

*Карманный
целитель*



Юрий Константинов

ОБЛЕПИХА

**От атеросклероза, бесплодия, гастрита,
инфаркта, инсульта, онкологии, псориаза...**



Карманный целитель

Юрий Константинов

**Облепиха от атеросклероза,
бесплодия, гастрита, инфаркта,
инсульта, онкологии, псориаза...**

«Центрполиграф»

2018

УДК 615
ББК 53.59

Константинов Ю.

Облепиха от атеросклероза, бесплодия, гастрита, инфаркта, инсульта, онкологии, псориаза... / Ю. Константинов — «Центрполиграф», 2018 — (Карманный целитель)

ISBN 978-5-227-07540-6

Польза облепихи обусловлена большим содержанием полезных веществ в её составе, например витаминов С и Е. Сок, масло, отвары, настои, сиропы применяются при воспалительных процессах, для заживления ран и уменьшения боли, для лечения подагры, ревматизма и как мягкое слабительное средство. Маски из плодов возвращают коже упругость, придают сияние и выравнивают цвет лица. Плоды облепихи богаты фолиевой кислотой, поэтому рекомендованы женщинам, планирующим беременность. Плоды содержат несколько природных антибиотиков, а также обладают антисептическими свойствами, поэтому часто применяются в комплексной терапии воспалительных и гнойных заболеваний, в том числе и гинекологических. Масло облепихи помогает при язве желудка и заболеваниях двенадцатиперстной кишки. Полезными свойствами обладают и листья облепихи! Из них готовят чудесный облепиховый чай. Отваром облепиховых листьев хорошо ополаскивать голову, и волосы станут мягкими и блестящими. Заваренные ветки облепихи имеют полезное свойство снимать раздражение слизистых, горла, избавлять от кашля...

УДК 615
ББК 53.59

ISBN 978-5-227-07540-6

© Константинов Ю., 2018

© Центрполиграф, 2018

Содержание

Предисловие	7
Облепиха	8
История применения	8
Строение куста	9
Выращивание на участке	10
Состав	11
Лекарственные формы	14
Лечение облепихой различных болезней	15
Авитаминоз	15
Ангина	17
Анемия	19
Атеросклероз	20
Бесплодие женское и мужское	21
Бронхит и пневмония	22
Волосы	24
Гайморит	25
Гастрит и гастропатия	26
Геморрой, анальные трещины, проктиты	27
Конец ознакомительного фрагмента.	28

Юрий Константинов
Облепиха от атеросклероза,
бесплодия, гастрита, инфаркта,
инсульта, онкологии, псориаза...

© Константинов Ю., 2018

© Художественное оформление, «Центрполиграф», 2018

© «Центрполиграф», 2018

Предисловие

Полезность облепихи для здоровья человека обусловлена большим содержанием полезных веществ в её составе. Всего лишь одна столовая ложка ягод, перетертых с сахаром, содержит суточную норму витаминов С и Е. Облепиха отлично усваивается, а полученные из неё жиры не откладываются в клетках.

Из плодов облепихи делают сок, масло, отвары, настои, сиропы, которые применяются при воспалительных процессах, для заживления ран и уменьшения боли.

Облепиху используют в народной медицине в виде отваров для лечения подагры, ревматизма и как мягкое, но действенное слабительное средство. Перетертые плоды облепихи часто включают в составы пилингов. Это объясняется высоким содержанием в них органических фруктовых кислот – винной, лимонной и яблочной. Маски из измельчённых свежих плодов при регулярном применении возвращают коже упругость, придают сияние и выравнивают цвет лица. Плоды облепихи богаты фолиевой кислотой, поэтому врачи рекомендуют употреблять облепиху в разных вариантах (но лучше всего – без тепловой обработки) женщинам, планирующим беременность.

Плоды этого растения содержат несколько природных антибиотиков, а также обладают антисептическими свойствами, поэтому часто применяются в комплексной терапии воспалительных и гнойных заболеваний, в том числе и гинекологических.

Облепиховое масло позволяет предотвратить появление прыщей. Лечение кожи облепиховым маслом производится либо точечно: его наносят непосредственно на мелкие прыщики, либо локально: делают масляные компрессы на всю область заражения.

Масло облепихи рекомендовано при язве желудка или заболеваниях двенадцатиперстной кишки, а плоды при этом запрещены к употреблению из-за большого количества кислот.

Известны полезные свойства листьев облепихи. Их можно подсушить, заваривать и пить чудесный облепиховый чай. Отваром облепиховых листьев хорошо ополаскивать голову после мытья, желая сделать волосы более мягкими, блестящими.

Заваренные ветки облепихи имеют полезное свойство снимать раздражение слизистых, горла, избавлять от кашля.

Облепихой лечится половина человечества.

Облепиха

История применения

Родиной этого растения является Тибет, и тибетские ламы считают облепиху самым уникальным лекарством.

В Древней Греции считали, что священный Пегас был почитателем облепихи. Именно благодаря волшебным свойствам облепихи этот чудо-конь мог парить в небесах.

В переводе с латинского название ягоды означает «лоснящаяся лошадь». История сохранила вполне правдоподобный ответ, почему её так назвали. Существует легенда, по которой воины древнегреческого полководца Александра Македонского, прославившегося своими бесконечными походами и завоеваниями, заметили: стоит напоить коней отваром из листьев или веток облепихи, то их кони, уставшие и болеющие из-за долгих переходов, быстро оживали и восстанавливали силы. К тому же, раны их заживали очень быстро, а шерсть начинала блестеть и лосниться.

Согласно другой легенде, прямо при самом рождении великого Чингисхана искупали в теплом кумысе, настоянном на коре облепихи. И его мать начали поить молоком, смешанным с яркими ягодами этого же дерева. Таким образом, и матери, и младенцу хотели доброго здоровья.

Все время мать Чингисхана и лечила, и поила настоями, и в пищу добавляла ягоды облепихи. Ведь монголы обожествляли это волшебное дерево. По прошествии десятилетий, Чингисхан попросил у знаменитого в то время целителя изготовить ему напиток бессмертия. Целитель ему ответил, что напиток бессмертия нет, но есть дерево, которое может хранить жизнь. И показал ветки облепихи, сплошь усыпанные ягодами.

