



Нина БАШКИРЦЕВА

# ЧИСТОТЕЛ

от ста болезней



«КРЫЛОВ»

• Аллергия • Дерматит • Псориаз • Пневмония  
• Туберкулез кожи • Ожоги • Запоры • Ангина  
• Полипоз кишечника • Энтероколит • Холецистит  
• Желчнокаменная болезнь • Цистит • Гайморит

Природный лекарь

Нина Башкирцева

**Чистотел от ста болезней**

«Крылов»

2008

## **Башкирцева Н. А.**

Чистотел от ста болезней / Н. А. Башкирцева — «Крылов»,  
2008 — (Природный лекарь)

Чистотел – уникальное растение, обладающее огромной целительной силой. Ее действенность проверили на собственном опыте многие поколения. Растение предстает в литературе под разными именами – желтушник, золотая трава, бородавник... А уж об обилии рецептов и говорить не приходится – на каждое заболевание у народных целителей найдется немало рекомендаций. Известный автор Нина Башкирцева подробно рассказывает об истории использования чистотела в России и за рубежом, в народной и традиционной медицине, о его составе и свойствах. Советы, как собирать и заготавливать чистотел в домашних условиях, как приготовить из него лекарства для домашней аптечки, пригодятся каждому. Чтобы не ошибиться в выборе рецепта, в книге представлены краткие описания заболеваний, в лечении которых помогает чистотел. И эффективность всех рецептов, собранных здесь, подтверждена на практике, о чем красноречиво свидетельствуют истории исцеления, основанные на письмах наших читателей.

© Башкирцева Н. А., 2008

© Крылов, 2008

## Содержание

|                                                    |    |
|----------------------------------------------------|----|
| Введение                                           | 5  |
| Лекарство для всех народов                         | 7  |
| Как узнать чистотел                                | 8  |
| В чем сила чистотела                               | 9  |
| Как собирать и заготавливать чистотел              | 10 |
| Заготовка препаратов из чистотела                  | 11 |
| Приготовление сока из чистотела                    | 11 |
| Мазь от бородавок и мозолей                        | 11 |
| Профилактический и лечебный настой из чистотела    | 11 |
| Травяные сборы с чистотелом для лечебных ванн      | 12 |
| Лечение чистотелом                                 | 13 |
| Лечение кожных заболеваний                         | 15 |
| Лечение бородавок                                  | 15 |
| Сок от бородавок                                   | 16 |
| Мазь от бородавок                                  | 16 |
| Отвар для питья                                    | 16 |
| Лечение чесотки                                    | 16 |
| Ванна с чистотелом                                 | 17 |
| Лечение экземы                                     | 17 |
| Лечение соком чистотела                            | 17 |
| Настои для наружного применения                    | 18 |
| Мазь из чистотела                                  | 18 |
| Настои для внутреннего применения                  | 18 |
| Профилактический чай                               | 19 |
| Лечение дерматита                                  | 19 |
| Отвар из чистотела                                 | 19 |
| Примочки для лечения острого мокнущего дерматита   | 19 |
| Лечение себореи                                    | 20 |
| Масло от себореи                                   | 20 |
| Отвар для лечения себореи волосистой части головы  | 21 |
| Настой для лечения себореи волосистой части головы | 21 |
| Лечение угрей обыкновенных                         | 21 |
| Средство от угрей                                  | 21 |
| Настои для внутреннего применения                  | 22 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                  | 23 |

# Нина Анатольевна Башкирцева

## Чистотел от ста болезней

### Введение

Если вы услышите, как кто-то рекомендует делать примочки с настоем бородавника, попить желтушник или добавить в ванну отвар золотой травы, не торопитесь покупать в аптеке сразу три упаковки лекарственных трав. Ведь речь идет лишь об одном растении – чистотеле, который народ щедро награждал разными именами.

Наверное, нет в нашей стране другого растения, чье название так красноречиво говорило бы о его целебных свойствах. Удивительная способность чистотела очищать кожу была замечена еще древними людьми, которые и дали ему это имя. С помощью чистотела лечили мозоли, прыщи, кожную сыпь, грибок и даже герпес на губах, но больше всего чистотел славился своей способностью быстро и легко выводить бородавки, за что в народе его называют бородавником или бородавковой травой. А за ярко-желтый сок это растение окрестили золотой травой. Однако наравне с такими лестными именами чистотел известен как чертово молоко и ведьмина трава, и не зря. Обладая сильными прижигающими и очищающими свойствами, сок этого растения может вызвать сильное отравление, поскольку содержит ядовитый компонент. Поэтому чистотел требует очень осторожного обращения, ведь любое эффективное лекарство может стать опасным, если его использовать в неумеренных количествах. Это же относится ко всем лекарственным травам, а в особенности к тем, которые обладают ярко выраженным лечебным эффектом. Тому, кто не знает, как действует чистотел на организм человека и животных, лучше к нему не прикасаться.

Чистотел очень широко распространен по всему миру и известен многим народам. Древние греки заметили, что чистотел расцветает во время прилета ласточек, а заканчивает цвести, когда эти птицы покидают теплые края, поэтому они называли его ласточкиной травой. Греческие лекари успешно применяли это растение не только для лечения кожных болезней, но и как обезболивающее и противовоспалительное средство при желудочных и кишечных расстройствах, заболеваниях глаз, носа и ушей. Первое упоминание о чистотеле относится к III веку до нашей эры. Греческий эскулап Теофраст лечил им желтуху, прописывал настои и отвары чистотела для лечения некоторых болезней печени и желудка: выведения камней из желчного пузыря и в качестве слабительного средства при запорах. Авиценна рекомендовал млечный сок чистотела при бельме на глазу и трахоме, а также в качестве средства, отлично успокаивающего зубную боль. Лекари в Средние века использовали это растение для избавления от туберкулеза и волчанки. На Руси чистотел активно применяли для лечения желтухи, за что он получили еще одно название – желтушник. А купание детей в отваре чистотела в народе считалось лучшим средством избавления от чесотки и золотухи. Девушки сводили свежим соком чистотела веснушки. В деревнях каждое лето заготавливали спиртовой или водный настой чистотела и использовали его весь год как дезинфицирующее и бактерицидное средство вместо йода, промывая им раны и язвы. Чистотелом лечились не только сами, но и спасали домашний скот от падежа при массовых эпидемиях, окуривая животных этой травой. Собирали чистотел везде, благо домашний скот обходил его из-за резкого неприятного вкуса и ядовитого сока. Чаще всего за этой травой не надо было далеко ходить: она росла в каждом дворе возле забора, или, как раньше говорили, тына. За это чистотел иногда называли подтынником.

