

О. А. Щеглова

Деревья лечат



Ольга Александровна Щеглова

Деревья лечат

*Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6179529
Деревья лечат / Щеглова О. А.: Научная книга; Москва; 2013*

Аннотация

Эта книга расскажет вам, какова целебная сила деревьев, растений, какие полезные вещества содержит березовый сок, в какое время года лучше заниматься его сбором; как можно лечиться, используя банные веники; а также много нового и интересного о том, как «лечиться дыханием», как «питаться» воздухом, какие деревья являются «мужскими», а какие «женскими» и о многом другом.

Содержание

Введение	4
Глава 1. Как лечиться силой леса	7
Разновидности лесов земного шара	9
Целебная сила деревьев	10
Алкалоиды	10
Гликозиды	10
Сапонины	10
Пигменты	11
Дубильные вещества	11
Флавоны и флавоноиды	11
Слизи	11
Ферменты	11
Органические кислоты	11
Минеральные соли	12
Микроэлементы	12
Витамины	12
Эфирные масла	13
Смолы	13
Горечи	13
Антибиотики	13
Фитонциды	13
Целебная сила растений	15
Конец ознакомительного фрагмента.	21

О. А. Щеглова

Деревья лечат

*Деревья лечат, забирая боль.
Прижмусь к стволу шершавому щекой.
Пусть гладят ветви рук по волосам
И шепот листьев грусть уносит к небесам.*

Lady

Введение

О целительной силе растений людям известно давно. Из тысячи разнообразных видов флоры, которые произрастают на земном шаре, человек выделил большое количество лекарственных растений, которые помогают ему, победить тот или иной недуг. И к их числу относятся различные породы деревьев, кустарников, полукустарников, травянистые растения и даже мхи и лишайники.

Уже более трех тысяч лет назад жители Китая и Египта оценили целебную силу растений, и с тех пор был накоплен богатый опыт применения их в медицине. Этот опыт передавался из поколения в поколение, постоянно накапливался и дополнялся. Древние врачи передавали свои знания только своим детям, поэтому в древнем Китае существовали династии врачей и лекарей. Каждое поколение вносило в это дело что-то свое, расширяя и умножая знания и опыт предков. Так в копилку народной медицины постоянно добавлялись все новые и новые виды лекарственных растений. Целительная сила растений чаще всего открывалась путем проб и ошибок. Древние целители собирали растения, готовили из них отвары, примочки, настои и делали первые шаги по их применению, пытаясь вылечить близких и знакомых.

Известно, что уже в пятисотых годах нашей эры в древнем Китае была составлена первая медицинско-фармакологическая книга, где были собраны сведения о более чем пятистах видах лекарственных растений. В целом народы Востока в начале нашей эры уже знали и применяли около тринадцати тысяч видов растений.

Археологические раскопки, которые ведутся по всей территории земного шара, по сей день находят свидетельства о первых несмелых шагах, предпринимаемых древними жителями мира для лечения своих соплеменников.

От древних врачей и врачей до наших дней дошли лишь отдельные сведения, сочинения и отрывки о ценных качествах того или иного растения. Уже древнегреческий врач Гиппократ описал более двухсот видов лекарственных растений. Его труды гласят, что «любое растение ценно в плане лечебном целиком, т. е. исцелить ту или иную болезнь у человека могут не только наземные части растения, его цветы или листья, но и корни, стебли этого растения тоже благотворно влияют на людей».

Уже в более поздние времена (во втором веке нашей эры) римский врач Гален пошел дальше. Он отметил, что растения потому обладают целебным действием, что имеют сложный химический состав, что в них содержатся многие химические элементы, которые он назвал «действующими началами». Умелое выделение этих начал из состава растения и придает растению целебную силу. Именно он и предложил выделять полезные составляющие путем приготовления отваров, сборов, чаев, настоев.

Эту же проблему – процесс выделения действующих начал из растений – пытался решить уже в XVI веке врач Парацельс.

О целебных свойствах лекарственных растений издавна знали и наши предки. В древней Руси многочисленные знахари и знахарки, лекари и травники собирали и пробовали применять различные растения для лечения своих соплеменников. Каждая знахарка или травница дома имела большой запас разных растений. В их жилье всюду были развешены и разложены пучки самых различных трав, цветов, веток деревьев и кустарников. Эти природные препараты сушились, измельчались, смешивались между собой. Любая травница знала несколько сотен растений, которые способны вылечить тот или иной недуг, устранить боль или заживить рану и умела лечить ими, изготавливая мази, примочки, настои, отвары, чаи или сборы.

В XVI веке на Руси появились первые рукописные травники и зелейники, книги, в которых в основном были собраны описания тех или иных лекарственных растений в переводе с латинского и немецкого языков.

Уже в XVII веке царем Алексеем Михайловичем был издан Аптекарский приказ, обязывающий снабжать царский двор и армию лекарственными растениями. Тогда же при первых аптеках стали появляться плантации лекарственных растений, аптекарские огороды и ботанические сады, в которых выращивали некоторые растения и заготавливали их впрок.

К этому времени ученые и медики сумели выделить действующие начала из разных видов растений. Они знали, что для лечения сердечно-сосудистых заболеваний можно использовать растения, содержащие сильнодействующие компоненты. К ним, например, относятся ландыш и адонис. Лекари знали и о других веществах, входящих в состав растений, которые использовались как ценные препараты из природного растительного сырья.

В XVIII и XIX веках стали организовываться первые экспедиции на Дальний Восток, Крым, Кавказ, Среднюю Азию и в Сибирь для изучения лекарственных растений этих мест.

