

ЦЕЛИТЕЛЬНЫЙ ПУСТЫРНИК



Целительные растения

Иван Дубровин

Целительный пустырник

«Научная книга»

Дубровин И. И.

Целительный пустырник / И. И. Дубровин — «Научная книга»,
— (Целительные растения)

ISBN 978-5-457-26612-4

Реально ли отыскать лекарство на пустыре? Вполне, если вам нужен пустырник – невзрачная, но совершенно уникальная по своим целебным свойствам травка. Спектр ее действия необычайно широк: пустырник укрепляет нервную и иммунную системы, нормализует пищеварение и артериальное давление, избавляет от бессонницы и спазматических болей и даже останавливает кровотечение. Поможет он и в домашней косметологии: с его помощью ваши волосы станут пышными и блестящими, а кожа – чистой и гладкой. Кроме того, пустырник поможет вам «победить время», замедлив процесс старения. Но что нужно, чтобы пустырник в полной мере проявил свои чудесные качества? А вот это вы и узнаете, прочитав книгу «Целительный пустырник».

ISBN 978-5-457-26612-4

© Дубровин И. И.
© Научная книга

Содержание

Введение	5
Глава I	6
Глава II	9
Глава III	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Иван Ильич Дубровин

Целительный пустырник

Введение

У англичан существует следующий анекдот:

На светском рауте седовласый кавалер надоедает своим обществом одной даме – сто-процентной старой деве.

– А что вы скажете, – разглагольствует кавалер, – если кто-нибудь уставит весь ваш дом букетами роз?

Старая дева в ответ с явным раздражением заявляет:

– Я скажу, что есть садовые растения и есть комнатные, и садовым растениям нечего делать в моем доме, их место на улице!

Начали мы наш рассказ с этого английского анекдота неслучайно. Именно он приходит в голову, когда хочешь что-либо рассказать о герое нашей книги, невзрачной, но поразительной траве под названием пустырник.

А действительно, к каким растениям причислять пустырник? Травы известны самые разные: есть травы лесные, степные, луговые, полевые, а есть гигантские травы, например банан и бамбук, которые образуют целые рощи. Пустырник нельзя назвать ни степным, ни луговым, ни каким-либо иным растением.

Из одного названия этой причудливой травы явственно следует, что растет пустырник на пустырях. Мы же к этому добавим: исключительно на пустырях; если он попадет на луг или поляну, то чисто случайно, и зарослей никогда на новом месте жительства не образует. Поразительное растение, честное слово! Вот мы и решили посвятить его удивительным свойствам – а их у него много! – настоящую книгу, и откроет ее общая, обзорная глава о пустырнике.

Глава I

Пустырник – кто он и откуда

Человек в нынешнюю эпоху, по меткому выражению великого ученого В.И. Вернадского, основоположника учения о биосфере, становится геологической и даже космической силой. Эта фраза была сказана в начале XX столетия, но подлинный ее смысл раскрылся лишь сегодня, когда преобразующие возможности цивилизации достигли небывалых масштабов. Человек перемещает за год такой объем горных пород в результате своей хозяйственной деятельности, что если загрузить их все в один железнодорожный состав, то поезд 16 раз опояшет по линии экватора нашу планету! Чем не геологическая сила человек?!

Наиболее заметны преобразования человека в том, что касается живой природы. На протяжении последних 40 тысяч лет человек привел к вымиранию несколько сотен видов животных. Были полностью уничтожены многие естественные биотопы и биоценозы. Их место сегодня занято искусственно созданными сообществами видов. Особенно впечатляют такие сообщества, как искусственные степи – поля для разведения сельскохозяйственных растительных культур. Эти образования способны влиять на климат.

Об озеленении городов и прочих населенных пунктов и говорить не приходится. Наиболее поразительный факт, который известен, между прочим, далеко не всем, заключается в том, что великое множество растений из зеленых насаждений не произрастают в диком виде в природе. Точнее произрастают, но не в... нашей природе!