Народ не скупился придумывать чистотелу имена, а его научное название на латинском языке обобщило все удивительные свойства растения. Чистотел в переводе с латинского звучит как «дар небес» (*Chelidonium*). Многовековой опыт применения этой травы в народной

медицине доказал, что она способна очищать человека не только снаружи, но и внутри, излечивая самые разные недуги. Поэтому чистотелом давно заинтересовались ученые, которые исследовали состав удивительной травы и использовали ее для изготовления лекарств. Сегодня вытяжки и сок этого растения входят в состав мазей, настоек и других лекарственных препаратов, широко используемых в медицине. Особенно активно применяется чистотел в гомеопатии. Экстракты из растения входят в состав гомеопатических препаратов для лечения печени, кишечника и регуляции обмена веществ. Лекарственные свойства чистотела доказаны современной наукой. Так, выявлена способность чистотела задерживать рост патогенных грибков и злокачественных опухолей.

## Лекарство для всех народов

Фармацевты разных стран изготавливают препараты из чистотела для лечения многих болезней. Однако везде он употребляется под строгим контролем врача, так как весьма ядовит.

Во многих странах, где произрастает это растение, сложились свои традиционные взгляды на лечение чистотелом. Так, в Болгарии используют сок чистотела в качестве болеутоляющего и спазмолитического средства при заболеваниях печени и желчного пузыря, желчных камнях (песке), желтухе, гастрите и колите. В Польше чистотел известен как противовоспалительное, болеутоляющее и противоглистное средство. Врачи назначают препараты из чистотела и сок растения при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печеночной колике, геморрое, а также при болезненных менструациях. А вот австрийские ученые утверждают, что вытяжка из чистотела усиливает функцию желчного пузыря и желчных протоков, а также обладает сильными противосудорожными и успокаивающими свойствами. Во Франции чистотел применяют в качестве эффективного мочегонного и слабительного средства, а сок молодых растений используют как возбуждающее.

В отечественной медицине мазь из порошка травы чистотела активно используется для лечения туберкулеза кожи, волчанки и даже рака кожи, а настойка из его корней применяется при желчнокаменной болезни, дисбактериозе и запорах. При внутривенном введении препарат из чистотела снижает кровяное давление и замедляет пульс, а при наружном применении заживляет рубцы и язвы на коже, лечит экзему и псориаз. В одной из российских клиник проводились клинические исследования по лечению с помощью сока чистотела полипов кишечника и мочевого пузыря, и были получены отличные результаты, многие пациенты избавились от необходимости хирургического вмешательства. В нашей стране чистотел называют русским женьшенем за то, что он избавлял и продолжает лечить людей от любой хвори.

Оранжевый сок, которым насыщены все части растения, делает его ценнейшим природным лекарством, поэтому в народной медицине используются и корень, и стебли, и листья чистотела. Из них делают отвары, настои и настойки, которые, как и сок чистотела, можно заготавливать впрок или готовить из высушенного растения. Соком растения успокаивают раздраженную кожу и нервы, лечат ожоги и раны, настои используют для лечения внутренних органов – печени, желудка, кишечника, почек, половых органов, сосудов и суставов. Чистотел помогает справиться с гипертонией, урегулировать работу сердца, победить бронхит и снять приступ бронхиальной астмы, с его помощью можно даже избавиться от атеросклероза, одышки, поднять иммунитет и восстановить силы. Наличие биологически активных веществ широкого спектра действия делает это растение незаменимым для профилактики многих заболеваний, особенно действенны лечебные и оздоровительные ванны с экстрактом чистотела, которые имеют высокий закаливающий эффект и стимулируют обмен веществ. Действительно, трудно найти недуг, с которым бы не справился чистотел, ведь главное его свойство – восстанавливать здоровье всего организма в целом, воздействуя на причину, а не на последствие и проявление болезни. В этом вы не раз убедитесь, прочитав настоящую книгу.

В древности чистотел использовали в бытовых целях: соком растения травили и чернили металл, а также окрашивали шерстяные ткани в яркие цвета красно-желтых тонов. Такую краску для шерсти легко получить из свежей или высушенной травы чистотела. Для этого нужно сделать крепкий настой травы и выдержать в нем ткань от 3 до 12 часов. В зависимости от насыщенности раствора и времени выдержки получится определенный цвет шерсти: 3 часа – желтый цвет, 5 часов – оранжевый, 10—12 часов – красный.

## Как узнать чистотел

А теперь переходим к самому главному, ведь чтобы запастись этим природным лекарством, нужно знать его «в лицо». Найти чистотел среди множества трав не трудно, потому что он имеет много отличительных признаков. Какие же они?

Чистотел относится к семейству маковых. Это многолетнее растение высотой до 1 м. Его стебель прямой и ветвистый, темно-красного цвета, полый внутри. Он имеет ребристую поверхность, покрытую короткими волосками. Если стебель переломить или срезать, то из этого места начнет выделяться сок ярко-желтого цвета – это и есть самый главный отличительный признак чистотела, благодаря которому его ни за что не перепутаешь с другими полевыми или лесными цветками. Листья у чистотела тоже очень характерные: сверху светло-зеленые, а снизу сизые, черешковые, глубокоперистораздельные, с круглыми или яйцевидными долями. Нижние листья располагаются на длинных черешках, верхние сидят прямо на стебле. Цветет растение золотисто-желтыми соцветиями, состоящими из нескольких цветков: от четырех до восьми штук. Соцветия образуют простой зонтик, они покоятся на длинных цветоножках. Цветет чистотел с мая по июль, а если цветки срезать, то начнется вторая волна цветения, которая длится до конца августа. Когда цветки засыхают, появляется плод – стручковидная одногнездная коробочка. Плоды появляются в июле, августе и даже сентябре.

Чистотел имеет очень острый отталкивающий запах и такой же неприятный горький вкус. Чистотел распространен на всей европейской части России, на севере страны, в Восточной Сибири и на Кавказе. Это растение теневыносливое и очень нетребовательное к почве и погодным условиям. Излюбленные места произрастания чистотела – огороды и дачные участки, где он любит селиться возле стен и заборов. Но чистотел можно встретить повсюду – в лесах, в оврагах, на болотах, на равнинах и даже в горах. Дикие и домашние животные избегают употреблять это растение в пищу, потому что оно невкусное и в большом количестве ядовитое. Но для человека чистотел является настоящим кладом, потому что в нем содержатся природные лекарства практически от всех болезней.

