ходячих больных отеки располагаются на ступнях ног и в области голеней, у лежачих – в области поясницы и спины. Основной причиной **возникновения отеков является повышение давления в венозных капиллярах**. Это приводит к тому, что в то время, как из артериального колена кровь усиленно просачивается в ткани, обратное ее всасывание из тканей затруднено вследствие повышенного давления в венозном колене капилляров. Возникновению сердечных отеков также способствуют такие причины, как:

- 1) плохое выделение почками поваренной соли, которая усиленно откладывается в тканях;
- 2) повышение проницаемости сосудистой стенки;
- 3) повышение обратного всасывания воды канальцами почек.

Одышка

При заболеваниях сердца *одышка* является одним из наиболее ранних симптомов. В легких случаях она беспокоит больного только в состоянии физической нагрузки, при заболеваниях средней тяжести – при выполнении обычной работы, а в тяжелых случаях она появляется даже в состоянии покоя. **Появление одышки** при заболеваниях сердечно-сосудистой системы можно объяснить несколькими причинами:

1. Застой в малом круге кровообращения.
2. Расстройство мозгового кровоснабжения и гипоксемия (недостаточное снабжение кислородом) продолговатого мозга.
3. Заболевания легких (эмфизема, пневмосклероз), когда их дыхательная поверхность уменьшается, дыхание становится частым и поверхностным, что еще более ухудшает снабжение крови кислородом.

Сердцебиение

Сердцебиение – это субъективное ощущение сердечных сокращений. У практически здорового человека оно может возникнуть при физической нагрузке, после плотной еды или при стрессовых состояниях. При болезнях сердечно-сосудистой системы сердцебиение появляется уже на ранних стадиях болезни. Часто сердцебиение является результатом сердечных неврозов и возникает при повышенной возбудимости сердца.

Боль

У здорового человека *боль в области сердца* тоже может возникнуть при повышенной возбудимости нервной системы, но чаще она является результатом патологического процесса.

Боль – сторож нашего организма, а когда сторож подает сигнал, значит, где-то есть сбой. Если боли возникают в результате спазма коронарных сосудов, то они называются стенокардическими. В этих случаях развивается острое малокровие миокарда и боль является «криком голодающего миокарда». **Стенокардические боли** носят жгучий, сжимающий или давящий характер. При воспалении оболочек сердца боль может носить постоянный тупой характер. При болезнях аорты она также носит тупой постоянный характер и ощущается за грудиной. При воспалительных заболеваниях сердца боли, возникающие в нем, можно объяснить сдавливанием нервных окончаний сердечной мышцы. А боли, появляющиеся при приступе стенокардии, можно объяснить гипоксемией (кислородной недостаточностью).

Головокружение

Головокружение и головные боли часто являются спутниками нарушений кровообращения. Объясняются эти симптомы недостаточным снабжением мозга кислородом и раздражением его нервных окончаний продуктами распада.

Озноб, лихорадка

Лихорадка и повышение температуры при сердечных заболеваниях возникают при воспалительных процессах (эндокардиты, перикардиты, миокардиты) и при раздражении мозга продуктами распада (при инфаркте миокарда, тромбозах или инфарктах легкого).

Кровохарканье

Обычно у сердечных больных кровохарканье возникает при застое в малом круге кровообращения. Реже оно возникает у больных со стенозом митрального отверстия или при прорыве аневризмы аорты в дыхательные пути. В последнем случае больной погибает.

Болезни сердечно-сосудистой системы

Грудная жаба (стенокардия)

Грудная жаба входит в понятие ишемической болезни сердца наряду с инфарктом миокарда и кардиосклерозом. Болезнь развивается в том случае, когда сердечная мышца не получает достаточного количества крови, питательных веществ и испытывает кислородное голодание. Появляется резкая боль в груди («крик голодающего миокарда»), продолжающаяся несколько минут. Боль возникает в виде приступов, часто отдает в левую руку, левое плечо, под лопатку.

Особенно **типичным для грудной жабы** является появление боли после выхода больного из теплого помещения на холод. Иногда приступ стенокардии начинается ночью (стенокардия покоя). Эти приступы считаются более опасными, так как указывают на то, что заболевание зашло уже далеко и необходимо принимать срочные меры. Приступы стенокардии могут быть редкими (1–2 раза в неделю) или частыми (по многу раз в день). Обычно один из тяжелых приступов заканчивается появлением очага *некроза* в сердечной мышце (инфаркт миокарда) с последующим образованием на этом участке рубцовой ткани.

