ЭХИНАЦЕЯ

в лечении вирусных и кожных заболеваний

Вера ОЗЕРОВА

ВЕСЬ

КЛАДОВЫЕ ПРИРОДЫ

Кладовые природы

Вера Озерова

Эхинацея в лечении вирусных и кожных заболеваний

ИГ "Весь"

2017

УДК 61
ББК 53.59

Озерова В. М.

Эхинацея в лечении вирусных и кожных заболеваний / В. М. Озерова — ИГ "Весь", 2017 — (Кладовые природы)

ISBN 978-5-9573-3228-2

Экстракты эхинацеи входят в состав более 240 препаратов для лечения вирусных и инфекционных заболеваний. Иммуномодулирующие свойства эхинацеи позволяют использовать ее в курсе лечения больных СПИДом. Эхинацея является тонизирующим, антимикробным, противовирусным, иммунорегулирующим и противолучевым средством. Это растение, убивая инфекции, вирусы герпеса и гриппа, может действовать как антибиотик. При этом эхинацея не токсична и не имеет побочных действий. Лекарства на основе эхинацеи помогают при гепатите, стоматитах, экземе, гинекологических заболеваниях, задерживают рост злокачественных образований, способствуют заживлению любых ран. В этой книге вы найдете подборку советов и рекомендаций по применению эхинацеи. Все приведенные рецепты проверены временем и признаны официальной медициной. Для широкого круга читателей. Данное издание не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.

УДК 61
ББК 53.59

ISBN 978-5-9573-3228-2

© Озерова В. М., 2017
© ИГ "Весь", 2017

Содержание

Введение 7
Глава 1 9
Глава 2 14
Индейская красавица – эхинацея 15
Консультация биолога 17
Аптечные препараты эхинацеи 19
Глава 3 21
Секрет приготовления панацеи 22
Конец ознакомительного фрагмента. 23

Вера Озерова
Эхинацея в лечении вирусных и кожных заболеваний

Серия «Кладовые природы»

© ИГ «Весь».

* * *

Введение

Немного в природе встречается растений, препараты из которых способны помочь от великого множества заболеваний. Эхинацея – одно из таких растений.

Все мы, думаю, встречались в своей жизни с настойкой эхинацеи, но немногие знают, как же выглядит эта почти волшебная травка, повышающая иммунитет и излечивающая зачастую весьма серьезные заболевания.

А вы посмотрите на нее! Не травка это вовсе, а настоящее живое пламя! Пурпурные, малиновые цветы, похожие на крупную ромашку со светло-коричневой серединой, украшают клумбы в городе и приусадебные участки практически все лето. Глаз ведь не оторвать от этого чудесного творения природы!

И эта красота исцеляет от такого множества болезней, что ей может позавидовать любая новинка современной фармацевтики. Конечно, все это только слова. Ну а вот и пример силы эхинацеи.

Пишет Ирина Борисовна Ярцева, начальник научно-производственного отдела ООО «Целебная поляна».

> *...Выезжая на все лето жить на дачу с маленьким (начиная с 3 месяцев) ребенком, не беру с собой вообще никаких таблеток. Конечно, дочка, как все дети, простывает, но чай из свежих цветков с листьями эхинацеи снимает все симптомы за 3–4 дня. Как-то раз дочь очень сильно простыла. Температура поднялась до 40 °С. Врач поставил диагноз «лимфаденит» и назначил антибиотики. Но мы договорились, что если через 3 дня без антибиотиков будет хуже, мы приедем и примем назначенный курс лечения. Уезжать с дачи не пришлось. К вечеру температура нормализовалась, а через неделю исчезли все признаки лимфаденита. Единственное, что мы принимали, это чай из свежей эхинацеи. Два цветочка и три листочка на полстакана кипятка, как остынет до теплого – можно давать ребенку. И так 2 раза в день. Своему ребенку за 4 года я ни разу и не давала антибиотики.*

И таких писем, посвященных силе огненной эхинацеи, в медицинских газетах и журналах публикуется великое множество.

Лекарства, приготовленные из различных частей эхинацеи, помогают при гепатите, герпесе, стоматитах, экземе, гинекологических и урологических заболеваниях, задерживают рост злокачественных образований, способствуют заживлению практически любых ран.

В этой книге вы найдете подборку советов и рекомендаций по применению эхинацеи. Все приведенные рецепты и способы применения проверены временем и десятками людей. В разделе «Справочник заболеваний» вы найдете список болезней с их кратким описанием и рекомендации по лечению этих болезней препаратами эхинацеи. Полагаю, описание болезней и их симптомов поможет вам узнать врага в лицо, ведь далеко не всякий из нас обладает медицинским образованием и может понять, чем опасна та или иная болезнь. Указание симптомов дается отнюдь не для самодиагностики. Я искренне надеюсь, что, обнаружив у себя симптомы описанных заболеваний, вы не будете заниматься самодиагностикой, а обратитесь к специалисту. Помните, что вовремя и правильно поставленный диагноз является половиной успешного лечения. Кроме рецептов, конечно же, приведены рекомендации по выращиванию эхинацеи и даже по ее применению в магии.