К сожалению, до наших дней не дошел весь багаж знаний, который накопили средневековые врачи, лекари и травники. Много кануло в лету. Поэтому сейчас к нетрадиционной медицине проявляется вполне заслуженный интерес как со стороны государства, так и со стороны рядовых жителей.

В настоящее время, несмотря на высокий уровень развития современной медицины, в нашей стране и мире широко применяются методы народной медицины, основу которой составляют лекарственные растения. Это и травянистые одно- и двулетние растения, и кустарники и полукустарники, и деревья, мхи и лишайники, а так же иноземные комнатные растения. Интерес к целебным свойствам лекарственных растений из года в год и из поколения в поколение не уменьшается, а, напротив, только возрастает. И это не случайно. Каждый из нас понимает, что такой способ лечения, хотя и требует большего времени, но является одним из безопасных и дешевых.

В широком понимании слова лечение лекарственными растениями означает их применение внутрь в виде разнообразных настоев и настоек, чаев и сборов, а так же мазей и припарок, ванн и тому подобное. Однако при этом мы забываем, что, прежде всего, растения дают нам жизнь, т. е. мы дышим тем кислородом, который они вырабатывают. Именно в этом и заключается целительная сила растений: деревьев и кустарников, трав и лиан, мхов и лишайников. И это, пожалуй, самый безопасный способ лечения силой растений. Ведь большинство лекарственных растений являются ядовитыми. Употребляя их внутрь, человек рискует, отклонившись от необходимой дозы, отравиться. Ничего подобного не может произойти, когда мы вдыхаем ароматы леса, луга, сада, оранжей.

Наравне с местными растениями, произрастающими в той или иной области, люди научились выращивать и использовать в медицинских целях и растения других местностей. Теперь редко встретишь квартиру или жилой дом, где бы не было комнатных растений, роди-

ной которых являются тропические и субтропические, экваториальные леса. Практически каждая хозяйка знает и применяет с десяток лекарственных растений. И чаще всего комнатные растения – это не только элементы декора жилья, но и мини аптекарский сад или оранжерея, которые дарят нам покой и радость, заряжают энергией членов семьи.

Кроме того, эти растения часто выполняют и роль домашнего дизайнера, создавая уют в жилом помещении своими особыми запахами и налаживая взаимоотношения между членами семьи. Ведь в жизни человека запахи играют немаловажную роль. Скорее, напротив, запахи служат одной из основных составляющих во взаимоотношениях людей, особенно между представителями разных полов. Своих друзей, товарищей, партнеров по работе или сексу человек выбирает прежде всего по запаху.

Ведь для большинства из нас не секрет, что существуют, например, ароматы соблазна. И их поставщиками является не что иное, как различные растения: бергамот, который усиливает эротические воображение и фантазию; герань, которая жизненно необходима для дыхания женщины бальзаковского возраста, и которая окрыляет ее и помогает продлить молодость; жасмин – надежный друг и помощник для сверхскромных влюбленных пар; илангиланг – необходимый для эротического влечения мужчин и женщин друг к другу и помогающий им угадывать желания партнера; чисто мужское растение имбирь, который усиливает потенцию и возбуждает мужчину и т. д.

Если вы заинтересовались данной темой, то продолжайте чтение, и тогда вы узнаете, что такое биоэнергетический обмен веществ и энергии, как лечиться силой леса, как лечиться запахами. Узнаете, чем отличаются «мужские» и «женские» деревья. Познакомитесь с разновидностями гороскопов, в том числе с гороскопом друидов и научитесь правильно выбирать своего лекаря.

Глава 1. Как лечиться силой леса

Говоря о здоровье человека, следует остановиться на том, что же включает в себя это понятие. В полном понимании этого слова «здоровье» – это прежде всего хорошее физическое состояние (физическая форма), душевное равновесие, социальное благополучие, а также отсутствие болезней или иных умственных или физических дефектов и отклонений. Все эти показатели изменяются в процессе жизнедеятельности человека под влиянием объективных и субъективных факторов.

Часто бывает, что хотя человек и чувствует себя практически здоровым, однако невидимые изменения в его организме уже начались. Это обусловливается тем, что в определенные моменты жизни организм человека постепенно начинает утрачивать способность защищаться и приспосабливаться к окружающим его обстоятельствам, условиям и факторам.

Постепенно это скрытое болезненное начало выходит наружу. Человек начинает испытывать дискомфорт, у него, как правило, появляются первые признаки болезни (повышение температуры, повышение или понижение артериального давления, нарушение сна и аппетита, снижение работоспособности и других отклонения и изменения). При этом здоровый человек перестает быть таковым. А дальнейшие признаки болезни дают о себе знать все чаще и чаще.

Бывают случаи, когда болезнь не сигнализирует и не предупреждает о себе внешними проявлениями (например, болями). Однако и в этом случае человека нельзя считать здоровым.

Напротив, практически здоровый человек в определенных условиях и при определенных обстоятельствах может чувствовать себя больным. Например, стоит жителю равнины подняться высоко в горы, он сразу же почувствует головокружение, слабость, тошноту и иные неприятные ощущения. Или же человеческий организм болезненно может реагировать на природные катаклизмы, осадки и изменения атмосферного давления. Таких людей называют метеозависимыми. Однако эти люди не считаются больными, если, конечно, подобные состояния не накладывают отрицательный отпечаток на имеющуюся уже у человека болезнь (гипертонию, например). В этом случае, как только человек окажется в привычных условиях (спустится с гор, или установится ровная погода), его организм вернется в исходное состояние, а при длительном воздействии на него непривычных факторов, организм способен приспособиться к ним через определенный промежуток времени. Здоровье при этом не нарушается.