В Китае, Монголии, на Руси разные части растения широко использовались в качестве лекарственного сырья.

Строение куста

Облепиха – колючий двудомный кустарник или деревце, в диком виде растет по речным отмелям и берегам озер, в южных районах Западной и Восточной Сибири, Кавказе, на песках и скалах Средней Азии. Облепиха крайне неприхотлива, благодаря мощной корневой системе часто используется для сооружения живых изгородей, для укрепления склонов, оврагов, песчаных почв, борьбы с ветрами. Растение морозоустойчиво, переносит морозы до 45 °С. Поражает урожайность облепихи, деревья часто ломаются под тяжестью ягод, ветки напоминают сплошные плотные гроздья с редкими листочками.

Заготовку ягод облепихи проводят со второй половины августа до конца сентября в зависимости от сорта растения. Если нужно просто есть свежую ягоду или замораживать её на зиму, то собирать плоды надо в начале созревания, когда ягода плотная и в ней максимальное содержание витамина С. Если нужно варить облепиховое варенье, делать сок или мармелад, то лучше подождать пару недель, пока ягода не станет мягкой. Для изготовления облепихового масла, лучше оставить ягоды на кусте еще на неделю.

Сбор облепихи очень трудоемкий и долгий процесс. Особенно проблематично собирать переспелую облепиху, ягоды лопаются при попытке их оторвать от плодоножки. Дачники придумали несколько способов упростить этот процесс.

Самый простой из них – это срезать ветки с ягодами и общипать их дома, в комфортных условиях. Второй способ – это сделать специально приспособление, в народе названное «кобра»: на конце длинной деревянной палке закрепляется петля из стальной проволоки. Кончик петли вытянут и напоминает хвостик головастика, «хвостик» должен быть загнут вбок. Такое петлей очень удобно срывать ягоды с плодоножки. Для приготовления облепихового масла надо дожидаться первых заморозков, подстелить под кусты тент и трясти растение.

Листья, оставшиеся после сбора облепихи вторым и третьим способом, можно высушить и заварить в качестве витаминного чая.

Выращивание на участке

Посадочный материал. Размножают облепиху обычно с помощью саженцев. Подбору посадочного материала необходимо уделить должное внимание. Во-первых, покупать саженцы лучше в проверенных магазинах, или на рынке у проверенных продавцов. Правильно выведенная облепиха, научно селекционированная под ваш регион, всегда обрадует вас обильным урожаем и вкусными ягодами. Во-вторых, при выборе саженцев следует помнить, что облепиха растение опыляемое ветром, и поэтому надо будет сажать «мужские» и «женские» растения. Их можно отличить по форме почки. Почки у женских растений значительно короче мужских, имеют две кроющих чешуйки, у мужских растений почки более пышные и имеют много чешуек.

Посадка. Сажают облепиху обычно ранней весной, когда почва уже достаточно оттаяла (апрель-май) или осенью (октябрь). Под посадку надо выбрать открытое, солнечное место с легкой, нейтральной почвой. Глинистые и кислые почвы для неё не подойдут. Для того чтобы облепиха хорошо росла и обильно плодоносила, нужно правильно выбрать место её посадки. Это должно на значительном отдалении (хотя бы 5–6 м) от обрабатываемой земли. Корни облепихи залегают не глубоко, но распространяются на большую площадь, поэтому их легко повредить при перекопке земли. Растение с поврежденным корнем начинает плохо плодоносить, болеть и может погибнуть.

Следует обратить внимание при посадке облепихи – чередование мужских и женских растений. Мужские кусты следует сажать, как минимум 2 (на случай гибели одного растения) на расстоянии 30–40 см друг от друга, и 5–10 м от женских растений. Этого будет вполне достаточно для опыления. В идеале мужские и женские растения облепихи должны высаживаться в пропорции 1 к 5.

Высаживают облепиху в яму глубиной 50 см, землей засыпают по корневую шейку. Первые годы наземная часть растения растет плохо, потому что развивается корневая система.

Уход. У облепихи развитая корневая система, способная удерживать азот и удобрение ей практически не требуются. Один раз в 3–4 года можно внести на место роста облепихи 4 кг компоста на 1 м². Каждую осень можно внести под корень 50 г суперфосфата.

Облепиха влаголюбива, в природе растет на берегах рек, поэтому в засушливое лето надо поливать растения в расчете 2 ведра воды на один куст.

Обрезают облепиху ранней весной до образования почек, раны обрабатывают садовым варом, так как обрезку она переносит плохо. На молодых растениях почки обрезают до 5–6 штук на куст. Также следует обрезать ветки старше 6–7 лет, поскольку они начинают плохо плодоносить. Старое облепиховое дерево можно полностью спилить, а из оставшегося пенька вырастут новые побеги.

Каждую осень следует удалять засохшие ветки.

Состав

Ягоды, кора и листья облепихи действуют так:

- укрепляют кровеносные сосуды,
- служит для улучшения тканевого обмена веществ,
- помогают при заболевании двенадцатиперстной кишки, гастрите,
- лечат болезни сердца,
- заживляют раны и язвы, лечат ожоги,
- излечивают гинекологические заболевания,
- применяются для лечения гайморита, фарингита, ларингита,
- используют как действенное, мягкое слабительное,
- в офтальмологии ягоды приносят пользу в составе лекарств, для лечения ожога глаз и дефекта роговицы,
 - помогают при ревматизме и артрите,
 - лечат простудные заболевания, кашель, бронхит,
 - кора кустарника обладает противоопухолевым действием,
 - действует целительно при варикозе, геморрое,
 - улучшают состав костной ткани,
 - снижает ломкость и проницаемость сосудов,
 - является эффективным иммуностимулятором,
 - участвуют в производстве некоторых гормонов,
 - снижают уровень холестерина,
 - мужчинам облепиха поможет при проблеме с потенцией,
 - при алкогольной интоксикации помогают вывести токсины.