Глава 1
Красные ромашки для Наташки

Есть у меня знакомая учительница биологии, Наталья Ивановна. Она несколько лет назад вышла на пенсию и все свободное время проводит на даче. И, конечно, приглашает всех друзей к себе за город отдохнуть, а заодно и помочь с нехитрым огородом. Так и прошлой весной позвонила она мне и пригласила провести выходные в трудах праведных. До дачного поселка пришлось добираться на электричке, и на перроне я увидела старушку, продававшую различные корешки на посадку – незабудки, валериану и другие. Скажу честно, сажать на даче у Натальи Ивановны я ничего не собиралась, но скупила у старушки практически весь товар. Пожалела старенькую продавщицу. А она мне и листочек в руку засунула с названиями всех купленных растений. Покупку мою хозяйка дачи осмотрела придирчиво. На самом деле, почти все эти растения у нее уже давно были, но вот один корень ее обрадовал.

– Так это же эхинацея! Года два ее уже ищу. Ну, спасибо, ну, удружила!

Наталья так обрадовалась, что на радостях даже не стала отправлять меня в ближайший лесок высаживать остальные растения. Она обычно туда отправляет всех своих неудачливых садоводов, когда те привозят подобные «подарки». Но моим растениям повезло. И больше остальных – эхинацее. В тот день она действительно была королевой. Наталья Ивановна только что не танцевала перед ней. Вскопала круглую клумбочку около березки, полила ее и с благоговением посадила растение.

– Ну, с Богом! Расти, дорогая, буду ждать твоих цветов, очень они мне нужны!

За чаем Наталья Ивановна рассказала, что эхинацея необходима ее внучке, Наташе-маленькой. Девочку преследовал герпес, по-народному – простуда. Стоило девочке чуть замерзнуть, как болячка обметывала губы. Официальная медицина ничем помочь не могла, покупные мази давали только временный результат. И тут родителям девочки врач посоветовал купить настойку цветов эхинацеи и смазывать ею болячки. И, как назло, нигде не могли ее найти. Думаю, теперь вы поймете, почему так обрадовалась моему подарку Наталья Ивановна. Ведь эхинацея была последней надеждой.

Так получилось, что в следующий раз мы встретились с Натальей Ивановной почти через год. Спросила я и о самочувствии внучки.

– Правильно, что напомнила. Спасибо тебе большое за эхинацею! Уж и не знаю, как отблагодарить! Избавились мы благодаря ей от этой напасти!

Наталья Ивановна рассказала, как она вылечила внучку.

Она собирала букетики цветущей эхинацеи и аккуратно раскладывала их на столе в сарайчике. Там, в тени, растения высыхали. Высушенную эхинацею Наталья Ивановна фасовала небольшими порциями в бумажные пакетики. В сентябре начали курс лечения.

В течение 10 дней внучка принимала настой эхинацеи. Затем, если вдруг только появлялся знакомый предпростудный зуд около губ, девочке смазывали зудящие места настойкой эхинацеи. В результате за всю осень, зиму и весну у девочки не появилось на лице ни одной болячки.

Рецепт приготовления отвара эхинацеи

Засыпьте в термос 1 ст. ложку измельченной сухой травы с цветками эхинацеи, залейте 0,5 л кипятка, закройте и дайте настояться в течение ночи. На другой день принимайте 3 раза в день по 150 мл за 30 минут до еды.

Для лечения застарелого герпеса рекомендуется принимать настойку эхинацеи.

Рецепт приготовления настойки

Соберите цветы эхинацеи. Наполните ими банку и залейте 70 %-м спиртом из расчета 1 часть сырья на 5 частей спирта. Настаивайте не меньше месяца. Полученную настойку процедите. Принимайте по 20 капель на 1 ч. ложку воды 3 раза в день, независимо от приема пищи.

Этой же настойкой смазывайте зудящие места и появившиеся болячки.

По словам Натальи Ивановны, теперь каждые выходные внучка приезжает с родителями на дачу к бабушке и с удовольствием собирает букетики цветущей эхинацеи, и уже сама пытается сама их сушить. А если в гости едет бабушка, то ее обязательно просят привезти красные ромашки для внучки Наташки.

После этой истории я всерьез взялась за изучение различных материалов об этом удивительном растении – эхинацее.

Оказалось, что красные ромашки очень популярны среди поклонников фитотерапии.