Если же организм человека продолжает сигнализировать болезненными ощущениями, следует принять меры по их устранению и выявлению причин. Далее переходить непосредственно к лечению заболевания.

Уже в глубокой древности для лечения заболеваний люди использовали различные растения. Целительная сила этих природных лекарей состоит в том, что они способны накапливать в своих частях (корнях и корневищах, стволах и стеблях, в цветах, листьях, хвое и плодах) различные полезные вещества. Причем лекарственные начала могут сосредотачиваться у одних из них в почках, у других – только в листьях или стеблях, корнях или корневищах, цветах или плодах, в коре. Есть часть растений, которые содержат целительные вещества во всех наземных и подземных частях.

Получив эти знания, человечество научилось правильно выбирать, собирать, сушить, хранить и использовать для лечения части растений. Ведь качество лечения будет в данном случае напрямую зависеть от времени сбора, правил сушки и хранения, приготовления лекарственного препарата.

Наши прабабушки собирали почки березы, тополя, сосны во время их набухания, перед тем, как появятся первые листочки. Именно в этот период времени они и представляют лекарственную ценность. Кору собирали в период весеннего сокодвижения, когда она содержит наибольшее количество сока, а следовательно, и богата лечебными веществами. К тому же, в этот период кора легко отделяется от ствола дерева или кустарника. Цветы заготавливались впрок в период, когда начинали образовываться первые бутоны или когда растение полностью расцветало и лишь в сухую солнечную погоду. Плоды и семена срывали, когда они полностью созревали и легко отделялись от растения. Лес для наших предков был больше, чем просто укрытием от врагов-животных, местом их обитания, источником тепла и света, он был и природным лекарем.

Разновидности лесов земного шара

Лес – это совокупность различных деревьев, кустарников, полукустарников, травянистых растений, мхов и лишайников, а так же животного мира и микроорганизмов. Все они между собой взаимосвязаны и влияют друг на друга. Лес – это не только важная сырьевая база и сырьевые ресурсы страны и мира, но и географическая зона, а так же важная составляющая биосферы Земли. От него напрямую зависит уровень кислорода и содержание углерода в атмосфере Земли. Лес характеризуется своей многогранностью. Он является аккумулятором всего живого на нашей планете.

Различают леса искусственные и леса естественные. Естественные леса составляют наибольший процент от всего зеленого массива земного шара.

Естественные леса – это леса нетронутые человеком и его деятельностью.

К числу искусственных относятся леса, которые возникли в результате человеческой деятельности.

Есть еще и категория лесов стихийно-естественных. Сюда относят лесные массивы, которые появились в результате природно-стихийных процессов и деятельности человека.

В зависимости от вида произрастающих в лесу растений, в частности деревьев, их подразделяют на хвойные, лиственные, смешанные, тропические, субтропические и экваториальные.

Хвойные леса расположены в Северном полушарии земного шара. В них произрастают хвойные породы деревьев: ели, сосны, пихты и другие.

Постепенно, с продвижением на юг, им на смену приходят смешанные леса, где наравне с хвойными породами произрастают и лиственные породы деревьев.

К умеренной климатической зоне Земли на смену хвойному лесу приходит лиственный. Это могут быть как дубовые или березовые леса-рощи, так и леса, где соседствуют клены и ясени, дубы и березы, липы и осины.

Чем ближе к экватору, тем климат теплее и влажнее. Здесь произрастают субтропические, тропические и, наконец, дождевые экваториальные леса.

Но любой тип леса, в любом уголке земного шара влияет на тепловой режим атмосферы. В жаркое время года в лесу прохладнее, нежели на открытом пространстве, а в холодное, зимнее время, напротив, теплее. Это объясняется тем, что лесные насаждения защищают местность от ветров.

Кроме того, лес имеет огромное значение и в жизни биосферы Земли. Хвойный, лиственный, смешанный, тропический или субтропический, мангровый или горный лес очищают атмосферный воздух от пыли и копоти, поглощают углекислый газ и выделяют в атмосферу кислород, жизненно необходимый для существования животного мира и для человека.

Поэтому, даже непродолжительное пребывание человека в лесу в течение одного-трех часов значительно повышает тонус, улучшает работу нервной системы, повышает аппетит, снимает усталость, головную боль, т. е. благотворно влияет на здоровье.

Целебная сила деревьев

Целебная сила леса складывается из произрастающих в нем деревьев, кустарников и полукустарников, трав и лиан, мхов и лишайников, микроорганизмов, а так же лесной почвенной подстилки. Все это в сочетании и создает своеобразную биосферу леса, придает ему специфическую атмосферу и лечебные свойства.

Лечебные свойства дерева напрямую зависят от содержания в его частях различных соединений и веществ: алкалоидов, гликозидов, сапонинов, пигментов, флавонов, флавоноидов, слизи, ферментов, органических кислот, минеральных солей, микроэлементов и витаминов. Вдыхая воздух леса, мы получаем вместе с воздухом эфирные масла, смолы, горечи, антибиотики и фитонциды.

Все эти химические соединения называют «действующими началами». В каждом виде растения может быть как одно, так и несколько действующих компонентов. Причем они находятся во всех органах растения: и в корнях, и в стеблях, и в листьях, и в цветах, и в семенах, и в ягодах или плодах.