## В чем сила чистотела

Широким спектром лечебного воздействия растение обязано наличию в своем составе алкалоидов – химических веществ, оказывающих различное влияние на организм. Их в чистотеле около 20. Больше всего биологически активных веществ в корне – от 2% до 4%, в траве меньше – от 1% до 2%. В молодом растении алкалоидов меньше, чем в старом, поэтому молодые листья и корни, а также добытый из них сок оказывают более мягкое воздействие на организм.

Самые сильные из алкалоидов – хелидонин, гомохелидонин, метоксихелидонин, хелеритрин, оксизелидонин, сангвинарин, оксисангвинарин, протопин, аллокриптонин, скаретин, берберин, спартеин, коптизин, хелидамин, дефиллин, хелирубин, хелилютин, хелилотин.

Хелидонин действует аналогично папаверину, снижающему кровяное давление, а также морфину, замедляющему пульс и угнетающему деятельность центральной нервной системы, но в больших дозах или при неумеренном употреблении препаратов из чистотела этот алкалоид способен вызвать паралич нервной системы.

Сильнейшим анестетиком является гомохелидонин, благодаря которому лекарства на основе чистотела имеют обезболивающий эффект. Но передозировка опасна, потому что этот алкалоид является сильным судорожным ядом.

Трава чистотела применяется в садоводстве в качестве фитонцидного средства против тлей, медяницы, щитовок и других вредителей садов и огородов. Для этого из свежей или сухой травы чистотела готовят настой: 1 кг измельченной травы заливают 12 л воды и настаивают в течение двух дней.

Наподобие стрихнина действует алкалоид сангвинарин. Он усиливает перистальтику кишечника и секрецию слюны, стимулируя процессы пищеварения, одновременно оказывая кратковременное обезболивающее действие. Однако и этот алкалоид в больших дозах опасен – он провоцирует судороги.

Раздражающим свойством обладает хелеритрин, а протопин уменьшает возбудимость вегетативной нервной системы, тонизирует гладкую мускулатуру внутренних органов. Благодаря этому качеству чистотел дает хороший лечебный эффект при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, которые сопровождаются спазмом мускулатуры.

Помимо алкалоидов чистотел содержит много других полезных веществ, оказывающих оздоровительное и лечебное воздействие на человека. Это хорошо знакомый всем каротин – источник витамина А и не менее известная аскорбиновая кислота – витамин С.

Кроме этих веществ в состав чистотела входят флавоноиды, сапонины, горечи, смолистые вещества, органические кислоты – яблочная, лимонная, янтарная, что делает растение чрезвычайно полезным при нарушениях обмена веществ и заболеваниях суставов.

Русские крестьяне отвар чистотела использовали и в домашнем хозяйстве – им ошпаривали глиняные крынки, в которые потом наливали молоко. Молоко долго сохранялось и некисло.

## Как собирать и заготавливать чистотел

В лечебных и оздоровительных целях чистотел можно и нужно использовать круглый год. Даже практически здоровым людям это растение может пригодиться для лечения царапин и ссадин, снятия нервного напряжения и повышения иммунитета в межсезонье. Для поиска необходимого снадобья не надо бежать в аптеку, если травяной сбор, сок или настой чистотела будет заготовлен впрок. Чтобы домашнее лекарство было максимально эффективным, его нужно правильно собирать и сушить.

Впрок можно заготовить траву чистотела, из которой зимой вы будете готовить настои и отвары. Из корня растения летом выжимается сок, который консервируется и хранится в холодильнике.

Итак, для заготовки травы чистотела выбираем сухие солнечные дни во время его цветения, т. е. с мая по июль – август. Вооружившись серпом, находим места обитания растения. Внимательно присмотритесь, нет ли среди кустов чистотела пораженных и больных растений, с вялыми, бледно окрашенными листьями. Такое растение для сушки не годится, оно уже потеряло часть своих полезных качеств. Собирать нужно только те растения, листья которых имеют насыщенную зеленую окраску без признаков грибковых заболеваний и других поражений. Помните о том, что зимой вам предстоит лечиться этой травой, поэтому растения должны быть абсолютно здоровыми.

Теперь срезаем растения, но не у самого корня, а на расстоянии примерно 10 см от земли. Можно стебли просто обламывать руками, однако следите, чтобы сок не попал на кожу и одежду – он быстро окрасит ткань в желтый цвет, а на руках оставит небольшие, но неприятные ожоги. Еще опаснее, если капли сока чистотела попадут в глаза, вызвав ожоги слизистой оболочки и слезотечение. Поэтому сбором травы лучше заниматься в перчатках, а на глаза надевать защитные очки.

Как только чистотел будет срезан, сразу отправляем его сушиться на чердак, в сарай или в любое хорошо проветриваемое сухое и теплое помещение. Раскладывайте траву тонким слоем и не забывайте периодически ворошить, чтобы она не загнила. Если растение побуреет, его лучше выбросить, иначе гниль проникнет дальше и испортит другие растения. Гораздо эффективнее сушить траву в подвешенном состоянии. Можно это делать и на открытом воздухе, но обязательно под навесом, чтобы на растение не попадало яркое солнце, которое разрушает хлорофилл, меняет окраску листы и стебля и негативно влияет на состав растения, приводя к потере его ценных свойств. Растение сушат и в специальной сушилке или в печи при температуре 50—60 °С. При любом способе сушки годность сырья определяют так: при сгибании высушенные стебли должны сразу ломаться, а не гнуться.

Высушенную траву нужно поместить в полотняные или бумажные мешки и хранить в подвешенном состоянии в темноте или при приглушенном свете. Это самый лучший способ сохранения чистотела, благодаря которому растение проветривается с разных сторон. Но если такой возможности нет, то подойдут и обычные деревянные ящики, коробки и мешки, в которых хорошо высушенное сырье укладывается свободно, без уплотнения, и хранится в сухих помещениях без доступа света. При соблюдении всех этих условий высушенная трава не теряет своих качеств в течение трех лет.

Иногда заготавливают чистотел вместе с корнем, из которого готовят настои и спиртовые настойки. В этом случае кусты чистотела выкапывают целиком, осторожно очищая от земли корни. Затем корни хорошо промывают в воде и растения раскладывают для просушки. Как только вода испарится, кусты растений связывают по несколько штук вместе и сушат, подвешивая их на чердаках или в других сухих и хорошо проветриваемых помещениях. Когда растения окончательно подсохнут, их корни оборачивают плотной бумагой или холщовой тряпи-

цей и вывешивают в сухом месте для хранения. В таком виде чистотел может храниться около пяти лет, не теряя своих ценных свойств.