При стенокардии **в народной медицине** применяются следующие лекарственные средства:

– перед началом лечения стенокардии рекомендуется провести три курса *лечебного голодания*¹ по 7 дней (с последующим семидневным восстановлением). Если полное голодание невозможно, то можно провести голодание частичное – во время курса питаться только орехами, медом, фруктами, корнеплодами и овощами;

– смешать в равных частях траву адониса и траву вахты трехлистной. 100 г смеси залить 1 литром водки и настоять в темном месте 21 день. Процедить. Пить по 20 капель 3 раза в день за полчаса до еды;

– смешать в равных частях изюм, курагу, чернослив и ядра грецкого ореха. На 1 кг смеси добавить кашицу одного лимона с кожурой, но без семян. В смесь добавить 300 г жидкого меда. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день натощак при **любом сердечном заболевании**. Лекарство укрепляет сердечную мышцу, способствует восстановлению нормального ритма;

– знахари всегда советуют сердечным больным пить чай из цветков фиалки трехцветной. Такой чай надо пить постоянно, из месяца в месяц, долгое время;

– смешать в равных количествах кашицу чеснока и мед. Настоять в плотно закрытой посуде в темном прохладном месте 7 дней, ежедневно помешивая содержимое. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день при **ишемической болезни сердца, облитерирующем энтеритите, варикозных поражениях вен** и при **атеросклерозе**;

– нарвать цветков ландыша и засыпать сахаром, во время приступа **стенокардии** класть под язык в количестве одной горошины и сосать;

– принимать боярышник (цветы). *Отвар* готовить так: взять 2 столовые ложки сухих цветков на стакан воды. Кипятить 5–7 минут. Процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

Настойка делается так: 10 г сухих цветков на 100 мл водки. Настаивать 14 дней в темном месте. Процедить. Пить по 25–30 капель 3 раза в день;

¹ Голодание возможно проводить только под наблюдением и с разрешения врача, если нет противопоказаний. Не рекомендуется детям, беременным и кормящим женщинам, пожилым людям. – *Прим. ред.*

– принимать зверобой. 2 столовые ложки сухой травы залить стаканом кипятка и настаивать 1 час. Процедить. Пить по 50 мл 2–3 раза в день;

– полезен чай из плодов боярышника. Столовая ложка плодов на стакан воды. Кипятить 10 минут, настоять 2 часа, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день как чай;

– принимать пустырник. 2 чайные ложки травы залить 500 мл кипяченой воды и настаивать 8 часов в теплом месте. Принимать по $\frac{1}{4}$ стакана 3–4 раза в день за полчаса до еды;

– спиртовую *настойку* пустырника смешать со спиртовой настойкой ландыша (аптечные препараты) и принимать по 30 капель 2–3 раза в день при **стенокардии**;

– хорошо помогает василистник вонючий. Возьмите *настойку* (аптечный препарат). Принимать по 25 капель 3 раза в день при **стенокардии, гипертонической болезни и нарушении кровообращения**;

– можно приготовить сбор:

тысячелистник – 1 часть;

валериана (корень) – 1 часть;

зверобой – 1 часть.

Столовую ложку сбора залить стаканом холодной воды. Настоять 4 часа. Кипятить 5 минут. Настоять при комнатной температуре 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день;

– взять 1 литр меда, выжать или прокрутить через мясорубку 10 лимонов среднего размера с коркой, очистить 10 головок чеснока (головок, а не долек). Все смешать и оставить на неделю в закрытой посуде. Пить по 1 чайной ложке 4 раза в день, но пить не сразу, а медленно, смакуя, не торопясь. Дни не пропускать. Пить, пока не кончится лекарство – в течение 2 месяцев;

– одним из лучших старинных рецептов при **стенокардии** и **кардиосклерозе** считается следующий. Взять 10 столовых ложек боярышника, 5 столовых ложек шиповника. Берутся плоды, заранее измельченные, кладутся в кастрюлю. Ложки накладываются с верхом. Заливают 2 литрами кипятка. Кастрюля тепло укутывается и ставится на 24 часа в теплое место. Затем состав процедить через марлю и приступать к лечению. Принимать по 200 г 3 раза в день перед едой. Лекарство полезно всем больным с сердечными заболеваниями. Особенно хорошо оно действует после перенесенного **инфаркта миокарда**;