> *Каждый год в апреле я уезжаю на дачу. Живу там все лето, вдали от цивилизации и лекарств. Если что-то начинает болеть – пользуюсь своей «аптекой». Аптекой я называю небольшую грядку, на которой растут чабрец, полынь, валериана, ромашка, подорожник. А пару лет назад пополнилась моя аптека еще одним растением – эхинацеей. И почти сразу травка мне эта помогла. Приехали ко мне на выходные дочь с зятем и внучкой Аленкой. День выдался жаркий, и дочь напилась ледяной воды из колодца. Буквально через пару часов обметало все горло, температура поднялась до 40 °С. Зять засобирался домой, но я уговорила его остаться на ночь. Пошла в огород и набрала свежих листочков малины и эхинацеи цветущей. Мне старушка, у которой я купила эхинацею, сказала, что очень она хорошо помогает при простудах. Малины бросила в чайник на глаз, а эхинацею отмерила – 1 ст. ложку измельчила и цветочек добавила. Для меня это травка новая, побоялась переборщить. Траву залила кипящей водой и поставила на огонь. Как закипел чайник, сняла с плиты и остудила. Теплым чайком с грядки напоила всех – и дочь, и зятя, и внучку. Дочери налила больше всех и в течение дня отпаивала своим чаем с грядки. К вечеру температура снизилась, да и чувствовала она себя намного лучше, так что отъезд отложили. Так все выходные и пропила дочурка чаек из моей аптеки и с собой домой прихватила.*

На зиму я эхинацею заготавливаю, как и другие травы, двумя способами – сушу и готовлю настойку.

Половину стеклянной банки наполняю нарезанными цветами и листьями эхинацеи и заливаю 70 %-м спиртом. Через месяц настойка готова. Сама пью весь октябрь и ноябрь по 10 капель на полстакана воды и не болею. Дочь пьет настойку, только если заболеет, или же полощет ею горло. Зять называет мою настойку бальзамом и по 0,5 ч. ложечки в чай наливает, если простудится.

Анна Иванова, Московская область

Эхинацея меня увлекла лет 7–8 назад. Купила семена, высеяла их ранней весной в ящичек, а потом перенесла рассаду в открытый грунт. И год от года стала расширять грядочку. В первый год было всего 5 кустиков. А теперь делюсь со всеми, чтобы каждый мог иметь у себя на грядке это чудо. Для настойки беру корешки и настаиваю на спирте. Помогает от многих болезней. Герпес 2–3 раза смазала – и засохло. Любые ранки заживляет. Буквально несколько дней назад обварила ногу кипятком, сразу за эхинацею, смазала 3 раза – и все, теперь только красный след остался, но и он скоро пройдет. А так болело, думала, без волдыря не обойдется. Но моя чудесница помогла! Как-то летом срезала кончик пальца, кровь ручейком текла. Сорвала листик эхинацеи, истолкла в кашицу и привязала к ране. На второй день развязала – все затянулось. Когда только увлеклась эхинацеей, начала собирать все вырезки о ней, где только можно. А теперь сама убедилась, что она действительно панацея. Настойка в аптеке дорогая, а здесь – бесплатное лекарство. Сейчас я собираю все: цветки, корни. Делаю настойку, а зимой можно с чаем; листья сушу для отваров, они полезны для укрепления иммунной системы. Не хуже, а то и лучше, бальзама Биттнера!

Анцупова А. Т., Донецкая область

Эхинацею я посадил у себя на участке после того, как съездил на Украину к родственникам. Прочитал в тамошних газетах про доктора Смыка, который лечил всех своих пациентов бальзамами с эхинацеей. Ну, думаю, что за растение такое? Надо попробовать. Посадил в саду несколько кустиков эхинацеи и начал лечиться. Жена все выискивала рецепты сборов, а я просто начал жевать свежие листики эхинацеи. Как приду в огород, сразу сорву 2–3 листика – и в рот. Или чай если кипятил, то бросал в заварку несколько листиков. Так и забыл про всякие болячки, особенно про простуду. Внукам чай с эхинацеей начал предлагать, чтобы не болели зимой. Отказались. Оно и понятно: им простуда любая – в радость, в школу ходить не надо. Зато зять с удовольствием пьет чай с эхинацеей – он работает у частника, больничный никто оплачивать не будет, наоборот, уволить могут. Дочери эхинацея помогла от себореи. Какими шампунями только ни пользовалась – никак. А тут нарубила мелко стеблей с листьями и цветками, добавила меда и намазала на голову. Откуда рецепт взяла – не знаю, но такой маской за 5 раз избавилась от себореи. А недавно конфуз вышел. Решил я себе водочку на эхинацее настоять. Думаю – и выпить, расслабиться, и подлечиться заодно. Засыпал горсть цветочков на пол-литра и поставил бутылочку в холодильник. А внучка все угрями да прыщиками маялась. Жена возьми и скажи ей, что у деда, то есть у меня, водка на травах есть, пусть возьмет и протрет лицо. Водка-то

подсушивает кожу. В общем, водочку мою на лицо вымазала не только внучка, но и все ее подружки. Личики-то, конечно, чистенькие стали, а водочка моя закончилась. Ну да ничего – лето пока не закончилось, новую настойку приготовлю.

Быковский А., Воронежская область

Часто встречаю письма о помощи в борьбе с генитальным герпесом. Надеюсь, мой опыт в лечение этого заболевания кому-нибудь пригодится.

Пять лет назад я развелась с мужем. Прощальным его подарком стал генитальный герпес. Заболевание серьезное и неизлечимое. Препараты, которые мне назначали врачи, стоили очень дорого, а облегчение приносили только временное.