Речь идет о так называемых интродуцированных видах, то есть завезенных растениях. Так, скажем, повсеместно известные голубые ели завезены из Северной Америки. Из той же Северной Америки завезли снежоглики, красивый кустарник, а вот другого красавца, только уже не кустарник, а дерево – кипарис – привезли из Средиземноморья. Прелюбопытна история еще одного изумительного дерева – магнолии, которая поначалу разводилась в России в ботанических садах, а потом проникла в окружающую среду, прижилась и одичала.

Оказывается, таким образом растения зеленых насаждений, не характерных для конкретной местности, могут превращаться в местных обитателей.

Конечно, завезенные и впоследствии одичавшие виды представляют собой серьезных конкурентов для местных видов, а потому могут быть весьма опасны и приравниваются к сорным вредным растениям.

Но, несмотря на многие отрицательные стороны создания искусственных биоценозов, они необходимы человеку, хотя бы потому, что кормят его ежеминутно растущие потребности. И кроме того, «не хлебом единым жив человек», приходится одновременно думать и о сохранении тех или иных используемых в своих нуждах видов. Человек разводит некоторые культуры, поскольку при добыче их из природы эти виды бы вымерли. Проблема перепромысла, к примеру, лучше всего иллюстрирует данную ситуацию. Если бы человек сумел разводить океанических рыб в достаточном количестве в специальных хозяйствах, то океану не угрожало бы истощение рыбных запасов.

Наши далекие предки давно поняли, что для сохранения полезных видов требуется их культура в искусственных условиях. Многие виды на протяжении веков, по мере возникновения хозяйственного интереса к ним, извлекались из естественной среды обитания и разводились на специально выделенных для этой цели территориях. Сажали на грядках и нашего героя – пустырник.

Трудно понять современному человеку, яростно защищающему свой урожай от всевозможных сорняков, зачем понадобилась на огородах нашим пращурам эта сорная трава.

Ведь был очень большой риск, что пустырник заполонит все грядки, и все-таки его разводили. Наверное, причину следует искать в образе мышления наших предков, нами, к сожалению, утерянном.

Древние верили, что не существует ничего лишнего, вредного и бесполезного. Если они и преувеличивали значение тех или иных растений, то ошибались, надо признать, несильно. Во всяком случае, с пустырником наши далекие предки нисколько не прогадали, когда стали серьезно заниматься познанием его свойств, скрытых в нем ресурсов.

Многие сорные травы, привлечшие к себе внимание человека еще в глубоком прошлом, не обманули оказанного им доверия и сегодня выращиваются на специальных плантациях за свои качества пищевого, кормового или даже лекарственного растения. К таким растениям, которые из настоящих сорняков превратились в сорняки «ложные», если это можно так назвать, следует отнести в первую очередь цикорий – пищевое, техническое и медоносное растение; мяту перечную – лекарственное растение, служащее также приправой; одуванчик – тоже лекарственное растение, используемое, кроме того, в приготовлении различных кушаний; тысячелистник – лекарственное растение с очень широким спектром использования.

Оказывается, и наша сорная трава – пустырник – весьма и весьма полезна для человека. Начать с того, что это отличный медонос! Опытные пчеловоды специально выращивали эту траву в окрестностях пасеки. Подобная традиция жива и по сей день. Густые заросли сорной травы можно найти в... лесу, совершенно неподходящем для пустырника месте. Но все объясняется просто: дело в том, что пустырник был посажен здесь, если где-то неподалеку стояла пасека или сторожка. Впрочем, пустырник и сам охотно селится у человеческого жилья. Жизнь среди разнотравья лугов ему, видно, не по душе, вот он одиночкой, обособившись ото всех, ютится вдоль заборов и стен каких-нибудь построек.

Рассадка пустырника, равно как и сбор, – занятие нехитрое. За это и стал пустырник разводиться в больших количествах. Размножали его семенами и делением куста. Растение, будучи чрезвычайно неприхотливым, как истинный сорняк, не требовало ни труда, ни забот, а давало человеку много, вот и полюбилось.

Что же еще давал пустырник человеку, кроме меда? В подробностях это мы сейчас описывать не будем, поскольку именно об использовании пустырника рассказывают прочие главы книги, но о двух самых главных особенностях этого чудо-растения придется упомянуть уже сейчас. Во-первых, траве этой было самое место на огороде, потому что из пустырника варили (и сегодня варят в некоторых регионах страны) пустырниковые щи. Но это не самое главное. Знаменит пустырник был издревле своими лекарственными свойствами, о чем стоит рассказать поподробнее.