– также полезен любисток. 50 г свежих корней нужно кипятить 10 минут в одном литре воды. Настоять 2 часа, процедить. Принимать по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день. Каждый день делать свежий отвар;

– при **сердечных недугах** помогает кора рябины. 200 г коры нужно измельчить и кипятить на слабом огне 30 минут в 500 мл воды. Настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке за полчаса до еды 3 раза в день;

– народная традиция рекомендует использовать цветки подсолнуха при **стенокардии** и **кардиосклерозе**, а также при **заболеваниях сосудов**: 1 стакан краевых цветков подсолнуха залить 1 литром воды, прокипятить 5 минут, настоять 1 час, процедить. Пить по 150–200 мл 3 раза в день;

– полезен **девясил высокий**. Возьмите 30 г сухого измельченного корня на 500 мл водки. Настаивать 14 дней. Принимать по 30–40 капель 3 раза в день при **кардиосклерозе** и **стенокардии**;

– смешать сок двух лимонов с соком 3 листьев алоэ средней величины. Добавить в смесь 500 г меда. Настаивать в плотно закрытой посуде в холодильнике 7 дней. Периодически помешивать. Принимать при **стенокардии** по 1 столовой ложке 3 раза в день натощак (за час до еды). Провести 3–4 курса лечения с перерывом в один месяц;

– при **учащенном сердцебиении** и **болях в области сердца** применяют следующий состав:

- корень валерианы – 2 части;
- трава пустырника – 2 части;
- трава тысячелистника – 1 часть;
- плоды аниса – 1 часть.

1 столовую ложку смеси заливают 300 мл кипятка и настаивают 1 час. Принимают по $\frac{1}{2}$ стакана 3–4 раза в день;

– в некоторых старинных лечебниках авторы настоятельно рекомендуют сердечникам пить разведенный водой сок свеклы (1:3);

– если вас беспокоят **боли в области сердца**, накапайте в рюмку 30–40 капель *настойки* валерианы и подержите во рту 1–2 минуты. Еще лучше действует смесь настоек корня валерианы и боярышника;

- ежедневное жевание свежей лимонной корки улучшает работу сердечной мышцы;
- известная целительница Людмила Ким советует при приступе **стенокардии** втирать

в область сердца (ниже соска) пихтовое масло. Пихтовое масло нужно втирать 3–4 раза в день. Для одного втирания достаточно 5–6 капель пихтового масла;

– 1 столовую ложку Melissa залить 300 мл кипятка, настоять 30 минут и пить 3 раза в день по $\frac{1}{2}$ стакана при **тахикардии** и **неврозе сердца**, которые часто сопровождают стенокардию;

– перед лечением стенокардии или других сердечных болезней (если вам за 50) обязательно проведите курс лечения **по тибетскому методу очищения** (чеснок и спирт). См. лечение атеросклероза;

– многие русские и зарубежные авторы считают, что причиной сердечных болезней является неправильная диета. По утверждению Н.В. Уокера, «молекула крахмала нерастворима ни в воде, ни в спирте, ни в эфире». При употреблении в пищу продуктов, содержащих крахмал, происходит засорение крови молекулами крахмала, а сердцу гораздо легче качать чистую кровь, поэтому у любителей такого стола оно расходует лишнюю энергию, быстро устает и преждевременно вырабатывает свои ресурсы. Сам Уокер считает, что наиболее рациональным способом лечения сердечных болезней является **вегетарианская диета** и потребление сырых овощных соков. При этом желательно исключить из диеты сахар, молочные продукты и крахмал;

– Ольга Морозова при **стенокардии** рекомендует: как только начинается приступ, надо поставить горчичник на область сердца, а на спину – банки;

– лицам, страдающим **стенокардией**, надо постоянно принимать витамин В₁₅ и есть как можно больше воловьей печени. Полезна им также и бычья кровь;

– всем сердечникам рекомендуется бросить курить, так как никотин сужает сосуды сердца;