Исцеление пришло случайно. Осенью, перед эпидемией гриппа, на работе нам делали прививки. Я отказалась. Тогда медсестра посоветовала мне пропить курс настойки эхинацеи. Сказала, что продается она в любой аптеке и стоит недорого. Саму настойку я не нашла, вместо нее купила «Иммунал» по совету аптекарши. И заметила, что после того, как пропила курс, герпес перестал меня беспокоить. Сначала я решила, что это только временное облегчение, но оказалось, что болячка уснула надолго. Теперь я для профилактики каждый месяц в течение 10 дней пью по 0,5 ч. ложки настойки эхинацеи (все-таки удалось ее купить). Еще нашла рекомендации ставить тампоны с маслом, настоянным на эхинацее. Хочу попробовать этот способ, как только найду сырье.

С пожеланиями здоровья,

И. А., Московская область

Хочу помочь всем, у кого на лице есть юношеские угри. Мне было 12 лет, когда они появились по всему лицу. Мама говорила, что это возрастное и к выпускному классу обязательно пройдет. Но я уже училась в 11-м классе, а все ходила в прыщах. Чем только ни пробовала их вывести, даже несколько раз мочой умывалась – ничего не помогало. А помогла мне продавщица из аптеки. Она предложила мне попробовать подлечить лицо лосьоном с эхинацеей. Мне помогло, лицо очистилось. Но потом угри появились снова, тогда я прочитала состав лосьона и приготовила его сама. Взяла по 1 ч. ложечке березовых листьев и ноготков, залила их стаканом водки. Свежей эхинацеи у меня не было, поэтому я добавила готовую настойку – 50 мл. Все тщательно смешала и поставила в шкаф на 2 недели. Потом процедила через марлю и перелила в бутылочку. Каждый день утром и на ночь протираю лицо ваткой, смоченной этим лосьоном. В результате к выпускному балу лицо у меня было чистое и красивое. А еще этот лосьон хорошо помогает при ссадинах и ранах.

Эльвира М., Астраханская область

Часто в детской больнице вижу малышей, покрытых детским диатезом. Мамочки говорят, что ничего не помогает, а я им на это отвечаю, что плохо стараются.

Во-первых, необходимо обратиться к детскому аллергологу, чтобы найти причину диатеза. Чаще всего достаточно исключить из рациона малыша некоторые продукты, чтобы высыпания прекратились. Во-

вторых, нужно купать малыша в травяных ваннах, которые способствуют скорейшему заживлению кожи.

О таком нехитром способе избавления от диатеза узнала благодаря внуку. У него в 3 года начался страшный диатез. Долго не могли понять, что его вызвало. Наконец, обратились к аллергологу. Оказалось, что причина – в некоторых покупных соках, которые так обожал малыш. Соки перестали давать, но диатез проходил медленно, и порой возвращался. Ослабленный организм начал реагировать высыпаниями и на многие другие продукты. Тогда я вспомнила, что еще моя мама против всех детских кожных болезней лечила нас травяными ваннами и примочками. Я приготовила для внука настой из череды, ромашки и календулы. Под рукой оказалась эхинацея – добавила и ее. После 5 таких ванн тело внука практически целиком очистилось. Рассказала о своем опыте лечащему врачу, а она мне посоветовала еще и попоить внука настоем эхинацеи, чтобы поднять иммунитет, – организм-то измотан после болезни. Настой я готовила из расчета 1 ст. ложка на 1 л кипятка. Настаивала в термосе всю ночь, а на следующий день внучок пил по 1/2 стакана после еды.

С уважением,

Валентина Михайловна, г. Новокуйбышевск

Моя родственница Мария подхватила демодекс (подкожный клещ) лет 20 назад. Очень долго болела, уже и не верила в выздоровление. Все лекарства перепробовала, даже дихлофосом смазывала. Ничего не помогало, глаза слезились, веки она расчесывала до крови. Помогла ей случайная попутчица в автобусе. Увидела она, что женщина в возрасте все время глаза трет, и спросила, в чем дело. Та со слезами призналась. Попутчица посоветовала ей перестать умываться с мылом. Дескать, клещ мыло любит. Вместо него надо лицо протирать лосьоном или спиртом салициловым, разведенным водой так, чтобы глаза не очень щипало. Обязательно менять наволочку раз в два дня и полотенце, которым вытирает лицо. И еще женщина посоветовала раздобыть свежую эхинацею и настоять на масле, настойку эту закапывать в глаза по 1 капле. Свежую эхинацею мы не нашли, а спиртовую настойку закапывать побоялись. Тогда Мария решила делать примочки на глаза из настойки. Она разводила пузырек настойки кипяченой прохладной водой в соотношении 1: 1, смазывала в растворе бинтик и прикладывала на глаза. Как только бинтик подсыхал, она его выкидывала и делала новую примочку. Всего за вечер она накладывала на глаза 10 таких компрессов. Кроме этого, она начала пить неразведенную настойку по 20 капель утром и вечером. Лечилась она две недели, и клещ ее больше не беспокоил.