Пустырник таит в себе немало тайн и загадок, которых науке разгадать пока не удалось, но примерное время близкого знакомства человека с пустырником известно: сведения о лекарственных растениях в старину на Руси старательно записывались в специальных сборниках, которые обычно называли «травниками». Травники составлялись первоначально в виде церковных обиходников монахами, потом к составлению этих книг приобщились грамотные сборщики лекарственного растительного сырья, именовавшиеся помясами. Первые упоминания об использовании человеком пустырника в медицинских целях приводятся в травниках, составленных в XV веке!

Пустырник использовали как успокаивающее. Справедливости ради нужно добавить, что пустырник не только в нашей стране, но и за рубежом занимал одно из первых мест в народной медицине. В Болгарии его считают кровоостанавливающим средством. В Румынии пустырником лечат эпилепсию и базедову болезнь. Уже упоминавшиеся ранее англичане применяют пустырник при истерии и невралгии.

Современная научная медицина глубоко изучила пустырник и пришла к убеждению, что он обладает чрезвычайно широким спектром действия на нервную систему, поэтому пустырник заменил собой валериану, которую выращивать гораздо сложнее, уже во многих странах мира, к примеру в США и Канаде. Но детальный рассказ о целительных свойствах пустырника ждет читателя впереди.

А мы сейчас опишем, как же выглядит пустырник, что он собой представляет. Это очень высокое растение, зачастую оно превышает в высоту метр, известны случаи, когда встречались полутораметровые экземпляры. Стебель пустырника четырехгранный, в обилии покрыт беловатыми, «седыми» волосками, отчего растение кажется мохнатым. Листья у пустырника необычные разные по всему стволу. Те листья, что у верхушки (их так и называют – верхние), – узкие, лишенные черешков, трехлопастные. Средние листья опять-таки трехлопастные, но уже сложные. Нижние листья состоят из пяти лопастей.

Знать эти особенности необходимо, если вы решили собирать или выращивать пустырник. Дело в том, что существует несколько видов пустырника. Тот, которому мы посвятили эту книгу, носит название пустырника сердечного, иначе – лекарственного. Кроме пустырника сердечного, сборщики трав могут встретиться с его родственниками, из которых используются человеком только два вида.

Первый вид – пустырник пятилопастной, еще более «мохнатое» травянистое растение, отличающееся от сердечного только формой листьев: пластинки нижних и средних листьев этого пустырника пятилопастные, а верхние – трехраздельные.

Второй вид – пустырник туркестанский, но он произрастает в Средней Азии, поэтому здесь мы его описывать не будем.

Все остальные многочисленные виды пустырника в научной и народной медицине не нашли применения, более того, считается, что следует избегать случайно употребить в медицинских целях прочие виды пустырника.

У пустырника сердечного красивые цветки розового цвета, иногда с фиолетовым оттенком. Однако красота эта обманчива: ангельские цветочки вооружены колючими прицветниками, о которые можно по неосторожности серьезно и больно пораниться, собирая пустырник. А собирать его советуют в августе-месяце, как раз в период цветения. В качестве лекарственного сырья используется верхушка с цветущими соцветиями (отцветшие цветки собирать не следует). Сушат соцветия в хорошо проветриваемых помещениях, предварительно разложив тонким слоем на листе бумаги.

Но затронутая нами тема напрямую связана с использованием пустырника, а это значит, что первая, обзорная глава закончена и настало время для новой нашей встречи в других главах книги, посвященных возможностям применения такого обыкновенного и такого удивительного пустырника во благо человека.

О полезных свойствах пустырника, способах его использования вы узнаете из нашей следующей главы.

Глава II

Полезные свойства пустырника

Пустырник еще с давних времен зарекомендовал себя как растение, исцеляющее от множества недугов и благотворно влияющее на иммунную систему организма. В научной и народной медицине и косметике используются трава и листья пустырника, а также корневища этого растения.