Противопоказано лечение облепихой при наличии аллергических реакций и индивидуальной непереносимости. Яркий оранжевый цвет ягод свидетельствует об их высокой аллергической активности, поэтому аллергикам следует с осторожностью применять их для лечения.

Внутреннее лечение запрещено при остром течении воспалительных заболеваний печени, желчного пузыря, поджелудочной железы, гипотонии.

Нельзя принимать облепиху в свежем виде или свежесжатый сок из ягод тем, кто страдает мочекаменной болезнью, при которой в анамнезе были случаи самопроизвольного отхождения камней, а также при повышенной кислотности желудочного сока.

С осторожностью применяют облепиховое масло при склонности к поносам.

В составе облепихи важную роль играют следующие вещества.

◆ С – в сочетании с другими микроэлементами, содержащимися в растении, оказывает благотворное действие на бронхи; является средством профилактики сердечно-сосудистых заболеваний; нейтрализует разрушительное воздействие свободных радикалов, которые ломают ферментативные реакции, что наносит серьезный вред организму; снижает содержание мочевой кислоты непосредственно в крови; регулирует окислительно-восстановительные процессы клеточного дыхания; усиливает рост и развитие костной ткани; увеличивает проницаемость капилляров; укрепляет иммунитет.

◆ РР (никотиновая кислота) – участвует в метаболизме жиров, белков, аминокислот, пуринов, тканевом дыхании, гликогенолизе, процессах биосинтеза; расширяет мелкие кровеносные сосуды; обладает дезинтоксикационными свойствами.

◆ К – отвечает за повышенную свёртываемость крови и оказывает противовоспалительное действие; обеспечивает полноценный обмен веществ как в костной, так и в соединительной тканях; способствует усваиванию кальция и его нормальному взаимодействию с витамином D; предупреждает развитие возрастных воспалений, поскольку снижает в организме содержание

особых веществ, которые иммунитетом воспринимаются как сигнал к старению; предотвращает возможное кровотечение в процессе родов; нейтрализует токсины, губительно действующие на печень и провоцирующие развитие серьезных заболеваний, одним из которых является рак.

◆ F – против экземы; нормализует уровень холестерина, что обеспечивает профилактику атеросклероза; приводит в норму кровяное давление; препятствует образованию тромбов, естественным образом разжижая кровь, и оказывает благотворное влияние на всю сердечно-сосудистую систему.

◆ E – по праву считается главным антиоксидантом среди всех витаминов. Именно витамин E принимает активное участие в процессе нейтрализации свободных радикалов, нарушающих многие ферментативные реакции; витамин E показан мужчинам и женщинам с нарушением функции половых желез, поскольку нормализует функционирование репродуктивной системы в целом: укрепление капилляров; предупреждение образования тромбов; уменьшение проявлений климакса; ускорение заживления ран; регулирование биосинтеза РНК, а также белков.

◆ P – укрепляет кровеносные сосуды и регулирует их проницаемость.

◆ B₁, B₂ – обеспечивают энергией мышцы, нервную систему, головной мозг; снимают умственное и физическое утомление; укрепляют иммунитет; синтезируют гемоглобин; способствуют выработке половых гормонов; улучшают состояние кожного покрова, волос, ногтей.

◆ фолиевая кислота (B₉) – водорастворимый витамин, необходимый для роста и развития кровеносной и иммунной систем.

◆ каротин (провитамин витамина A) – снижает вероятность заболеваний раком; усиливает активность NK-клеток, продуцирующих гамма-интерферон, участвует в синтезе некоторых гормонов, способствует быстрому заживлению ран, связывает свободные радикалы, нормализует функции репродуктивной и иммунной систем.

◆ урсоловая кислота – обладает противовоспалительным и ранозаживляющим действием, используется при лечении различных воспалительных поражений кожных покровов, язв и даже эрозий.

◆ янтарная кислота – снижает вредное воздействие на человеческий организм лекарств (в том числе антибиотиков), спиртов и других вредных веществ, сводит к минимуму вред от рентгеновского облучения, повышает стрессоустойчивость, снижает давление при гипертонии. Используется также в терапии атеросклероза, болезней печени, нарушений деятельности центральной нервной системы.

◆ олеановая кислота – содействует расширению сосудов, улучшает кровообращение и тонизирует организм в целом.

◆ 15 различных микроэлементов, в том числе бор, железо, медь, серебро, рутин, натрий, магний, марганец, кальций, алюминий, кремний, железо, стронций, титан.

◆ серотонин – играет огромную роль в деятельности нервной системы.

◆ фитонциды – задерживают рост и размножение одних микроорганизмов, стимулируют рост других и играют существенную роль в регулировании состава микрофлоры воздуха, почвы и воды.

◆ дубильные вещества: изменяют строение белка, вследствие чего образуется защитная альбуминатная пленка, которая оказывает на микроорганизмы бактерицидное либо бактериостатическое действие; обладают вяжущими свойствами, а потому применяются наружно при лечении заболеваний ротовой полости, ран и ожогов; при расстройствах ЖКТ.

◆ органические кислоты (винная, яблочная, щавелевая; аскорбиновая, пальмитиновая, линолевая, линоленовая, олеиновая, миристиновая) – способствуют повышению аппетита, активизируют все обменные процессы, что приводит к нормализации расщепления жиров, спо-

способствуют укреплению иммунитета, эффективно выводят из организма токсины различного происхождения, регулируют процессы пищеварения.

Лекарственные формы

Свежие ягоды. Самыми полезными являются свежие, зрелые ягоды растения, которые обеспечивают организм жизненно важными веществами.

По 50–100 г ягод в сутки, через 30 минут после еды в течение 1 месяца. Поскольку вкус ягод специфичен, их можно смешивать с медом или слегка подслащивать. Ягоды можно запивать чистой водой комнатной температуры.

Настой ягод. На несколько стаканов воды добавьте такое же количество столовых ложек ягод облепихи. Затем залейте крутым кипятком, поставьте кастрюлю на нетеплопроводную подставку, тепло закутайте ее и так держите примерно 24 часа. Потом процедите содержимое через марлю, отожмите набухшие ягоды и поставьте сок в холодильник. Пейте по 1 стакану 3 раза в день во время еды.