## **Заготовка препаратов из чистотела**

Заготавливать можно не только траву и корни чистотела, но и готовые препараты из растения – сок, настои для наружного и внутреннего применения, мази и травяные сборы для лечебных и оздоравливающих ванн. Гораздо удобнее, когда у вас имеется готовое средство, которое можно сразу быстро использовать. Поэтому мы предлагаем несколько таких рецептов.

### ***Приготовление сока из чистотела***

Сок чистотела является основой для приготовления лекарств от многих болезней, а также сам по себе является прекрасным лекарством, которое используется при различных заболеваниях в той или иной пропорции. Консервированный сок можно употреблять как антисептическое средство вместо йода, поэтому он незаменим в случаях аллергической реакции на йод. Те, кто хоть однажды пользовался соком чистотела как антисептиком, знают о его превосходных качествах: он отлично обеззараживает ранки и не щиплет кожу, поэтому прекрасно подходит для детей.

Свежим соком чистотела можно пользоваться все лето, а на зиму его нужно заготовить впрок. Для этого выбираем здоровые молодые растения, выкапываем их из земли вместе с корнями, которые тщательно очищаем и моем. Корни, стебли, листья и цветки режем на мелкие части и пропускаем через мясорубку. Затем полученную массу темно-зеленого цвета отжимаем через марлю и разливаем полученную жидкость в бутылки или банки с завинчивающимися крышками. Банки ставим в холодное место, но не в холодильник. Через 4—5 дней сок начнет бродить, поэтому нужно открыть крышки и выпустить газ, после чего снова плотно закрыть банки. Еще через пару дней вновь выпускаем газ (не забывая плотно закрыть крышки). Так повторяем несколько раз, пока брожение не прекратится. Готовый сок нужно хранить в прохладном месте в плотно закрытых бутылках. Он не потеряет своих целебных качеств в течение 2—3 лет.

### ***Мазь от бородавок и мозолей***

Эта мазь должна быть в каждом доме, ведь от мозолей и бородавок не застрахован никто. Хорошую услугу окажет это средство и при более серьезных заболеваниях кожи – экземе, диатезе или псориазе. Однако мазь годится не только для лечебных, но и для косметических целей. С ее помощью можно легко избавиться от веснушек и устранить участки пигментации на коже.

Итак, для приготовления мази вам понадобятся свежий сок чистотела и вазелин.

Сок чистотела и вазелин смешать в пропорции 1 : 4. Вместо сока можно взять сухую траву и истолочь ее в порошок, смешать с вазелином (или ланолином) в той же пропорции.

Мазь хранить в холодильнике не более двух лет.

### ***Профилактический и лечебный настой из чистотела***

Этот настой можно приготовить как из свежего растения, так и засушенной травы и корней. Его используют в профилактических и лечебных целях: для повышения иммунитета, восстановления сил, после стрессов для поддержания нервной системы. Летом лучше готовить настой из свежего чистотела. Он содержит больше ценных веществ.

Вырываем куст чистотела вместе с корнем, очищаем его от земли, хорошо промываем. Затем нарезаем все растение небольшими кусочками около 1 см. Пол-литровую банку запол-

няем на половину объема и заливаем сырье крутым кипятком (предварительно ополоснув им банку). Банку закрываем крышкой и накрываем полотенцем. Оставляем на столе до полного остывания. Если трава сушеная, то измельчаем ее и заполняем 1/4 объема банки. Настой готовится так же.

Хранить полученный настой нужно в холодильнике, но не более трех суток. А принимают его так:

взрослые – 1 ст. ложку настоя разводят в 1/2 стакана воды и принимают за 20 минут до еды 2—3 раза в день;

дети от 7 лет – 1 ч. ложку настоя разводят в 1/3 стакана воды и принимают за 15 минут до еды 2—3 раза в день.

Если настоем используется в целях профилактики и общего оздоровления организма, то его принимают в течение недели, затем делают перерыв на 4—5 дней и вновь принимают неделю. С такими перерывами настой можно принимать до четырех недель, затем сделать перерыв на два месяца.

В лечебных целях сроки приема настоя нужно обсудить с врачом. Обычно его назначают пить две недели, затем требуется двухнедельный перерыв, если потребуется, курс лечения повторяют.

### ***Травяные сборы с чистотелом для лечебных ванн***

Профилактические и оздоровительные ванны с добавлением чистотела – наиболее безобидный и в то же время действенный метод улучшения самочувствия и здоровья. Тем более что водные процедуры сами по себе являются успокаивающими и расслабляющими, а с добавлением тонизирующих и противовоспалительных трав полезны вдвойне.

Для ванн лучше использовать сбор трав. Обладая разными свойствами, они усилят и дополнят лечебный эффект. Такие сборы лучше заготавливать заранее и хранить в отдельном месте. Для них чистотел собирают и сушат отдельно, так как в этом случае используют лишь надземную часть растения. Одновременно нужно заготовить другие травы, которые используются в сборе для ванн, – череду, зверобой, шалфей, ромашку, валериану. Как только растения высохнут, их измельчают и перемешивают, взяв травы, включая чистотел, в равных частях. Затем по 2 стакана смеси рассыпают в отдельные пакетики. Зимой остается только достать пакетики, заварить смесь и приготовить ароматные и лечебные ванны.

Залить 2 стакана (200 г) сухой травяной смеси 4 л крутого кипятка, накрыть крышкой и настаивать 40 минут, затем процедить и добавить в ванну с водой, температура которой 37—38 °С. Продолжительность приема ванны не более 20 минут. Ванны рекомендуется принимать 1 или 2 раза в неделю.

### **Предупреждение!**

Лечение чистотелом и препаратами из этого растения проводится строго по рецептуре и только после согласования с врачом, так как принимаемые в больших дозах препараты могут вызвать отравление. Основные симптомы отравления: сильная жажда, тяжесть в голове и желудке, головокружение, обморочное состояние, галлюцинации, судороги. Первая помощь при отравлении чистотелом – промывание желудка и введение в организм как можно большего количества жидкости.