– народный целитель П.В. Карасев рекомендует сердечникам следующий рецепт: измельчить 50–70 г двудомной крапивы и полученную массу положить в небольшую эмалированную кастрюлю. Добавить 500 мл воды и через 30 минут поставить на огонь. Кипятить 10 минут (при открытой крышке), процедить, остудить и хранить в холодильнике не более 2 дней. Принимать по 2 столовые ложки отвара 3 раза в день в течение 15 дней. Через каждые 5 дней делать перерыв в лечении на 2–3 дня. Для достижения лучшего эффекта перед «крапивным лечением» следует провести лечение отваром корней тутовника (шелковицы). 200 г свежих корней измельчить, хорошо промыть и залить в эмалированной посуде холодной водой на 1 час. Затем прокипятить в течение 15 минут на медленном огне, остудить

и процедить. Принимать по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день за полчаса до еды. *Отвар* принимать курсами по 3 дня (5 курсов);

– при приступе **стенокардии** (если нет нитроглицерина) можно разжевать и проглотить небольшой зубок чеснока. Боль снимается через 20–30 минут;

– В. Тищенко рекомендует больным **грудной жабой** следующий рецепт: 5 столовых ложек мелко измельченных сосновых или еловых иголок смешать с 3 столовыми ложками измельченного шиповника и 2 столовыми ложками луковой шелухи. Смесь залить 700 мл воды, довести до кипения и кипятить на слабом огне 10 минут. Настоять ночь в теплом месте. Процедить и пить вместо воды по 1,5–2 литра в сутки. Лечение проводить в течение 4 месяцев. Если почки не беспокоят, то луковую шелуху можно не добавлять. Способ лечения, рекомендованный Тищенко, используется в народной медицине также и для **очищения сосудов**.

Инфаркт миокарда

Инфаркт миокарда – это некроз участка сердечной ткани. Между стенокардией и инфарктом миокарда существует тесная связь; если при стенокардии нарушение питания сердечной мышцы кровью является процессом кратковременным и обратимым, то при инфаркте миокарда процесс уже необратим и стойк. С течением времени часть ткани сердечной мышцы замещается рубцовой (соединительной), что ведет к значительному ухудшению работы сердца.

Главной причиной развития инфаркта миокарда является атеросклероз коронарных артерий (в 95 % случаев). Факторами, провоцирующими развитие болезни, являются: *нервное перенапряжение* или *сильное эмоциональное воздействие*, *физическое перенапряжение*, *тяжелая мышечная работа*, *спешная ходьба*. Курение способствует развитию болезни, равно как и перегрузка желудка обильной пищей, особенно жирной, а также прием спиртных напитков. Инфаркт миокарда может развиваться по разным причинам. Кроме вышеупомянутой – органического сужения просвета коронарной артерии или ее крупных ветвей на каком-либо отрезке вследствие развития атеросклеротического процесса, – его может вызвать спазм коронарной артерии, т.е. патологическое временное сокращение стенок сосуда и прекращение питания определенного участка сердечной мышцы. Третьей наиболее частой причиной возникновения инфаркта является **образование тромба** в коронарных артериях. Наклонность к тромбозу обуславливается такими факторами, как сужение сосуда за счет образовавшихся атеросклеротических бляшек, нарушение гладкой поверхности внутренней стенки сосуда, изменения в антисвертывающей системе организма.

Важной причиной, способствующей возникновению инфаркта миокарда, является состояние коллатерального (вспомогательного) кровообращения. Чем слабее развиты вспомогательные сосуды, питающие сердечную мышцу, тем больше опасность возникновения инфаркта миокарда. Так как коллатеральное **кровообращение** хорошо развито у лиц, занимающихся спортом, то шансов получить инфаркт у спортсменов гораздо меньше, чем у людей нетренированных. Недаром в настоящее время в народе ходит выражение «убегать от инфаркта», что значит ежедневно заниматься бегом. Инфаркт миокарда в 90 % случаев начинается с выраженного болевого синдрома. Боли появляются в области сердца, а также за грудиной и иногда охватывают всю грудь. У больного появляется ощущение, что в области грудной клетки у него лежит раскаленное железо.