Настойка плодов. 1 стакан свежих размятых плодов облепихи поместите в бутылку, залейте 200 мл спирта и настаивайте в темном месте, периодически встряхивая, не менее 2 недель. Затем процедите. Принимать по 1 ч. ложке с небольшим количеством кипяченой воды 3 раза в день за 15 минут до еды в течение месяца. Курс необходимо повторить через 2 недели.

Отвар из облепихи. 3 ст. ложки ягод заварите 0,5 л горячей воды и покипятите 10–15 минут.

Отвар. 20 г ягод на стакан воды. Настаивайте его полчаса.

Настой из листьев: на стакан кипятка 10 г сырья настаивать 2 часа.

Отвар из листьев: 1 ст. ложку сухих измельченных листьев заливают стаканом кипятка и кипятят на малом огне 10 минут.

Отвар семян облепихи: 1 ст. ложку семян отваривают на медленном огне в 200 мл воды.

Чай из листьев облепихи. Для его получения 1 ч. ложку сухих листьев заливают стаканом кипятка, настаивают десять минут.

Отвар корней. Чайную ложку с горкой перетёртых высушенных корней барбариса залить 400 мл кипятка, затем кипятить в течение 5 минут.

Отвар коры и корней. 10 г коры и 15 г корней залить 1,5 стаканами чистой воды, кипятить под крышкой в течение 30 мин. После охлаждения процедить, скомпенсировать выкипевший объём жидкости кипячёной водой.

Настой коры. 25 г коры растения настоять в 0,4 л кипятка в течение 4 ч. (в термосе). Процедить.

Отвар ветвей, коры и корней. 1 ст. ложка смеси на 200 мл воды. Кипятить 5 минут, делать примочки, компрессы.

Отвар коры и корней. 1/2 ч. ложки коры и корней залить 200 мл кипятка, кипятить под крышкой в течение 15 минут. Охладить и процедить.

Настойка корней. 100 г сухих чистых корней облепихи залейте 200 мл спирта и настаивайте в темном месте, периодически встряхивая, не менее 2 недель. Затем процедите. Принимать по 1 ч. ложке с небольшим количеством кипяченой воды 3 раза в день за 15 минут до еды.

Настой корней и листьев. 50 г корней и 50 г листьев растения настоять в 1 л кипятка в течение 4 часов (в термосе). Процедить.

Лечение облепихой различных болезней

Авитаминоз

Авитаминоз – это недостаток в организме питательных веществ, а самое главное – витаминов, которые необходимо нашему организму для правильного обмена веществ. При авитаминозах кожа на руках и лице начинает трескаться и шелушиться. Как правило, авитаминоз бывает зимой и весной, когда организм затрачивает витамины, полученные за лето и осень. Симптомами авитаминоза являются усталость, недомогание, повышенная утомляемость.

- **Витаминный напиток.** 1 кг ягод облепихи промойте, сполосните кипяченой водой, просушите и подавите в эмалированной посуде деревянной ложкой. Отожмите сок через марлю. Смешайте 2 стакана сока с 1 стаканом кипяченой воды, 1/2 стакана меда и 1/4 стакана отвара мяты. Полученный напиток храните в прохладном месте.

- Свежий сок из облепихи рекомендуется как эффективное средство при авитаминозах. Этот сок является очень ценным и укрепляющим средством, так как в нем содержится большое количество витаминов С, А, Е, необходимых нашему организму. Сохранить сок от порчи можно следующим образом. Выжатый из ягод сок оставьте в посуде на сутки при комнатной температуре. На следующий день на поверхности всплывет масляная пленка, которая будет предохранять сок от порчи в течение нескольких недель.

- **Чай из плодов облепихи.** 1 ст. ложку плодов облепихи заварить стаканом кипятка и настаивать в течение 1 часа, затем процедить. Пейте по 1/2 стакана 2 раза в день.

- **Чай.** 1 ст. ложку ягод облепихи и 1 ст. ложку плодов шиповника залейте 2 стаканами кипятка и кипятите в течение 10 минут. Настаивайте в плотно закрытой посуде в прохладном темном месте 4 часа, затем процедите. Пейте по 1/2 стакана 3 раза в день.

- **Чай.** 1 ст. ложку сухой черной смородины и 1 ст. ложку ягод облепихи заварите 1 стаканом кипятка и настаивайте в течение 1 часа, затем процедите, добавьте по вкусу сахар. Пейте по 1/2 стакана 3 раза в день.

- **Плоды шиповника, облепихи и боярышника** промойте и заварите стаканом кипятка, кипятите в закрытой эмалированной посуде в течение 10 минут, затем отвар вместе с ягодами перелейте в стеклянную посуду, накройте марлей и настаивайте в темном месте не менее 10 часов. Процедите через двойной слой марли, плоды отожмите, мед растворите по вкусу. Принимайте не менее 2 стаканов напитка в день. Этот напиток используется в течение 12 часов.

- **Сбор:** ягоды калины – 1 часть, ягоды облепихи – 2 части. Принимать по 1/3 стакана 2 раза в день.

- **Сбор:** черная смородина – 1 часть, ягоды облепихи – 2 части. Принимать по 1/4 стакана 2 раза в день.

- **Сбор:** плоды шиповника – 2 части, ягоды облепихи – 2 части, ягоды боярышника – 1 часть. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

- 2 ст. ложки сухих измельченных плодов облепихи залейте 1/2 л кипяченой воды и кипятите на медленном огне в эмалированной закрытой посуде в течение 10 минут, настаивайте не менее 2 часов, затем процедите и добавьте в отвар 2 ст. ложки меда. Принимайте по 1/2 стакана 2 раза в день.

- Четыре раза в день принимать по полстакана настоя корней облепихи и полстакана настоя корней крапивы. Приготовление: 1 ч. ложку сухих, измельченных корней облепихи и 1 ч. ложку корней крапивы залить стаканом кипятка и настаивать, укутав полотенцем, не менее получаса, процедить.