## Лечение чистотелом

Чистотел обладает широким спектром действия и полезен при огромном количестве заболеваний. Однако панацеей от всех бед нельзя назвать даже его. Как нет одинаковых людей, точно так же отличаются и недуги, которыми мы страдаем. У каждого из нас своя нервная система, свой уровень иммунитета и свои нажитые болячки. А эффект лечения любым лекарством во многом зависит от всех этих факторов. В одних случаях препараты или настои чистотела будут хорошим подспорьем при лечении заболевания основными медикаментозными средствами, в других случаях чистотел окажет общеукрепляющее, оздоровительное воздействие на организм, а в третьих, станет основным лекарством. Все это подскажет вам лечащий врач, но кое-что вы сможете сделать сами. Конечно, я не призываю вас ставить самому себе диагноз, но предположить наличие у себя того или иного недуга вполне реально. Тем более это необходимо, если уж вы собрались лечиться народными средствами.

Лечение чистотелом необходимо начинать с небольших доз, проверив индивидуальную реакцию организма на это растение. Если организм переносит его хорошо, то можно продолжать лечение по дозировкам, указанным в рецептах.

Главное отличие фитотерапии, то есть лечения травами, от медикаментозных методов состоит в том, чтобы воздействовать прежде всего на причину заболевания, а не только на его проявления. К примеру, экзема – это не только кожная патология, но и патология обмена веществ. Чистотел быстро и эффективно устранил некрасивые пятна и шелушения, при этом нормализует углеводный обмен, в результате нарушения которого кожа и дала такую ответную реакцию. Следовательно, мало только смазывать больные места соком чистотела или его настоем, нужно принимать его внутрь, чтобы оздоровить весь организм, – тогда болезнь уже не проявит себя вновь. То же самое касается любых заболеваний желудка, кишечника, суставов и т. д. Поэтому вам придется пройти небольшой ликбез – узнать о своей болезни чуть больше, а если вы вообще не знаете свой диагноз, а только испытываете те или иные неприятные ощущения, то сможете предположить, что с вами происходит.

Осторожность следует соблюдать даже при наружном использовании чистотела. Млечный сок этого растения ядовит, поэтому при попадании внутрь через поврежденную кожу может вызвать воспаление.

Прием чистотела требует очень внимательного подхода к своему здоровью и лечению. Помня о том, что в состав растения входят ядовитые вещества, особенно важно определить точную дозировку настоев или отваров, требуемых для лечения конкретного заболевания. Потому правильно определить состояние своего здоровья – это первый шаг. Второй – посоветоваться с врачом по поводу приема чистотела применительно к вашему заболеванию в тех дозировках, которые вы найдете на страницах этой книги. Пойдите к тому доктору, которому доверяете. Получив его «добро», действуйте! Тогда чистотел оправдает ваши ожидания. Это и будет третьим шагом – начать лечение с уверенностью в успехе, что очень важно, потому что вера в лечение и положительный эмоциональный настрой – это уже 50% успешного исцеления от любого недуга. А если у вас еще есть чистотел, то удача вам обеспечена.

**Противопоказания.** Препараты чистотела противопоказаны при беременности, эпилепсии, стенокардии, а также детям до трех лет.

Чистотел можно принимать внутрь не более двух недель подряд, после чего требуется сделать перерыв на две недели. Поскольку растение ядовито,

лучше применять его в смеси с другими травами, которые усилят его лечебный эффект и нейтрализуют токсическое действие.

## Лечение кожных заболеваний

Чистотел применяется для лечения большинства кожных заболеваний, причем не только в виде настоек и отваров, но и целебных ванн. Мы опираемся на опыт народной медицины и современные исследования в области фитотерапии, которая подтвердила старые, хорошо испытанные свойства, обнаружила новые возможности этого растения и разработала современные рецепты его использования. С их помощью тысячи людей избавились от себореи, дерматита, псориаза – болезней, которые трудно вылечить даже с помощью сильных лекарств химической природы.

Чистотел доказал свое право на существование не только как вспомогательное средство, но и как основное и наиболее эффективное лекарство. Поэтому сегодня уже многие врачи-дерматологи рекомендуют своим пациентам использовать это растение, не прибегая к дорогим и часто неэффективным препаратам, которые к тому же далеко не безопасны для организма. Ведь всякое химическое лекарство помимо пользы несет разрушение. Этого недостатка лишены натуральные растительные средства, хотя к ним нужно относиться не менее серьезно, ни в коем случае не используя по своему усмотрению и «на глазок». Особенно это касается чистотела, имеющего в своем составе ядовитые компоненты. Однако не пугайтесь слова «ядовитый». Вспомните, что именно яд в минимальных и строго определенных количествах является самым лучшим противоядием: важно соблюдать точность дозировки и знать рецепты его использования. Конечно, чистотел не имеет такой разрушительной силы, но наличие даже одного ядовитого компонента делает его сильным лекарством, к которому необходимо относиться с уважением и осторожностью. Поэтому соблюдайте рецептуру и лечитесь на здоровье. Это первое условие, необходимое для получения желаемого результата.

Прежде чем начинать лечение, убедитесь в точности своего диагноза. Себорея, дерматит, псориаз – несведущему человеку трудно разобраться в этих названиях, тем более если болезнь застала врасплох и нужно срочно что-то делать. Конечно, лучше всего обратиться к врачу, который разберется в характере кожных высыпаний или прыщей. Но такая возможность есть не всегда, к тому же лечение тогда дает самый лучший эффект, когда начато незамедлительно, в первые минуты болезни. Действительно, торопясь на ответственную деловую встречу и обнаружив у себя на лбу или висках красные пятна, которые к тому же нестерпимо чешутся, вы захотите срочно принять какие-то меры, чтобы облегчить свои физические и моральные мучения. Не зная, что с вами происходит и как с этим бороться, вам придется бежать в поликлинику, где, вполне вероятно, стоит очередь таких же страдальцев или не будет нужного специалиста. Тогда ваши мытарства продолжатся и вы займетесь поисками врача, а в это время уже можно было бы начать лечение и предотвратить развитие заболевания.

Поэтому лучше иметь представление о том, какая хворь с вами приключилась. Предлагая хорошо испытанные рецепты применения чистотела, мы даем краткое описание того заболевания, в лечении которого они эффективны. Разобравшись в своем диагнозе, вы можете с уверенностью приступить к лечению.

## Лечение бородавок

О том, как выглядят бородавки, известно многим, а тот, кто знаком с ними лишь понаслышке, уверен, что сможет «узнать» их с первого взгляда. Однако бородавку легко перепутать с другими образованиями на коже, например с папилломами. Чтобы этого не случилось, важно знать, почему появляются бородавки, что это такое и как они выглядят.

Итак, бородавки – это своеобразные опухоли, возникающие на коже под воздействием вирусов. Вирусы могут передаваться через рукопожатие, одежду или другие прямые контакты.