Алкалоиды

Они относятся к числу ядовитых соединений, так как в их состав входят щелочи и азот. Могут быть представлены в растениях как в виде твердых кристаллических, так и в виде жидких веществ. Алкалоиды практически не растворяются в воде, но растворяются в эфире или спирте. В результате этого образуются различные соли. Существует большое количество видов этих соединений. Все они по-разному действуют на организм человека. Причем один и тот же алкалоид может содержаться в самых различных растениях. Наиболее целебными являются такие алкалоиды, как хинин, морфин, кофеин, эфедрин, никотин, которые в основном содержатся в хинном дереве, в маке, в натуральных кофе и чае, в эфедре и в табаке. Алкалоиды содержатся и в березовом соке. Они-то и придают соку целебные свойства.

Гликозиды

Они представляют собой твердо-кристаллические вещества, в состав которых входят различные природные сахара, чаще это глюкоза. Кроме того, в их состав входят водород, кислород, углекислый газ, сера и другие элементы. Глюкоза легко вступает в соединения с другими органическими веществами, образуя при этом специфические соединения – аглюконы. Их можно обнаружить в клеточном соке липы и калины и других растений. Целебная сила гликозидов состоит в том, что они под влиянием других веществ или просто при кипячении в воде разлагаются на сахара и аглюконы, которые и служат «лекарями» для человеческого организма. Присутствие же сахаров в гликозидах значительно улучшает и ускоряет процесс усвоения аглюконов организмом. Гликозиды незаменимы для лечения заболеваний сердечно-сосудистой системы человека.

Сапонины

Они являются одним из видов гликозидов, с той лишь разницей, что в их составе отсутствует азот. Поэтому сапонины при взаимодействии с водой образуют пену. Этот вид гликозидов в природе встречается часто. Сапонин-содержащие растения используются человеком в пищевой промышленности для образования пены в лимонадах, при изготовлении халвы.

Однако сапонины относятся к числу ядовитых соединений и поэтому употребление растений, в состав которых они входят, в большом количестве чревато отравлением

Пигменты

Пигменты представляют собой не содержащие азота соединения, роль которых заключается в окрашивании растений в тот или иной цвет. Эти элементы растений так же имеют целебные свойства и используются человеком для лечения ряда заболеваний.

Дубильные вещества

Дубильные вещества относятся к числу органических соединений, которые легко вступают в соединения с солями, белками и алкалоидами. Вступая в соединения с кислородом, они приобретают темную окраску. Они не ядовиты и широко применяются в медицине как вяжущие и противовоспалительные средства, особенно при заболеваниях женских половых органов, их используют при поносах, заболеваниях кожных покровов тела человека, а так же при болезнях желудочно-кишечного тракта. Дубильные вещества есть в дубе, черемухе, ольхе, чернике, терне, землянике и других растениях.

Флавоны и флавоноиды

Они относятся к числу органических веществ, имеющих витаминоподобное действие. Эти соединения используются как кровоостанавливающие и сосудоукрепляющие средства.

Слизи

Слизи схожи с полисахаридами. Они входят в состав межклеточного вещества или оболочки клеток. Чаще они выделяются при тепловой обработке растения. В процессе взаимодействия слизистых веществ с кислотами они распадаются на сахара. Слизи используются в медицине как отхаркивающие, смягчающие и обволакивающие средства. Они содержатся в алтее, просвирке, льне и других растениях.

Ферменты

Ферменты относятся к числу природных катализаторов, поэтому влияют на обменные процессы, происходящие в организме человека.

Органические кислоты

Органические кислоты – это наиболее распространенный вид химических соединений, который встречается практически во всех растениях: рябине, кизиле, яблоках, барбарисе, апельсинах, клюкве, крыжовнике, смородине, абрикосах, сливе и других. Поэтому лимонную, яблочную, муравьиную, салициловую, бензойную, щавелевую и иные органические кислоты можно обнаружить в больших количествах практически во всех ягодах, фруктах и плодах, а так же в иных частях растений. Они-то и придают им кисловатый вкус. Ни для кого не секрет, что постоянное употребление в пищу овощей, ягод и фруктов нормализует работу кишечника, усиливает перистальтику, улучшает процессы пищеварения.

Минеральные соли

Минеральные соли так же входят в больших количествах в состав растений. Это и соли калия (в картофеле, капусте, персиках, абрикосах), и соли

кальция (в капусте, зеленом луке, горохе и петрушке), и соли магния (в урюке, петрушке, изюме), и соли фосфора (в хрене, моркови, свекле), и соли железа (в абрикосах, черносливе, айве, кизиле). Поступая в кровь человека, они участвуют в образовании гемоглобина. Эти вещества особенно важны для растущего организма ребенка и для пожилых людей, так как благотворно влияют на жизненно важные процессы в организме и необходимы для нормального обмена веществ. Кроме того, минеральные соли положительно влияют на работу центральной нервной системы, состояние мышечной и костной тканей человека.

Микроэлементы

Микроэлементы необходимы для осуществления всех биохимических процессов в организме человека. Незначительное их количество содержится практически во всех тканях и клетках человека. Благодаря им осуществляется обменный процесс, дыхание и процессы окисления. В различных растениях содержатся различные микроэлементы. Например, медь содержится в плодах, ягодах, овощах, яблоках, грушах, картофеле; марганец – в злаковых, в салатах, петрушке, бобовых, яблоках и сливе.

Витамины

Витамины – это особая группа органических соединений и веществ. Они жизненно необходимы для нормального роста и жизнедеятельности всех органов и тканей человеческого организма в целом, особенно для детей, ослабленного организма больного человека. Острую нужду в витаминах испытывает человек весной, после длительного осенне-зимнего холодного периода, который ведет к авитаминозу из-за недостатка их в пище и неблагоприятных климатических условий, требующих из повышенного расхода.