Боли при инфаркте миокарда носят очень интенсивный («раздирающий») характер и бывают настолько сильными, что больной теряет сознание и наступает шок – появляются бледность, холодный пот, резко падает давление. Если **при приступе стенокардии** боль можно снять нитроглицерином или валидолом, то при инфаркте миокарда эти лекарства оказываются бессильными. В редких случаях инфаркт миокарда развивается без болей и проявляет себя сразу симптомами сердечно-сосудистой недостаточности. Это чаще наблюдается у больных пожилого и преклонного возраста, более или менее долго страдавших поражением миокарда на почве кардиосклероза. Такой вариант также нередко встречается при повторных инфарктах миокарда.

После того как приступ острых болей проходит, состояние больного несколько улучшается, но через два-три дня появляются признаки расстройства кровообращения. К ним относятся в первую очередь *кардиогенный коллапс*, *сердечная астма* и *отек легких*. Кардиогенный коллапс характеризуется резким падением артериального давления, появлением слабого частого пульса. Больной покрыт холодным потом. У него появляются одышка, синюшность губ (цианоз). **При отеке легких** на первый план выступают явления со стороны легких – удушье, кашель с выделением пенистой розовой мокроты, резкая слабость. Если при

инфаркте миокарда поражается «правое сердце» (правая половина), то у больного возникает застойное увеличение печени. Если инфаркт миокарда не заканчивается смертью больного, то в дальнейшем часть сердечной ткани на месте некроза замещается соединительной рубцовой тканью. Эта ткань не является рабочей, и поэтому в дальнейшем у больного развивается хроническая сердечная недостаточность.

Лечение растениями при остром инфаркте миокарда может быть только вспомогательным. Экстракты, отвары, настои различных лекарственных трав могут только дополнять или временно замещать действие химических лекарственных препаратов. Так, например, вспомогательное лечебное действие препаратов боярышника будет заключаться в том, что он обладает **сосудорасширяющим, успокаивающим действием и понижает артериальное давление**. Препараты пустырника **снижают артериальное давление, оказывают успокаивающее действие**. Цветки и листья ландыша и адониса также **обладают слабым кардиотоническим эффектом** и благоприятно отражаются на состоянии больного. Также **в острой стадии** инфаркта миокарда используются следующие растения: арника горная (соцветия), астрагал шерстисто-цветковый (травя или цветы), корень валерианы, трава донника лекарственного, листья вахты трехлистной, корневище девясила высокого, цветы и листья земляники, побеги багульника болотного.

Помогают цветы клевера лугового, цветы каштана конского, трава лабазника, листья манжетки обыкновенной, трава мелиссы лекарственной и мяты перечной, лепестки цветов розы крымской, укроп огородный (все растение), плоды фенхеля, корень одуванчика лекарственного, плоды шиповника коричневого, кукурузные рыльца, листья мать-и-мачехи.

Рекомендуют цветы бессмертника песчаного, траву сушеницы болотной, траву душицы, траву ивы белой, листья кипрея узколистного, плоды рябины обыкновенной. Благоприятно действуют побеги малины, корень цикория обыкновенного, корень лопуха большого. Можно давать траву зверобоя продырявленного, солому овса посевного, корневище шлемника байкальского, траву руты душистой, цветы и траву лаванды, цветы калины, траву шалфея лекарственного, цветки липы широколистной, корнеплоды моркови, плоды клюквы, чеснок и лук (все растение).

Кроме лекарств официальной медицины, в остром периоде инфаркта миокарда (под наблюдением лечащего врача) больному можно давать сборы следующего состава.

Сбор № 1:

хвощ полевой – 2 части;
травя горца птичьего – 3 части;
цветки боярышника – 5 частей.

2 части смеси заливают 400 мл кипятка и настаивают 1 час. Процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана **при сердечной слабости**.

Сбор № 2:

травя донника;
цветы клевера;
плоды боярышника;
корневища валерианы;
травя лабазника;
листья мелиссы;
листья кипрея;
лепестки цветков розы.

Всего взять поровну, перемешать. 1 столовую ложку сбора залить 300 мл воды и нагревать на водяной бане в закрытой посуде 15 минут. Настаивать 1 час, процедить. Принимать по $\frac{1}{3}$ стакана 3–4 раза в день.

Сбор № 3:

корень валерианы – 1 часть;
лист Melissa – 1 часть;
трава тысячелистника – 1 часть;
плоды аниса – 2 части.

1 столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 1 час. Процедить. Пить 3–4 раза в день мелкими глотками по $\frac{1}{3}$ стакана при **сердечной слабости**.