Бородавка может быть очень маленькой, размером с булавочную головку, а может и большой – до 2 см в диаметре. Также бородавки различаются по форме. Они бывают обыкновенными и плоскими. Обыкновенные, или вульгарные, бородавки узнать довольно просто. Они напоминают плотные узелки серого или коричневого цвета, шероховатые и совершенно безболезненные. Обыкновенные бородавки вырастают на коже целыми «семействами», нередко сливаясь в одно пятно. Но среди них всегда заметна главная материнская бородавка – она самая крупная. Плоские бородавки отвечают своему названию: имеют гладкую поверхность и нечеткий неправильный контур. Их еще называют юношескими, так как они обычно появляются в детском или юношеском возрасте. Плоские бородавки чаще всего возникают на тыльной стороне кожи рук и на лице и появляются по несколько штук в одном месте. Они держатся очень долго, плохо поддаваясь медикаментозному лечению, и часто появляются вновь после выведения. Бывают и болезненные бородавки. Обычно они располагаются на подошвах ступней и напоминают мозоли. Это так называемые подошвенные бородавки.

Из всех средств выведения бородавок с древности и по сей день лучшим считается чистотел. После его использования даже часто рецидивирующие плоские бородавки больше не появляются.

### ***Сок от бородавок***

Используется свежий млечный сок чистотела. Неразбавленным соком смазывать бородавки 3—4 раза в день.

### ***Мазь от бородавок***

Перемешать 1 ст. ложку свежего или консервированного (заготовленного летом) сока чистотела с 4 ст. ложками вазелина. Добавить 1/4 ч. ложки карболовой кислоты, чтобы мазь не заплесневела. Вместо сока можно взять измельченную до порошка сухую траву чистотела.

Мазь эффективна не только для выведения бородавок, но и для лечения мозолей, удаления веснушек и пигментных пятен.

### ***Отвар для питья***

Смешать 1 ст. ложку травы чистотела большого, 1 ст. ложку листа подорожника большого, 2 ст. ложки листьев мелиссы лекарственной, 2 ст. ложки листьев крапивы двудомной, 2 ст. ложки травы хвоща полевого, 1 ст. ложку корня одуванчика лекарственного. Все хорошо перемешать, насыпать 2 ст. ложки сбора в эмалированную кастрюлю, залить 3 стаканами холодной воды и довести до кипения. Снять с огня и оставить остывать при комнатной температуре. Когда отвар остынет, процедить и хранить в холодильнике не больше двух дней.

Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день перед едой.

## **Лечение чесотки**

Чесотка – это заразное заболевание, которое вызывает чесоточный клещ. Он очень быстро размножается на коже человека, прогрызая в ее верхних слоях ходы, в которых самка откладывает яйца. За один месяц на теле человека появляется до 5 млн особей паразитов. Клещи питаются клетками кожи. Их укусы и вызывают зуд. На месте укуса появляется красный пузырек, который нестерпимо чешется.

Несмотря на то что клещ очень мелкий, его можно увидеть под кожей в виде маленькой белой точки внутри пузырька. Чесоточные ходы, которые проделывают клещи, тоже заметны. Они представляют собой выпуклые полосы, которыми испещрены те места, где поселились

паразиты. В основном поражаются ладони и боковые поверхности пальцев, складки кожи возле плеч, кожа около сосков, на ягодицах и бедрах, под коленями, у мужчин – кожа полового члена, а у детей клещ поселяется на подошвах стоп, лице и волосистой части головы.

Заразиться чесоткой можно при рукопожатии и другом тесном контакте с больным человеком, а также через общие предметы личной гигиены – полотенце, постельное белье, перчатки.

Заболевание проявляется через 10 дней после заражения, а протекает месяцами и даже годами, если его не лечить.

Чесотка опасна своими осложнениями – гнойничковыми воспалениями кожи, переходящими в экзему.

Единственный способ борьбы с недугом – уничтожение чесоточного клеща, что возможно при помощи чистотела.

### ***Ванна с чистотелом***

Поместить 50 г измельченного чистотела (3 ст. ложки) в эмалированную кастрюлю и залить 1/2 л крутого кипятка (2,5 стакана). Накрыть крышкой и поставить на водяную баню на 30 минут. Затем отвар охладить при комнатной температуре в течение 15 минут, процедить, отжимая сырье. Отвар вылить в ванну с теплой водой.

Принимать ванны с чистотелом вечером перед сном каждый день в течение недели.

Отвар можно заготовить сразу на две или три ванны, но не более, так как его можно хранить в холодильнике не более двух суток.

### **Лечение экземы**

Экзема – это хроническое кожное заболевание аллергического характера. Ее основные симптомы – покрасневшая кожа, которая сильно чешется и шелушится, а затем покрывается коркой. Это происходит из-за воспаления глубокого и поверхностного слоев кожи. Чаще всего очаги поражения появляются на кистях рук и локтях, внутренней поверхности коленных и локтевых сгибов, а у детей экзема поражает также лицо, кожу головы и шеи.

Причина экземы – сбой в работе иммунной системы, в результате которого организм реагирует кожной патологией на определенную пищу или какие-либо внешние воздействия. Часто экзема передается генетически – от родителей к детям.

Экзема может проявиться в любом возрасте – как у младенца, так и у зрелого человека. Возникшее в раннем детстве заболевание часто надолго затухает или проходит совсем, когда ребенок подрастает.

Кожные проявления экземы свидетельствуют о наличии дисбактериоза и проявляются на его фоне, поэтому очень важно лечить не только кожу, но и восстанавливать кишечную флору, в том числе препаратами из чистотела. Патогенные бактерии, которые размножаются на слизистой оболочке желудка и кишечника, необходимо выводить из организма. Для этого нужно принимать еще и энтеросорбенты, например активированный уголь.

Во время лечения рекомендуется также принимать успокоительные средства, так как экзему провоцируют психическое перенапряжение и стресс. Кроме того, нельзя забывать о диете: такие продукты, как яйца, кофе, шоколад, цитрусовые, соленья и маринады лучше не употреблять.

### ***Лечение соком чистотела***

Обильно смазывать соком чистотела (свежим или заготовленным) места поражения. Во время нанесения сока возможно появление зуда, который нужно перетерпеть. Как только зуд

утихнет, сок вновь нанести на пораженное место. Так поступить 3 раза. С каждым разом зуд будет уменьшаться и вскоре пройдет совсем, исчезнет и воспаление.

Такое лечение подходит также при грибке и лишае.