Различают большое количество видов витаминов (всего около сорока): витамин А или ретинол, который редко встречается в растениях; витамин В₁ или тиамин, в больших количествах содержащийся в злаковых и бобовых растениях, а так же в моркови, капусте и помидорах; витамин В₂ или рибофлавин содержится в квашенных овощах и пивных дрожжах; витамин В₃, или пантотеновая кислота, содержится в овощах и зерновых растениях; витамин В₆, или пиридоксин, содержится в горохе, пшенице, бобовых растениях, кукурузе; витамин В₁₂, или цианкобаламин, содержится в грибах и сине-зеленых водорослях; витамин В₁₅, или пангамовая кислота, содержится в семенах растений; холин содержится в сое, капусте и шпинате; витамин РР, или никотиновая кислота, содержится в грибах, гречихе, пшенице и дрожжах; витамин С, или аскорбиновая кислота, содержится в яблоках, шиповнике, смородине (особенно черной), сливе, капусте, зеленом луке, укропе; витамин D содержится практически во всех растениях; витамин К, или филлохинон, содержится в наземных частях растений (ботве, рыльцах кукурузы, капусте); витамин Р содержится в апельсинах, винограде, рябине, шиповнике. И это еще далеко не все известные витамины.

Эфирные масла

Кроме твердых и жидких органических веществ и соединений, каждое растение имеет и летучие органические соединения и вещества. Именно они поступают в организм через дыхательную систему, когда человек находится в лесу и дышит его воздухом. Эфирные масла включают в себя самые разнообразные химические вещества. Когда они выделяются в атмосферный воздух, входящие в них соединения легко перемещаются в воздухе, прикрепившись к мельчайшим капелькам пара. Эфирные масла представляют собой бесцветные или окрашенные в различные цвета летучие вещества-жидкости, которые при этом в воде не растворяются. Они могут растворяться только в спирте, эфире, хлороформе или в маслах. Определить их присутствие в воздухе леса можно по характерному ароматному запаху или терпкому привкусу на губах и языке. Эфирные масла содержатся в различных частях растений и придают им своеобразный, специфический, ни с чем несравнимый запах. Именно эфирные масла и используются для составления различного рода благовоний, мазей, кремов, одеколонов, лосьонов, духов.

Смолы

Смолы хотя и относятся к числу твердых или полужидких органических веществ, входящих в состав растений, однако обладают своеобразными запахами и ароматами. Эти вещества обладают дезинфицирующим и противомикробным действием.

Горечи

Горечи в своем составе содержат эфирные масла. Именно поэтому они относятся к числу ароматических веществ. Горечи входят в состав практически всех растений и их частей. Они необходимы для человеческого организма в качестве усилителей секреторной функции желудочного сока, возбуждателей аппетита и веществ, улучшающих работу пищеварительной системы человека.

Антибиотики

Антибиотики относятся к числу обособленной группы органических веществ, так как обладают способностью уничтожать или замедлять рост болезнетворных микробов.

Фитонциды

Фитонциды – это антибиотики цветковых растений. Они очень разнообразны по химическому составу. В большом количестве фитонциды содержатся в чесноке, луке, в горьком перце, хрене, капусте. Говоря о целебной силе леса и лекарственных свойствах растений, мы имеем в виду именно наличия в них (растениях и их частях) антибиотиков-фитонцидов. Здесь в первую очередь речь идет о таких растениях, как апельсиновое, мандариновое, лимонное деревья, яблоня, калина, черемуха, береза, дуб, сосна, сирень, брусника, смородина, клюква, эвкалипт и сотни травянистых растений.

Фитонциды необходимы для лечения желудочно-кишечного тракта, заболеваний легких и дыхательных путей, заживления ран и язв, т. е. Избавления от болезней кожи. Жизненно необходимы эти органические вещества для восстановления ослабленного организма.

Эти летучие вещества, которые выделяют в атмосферу высшие растения, постоянно находятся в окружающем нас воздухе. Они легко усваиваются легкими человека и придают человеку бодрость и уверенность. Посещая сосновый бор, дубовую или березовую рощу, смешанный или хвойный лес, мы получаем порцию этих летучих веществ через органы дыхания. Быстро усвоившись в организме, они успокаивают нервную систему, улучшают наше самочувствие и благотворно влияют на весь организм человека. В этом прежде всего и состоит целебная сила леса.

Целебная сила растений

У многих народов мира различные деревья носят статус священного дерева. И это не случайно. Уже много веков назад наши предки заметили, что деревья, кустарники и травянистые растения – это прекрасные лекари, которые способны избавить человека от многих болезней, придать ему силу, успокоить. Собирая плоды и ягоды, листья и почки, сок и употребляя их в пищу, прабабушки и прадедушки отметили эти свойства растений.

Лес дает, прежде всего, продукты питания. Это плоды и ягоды, которые мы используем в пищу. В лесу древний человек находил и источник влаги в виде соков деревьев (березовый сок). Но, утоляя голод и жажду, люди обнаружили и целебные свойства этих продуктов питания. Постепенно стали использоваться листья, кора, почки, ветви и корни лесных растений. И теперь практически ни для кого не секрет, что многие растения леса и сада являются природными целителями и надежными помощниками.

Например, абрикос – в химическом составе имеет различные сахара, крахмал, яблочную, синильную и лимонную кислоты, минеральные соли, гликозиды, пигменты и витамины. За помощью к абрикосу люди обращаются при заболеваниях кровеносной системы, при нарушениях работы центральной нервной системы, при нервных срывах и стрессах, так как это растение способно успокоить человека и продлить его жизнь. Все долгожители мира чтят и любят это растение.