Сбор № 4:

трава донника;
корневище девясила;
побеги багульника;
трава укропа;
цветки бессмертника;
трава чистотела;
трава душицы.

Всего взять поровну, измельчить. 1 столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, кипятить 2–3 минуты. Настоять 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана в теплом виде после еды.

Сбор № 5:

трава горца птичьего – 3 части;
цветки боярышника – 5 частей;
трава хвоща полевого – 2 части.

1 столовую ложку смеси залить в термосе стаканом кипятка. Настоять ночь, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3–4 раза в день при сердцебиении, бессоннице, раздражительности.

Сбор № 6:

листья вахты;
цветы боярышника;
цветы клевера;
трава лабазника;
трава душицы;
корень одуванчика;
листья мяты перечной;
корневище девясила;
трава шалфея;
трава чистотела.

Все смешать, измельчить в порошок. 1 столовую ложку смеси залить 300 мл кипятка и кипятить на слабом огне 3 минуты. Настаивать 1 час. Процедить. Принимать по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день, теплым, после еды.

Сбор № 7:

трава горца птичьего – 15 г;
трава хвоща полевого – 10 г;
цветки боярышника – 25 г.

1 столовую ложку смеси залить 300 мл кипятка, настаивать 1 час в теплом месте, процедить. Выпить в течение дня за 5–6 приемов при **сердечной слабости**.

Сбор № 8:

трава сушеницы болотной – 15 г;
цветки боярышника – 15 г;
трава пустырника – 15 г;
цветки ромашки аптечной – 5 г.

1 столовую ложку смеси залить стаканом кипятка и настаивать в течение ночи. Процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день после еды при **сердечной слабости, болях в области сердца и одышке**.

После того как острые явления у больного инфарктом миокарда проходят и его состояние улучшается, можно переходить на фитосборы другого состава.

Сбор № 1:

листья сныти;
листья вахты трехлистной;
листья мелиссы;
плоды рябины.

Всего взять поровну, измельчить, размешать. 2 чайные ложки сбора залить 300 мл кипятка и настаивать в теплом месте 2 часа. Процедить. Принять в 3 приема в течение дня.

Сбор № 2:

цветы боярышника;
плоды укропа;
солома овса;
цветки липы;
цветки календулы.

Приготовление и применение, как в предыдущем рецепте.

Сбор № 3:

трава мяты перечной;
трава донника;
цветки калины;
трава сушеницы болотной.

Всего взять поровну, измельчить, смешать. 1 столовую ложку измельченного в порошок сбора залить 300 мл воды и настаивать в термосе 3 часа. Процедить. Пить по 50 мл 3–4 раза в день за полчаса до еды.

Сбор № 4:

листья ландыша;
трава лабазника;
плоды шиповника;
трава душицы;
корень одуванчика;

Приготовление и применение, как в предыдущем рецепте.

Сбор № 5:

цветы календулы;
цветы бессмертника песчаного;
листья мать-и-мачехи;
корневище валерианы;
корневище дягиля;
кора ивы белой;
трава шалфея;
трава лаванды.

Все измельчить, перемешать. 1 столовую ложку сбора залить 300 мл кипятка и настаивать в термосе ночь. Процедить. Принимать по $\frac{1}{3}$ стакана 3–4 раза в день за час до еды.

Сбор № 6:

цветы клевера;
плоды боярышника;
трава зверобоя;
кора ивы белой;
плоды фенхеля.

1 столовую ложку измельченного сбора залить 300 мл кипятка и нагревать на водяной бане 15 минут. Охлаждать в течение часа при комнатной температуре, процедить. Принять все за 3–4 раза в теплом виде.

Для лечения **инфаркта миокарда (не в острой стадии!)** народная медицина также рекомендует следующие растительные лекарственные средства:

– лещина древовидная (орешник). Препараты из лещины расширяют сосуды сердца и поэтому показаны при всех видах ишемической болезни. *Настойки* и *настои* лещины обыкновенной **понижают артериальное давление**, действуют на нервную систему как **успокаивающее** средство и усиливают действие **обезболивающих** средств при инфаркте миокарда и стенокардии. Листья и кора лещины в народной медицине используются также как хорошее средство для лечения гипертонической болезни и аденомы предстательной железы у мужчин.