Инна М., Краснодар

Глава 2
Близкое знакомство

Свое знакомство с эхинацеей я продолжила с помощью научной литературы. Более близкое узнавание состоялось с помощью кипы энциклопедий и справочников. Все самое, на мой взгляд, интересное и ценное я предлагаю вам в этой главе.

Индейская красавица – эхинацея

Эхинацея – это многолетнее травянистое растение с ползучим, укореняющимся корневищем. Стебли прямостоячие, высотой до 80 см, соцветия – крупные корзинки. Цветки напоминают язычки пурпурно-розового пламени. Листочки у нее колючие, игловидные. Собственно, благодаря им эхинацея, по всей видимости, и получила свое название, поскольку слово «эхинацея» произошло от греческого *echinos* – «еж». Так что на Руси она вполне могла бы зваться ежовой травой, ежовкой или ежевиком.

Но с сожалением приходится признать, что эхинацея – дар не российской, а американской природы. Многие столетия назад североамериканские индейцы использовали его в лечебных целях. Сухими семенными головками эхинацеи индейцы расчесывали волосы, настоями и отварами промывали глаза и гноящиеся раны, листья и корни прикладывали к месту воспаления, жевали, чтобы избавиться от кашля и ангины. Растение применяли при зубной боли, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, боли в горле, ожогах. Кроме того, индейцы считали эхинацею сильным противоядием при укусах змей и ядовитых насекомых.

Со временем на растение обратили внимание белые переселенцы. Бледнолицые высоко оценили целебные свойства этого растения, которое индейцы поэтически называли «чудо-цветок прерий», «американский золотой цветок», «вечернее солнце». Ну, а собственное имя растение получило в середине XVIII века. В 1753 году Карл Линней назвал эхинацею «рудбекия» в честь Клауса Рудбека (1630–1702), который основал ботанический сад в городе Упсала. Через 41 год немецкий ученый Конрад Менх, исследуя ботанические свойства семьи астровых, выделил из рода рудбекия отдельное растение и дал ему название эхинацея.

В 1871 году коммивояжер Майер из Небраски, торговавший аптечными товарами, создал первый препарат из эхинацеи, назвав его «очиститель крови Майера». Коммивояжер был настолько уверен в этом препарате, что на глазах у изумленной публики позволял ядовитой змее ужалить себя, после чего глотал свое чудо-лекарство. В Европу и Россию эхинацея пришла в XIX веке.

Но несмотря на то, что в арсенале нашей медицины это растение появилось сравнительно недавно и в диком виде в России не встречается, популярность оно завоевало сразу необыкновенную. Впрочем, это вполне заслуженно – ведь оно настолько удивительно, что могло бы стать символом всеисцеляющей богини Панацеи.

В медицинской практике применяют 3 из 9 видов эхинацеи: эхинацею пурпурную, эхинацею узколистную и эхинацею бледную.

К настоящему времени экстракты из корней эхинацеи, травы с цветущими соцветиями входят в состав более 240 препаратов, в том числе и в патентованное средство для лечения СПИДа. Высушенный корень и трава эхинацеи ценятся за широкий диапазон действия против многих вирусных и бактериальных заболеваний. Лабораторные исследования показывают, что эхинацея может действовать как антибиотик, является мощным природным растительным стимулятором иммунной системы. Эхинацея нетоксична и не оказывает побочных осложнений.

Лауреат двух Нобелевских премий американский ученый Лайнус Полинг доказал, что эхинацея – самый эффективный стимулятор иммунитета среди всех известных БАДов. Исследованиями института молекулярной биологии и генетики Национальной академии наук Украины доказано, что по своим фармакологическим свойствам эхинацея относится к тонизирующим средствам с антимикробным, противовирусным, иммунорегулирующим и противолучевым действиями. Положительные результаты получены при лечении более 70 болезней.

Эхинацею применяют при простудных заболеваниях, бронхитах, пневмониях, гриппе, герпесе, оспе, полиомиелите, инфекциях мочевых путей, циститах, заболеваниях ЛОР органов, а также в случаях недостаточной эффективности антибактериальной и противовоспалительной терапий.

Эхинацея пурпурная и ее препараты с успехом применяются для лечения кожных заболеваний, таких как псориаз, эпидермофития, чешуйчатый лишай, экзема, нейродермиты. Эффективна при лечении ран, ожогов, обморожений, трофических язв, пролежней, ревматоидных артритов, гепатита, нефрита, аднексита, простатита, гипертрофии простаты.

Профессор С. А. Томилин рекомендовал эхинацею в виде горячих водных вытяжек (настоев, отваров) из травы, корней, в виде сока из соцветий для усиления сексуальной потенции, при состояниях психической депрессии, умственном и физическом переутомлении.