### ***Настои для наружного применения***

#### ***Рецепт № 1***

Засыпать 2 ст. ложки измельченной травы и корней чистотела в эмалированную посуду, залить 1 стаканом кипятка и нагревать на водяной бане 15 минут. Затем охладить отвар при комнатной температуре в течение 45 минут, процедить, перелить в стеклянную посуду с пробкой. Хранить не более двух дней.

Полученным настоем смазывать пораженную кожу 3—4 раза в день.

#### ***Рецепт № 2***

Высыпать 1 ст. ложку измельченной травы и корней чистотела и 1 ст. ложку корня одуванчика в эмалированную кастрюлю. Залить сырье 2 стаканами кипятка, закрыть крышкой и нагревать на водяной бане 30 минут. Затем остудить отвар при комнатной температуре в течение 15 минут, процедить и перелить в стеклянную банку или бутылку с плотно прилегающей пробкой. Хранить в темном прохладном месте не более двух дней.

Делать примочки на пораженную кожу 3—4 раза в день.

### ***Мазь из чистотела***

Свежие или засушенные листья чистотела мелко нарезать и смешать с ланолином и вазелином в пропорции 2 : 1 : 1. Хранить мазь при комнатной температуре.

Наносить мазь на пораженные места 3—4 раза в день.

### ***Настои для внутреннего применения***

Вместе с наружным применением сока и настоев из чистотела нужно принимать внутрь травяные настои и чай.

#### ***Рецепт № 1***

Смешать 1 ст. ложку травы чистотела, 2 ст. ложки листьев крапивы двудомной, 1 ст. ложку травы череды трехраздельной, 1 ст. ложку корня валерианы. Все тщательно перемешать, взять 2 ст. ложки смеси и залить ее 2,5 стакана кипятка. Поставить на водяную баню на 30 минут. Остудить при комнатной температуре в течение 20 минут и процедить.

Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день за 30 минут до еды.

#### ***Рецепт № 2 (средство использовать при сильной или запущенной экземе)***

Настой готовить как в предыдущем рецепте. Но травяной сбор будет другой. Смешать 5 ст. ложек травы чистотела, 1 ст. ложку цветков пижмы обыкновенной, 2 ст. ложки цветков фиалки трехцветной, 2 ст. ложки корня одуванчика, 2 ст. ложки кукурузных рылец и 1 ст. ложку корня цикория. Можно приготовить сбор без цикория.

Все тщательно перемешать, приготовить настой и принимать его по 1/2 стакана 3 раза в день.

### ***Профилактический чай***

Этот напиток очень эффективен для профилактики экземы при едва заметном покраснении кожи и факторах, провоцирующих ее начало (стрессе, нарушении диеты).

Смешать 2 ст. ложки травы и корня чистотела, 4 ст. ложки череды трехраздельной, 1 ст. ложку фиалки трехцветной, 1 ст. ложку цветков бузины черной, 3 ст. ложки травы зверобоя продырявленного и 4 ст. ложки листьев яснотки белой. Все тщательно перемешать и пересыпать в стеклянную банку с плотно закручивающейся крышкой или холщовый мешочек.

Приготовить чай. Для этого 2 ст. ложки сбора заварить 2 стаканами кипятка, дать настояться 10—15 минут, процедить. Добавить сахар по вкусу.

Пить по 1/2 стакана 3 раза в день после еды.

### **Лечение дерматита**

Дерматит – это воспаление кожи, вызванное механическим или химическим воздействием. Разделяют острую и хроническую формы заболевания.

Для острого дерматита характерно покраснение кожи, появление на ней отеков и пузырей, которые лопаются с образованием ссадин и даже язвы. Возникает зуд и ощущение жжения и покалывания, даже боли. В некоторых случаях происходит омертвление участков кожи.

Хронический дерматит развивается при длительном воздействии на кожу каких-либо раздражителей. Чаще всего его появление провоцируют трение кожи о грубую одежду или тесную обувь, длительно незаживающие ожоги или отморожения, воздействие рентгеновских и радиоактивных излучений. Заболевание проявляется утолщением рогового слоя кожи, на котором четко проступают кожные линии. Нередко кожа становится синюшной.

Обычно дерматитом страдают работники промышленных предприятий, находящиеся в постоянном контакте с химическими и физическими раздражителями.

Чтобы предупредить развитие дерматита или вылечить уже начавшееся заболевание, необходимо несколько раз в день делать примочки и промывания пораженных частей препаратами с чистотелом. Летом нужно прикладывать к коже измельченные свежие листья чистотела, которые быстро снимут воспаление.

При дерматите употребление настоев внутрь не обязательно, ведь это чисто кожное заболевание, хотя для повышения сопротивляемости организма профилактические настои будут очень полезны.

### ***Отвар из чистотела***

Высыпать 4 ст. ложки сухой травы чистотела в эмалированную кастрюлю, залить 1 л холодной воды, закрыть кастрюлю крышкой. Довести до кипения и варить на медленном огне 10 минут. Снять отвар с огня и настаивать в течение 8 часов. Процедить и хранить в холодильнике 3 дня.

Отваром промывать пораженную кожу, делать примочки и добавлять в ванны.

### ***Примочки для лечения острого мокнущего дерматита***

При острой форме дерматита с сильным зудом и мокнущей кожей используют более крепкий отвар чистотела.

Положить 2 стакана мелко измельченной травы вместе с корнями в эмалированную кастрюлю, залить 1 л холодной воды и довести до кипения. Закрывать крышкой и держать на

маленьком огне 30 минут. Настаивать при комнатной температуре 3 часа, затем процедить и использовать для примочек и теплых местных ванночек, которые нужно делать 5—6 раз в день.

Это средство уменьшает воспаление и подсушивает кожу.

Ванночки и примочки можно применять для детей после 12 лет.

## Лечение себореи

Себорея – это заболевание кожи, связанное с нарушением работы сальных желез. Об этом говорит название недуга – в переводе с латинского языка *sebum* означает «сало», а *rheo* переводится как «теку». Сальные железы вырабатывают слишком много сального секрета, который к тому же перенасыщен жирными кислотами. Себорея может появиться на всех участках кожи, где есть сальные железы, но чаще всего поражает волосистую часть головы, кожу лица (носогубный треугольник), груди и спины. На этих участках сальных желез больше всего.

Среди причин, вызывающих себорею, на первом месте стоят гормональные нарушения, при которых повышается уровень андрогенов (мужских половых гормонов) и понижается уровень эстрогенов (женских половых гормонов). Другие причины – дефицит витаминов группы В, пищевая аллергия, расстройство деятельности нервной системы и желудочно-кишечные заболевания. Большую роль в развитии заболевания играет генетическая предрасположенность.