- Пить отвар травы и семян портулака огородного с настоем корней облепихи поровну. Приготовление: 2 ст. ложки сухого сырья залить стаканом кипятка и варить на слабом огне 5–7 минут, остудить, процедить. Выпивать стакан отвара в течение дня.

- Пить настой корней облепихи и листьев морошки по полстакана три-четыре раза в день. Приготовление: 1 ст. ложку сухой смеси листьев залить стаканом кипятка и настаивать под крышкой 15–20 минут. Сухие листья морошки и крапивы можно добавлять в заварку при приготовлении байхового чая.

- При гипо- и авитаминозе витамина С пить настой цветков календулы и корней облепихи как стимулирующее средство. Приготовление: 2 ст. ложки сухой смеси цветков и корней поместить в предварительно прогретую посуду, залить кипятком и настаивать под крышкой 15–20 минут, процедить. Принимать по 2 ст. ложки четыре-пять раз в день перед едой.

- Отвар почек или коры осины с отваром корней облепихи принимать по полстакана три раза в день. Приготовление: 1 ст. ложку сухого, измельченного сырья залить стаканом кипятка, поставить на водяную баню и варить не более четверти часа, остудить, процедить.

- Сок листьев грецкого ореха смешать с равным количеством меда, растворить полученную массу в стакане теплого отвара корней облепихи и выпить этот раствор в течение дня.

Ангина

Это инфекционное заболевание, при котором воспаляются миндалины. Заболеванию могут способствовать хронический тонзиллит, попадающие в глотку раздражители (пыль, алкоголь), болезни носоглотки (аденоиды, гайморит), при которых нарушается дыхание. Опасна ангина осложнениями на сердце, суставы, почки.

- Для ингаляций по 2–3 ст. ложки масла на 1 л воды.
- Минеральная вода и 100 г свежих ягод. Из ягод приготовьте сок. Предварительно из воды нужно выпустить газы. Для этого откройте бутылку и поставьте в теплое место. Употреблять минеральную воду следует вместе с соком облепихи из расчета 1/2 стакана минеральной воды и 2 ст. ложки сока. Минеральная вода очень полезна для организма: она убивает микробы, улучшает работу кишечника и общее состояние организма.
- Молоко и 100 г свежих ягод облепихи. Подогрейте молоко, добавьте в него свежеприготовленный облепиховый сок, перемешайте и принимайте по 1/2 стакана в день за 10 минут до еды. На 1/2 стакана молока вам понадобится 1–2 ст. ложки сока.
- Овсяное молоко с добавлением в него облепихового сока. Для приготовления овсяного молока возьмите 1 стакан овса с шелухой. Промойте его, затем залейте литром свежего молока и варите в алюминиевой кастрюле на слабом огне в течение 1 часа. После этого процедите молоко и добавьте в него сок. Принимайте по 1/2 стакана три раза в день за 15 минут до еды. Хорошо пить овсяное молоко на ночь. Хранить его нельзя, каждый раз нужно готовить заново.
- При болях в горле. К 1 стакану морской воды добавьте – 1 ст. ложку облепихового масла и этим раствором полощите горло как можно чаще, но не менее 3 раз в день. В идеале эту процедуру следует повторять через каждые 1,5–2 часа, но если такой возможности нет, то и трехразовое лечение тоже будет достаточно эффективным.
- При болях в горле молоко в сочетании с соком лимона и облепихи. Ягоды помойте, отожмите сок. Все перемешайте и добавьте в теплое молоко. На 1 стакан молока надо 2 ст. ложки сока.
- При болях в горле хорошо использовать молоко в сочетании с соком моркови и облепихи. Возьмите 2 моркови средней величины, приготовьте сок. Ягоды помойте, отожмите сок. Все перемешайте и добавьте в теплое молоко. На 1 стакан молока надо 2 ст. ложки сока.
- При болях в горле можно воспользоваться лимонной кислотой, нельзя добавлять ее слишком много, так как от кислого горло может заболеть еще больше. На 1 стакан молока достаточно добавить лимонной кислоты на кончике ножа и 4 ст. ложки облепихового сока. Все тщательно перемешайте и принимайте 3 раза в день, а лучше всего на ночь.
- При потере голоса – вареные в облепиховом отваре отруби. Возьмите 1 стакан отрубей, небольшое количество сушеных ягод облепихи, залейте кипятком, варите на слабом огне в течение 1–2 часов. После этого отвар процедите, остудите до комнатной температуры и принимайте 2 раза в день (утром и вечером). Но необходимо помнить, что отвар каждый раз должен быть свежим. Его нельзя хранить даже в термосе.
- При потере голоса. 1/2 стакана облепиховых ягод (подойдут и сушеные, и свежие плоды), 50 г меда (желательно липового) и одна 1 ст. ложка коньяка (если же коньяка нет, можно заменить его водкой). Итак, влейте в кастрюлю 1 стакан воды, доведите воду до кипения и засыпайте плоды облепихи. Кипятите отвар в течение 20 минут. Готовый отвар слейте, процедите через марлю, добавьте мед и коньяк, а затем дайте настояться снадобью в течение 1 часа. Настой принимайте по 1 ст. л. через каждый час.
- Полоскать горло дезинфицирующими растворами. В данном случае поможет отвар с лекарственными травами – душицы, ромашки, шалфея – и плодов облепихи. Все залейте

кипятком, накройте крышкой и настаивайте в течение 30 минут. После этого процедите. Готовый отвар пейте 5–6 раз в день – это эффективное средство и оно безопаснее, чем различного рода лекарственные препараты.

Анемия

Анемии, связанные с дефицитом железа, наиболее распространенные из видов анемий. Эта анемия характеризуется дефицитом железа в сыворотке крови, костном мозге. Гемоглобин содержится в эритроцитах (красных кровяных тельцах). При недостатке железа нарушается и функция пищеварительных желез, нервной системы, мышечного аппарата. Железодефицитные анемии чаще всего являются следствием кровопотерь.