Апельсин в химическом составе содержит органические кислоты, сахара, соли, фитонциды, витамины и эфирные масла. Это лучшее средство при авитаминозах, отсутствии аппетита, при различного рода кровотечениях как кровоостанавливающее средство, и благодаря наличию фитонцидов – природный антисептик.

Аралия – природный антисептик, в химическом составе которой присутствуют различные гликозиды, смолы, сапонины, эфирные масла, кислоты и витамины, а так же фитонциды, – лучшее тонизирующее и укрепляющее природное средство, которое снимает усталость, успокаивает нервную систему. Аралия используется и для повышения половой активности у мужчин. По своим целебным свойствам она мало уступает женьшеню.

Акация содержит большое количество гликозидов и эфирных масел. Именно поэтому она и отличается от других деревьев своим ароматом во время цветения. Она хороша в качестве спазмолитического и вяжущего средства, а так же используется для нормализации кислотности желудка.

Береза имеет в химическом составе смолы, эфирные масла, органические кислоты, дубильные вещества, сапонины, сахара и фитонциды. Практически не существует болезней, для лечения которых не использовалось бы это дерево. Это мочегонное, потогонное и желчегонное средство, обезболивающее, ранозаживляющее и противовоспалительное средство, средство, улучшающее обменные процессы в организме, функцию желудка и желудочно-кишечного тракта. Артриты, гастриты, атеросклероз, ревматизм и подагра, кожные болезни и заболевания суставов, камни в почках и даже икоту – все способна излечить береза.

Боярышник содержит в химическом составе лимонную, виннокаменную, кофейную и иные органические кислоты, сахара, гликозиды, дубильные вещества, пигменты и витамины. О его целебных свойствах людям известно с древних времен. Сердечные боли, бессонница, головные боли, гипертония, неврозы сердца, отеки, нервные перенапряжения, учащенное сердцебиение, одышка, общая физическая или умственная усталость под силу боярышнику.

Вишня имеет в своем химическом составе глюкозу, фруктозу, яблочную и лимонную кислоты, дубильные вещества, витамины, масла. При этом следует отметить, что из

всего многообразия видов этого растения наибольшую ценность представляет вишня владимирская. Это растение способно улучшить аппетит, устранить боли в кишечнике, утолить жажду. Она используется и в качестве отхаркивающего, слабительного средства и как природный антисептик, а так же для лечения заболеваний органов дыхания. Горсть вишен необходима для ежедневного приема человеку, вынужденному соблюдать диету.

Вяз до настоящего времени практически не изучен. Однако множество народов мира уже давно используют его в качестве природного лекаря при заболеваниях почек, кишечника, поносах, ревматизме, кожных сыпях, лишаях и экземах. Это хорошее вяжущее, мочегонное, кровоостанавливающее, ранозаживляющее и обезболивающее средство.

Гранат в химическом составе имеет большое количество дубильных веществ, сахара, органические кислоты, жиры, фитонциды и витамины, алкалоиды. Его целебные свойства знакомы человеку давно. Гранат люди используют при нарушениях в работе пищеварительной системы, при заболеваниях сердца и сердечно-сосудистой системы, воспалительных процессах, его используют как противоглистное и антисептическое средство.

Грейпфрут содержит различные сахара, органические кислоты, минеральные соли, эфирные масла и витамины. Это наилучшее средство для повышения аппетита, лечения расстройств пищеварительной системы, нормализации кровяного давления при физическом и нервном истощении и перевозбуждении. Он незаменим при соблюдении диет.

Груша имеет в химическом составе различные сахара, органические кислоты, дубильные вещества, фитонциды и витамины. Широко используется при таких заболеваниях, как понос, кашель, удушье, головная боль, туберкулез легких, почечнокаменная болезнь, лихорадка. Груша обязательный компонент питания при диете.

Дуб содержит в химическом составе большое количество дубильных веществ, органических кислот, сахаров и масел. Это вяжущее, антисептическое, противовоспалительное, кровоостанавливающее и болеутоляющее средство. Его используют для лечения десен, зубов, при заболеваниях дизентерией, болезнях пищеварительной системы, при ожогах и обморожениях.

Ива имеет в химическом составе следующие вещества: гликозиды, дубильные вещества, флавоны и витамины. Это отличное жаропонижающее, потогонное и обезболивающее средство. Используется при различного рода кровотечениях, малярии, кожных заболеваниях, головной боли, болезнях нервов и центральной нервной системы, при воспалительных процессах.

Инжир содержит следующие вещества: сахара, лимонную, яблочную и уксусную кислоты, витамины и ферменты. Он оказывает помощь при нарушении состояния голосовых связок, кашле, коклюше, болезнях горла, нарывах, при малокровии и т. д.

Каштан имеет в химическом составе: гликозиды, сапонины, дубильные вещества, масла, флавоноиды. Он используется как вяжущее, кровоостанавливающее, противовоспалительное и обезболивающее средство. Геморрой, болезни кишечника, селезенки, дыхательных путей, насморк – вот небольшой перечень болезней, которые под силу каштану.

Клен еще малоизучен, однако широко используется в народной медицине для лечения желтухи, цинги, мочекаменной болезни, болях в пояснице, для снятия болезненных ощущений и в качестве болеутоляющего, ранозаживляющего средства.

Лавр имеет в химическом составе эфирные масла, органические кислоты, смолы, фитонциды. С давних времен ему идут за помощью при простудных заболеваниях, при ревматизме, подагре, чесотке, при различных опухолях.