Себорея – очень распространенное заболевание кожи, которое часто возникает в подростковом возрасте – в период гормональной перестройки организма, то есть в 13—15 лет. Примерно к 25 годам обострение себореи проходит, но у некоторых людей она остается на всю жизнь и проявляется уже в зрелом и пожилом возрасте. Мужчины страдают от этого заболевания чаще, чем женщины.

Существует две формы заболевания: жирная и сухая.

При жирной себорее поры сильно расширены и закупорены пробками темного цвета. Если недуг не лечить, то кожа сильно воспаляется, затем грубеет и становится похожей на апельсиновую корку, а на пораженном месте выпадают волосы и образуются залысины.

Сухая себорея вызывает шелушение и перхоть, она характеризуется не воспалительным, а грибковым поражением кожи.

Терапия себореи очень длительная, но она увенчается успехом, если проявить терпение и не бросать лечение даже во время временного облегчения. При этом необходимо исключить факторы, провоцирующие недуг, – следить за диетой, кишечником, состоянием нервной системы.

Употребление настоев чистотела внутрь поможет восстановить кишечную микрофлору и гормональный баланс, а также поддержит ваши силы в периоды эмоционального перенапряжения.

## Масло от себореи

Поместить 2 стакана сухой измельченной травы или 4 стакана свежего измельченного растения чистотела в эмалированную кастрюлю. Залить сырье 0,5 л растительного нерафинированного масла, лучше льняного. Перемешать и поставить томиться на водяную баню на очень маленьком огне на 3 часа. Следить, чтобы вода в большей емкости (водяной бане) не выкипела. Затем кастрюлю вынуть и поставить на стол для настаивания еще в течение 3—4 часов. После этого жидкость процедить и перелить в стеклянную банку, обернутую темной тканью или бумагой (можно взять бутылку из темного стекла). Емкость плотно закрыть и хранить в темном прохладном месте. При правильном хранении масло сохраняет свои целебные свойства до пяти лет.

Масло наносить на пораженные места тонким слоем в несколько приемов: один раз нанести, затем несколько секунд подождать, пока средство впитается, после этого нанести масло еще раз и опять подождать, и так 3—4 раза. Процедуры делать утром и вечером перед сном. При сильной себорее можно делать процедуры 3 раза в день.

Второй вариант применения: наносить масло 3—4 раза с интервалом 15—20 минут 2—3 раза в день.

Это масло эффективно не только при себорее, но и при псориазе, аллергических дерматитах, а также юношеских угрях.

### ***Отвар для лечения себореи волосистой части головы***

Залить 1 ст. ложку травы чистотела в фарфоровой чашке 1 стаканом холодной воды и нагревать на водяной бане под крышкой 30 минут. Затем остудить при комнатной температуре в течение 40 минут, процедить и перелить отвар в другую емкость.

Втирать средство в корни волос 4—5 раз в день. Эффект заметен уже через 2—3 дня.

### ***Настой для лечения себореи волосистой части головы***

Для лечения потребуется крепкий настой из сбора трав, которые усиливают противовоспалительное и противогрибковое действие чистотела.

Смешать 2 ст. ложки травы чистотела, 4 ст. ложки череды трехраздельной и 1 ст. ложку хвоща полевого, все хорошо перемешать. Сбор хранить в сухом месте при комнатной температуре. 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка и настаивать 1 час под крышкой, затем процедить.

Настой втирать на ночь в кожу головы после мытья. Процедуру повторяют через день, а затем еще через два дня.

## **Лечение угрей обыкновенных**

Угри появляются в результате чрезмерного выделения секрета сальных желез и воспаления волосяных фолликулов, что нередко встречается на фоне нарушения баланса половых гормонов – андрогенов и эстрогенов. Уровень андрогенов при угревой сыпи в два раза превосходит норму, вот почему угри в основном появляются в подростковом возрасте в период полового созревания. В той или иной степени ими страдает большинство подростков, что зависит от чувствительности сальных желез к гормонам. Во многом это определяется генетической предрасположенностью. Чаще угри бывают у юношей, чем у девушек.

Воспаление фолликулов – волосяных мешочков – вызывает закупорку пор, в которых начинают размножаться бактерии. Доказано, что этому способствует дефицит цинка в организме. Появление угрей, так же как и себорею, провоцирует тесная одежда, жаркий и влажный климат, а также применение подростками анаболических стероидов (для развития мускулов) и некоторых пероральных контрацептивов и косметических средств – жирных очищающих и увлажняющих кремов.

### ***Средство от угрей***

Свежим или заранее заготовленным соком чистотела смочить марлю, сложенную в 3 слоя, и смазать участки кожи, где есть угри. Подождать несколько минут, пока сок впитается в кожу, затем наложить марлю, смоченную соком, еще раз. Через 10 минут умыться кипяченой водой. Проводить процедуру 3—4 раза в день. Возможно, в первый день лечения заметных

результатов не будет, но после пары дней эффект будет заметен, а через 1—2 недели угри и вовсе исчезнут.

При запущенных угрях потребуется более частое смазывание пораженных участков соком. При необходимости после двухдневного перерыва курс лечения можно повторить.

### ***Настои для внутреннего применения***

Практически при любом кожном заболевании одними наружными средствами не обойтись. Ведь кожа – это индикатор общего здоровья человека, тех процессов, которые происходят внутри организма. Поэтому необходимо лечить болезнь изнутри, принимая лечебные настои из трав, среди которых чистотел занимает первое место. Эти настои помогают нормализовать нарушенный обмен веществ, восстановить кишечную микрофлору и повысить иммунитет, способствуя тем самым излечению кожной патологии. Они подходят всем, кто страдает фурункулезом, юношескими угрями, экземой, диатезом и другими инфекционными и аллергическими заболеваниями кожи.

#### ***Рецепт № 1***

Смешать 2 ст. ложки травы чистотела, 4 ст. ложки корня лопуха большого, 4 ст. ложки травы зверобоя продырявленного, 2 ст. ложки листьев мяты перечной, 2 ст. ложки цветков календулы лекарственной, 3 ст. ложки листьев березы, 3 ст. ложки листьев подорожника; 3 ст. ложки смеси поместить в эмалированную кастрюлю и залить 2,5 стакана крутого кипятка. Нагреть на водяной бане под крышкой в течение 30 минут. Остудить при комнатной температуре в течение 30 минут. Процедить.

## **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.