Но вместе с тем необходимо отметить, что есть у эхинацеи и противопоказания. Это гиперчувствительность (аллергические реакции) к действующим и вспомогательным веществам препарата, а также к растениям, относящимся к сложноцветковым (ромашка лекарственная, календула лекарственная, одуванчик и др.), в ряде случаев имеются ограничения к применению эхинацеи при туберкулезе, лейкемии, лейкозе, заболеваниях соединительной ткани (коллагенозы), аутоиммунных заболеваниях, рассеянном склерозе. Противопоказано применение эхинацеи беременным и кормящим женщинам. Отмечу, что есть люди, не переносящие препараты эхинацеи или не восприимчивые к ней. Как правило, таких совсем немного – 3–4 на 100 человек. Кроме того, необходимо помнить, что настойка эхинацеи на спирте может способствовать повышению давления. Поэтому, если вы находитесь под наблюдением врача, обязательно предупредите его о том, что начали принимать спиртовой препарат эхинацеи.

Консультация биолога

Почему же эхинацея лечит? С аптечными препаратами все просто – на упаковочке напечатан список действующих компонентов. А с растениями немного сложнее – природа не догадалась каллиграфическим почерком написать на стеблях и листьях растений список полезных веществ, которыми она наградила это самое растение.

Столетия назад знахари и народные целители и не задумывались над тем, почему растения лечат, им было важно выяснить, какие именно болезни и как правильно лечить этими травками. Современные же ученые исследуют растения, выделяют из них полезные вещества и уже на основе досконального анализа делают выводы о возможностях того или иного растения. Спросите, зачем вам-то эти ученые изыски нужны? Очень нужны! Все-таки необходимо знать, чем именно вы лечитесь. Тем более что эта информация вовсе не бесполезна. Возможно, кому-то из ваших близких эхинацея не подойдет, и тогда, зная ее химический состав, вы сможете подобрать ей замену – растение со сходным составом. И, конечно же, новая информация никогда не повредит. Кстати, западные ученые доказали, что людям в возрасте после 40 лет необходимо получать еще одно образование, чтобы не застаивалось серое вещество в мозгу. Поскольку образование в вузах или даже техникумах доступно далеко не всем, можно получать новые знания из книг. Так что читайте и заставляйте свое серое вещество работать!

Химический анализ растений рода эхинацея определил в их составе 7 групп биологически активных веществ, которые включают полисахариды, флавоноиды, производные кофейной кислоты, эссенциальные липиды, алкиламиды и другие классы соединений.

Эхиназиды – самый полезный компонент – накапливаются в корнях и в незначительных количествах присутствуют в цветке. Эхиназиды могут быть такими же эффективными, как пенициллин, в уничтожении большого количества бактерий. Эхиназиды могут применяться как для лечения, так и для предотвращения фоточувствительности кожи под воздействием ультрафиолетового облучения.

Алкиламиды, содержащиеся в самой большой концентрации в корнях, имеют умеренные анестезирующие свойства. Они придают характерное для эхинацеи ощущение покалывания на языке при ее приеме внутрь.

Из всех химических соединений, входящих в состав эхинацеи, лучше всего изучены *полисахариды* (крахмал, целлюлоза, гемицеллюлоза, инулин, пектин), с которыми многие ученые связывают способность эхинацеи стимулировать иммунитет и ее противовоспалительные свойства. Оказывается, именно в полисахаридах, окружающих клетки тканей и таким образом защищающих их от бактериальных и патогенных атак, кроется иммуностимулирующее воздействие эхинацеи. Кроме того, составляющие полисахаридов способствуют регенерации тканей человеческого организма.

Полисахаридами богата надземная часть эхинацеи, в то время как корень содержит высокую концентрацию инулина. Инулин повышает активность фагоцитов и увеличивает их количество. Что такое фагоциты, и зачем они нужны? Фагоциты – белые клетки крови. Они должны постоянно уничтожать в тканях и крови все микробы, несущие болезни. Процесс уничтожения «неприятеля» и называется фагоцитозом. Таким образом, благодаря инулину эхинацея улучшает процесс фагоцитоза в нашем организме.

Полисахариды эхинацеи также положительно воздействуют на работу селезенки, костного мозга и качество крови.

В надземной части и корне растения выделено и достаточное количество *фенольных соединений*, которые обладают разнообразными фармакологическими свойствами. Среди

них встречаются спазмолитики, противовоспалительные, противоаллергические, радиозащитные средства, а также экстогены и антиоксиданты.

Как и в любом растении, в составе эхинацеи присутствуют *кислоты*, в частности, производные кофейной кислоты, *цикориевая кислота*. В конце 80-х годов в Германии были запатентованы экстракты эхинацеи с содержанием цикориевой кислоты, обладающей иммуностимулирующим действием.

Кофейная кислота обладает антибактериальной, противогрибковой, антиоксидантной и мембраностимулирующей активностью.

Еще в 1914 году в корнях и надземной части эхинацеи были обнаружены *белки*, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма. Белки являются основным источником для выработки энергии в организме.

В прошлом веке из эхинацеи были выделены алкалоиды. *Алкалоиды* («щелочеподобные») – это сложные органические соединения, в растениях они находятся в виде солей органических, а иногда и неорганических кислот. От алкалоидов зависят такие действия растения, как повышение или понижение кровяного давления, возбуждение нервной системы или ее успокоение, сердечная деятельность и дыхание.