- Приготовьте водный настой ягод и принимайте как можно чаще.
- Выжмите из плодов сок и сразу смешайте его с медом так, чтобы объем смеси был равен объему стакана. Подержите эту смесь в холодильнике в течение 24 часов, а затем утром, на голодный желудок, съешьте приготовленную смесь. Курс – месяц.
 - 100 г измельченных листьев облепихи залить 400 мл 40-градусной водки. Настойку поставить в темное место на 7–10 дней. Принимать средство по 15 капель до употребления пищи, трижды в сутки. Длительное время принимать настойку нельзя, так как передозировка может спровоцировать противоположное действие средства.
 - Для профилактики анемии рекомендуется в течение 30 дней пить отвар листьев облепихи (по 1/2 ч. ложки 3 раза в день за 30 минут до еды).
 - Чай из листьев облепихи принимать по 1/2 ст. ложки 2 раза в день за 30–40 минут до еды.
 - Лечение анемии проводят с помощью спиртовой настойки корней облепихи, принимая ее по 20 капель за 30 минут до еды. Курс лечения – 30 дней. По прошествии этого срока рекомендуется сдать анализ крови и, если не наблюдается улучшения, то, сделав перерыв на 10 дней, возобновить лечение.
 - Настой шиповника. *Приготовление:* 1 ст. ложку измельченных плодов шиповника залить 2 стаканами отвара ягод облепихи; настаивать в закрытой посуде в течение 1 часа. Затем процедить через марлю (это очень важно, чтобы мелкие частички плодов и остатки шипов не попали в организм), отжать. Для улучшения вкуса можно добавить сахар или сироп. Пить по 0,5 стакана 2 раза в день перед едой.
 - Свежеприготовленный сок тыквы с добавлением 10 капель настойки листьев облепихи пить по полстакана 1–2 раза в день за 10–15 минут до еды.
 - Настой из крапивы двудомной, который способствует увеличению количества гемоглобина в крови. 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить, добавить 20 капель настойки листьев облепихи. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.
 - Энергетическая смесь: на стакан кипяченой воды добавить 1 ч. ложку яблочного уксуса и 1 ч. ложку меда, все тщательно размешать и добавить 10 капель настойки листьев облепихи.

Атеросклероз

Облепиховое масло препятствует развитию атеросклеротического процесса, при этом постепенно понижается содержание общего холестерина и общих липидов в сыворотке крови. Антисклеротическое действие облепихового масла обусловлено содержанием в нем биологически активных компонентов – линолевой и линоленовой кислоты, жирорастворимых витаминов А и Е, фосфолипидов и растительных стероидов.

- Принимать по 1 ч. ложке облепихового масла перед едой в течение недели.
- При атеросклерозе настойку корня облепихи принимают 2 раза в день по 30 капель за 20–30 минут до еды. Курс лечения – 1 месяц. После 30-дневного перерыва лечение повторяют.
- Одним из лучших средств для лечения атеросклероза является простокваша с отваром корня облепихи. Смесь принимают по 250 мл 2 раза в день за 30 минут до еды в течение 14 дней.
- После 10-дневного перерыва проводят лечение чаем из корней облепихи: 1 чайную ложку измельчённых корневищ залить 1 л кипятка в эмалированной посуде, довести до кипения, накрыть крышкой, выключить огонь и настаивать около часа. Пить, добавив мёд, по половине стакана 2 раза в день за 20–30 минут до еды в течение 1 месяца.
- Для профилактики и лечения атеросклероза берется смесь из равных частей свежего сока лука и меда. На 1 ч. ложку смеси добавлять 5 капель настойки корня облепихи. Принимать по 1 ч. ложке 3–4 раза в день.
- Полезно вообще чаще есть свежий лук – репчатый и зеленый. Можно принимать по 1 ст. ложке сока в смеси с настойкой корня облепихи по 1 ст. ложке смеси 3 раза в день за час до еды или между едой при рассеянном склерозе и атеросклерозе в течение 1–2 месяцев. Смесь хранить в темном прохладном месте.
- Выпивать утром натощак сок сырого картофеля (для получения сока достаточно картофеля средней величины. Измельчить на терке, отжать с помощью марли). В сок картофеля добавить 15 капель настойки корня облепихи.
- Принимать по полстакана настоя или отвара из цветов или листьев гречихи 3–4 раза в день: 1 десертную ложку цветков гречихи заварить 2 стаканами кипятка, настаивать 1,5–2 часа в закрытом сосуде, процедить. Добавить туда 10 капель настойки корня облепихи.
- Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день настой листьев земляники лесной (2–3 ст. ложки свежих листьев измельчить, поместить в заранее прогретую посуду, залить стаканом кипятка и настаивать 2–3 часа, процедить, добавить 30 капель настойки корня облепихи.
- Залить 40 г цветков клевера красного бутылкой водки, настаивать в темном месте в течение 2 недель. Процедить, отжать, добавить 2 ст. ложки настойки корня облепихи. Принимать по 20 г перед обедом или перед сном. Курс лечения – 3 месяца с перерывом на 10 дней, через полгода курс можно повторить.

Бесплодие женское и мужское

Бесплодие вызывает характер пищи, употребляемой женщиной, недостаток витамина Е, необходимого для беременности. В этом случае нужно есть больше желтков, желтой кукурузы, а также печень, салат, проросшие зерна ржи, пшеницы, овса.

Наиболее частые причины бесплодия мужчин – неполноценность спермы, отрицательные эмоции, вызывающие расстройство эрекции и эякуляции.

- Пить свежий и консервированный сок плодов облепихи, содержащий высокий процент витамина Е.
- Принимать облепиховое масло по 1 ст. ложке перед едой.

Бронхит и пневмония

Бронхиты являются распространенными и наиболее частыми болезнями системы органов дыхания. Ведущие клинические симптомы заболевания – кашель, выделение мокроты, неприятные ощущения в груди, слабость.