Лимон содержит в химическом составе лимонную кислоту, сахара, соли, витамины, флавоноиды, фитонциды, эфирные масла. Народная медицина разных стран мира издревле знает и использует лимон для лечения самых различных заболеваний: туберкулеза, цинги, заболеваний сердца, почек, легких, ревматизма, подагры, при ломоте в суставах и костях.

Это хорошее антитоксическое, бактерицидное, обезболивающее, ранозаживляющее, мочегонное, желчегонное средство. Практически нет болезни, которую лимон не поможет вылечить.

Липа имеет в химическом составе гликозиды, сапонины, дубильные вещества, витамины, фитонциды, эфирные масла. Это дерево почиталось в Древней Руси не случайно. Оно способно излечить головные боли, судороги и простудные заболевания, боли в желудке и мочевом пузыре, горле и за грудиной, залечить язвы и нарывы, устранить боли в сердце и вылечить ревматизм, остановить кровотечение и обезболить.

Лох содержит: сахара, гликозиды, органические кислоты, дубильные вещества, жиры, слизи, алкалоиды, эфирные масла. Применяется при лечении заболеваний сердца и сердечно-сосудистой системы, ревматизма, болезней желудка, болях в пояснице. Это хорошее противовоспалительное, обезболивающее, мочегонное, обволакивающее и антисептическое средство.

Магнолия содержит: алкалоиды, гликозиды, эфирные масла. Применяется при лечении гипертонии, при учащенном сердцебиении, при малярии. Это сосудорасширяющее, обезболивающее средство.

Мандарин содержит: сахара, лимонную и другие органические кислоты, витамины, фитонциды, эфирные масла, пигменты. Используется для лечения кашля, бронхита, тошноты, при нарушениях пищеварения.

Маслина содержит: эфирные масла, гликозиды, органические кислоты. Используется для лечения гипертонии, при нарушении моторики кишечника, при нарушениях дыхания. Это сильнодействующее мочегонное средство, средство, используемое при желчнокаменной болезни и как слабительное средство.

Миндаль содержит сахара, слизи, гликозиды, эфирные масла. Используется для лечения малокровия, кашля, астмы, бессонницы, головной боли, онемении конечностей и при судорогах. Это обезболивающее, противосудорожное, обволакивающее средство.

Мицелий содержит алкалоиды. Используется для лечения головных болей, при головокружениях, гипертонии.

Ольха содержит: дубильные вещества, органические кислоты, гликозиды. Ее используют при лечении колитов, дизентерии. Это успокаивающее, кровоостанавливающее, потогонное и противовоспалительное средство.

Орех имеет в химическом составе следующие вещества: дубильные вещества, эфирные масла, витамины. Используется для лечения кожных заболеваний, выведения глистов, при ревматизме, подагре, рахите, туберкулезе. Это ранозаживляющее, тонизирующее и общеукрепляющее средство.

Осина содержит эфирные масла, горечи, органические кислоты, дубильные вещества, гликозиды. Используется для лечения желудочных заболеваний, заболеваний мочевого пузыря, для лечения геморроя, ревматизма, подагры. Это противовоспалительное и ранозаживляющее средство.

Персик содержит: сахара, яблочную, винную и лимонную, хинную кислоты, эфирные масла, гликозиды, витамины. Используется для лечения заболеваний пищеварительной системы, как противорвотное и слабительное средство.

Пихта содержит: аскорбиновую и другие кислоты, эфирные масла, витамины, используется для лечения ревматизма, простуды, при ломоте в суставах, ожогах, опухолях, при зубной боли, а также как мочегонное и кровоочистительное средство. Является хорошим обезболивающим средством.

Рябина содержит: сахара, гликозиды, яблочную, винную и аскорбиновую кислоты, дубильные вещества, витамины, эфирные масла. Используется для лечения поноса, дизен-

терии, запоров, камней в почках, ревматизма, геморроя. Это противогинготное, мочегонное, противовоспалительное, кровоостанавливающее средство.

Слива содержит: сахара, органические кислоты, витамины. Используется для лечения запоров, изжоги, заболеваний желудочно-кишечного тракта, болезней почек, ревматизма и подагры. Это возбуждающее аппетит средство.

Сосна имеет в химическом составе следующие вещества: минеральные соли, дубильные вещества, витамины, эфирные масла. Используется для лечения дыхательных путей, отеков, подагры, рахита, ревматизма. Это желчегонное, противогинготное и кровоочистительное средство.

Тополь содержит: гликозиды, смолы, яблочную и другие кислоты, витамины и эфирные масла. Используется для лечения подагры, ревматизма, кожных болезней и воспалительных процессов кожных покровов. Это обезболивающее и противовоспалительное, жаропонижающее и успокаивающее средство.

Фисташка имеет в химическом составе следующие вещества: жиры и масла, минеральные соли, дубильные вещества. Используется для лечения туберкулеза, малокровия, заживления ран, язв и иных кожных заболеваний. Это противорвотное средство.

Хурма имеет в химическом составе следующие вещества: сахара, дубильные вещества, минеральные соли, органические кислоты, витамины. Используется для лечения заболеваний желудка, цинги.

Черемуха содержит дубильные вещества, яблочную и лимонную, а так же синильную кислоты, сахара, гликозиды. Используется для лечения глазных заболеваний, желудочно-кишечных расстройств. Это мочегонное и вяжущее средство.

Шелковица содержит следующие вещества: сахара, лимонную и яблочную кислоты, дубильные вещества. Используется для лечения гипертонии, бронхита, бронхиальной астмы, сердечно-сосудистых заболеваний. Это кровоочистительное и слабительное средство.