Вот как приготовить *настой*: столовую ложку измельченных и высушенных листьев или коры залить стаканом кипятка. Настаивать 1 час в тепле. Пить по 2 столовые ложки 3–4 раза в день;

– пастернак посевной. Препараты из пастернака являются хорошим **спазмолитическим** средством, а также мягко понижают артериальное давление и расширяют сосуды сердца. Лекарственным сырьем служат корнеплоды и семена пастернака. Из них готовят таблетки фурукумарина, которые принимают при **ишемической болезни сердца** (по 1 табл. 4 раза в день). Препараты для наружного лечения (ксанторин и бероксан) применяются для лечения **витилиго**;

– маслина. *Настои* и *отвары* из листьев маслины применяются в народной медицине в качестве **коронаро-расширяющего** и **антиаритмического** средства. Масло, добываемое из плодов, является прекрасным желчегонным средством. Экстракты из листьев маслины оказывают выраженный гипотензивный эффект. Вот как готовится *настойка*: 100 г почек вместе с листьями заливают 300 мл 96 %-ного спирта. Настаивают 7 дней в темном и теплом месте. Процеживают. Пьют по 30 капель 3–4 раза в день при **ишемической болезни сердца, гипертонии и атеросклерозе**.

Настой готовят следующим образом. 2 столовые ложки высушенных и измельченных листьев с почками залить 300 мл кипящей воды. Настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3–4 раза в день;

– сок моркови. Всем больным, перенесшим **инфаркт миокарда**, рекомендуется ежедневно выпивать по $\frac{1}{2}$ стакана сока моркови с 1 чайной ложкой подсолнечного масла;

– взять 10 г свежих облиственных стеблей петрушки, измельчить и залить 1 литром белого или красного натурального виноградного вина, добавить 2 столовые ложки винного уксуса и кипятить на слабом огне 10 минут. Затем добавить в смесь 300 г меда и кипятить еще 5 минут. В горячем виде разлить по бутылкам, закупорить и после остывания держать в холодильнике. Принимать по 1–3 столовые ложки в день при всех сердечных болезнях как общеукрепляющее средство;

– приготовить смесь: 125 г измельченных плодов инжира, 250 г смолотых без семечек (но со шкуркой) лимонов, 250 г меда и 50 г водки. Все размешать деревянной ложкой и хранить в холодильнике. Принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день **как общеукрепляющее средство** при всех сердечных болезнях;

– в стакане березового сока растворить столовую ложку меда и сок половины лимона. Выпить в 1 прием небольшими глотками утром (натощак) при **гипертонической болезни, водянке, сердечных отеках, бессоннице**;

– 100 г сухой измельченной травы зверобоя залить 2 литрами воды. Кипятить на слабом огне 10 минут, настаивать 1 час при комнатной температуре, процедить. Добавить 200 г меда, перемешать. Хранить в плотно закрытой посуде в холодильнике. Принимать по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день при **ослаблении сердечной деятельности**;

– при болях в сердце при **ишемической болезни**, а также после перенесенного инфаркта миокарда народная медицина рекомендует применять следующий состав: 5 головок чеснока, 5 лимонов с кожурой, 0,5 кг меда. Чеснок и лимоны измельчить на мясорубке, перемешать с медом, настоять 7 дней. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день натощак. Курс лечения – 2 месяца. Средство является одним из лучших помощников **после перенесенного инфаркта миокарда** и при упорной **ишемической болезни**;

– при **ослабленном сердце, перебоях в его работе** народная медицина рекомендует применять мяту перечную. Чайную ложку сухих измельченных листьев залить стаканом крутого кипятка и настаивать 1 час. Процедить. Пить по 1 стакану утром натощак в течение длительного времени. Перерывов в лечении не делать в течение полугода;

– для **предупреждения инфаркта миокарда и инсульта** полезны свежие плоды ирги, а также *настои* и *отвары* из них и из листьев ирги с почками;

– при **болезнях сердца** полезна картофельная диета: больному в течение дня дают до 1 кг вареного несоленого картофеля (5–6 приемов по 200 г). Для улучшения вкуса в картофель можно добавлять свежеприготовленную простоквашу;