- Свежие ягоды облепихи, алоэ, мед, березовые почки, липовый цвет. Перед приготовлением средства листья алоэ помойте, положите в холодильник или в холодное место на 4 дня. После этого порубите их, смешайте с медом до образования однородной массы. Отдельно приготовьте отвар из липового цвета и березовых почек. Для этого березовые почки и липовый цвет залейте кипятком, накройте крышкой и поставьте на 40 минут, чтобы отвар настоялся. После этого возьмите стакан свежеприготовленного облепихового сока, добавьте в него смесь из меда с алоэ, 2 ст. ложки настойки из липового цвета и все перемешайте. Применяйте по 1 ст. ложке 3 раза в день. Очень хорошо помогает при хронических легочных заболеваниях.

- От кашля и настойка из облепихи с шалфеем. Для приготовления этого средства в эмалированную кастрюлю положите 1 ст. ложку мелко накрошенного шалфея, сушеных плодов и мелко накрошенных листьев облепихи, залейте кипятком, накройте крышкой и дайте постоять 15 минут, затем доведите до кипения, процедите. Пейте жидкость как можно более горячей и только перед сном. После приема отвара вы должны обязательно лечь в постель. Следите, чтобы в помещении, где вы спите, не было сквозняков, в противном случае вы не получите нужного результата.

- Сбор: цветки ромашки аптечной – 10 г, листья мяты перечной – 10 г, цветки бузины – 10 г, ягоды облепихи – 10 г. 2 ст. ложки сбора заваривают 1 стаканом крутого кипятка и настаивают не менее часа. Настой применяют в горячем виде по 1/2 стакана не менее 3 раз в день.

- Сбор: корень солодки – 10 г, ягоды облепихи – 10 г, липовый цвет – 10 г. 1 ст. ложку сбора заливают 1 стаканом кипятка и кипятят на водяной бане в течение 1 часа. Затем остужают, процеживают и пьют в теплом виде по 2 стакана в день.

- Сбор: листья мать-и-мачехи 10 г, корень солодки 10 г, листья облепихи 10 г. 2 ст. ложки сбора заливают 1 стаканом кипятка и настаивают в течение 1 часа, затем процеживают, сырье отжимают. Настой принимают в теплом виде по 1/4 стакана 4 раза в день.

- При воспалении слизистой оболочки бронхов рекомендуем паровые ингаляции с настоями из лекарственных растений и облепихи. Состав сбора: листья облепихи – 20 г, душица обыкновенная – 20 г, корень солодки – 20 г. Сбор заваривают крутым кипятком в фарфоровом чайнике. Ингаляция поможет успокоить кашель и послужит хорошим отхаркивающим средством.

- Для ингаляций используют также экстракт облепихи.

- Взять шерстяную материю, которую следует пропитать специальным составом. Состав приготавливается следующим образом: 1 часть облепихового масла, 1 часть 3 %-го уксуса, 1 часть камфары и 1 часть растительного масла. Тщательно перемешайте и оставьте настаиваться на несколько часов, а затем пропитайте шерстяную ткань приготовленным составом и приложите к груди на всю ночь. Не забудьте зафиксировать компресс. Его следует прикладывать два раза в день – утром и вечером, соблюдая при этом постельный режим. Таким образом вылечивается даже застарелый бронхит.

- От остаточных явлений после воспаления легких. 1/2 стакана сушеных ягод облепихи, 1 стакан свежего молока. Готовится это средство следующим образом: вскипятите молоко, засыпьте в него плоды облепихи и варите на медленном огне в течение 15 минут. Затем сни-

мите кастрюлю с огня, остудите и процедите через марлю. Лекарство употребляйте по 200 г 2 раза в день после еды.

- Возьмите 1 ч. ложку сушеных ягод облепихи и залейте крутым кипятком, дайте настояться отвару в течение 4–5 минут, а затем пейте его как чай перед сном. В этот отвар можно добавить мед или малиновое варенье – по желанию.

- При кашле. 1/2 стакана облепихового масла и 2 ст. ложки камфары. Компоненты тщательно перемешайте и полученной смесью растирайте спину и грудь больного. Лучше всего эту процедуру делать на ночь, после растирания хорошенько укройте больного. Такое лечение помогает избавиться от кашля в течение 3–4 дней. Даже самый застарелый кашель не устоит перед целительной силой этого снадобья.

- Полстакана облепихового сока, 1 ст. ложка меда. Облепиховый сок доведите до кипения, добавьте в него мед и варите на медленном огне в течение 5 минут. Затем снимите кастрюлю с огня, остудите снадобье и употребляйте его 3 раза в день после еды по 1 ст. ложке. Таким лекарством можно лечить даже грудных детей, только дозу снизьте до 1 ч. ложки и давайте лекарство всего лишь 2 раза в день.

- Бронхит. 100 г свиного нутряного сала, 100 г облепихового масла. Растопите сало на медленном огне, добавьте облепиховое масло и прокипятите смесь в течение 1–2 минут. Употреблять это средство следует, пока оно не остыло, так как эффективность снизится. Но, с другой стороны, лекарство не должно обжигать. Употребляйте лекарство перед сном, а также утром, за час до еды. Придется выпить 1 стакан снадобья залпом, только в этом случае оно действительно принесет выздоровление.

Волосы

Смеси из облепихи сделают ваши волосы красивыми, вернут им естественный блеск. Ни для кого не секрет, что постоянная укладка феном, внешние факторы (ветер, солнце) отрицательно влияют на волосы. Поэтому лечение волос составом с облепихой вам не помешает.

- 300 г свежей облепихи помойте, разомните, чтобы получилась пюреобразная масса. Нанесите ее на волосы, обмотайте голову махровым полотенцем, через час можете смыть теплой водой с шампунем.

- Настой из плодов облепихи можете использовать в качестве ополаскивателя. Его можно сделать из сушеных плодов. Залейте их крутым кипятком, накройте крышкой и поставьте на 40 минут, чтобы ягода настоялась. После этого настой процедите через марлю и можете использовать по назначению. Ополаскивайте им волосы каждый раз после мытья. Но полезен только свежий настой, а не тот, который месяц хранился в холодильнике.

Гайморит

При остром рините или в результате инфекционных и простудных заболеваний, как осложнение после гриппа может возникнуть воспаление слизистой оболочки, иногда и костных стенок гайморовой пазухи. Появляются болезненные ощущения, заложенность носа и слизистые или гнойные выделения из носа.