Эвкалипт содержит следующие вещества: дубильные вещества, горечи, органические кислоты, эфирные масла, витамины. Используется для лечения брюшного тифа, дизентерии, бронхита, абсцессов дыхательных путей и легких. Это противомалярийное и отхаркивающее средство.

Эвкоммия имеет в химическом составе органические кислоты и используется для лечения болезней почек, печени, при подагре, гипертонии. Это болеутоляющее и возбуждающее средство.

Яблоня содержит следующие вещества: сахара, гликозиды, органические кислоты, дубильные вещества, минеральные соли, витамины и эфирные масла. Используется для лечения подагры, атеросклероза, суставного ревматизма, почечнокаменной болезни. Это противопростудное, противовоспалительное, обезболивающее, противогнилостное средство.

Ясень имеет в химическом составе следующие соединения: гликозиды, дубильные вещества. Это противоглистное, противомалярийное средство.

Кроме деревьев, целебными свойствами обладают и многие кустарники и полукустарники.

Багульник содержит гликозиды, дубильные вещества, эфирные масла. Используется для лечения астмы, коклюша, одышки, туберкулеза легких, золотухи, ревматизма.

Барбарис содержит сахара, органические кислоты, минеральные соли и витамины, алкалоиды. Используется для лечения туберкулеза, малярии, ревматизма, плеврита.

Барвинок в химическом составе имеет алкалоиды, витамины, органические кислоты. Используется для лечения ран, как кровоостанавливающее средство, при гипертонии.

Бересклет содержит гликозиды, жирные масла. Используется для лечения малярии, запоров и как средство-стимулятор половой активности.

Бирючина содержит большое количество дубильных веществ. Используется для лечения цинги, поноса, лихорадки и воспалительных процессов.

Брусника содержит гликозиды, дубильные вещества, органические кислоты, витамины. Используется для лечения гастритов, ревматизма, поноса и подагры.

Бузина содержит гликозиды, эфирные масла, органические кислоты и дубильные вещества. Используется для лечения головной боли, астмы, болезней дыхательных путей.

Верблюжья колючка мало изучена, но широко используется для лечения кожных болезней, кашля, и как потогонное и мочегонное средство.

Вереск мало изучен, используется для лечения мочевого пузыря, болезней почек, ревматизма и подагры.

Виноград содержит гликозиды, сахара, органические кислоты, дубильные вещества. Используется для лечения органов кровообращения, малокровия, туберкулеза, бронхита, плеврита и кожных болезней.

Витекс содержит эфирные масла. Используется при половом бессилии и импотенции.

Водянка содержит гликозиды, дубильные вещества, эфирные масла, витамины, используется для лечения малярии, кожных заболеваний, а также как болеутоляющее средство.

Волчье лыко содержит гликозиды, эфирные масла. Используется для лечения ревматизма, подагры, параличей и невралгий.

Восковник содержит смолы, дубильные вещества, эфирные масла. Используется для лечения кашля, поноса и кожных заболеваний.

Голубика содержит сахара, органические кислоты, дубильные вещества и витамины. Используется для лечения сифилиса, невралгии и как кровоостанавливающее средство.

Ежевика содержит гликозиды, дубильные вещества, органические кислоты, витамины и минеральные соли. Используется для лечения желудочных и иных кровотечений, болезнях дыхательной системы.

Жимолость мало изучена. Применяется для лечения ангины, желудочно-кишечных заболеваний и мочеполовых органов.

Заманиха содержит гликозиды, алкалоиды, эфирные масла. Используется для лечения гипертонии, при переутомлении и сердечных заболеваниях.

Зизифус содержит алкалоиды, дубильные вещества, витамины. Используется для лечения воспалительных процессов.

Калина содержит гликозиды, дубильные вещества, органические кислоты, витамины. Используется для лечения язвы желудка, фурункулов, экзем, кашля и других простудных заболеваний.

Камфара содержит эфирные масла. Используется для лечения коклюша, простудных заболеваний, болезней сердца.

Каперсы мало изучены. Используются для лечения параличей, болезней селезенки и ревматизма.

Кассия содержит гликозиды, флавоноиды, органические кислоты, алкалоиды. Используется для лечения заболеваний печени и желчного пузыря.

Кизил содержит сахара, органические кислоты, дубильные вещества и витамины. Используется для лечения ревматизма, поноса, туберкулеза и заболеваний мочевого пузыря.

Кизильник мало изучен. Используется для лечения желтухи, отеков, поноса.

Клюква содержит органические кислоты, гликозиды, витамины. Используется для лечения поджелудочной железы, цинги.

Крушина содержит гликозиды, органические кислоты, эфирные масла. Используется для лечения желудка, геморроя и как слабительное средство.

Крыжовник имеет в химическом составе сахара, органические кислоты, минеральные соли, витамины. Используется для лечения туберкулеза, желудочно-кишечных болезней и поносов.

Лагохилус имеет в химическом составе эфирные масла, дубильные вещества, органические кислоты. Используется для лечения гипертонии, геморроя.

Лимонник имеет в химическом составе органические кислоты, эфирные масла, дубильные вещества. Используется для лечения туберкулеза, полового бессилия, заболеваний печени.

Линнея малоизученна. Используется для лечения суставных болей, кожных заболеваний и в качестве обезболивающего средства.

Малина имеет в химическом составе органические кислоты, дубильные вещества, витамины, эфирные масла. Используется для лечения лихорадки, поноса, заболеваний дыхательных путей.

Можжевельник содержит сахара, жирные масла, органические кислоты, витамины. Используется для лечения болезней печени, ревматизма.

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.