В высушенных корнях эхинацеи пурпурной и узколистной в небольшом количестве обнаружены характерные для сложноцветных *алкалоиды туссилягин и изотуссилягин*. Количество их в эхинацее может варьироваться под действием экологических факторов. У растений, растущих на влажных и богатых азотом почвах, установлено более высокое содержание алкалоидов.

Для эхинацеи бледной и пурпурной отмечено наличие сапонинов. *Сапонины* эхинацеи пурпурной обладают вирусонейтрализующей и иммуностимулирующей активностью.

В наземной части эхинацеи пурпурной обнаружены *органические кислоты* (3,3 %), а в корнях – *молочная кислота*.

В листьях, корнях и цветах эхинацеи пурпурной содержатся *провитамин А* и *витамин С*. Особенно богаты витамином С свежие листья и стебли растения, в них содержится 230 мг витамина С на 100 г массы. Это важно, так как витамин С является природным антиоксидантом. Провитамин А оказывает влияние на рост человека, улучшает состояние кожи, способствует сопротивлению организма инфекции, обеспечивает рост и развитие эпителиальных клеток. Недостаток этого вещества приводит к ухудшению зрения в сумерках («куриной слепоте»).

Жгучий вкус сырья и препаратов эхинацеи обусловливают *алкимиды ненасыщенных кислот*. Эти вещества с таким серьезным химическим названием отвечают за местноанестезирующие свойства эхинацеи. Иными словами, благодаря им препараты эхинацеи применяются в качестве местного обезболивающего. Алкимиды корней эхинацеи пурпурной обладают противовоспалительным действием.

В свежих корнях эхинацеи пурпурной выделены следующие *макро-* и *микроэлементы: кальций, калий, алюминий, магний, хлор* и *железо*. В зависимости от региона выращивания растения в нем также могут накапливаться: *молибден, селен, серебро, кобальт, никель, цинк, барий, бериллий, ванадий* и *марганец*. Думаю, о необходимости всех этих элементов для нормальной жизнедеятельности организма напоминать нет необходимости.

Все указанные элементы и их свойства были учтены учеными при создании различных патентованных средств на основе эхинацеи.

Аптечные препараты эхинацеи

В последние годы выпускаются таблетки эхинацеи пурпурной, которые содержат высушенный сок, выжатый из свежей травы эхинацеи пурпурной (в период цветения), и физиологически активные вещества – 100 мг. Примером может быть *«Эхинацея-ратиофарм»*. В таблетку добавлены вспомогательные вещества: высокодисперсная двуокись кремния, сорбитол, натрия цикламат, магния стеарат.

Таблетки можно рассасывать, разжевывать или глотать, запивая жидкостью (например, 1/4–1/2 стакана воды). Время приема лекарства не зависит от употребления пищи. Взрослые и дети старше 12 лет принимают по 1 таблетке 2 раза в день. Продолжительность лечения препаратом – 10 дней (при ежедневном приеме) или 20 дней (при приеме через день).

Фирма «ЛЕК» (Словения) выпускает препарат *«Иммунал»*, содержащий в 100 мл раствора 80 мл сока, выжатого из цветущих свежесобранных растений эхинацеи пурпурной.

Препарат рекомендован для профилактики простудных заболеваний и гриппа, для повышения неспецифического иммунитета при повторяющихся простудах и для предупреждения иммунодефицита при длительной терапии антибиотиками.

Применяют «Иммунал» внутрь, растворив в небольшом количестве жидкости, по 20 капель (перед употреблением флакон необходимо несколько раз хорошо встряхнуть) 3 раза в день; в острой стадии заболевания начальная доза – 40 капель, затем – по 20 капель через 1–2 часа в течение 2 дней, далее – обычные дозы (20 капель 3 раза в день); детям до 6 лет – 5–10, от 6 до 12 лет – 10–15 капель 3 раза в день. Продолжительность курса – не менее 1 и не более 8 недель.

Препарат противопоказан при гиперчувствительности, туберкулезе, лейкозе, рассеянном склерозе, коллагенозах, детям в возрасте до 1 года.

Из других препаратов, содержащих эхинацею, можно назвать *«Антесептин», «Активный день», «Проставит», «Урофлюкс», «Эхинацея и Золотой корень»*. Существуют леденцы с эхинацеей, чай с эхинацеей.

Применяется эхинацея и в гомеопатии. Препараты эхинацеи используются также с профилактической целью при первых признаках простуды, при длительном приеме антибиотиков, оздоровлении лиц, перенесших воздействие радиации или проживающих в зонах, неблагоприятных по радиационному уровню.

В настоящее время в ряде стран выпускают настойки эхинацеи пурпурной. Рекомендуемая доза: 10–30 капель утром и днем в течение 3–8 недель. Существуют также таблетированные препараты из эхинацеи.