- Облепиховое масло закапывают по 2–3 капли в нос 2 раза в день.
- По 1–2 мл масла дважды в день вводят в верхнечелюстную пазуху для лечения гайморитов (7–10 дней);
- Сбор: календула лекарственная – 20 г, ромашка аптечная – 10 г, листья облепихи – 10 г. 1 ст. ложку сбора залейте 1 стаканом кипятка и настаивайте в течение 30 минут. Промывайте носовые пазухи теплым настоем 2–3 раза в день.
- Сбор: мята перечная – 10 г, цветки ромашки аптечной – 10 г, ягоды облепихи – 10 г. 1 ст. ложку сбора залейте 1 стаканом кипятка и настаивайте в течение 20–30 минут. Использовать только в теплом виде.

Гастрит и гастропатия

Облепиховое масло – эффективное средство растительного происхождения, используемое в лечении гастритов и язвенной болезни. Облепиховый сок, благодаря содержанию в нем витаминов группы В, стабилизирует обмен веществ, восстанавливает слизистые оболочки, улучшает работу пищеварительной системы. Потребность организма в тиамине (В₁), рибофлавине (В₂), фолиевой кислоте (В₉) увеличивается во время болезни и соблюдения строгой диеты при гастрите. Обладая обволакивающим эффектом, масло предохраняет стенки желудка от агрессивного действия соляной кислоты. Способствует быстрому заживлению эрозии при гастрите. Оно восстанавливает целостность слизистой оболочки желудка, ускоряя регенерацию ее клеток. Облепиха нормализует секреторную функцию желудка, способствует пищеварению и всасыванию полезных соединений из пищи.

- Курс лечения составляет 15–30 дней в зависимости от тяжести заболевания. Принимают по 1 ч. ложке каждый раз перед едой (за 30 минут) и вечером перед сном. В тяжелых случаях и при отсутствии побочных эффектов в виде диареи курс можно продлить до 2 месяцев.

- Облепиховое масло при гастрите с повышенной кислотностью на начальном этапе лечения может вызвать усиление изжоги. Нужно пить теплое молоко, щелочную минеральную воду без газов или принять антацидное средство. При склонности к диарее употребление стоит начинать осторожно, так как оно способно усилить подобный симптом.

- Для профилактики обострения, зависящего чаще всего от времени года (весна, осень), можно принимать масло. Достаточно пить 2 раза в день утром натощак и вечером перед сном по 1 ч. ложке.

- Гастрит с повышенной кислотностью. Употреблять масло с добавлением прополиса. Прополис усиливает бактерицидный и противовоспалительный эффект облепихи.

Геморрой, анальные трещины, проктиты

Геморрой – это самое частое заболевание заднего прохода, по поводу которого обращаются к врачу. При геморрое основные проявления болезни – боль, выделения крови и выпадение узлов из заднего прохода.

При геморрое воспаляются и повреждаются вены в стенках заднего прохода. Чрезмерное натуживание при запоре, непосильная работа на дачном участке, купание жарким днем в холодной воде, бурное застолье с выпивкой, с кем-то поругаетесь, понервничаете – все это и многое другое может привести к обострению геморроя. Иногда геморрой приводит к образованию трещин заднего прохода. При трещинах заднего прохода боли возникают не тотчас, а спустя некоторое время после опорожнения кишечника. Постепенно усиливаясь, они могут длиться часами. Если к болям в заднем проходе присоединяются ознобы и повышение температуры тела, незамедлительно обращайтесь к проктологу.

Если болезнь не запущена, то ее можно вылечить с помощью народных средств.

Польза облепихового масла при геморрое обусловлена его особыми лечебными свойствами: витамин С способствует укреплению стенок сосудов, из-за чего прекращается рост геморроидальных узлов; дубильные вещества и органические кислоты обладают антибактериальными свойствами, уменьшая воспалительный процесс; ранозаживляющее действие масла устраняет покраснение, уменьшает отечность и способствует заживлению слизистой.

- При внешних геморроидальных узлах хороший эффект дает использование компрессов и лечебных ванночек.

- Для компресса берется марлевая повязка, пропитанная маслом, и прикладывается к больному месту на ночь.

- Для ванночек необходимо приготовить специальный настой: 10 веточек облепихи с листьями заливаются кипятком и настаиваются в течение 2–3 часов. Готовый настой добавляется в ванну вместе с двумя ложками облепихового масла.

- Любые процедуры при внутреннем геморрое проводятся после опорожнения кишечника. Внутренний геморрой лечится при помощи специальных микроклизм: 50 мл масла комнатной температуры вводится в прямую кишку на 30 минут. Процедуру проводить, лежа на левом боку.

- Тампоны, пропитанные облепиховым маслом необходимо вставлять в прямую кишку на 2–3 часа.

- Цветы льнянки – 10 г, кора дуба – 10 г, корень облепихи – 10 г, трава водяного перца – 10 г. Замочить на 12 часов в растопленном свином сале, помешивая, слить в банку, завязать пергаментной бумагой. Пропитать мазью тампон и ввести в анальное отверстие полностью на 4–5 часов.

- Корень облепихи – 8 г, кора крушины – 8 г. Сбор варить 5–6 минут в 1 л воды, настоять 30 минут, процедить. Пить по 4 стакана в день.

- Корень валерианы – 20 г, корень облепихи – 10 г, цветки ромашки аптечной – 20 г, корень одуванчика – 20 г, корневище пырея – 20 г. 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, настоять в течение 6 часов, прокипятить 5–7 минут, процедить. Применять как клизму.

- Цветки ромашки аптечной – 25 г, корень облепихи – 10 г, корень одуванчика – 25 г, корень мыльнянки – 25 г. 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, настоять в течение 6 часов, прокипятить 5–7 минут, процедить. Применять как клизму.

- Корень ревеня – 10 г, корень облепихи – 10 г, трава приворога – 20 г, листья мяты перечной – 50 г, трава тысячелистника – 20 г. 1 ст. ложку сбора заварить стаканом кипятка, отстоять 30 минут, процедить. Пить 2 раза в день за полчаса до еды.

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.