– при болях в области сердца, **ишемической болезни, гипертонии и сердцебиении** народы Северного Кавказа используют листья магнолии крупноцветной. 100 г свежих измельченных листьев магнолии залить 500 мл водки или спирта и настаивать в темном месте 7 дней, периодически встряхивая содержимое. Процедить. Принимать по 20 капель с водой 2–3 раза в день;

– при **стенокардии, слабости сердца** после перенесенного инфаркта миокарда, при **гипертонии** и хронической **сердечной недостаточности** принимают астрагал пушистоцветковый. 100 г свежей измельченной травы астрагала залить 1 литром сухого белого вина, настоять в темном прохладном месте 3 недели, периодически встряхивая, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды;

– болгарская целительница Ванга для **предохранения от сердечных заболеваний** рекомендовала каждому человеку 4 раза в году пить по 4 дня чай из цветков голубого боярышника.

А вот какие советы дает своим больным-сердечникам известный целитель Ирина Васильева.

1. Приведите в порядок почки, легкие, кишечник и печень.

2. Научитесь ограничивать глубину дыхания. Выработайте у себя привычку в случае опасности уменьшать глубину дыхания и напрягать живот. Потренируйтесь, лежа в постели. Этот простой прием помогает замечательно и не дает никаких плохих последствий. Кроме того, нужно стараться избегать стрессов. Освойте **аутотренинг!**

3. При сильных сердечных болях возьмите в рот полколпачка любого настоя валерианового корня. Очень хорошо действует смесь валерианы с боярышником, капли Зеленина. Не глотайте сразу, подержите во рту 5–10 минут, потом проглотите. За это время вы успеете выпятить живот, уменьшить дыхание и сделать массаж меридиана сердца.

4. Наружный ход меридиана сердца начинается в подмышечной впадине, проходит по локтевой стороне плеча и предплечья как по левой, так и по правой руке, затем – по локтевому краю кисти и заканчивается у ногтя мизинца. Направление потока в меридиане – от плеча к мизинцу. Очень полезно растирание меридиана от локтя к мизинцу, с усилием, до жара в руке. Попробуйте прямо сейчас! Для этого закатайте рукава и растирайте до появления тепла локтевой край предплечья и кисти. Вначале на левой, а потом – на правой руке. Теперь найдите пульс на запястье, посчитайте частоту сердечных сокращений. Если **сердце бьется часто и сильно**, его нужно успокоить. Для этого массируйте медленно и сильно область запястья между первой и второй складочкой. Если пульс редкий и слабый, сердце нужно тонизировать. Для этого быстро и легко сдавливайте самый кончик мизинца у ногтевого ложа: осторожнее! Напрягите горло. Может подняться артериальное давление.

5. Положите правую ладонь под левую грудь на сердце. Прикройте глаза. Подумайте о сердце с благодарностью. Поблагодарите его за работу, успокойте его, погладьте, плотнее прижимая ладонь к груди, легкими круговыми движениями, так чтобы кожа сдвигалась. Скажите сердцу ласковое слово, пожелайте ему удачи. Пожелайте со страстью, с уверенностью – как вы скажете, так и будет! – любви и покоя. Разговаривайте со своим сердцем и помогайте ему постоянно.

6. Утром смочите ватку в настое валерианы и носите на груди весь день. Можно носить на груди в специальном мешочке валериановый корень и зубчик чеснока. Можно утром приготовить себе лекарство на весь день: возьмите кусочек хлеба величиной с палец. Разрежьте его на 4 части и на каждую накапайте 2–4 капли валерианового настоя. Каждые 4 часа берите кусочек в рот. Пожуйте и подержите несколько минут во рту, затем проглотите. Это нужно делать до полного исчезновения каких бы то ни было сердечных неполадок.

Больные с **острым инфарктом миокарда** нуждаются в срочной госпитализации и лечении в условиях стационара. В начале лечения основной упор делается на медикаментозные средства и лечебную гимнастику. Из лекарственных растений применяются только растения, обладающие успокаивающими и коронарорасширяющими свойствами. Роль лекарственных растений значительно возрастает в восстановительный период лечения, который начинается с 3–4 недель болезни. Период восстановления (реабилитации) постинфарктных больных занимает длительное время, и, конечно, весь этот срок больного нельзя держать только на аптечных препаратах. Методика применения лекарственных растений почти такая же, как при **хронической сердечной недостаточности и стенокардии**.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

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