В гомеопатии хорошо известен препарат *«Эхинацея композитум С»* (*Echinacea compositum S*). Это гомеопатическое средство содержит вытяжку эхинацеи узколистной. Применяется при воспалительных процессах и гнойных инфекциях кожных покровов, мягких тканей, слизистых оболочек (фурункул, абсцесс, флегмона, карбункул, свищ, гингивит, стоматит, синусит, гастроэнтерит, энтероколит, кольпит, аднексит, мастит, цистит, гломерулонефрит и др.); септических состояниях и токсических синдромах (остеомиелит, сепсис, септицемия); вторичных бактериальных и вирусных инфекциях, затяжных лихорадочных состояниях.

Отмечено, что любые качественные препараты эхинацеи хорошо переносятся организмом, очень редко вызывают побочные эффекты. В отдельных случаях могут наблюдаться реакции гиперчувствительности (аллергические реакции). При применении препаратов эхинацеи возможны высыпания на коже, зуд, изредка – припухлость лица, одышка, удушье, головокружение и резкое снижение давления. В таких случаях необходимо прекратить прием лекарства и обратиться к врачу.

При применении высоких доз препарата возможны тошнота, рвота, нарушение стула, бессонница, повышенная возбудимость нервной системы. При появлении вышеупомянутых симптомов необходимо также прекратить прием препарата и обратиться к врачу.

Внимание! При покупке препаратов эхинацеи выбирайте лекарства и биологические добавки проверенных фирм.

Глава 3
Панацея – миф или реальность?

Панацея – миф или реальность? Если задать такой вопрос современным ученым, то большинство из них скажут, что, вполне возможно, панацея и будет создана когда-нибудь. А если спросить об этом у мудрого знахаря, то он ответит, что панацея для каждого человека – своя. Не может быть идеального лекарства, которое подошло бы всем. Каждый человек в своем роде уникален. Несмотря на общую одинаковость: две руки, две ноги, голова, тело, – все мы – штучная работа матушки-природы. Посмотрите на себя и окружающих. Различаются оттенки цвета глаз, волос, кожи, а о характерах и говорить не приходится. Или, например, пищевые пристрастия. Чей-то желудок жить не может без мяса, чей-то, наоборот, его отвергает. Кто-то любит рыбу, а кто-то не может прожить без овощей.

Каждый человек – единственный в своем роде, и организм его уникален. Кому-то поможет настойка эхинацеи для лечения, кого-то спасет препарат лопуха. Все зависит только от нашего организма. Необходимо тщательно прислушиваться к нему и наблюдать за его реакциями на выбранный препарат. А если лекарство не помогает, то попробовать другое средство, ведь именно этим и отличается народная медицина от официальной. Как правило, официальная медицина может предложить только 1–2 средства для лечения болезни, в арсенале же народной медицины – десятки рецептов приготовления препаратов для лечения одного и того же заболевания. Думаете, почему? А все именно потому, что каждый организм индивидуален. Именно в зависимости от предпочтений и требований вашего организма вам и надо искать свою дорожку к здоровью, свою панацею.

Секрет приготовления панацеи

Хотя у каждого человека панацея своя, есть некоторые общие секреты и принципы, которые необходимо знать каждому.

Первый из них – сбор лекарственного сырья. Помните поговорку: «Каждому овощу – свое время»? Так и в сборе трав: для каждой части растения – свое время. Если не соблюдать правила заготовки сырья, то в лучшем случае вы получите препараты со слабо выраженным лечебным эффектом, а возможно, средство окажется и просто бесполезным. Ну, а в худшем случае подобным лекарством из «неправильной» травы можно даже нанести ущерб здоровью. Так что внимательно прочитайте и запомните все приведенные ниже рекомендации.

Собирайте лекарственное сырье именно тогда, когда оно содержит максимальное количество активных веществ. Так, если в дело идет все растение, его собирают в начале цветения; в это же время собираются и растения, от которых употребляются все надземные части – трава. Сбор листьев производится, как правило, перед цветением. Корни, корневища и клубни заготавливаются осенью, когда в растении прекращается сокодвижение, или же ранней весной до начала его. Семена и плоды собирают в период их полного созревания. Кору – весной во время сокодвижения в растениях. Время сбора одних и тех же видов лекарственных растений может быть неодинаковым.

На «готовность» растений к сбору влияют район произрастания, условия (климатические и другие) того или иного года. Время сбора иногда может отличаться от указанного на 10 дней и более. Тем не менее, некоторое представление о времени заготовки лекарственного сырья может дать календарь сбора. Надземные органы растений (особенно цветы) обычно собирают в сухую погоду, причем растения не должны быть увлажнены росой или дождем. Только при соблюдении этого условия удается при сушке сохранить у частей растения их естественный цвет и предохранить от самонагревания (процессов бактериального и грибкового разложения), результатом которого часто является утрата растением действующего начала.

Исключение составляют легко осыпающиеся в зрелом состоянии плоды некоторых растений (зонтичных). Их лучше заготавливать увлажненными. Корни, корневища и клубни можно выкапывать в любую погоду, потому что перед сушкой их необходимо мыть. При заготовке ядовитых растений следует соблюдать осторожность: нельзя пробовать их «на вкус» и класть вместе с неядовитыми лекарственными растениями. После их сбора необходимо тщательно вымыть руки. Способы заготовки различаются в зависимости от группы лекарственного сырья.

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.