Наиболее ценны для лечебных и косметических целей такие вещества, содержащиеся в пустырнике, как эфирные масла, алкалоиды, дубильные вещества, красящие вещества, витамины А и С (аскорбиновая кислота), гликозиды, флавоноиды (рутин, кварцетин), сахара, минеральные соли и другие полезные вещества.

Трава пустырника содержит несколько алкалоидов. Это горький леонурин и леонуринин, стахидрин, сапонины. Алкалоиды – это вещества растительного происхождения, в состав которых входит азот. Они обладают способностью соединяться с кислотами и образовывать соли. Алкалоиды характеризуются весьма значительным воздействием на ряд функций организма.

В народной медицине пустырник наиболее известен как средство, использующееся для лечения заболеваний и расстройств нервной системы: неврозов, климактерических неврозов, эпилепсии, истерических припадков, неврозов сердечно-сосудистого характера. Широко применяется он также и для снижения артериального давления, как средство, снимающее спазмы сосудов головного мозга, мочегонное средство и средство, хорошо укрепляющее нервную систему.

Пустырник применяется и для лечения гинекологических расстройств: при нарушениях менструального цикла, дисменорее и болезненных кровотечениях. Помимо цветков и листьев, в народной медицине используется свежий сок пустырника, чаще всего как успокаивающее средство. Сок пустырника является гораздо более ценным целительным средством, поскольку в нем содержится примерно в 7–10 раз больше биологически активных веществ, чем в отварах и настоях из этого же растения. Поэтому процесс лечения свежеприготовленным соком этого растения порой проходит гораздо быстрее и успешнее, чем лечение другими средствами.

Сок травы пустырника – это вода с растворенными в ней органическими и минеральными веществами. Попадая в организм, эта жидкость не задерживается в тканях и быстро выводит из организма отработанные продукты обмена веществ, например азотистые шлаки, соли натрия и т. д. Этот процесс благоприятно воздействует на работу таких жизненно важных органов человека, как почки, сердце, печень, мочевой и желчный пузыри, способствует оттоку чрезмерного количества жидкости из организма. Сок пустырника сохраняет свои целебные свойства не более 1–2 дней.

В народной медицине и косметологии также применяются водные и спиртовые настойки из травы пустырника, которые можно приобрести в аптеке или приготовить самостоятельно. Для приготовления водного настоя траву пустырника сначала отваривают (желательно на водяной бане), а затем настаивают и отжимают оставшееся сырье.

Настойка пустырника готовится обычно на 70 %-ном спирте. Она представляет собой зеленовато-коричневую жидкость с горьковатым вкусом и слабо выраженным запахом. Спиртовая настойка пустырника считается более сильнодействующим средством, чем настой и отвар.

Назначается применение пустырника также и в виде жидкого экстракта, в таблетках и в составе некоторых лекарственных сборов в сочетании с другими целебными растениями.

Весьма целебным и общеукрепляющим воздействием на нервную систему обладают лечебные ванны из травы пустырника. Они могут включать в себя как исключительно настой, отвар или жидкий экстракт пустырника, так и те же самые препараты, приготовленные из смеси пустырника с другими лекарственными растениями. Обычно для лечения заболеваний, связанных с функциональными нарушениями нервной системы, применяются индифферентные ванны (с температурой воды 33–35 градусов) и теплые ванны (с температурой воды 36–40 градусов).

Для восстановления сил организма, при хронической усталости, возбужденном состоянии нервной системы, повышенной раздражительности, в том числе и в климактерическом периоде, часто рекомендовали принимать ванны из травы пустырника в сочетании с мятой, тысячелистником, корнем аира. Такие ванны обладают тонизирующим действием, улучшают общее самочувствие, настроение, успокаивающе воздействуют на нервную систему, повышают защитные реакции организма.

Кратковременные ванны, приготовленные из травы пустырника, врачи и народные целители советовали принимать людям, страдающим повышенным кровяным давлением, хроническими головными болями, нарушениями сердечного ритма, сужением коронарных сосудов, стойкими расстройствами сна. Благодаря воздействию алкалоидов и эфирного масла, содержащихся в пустырнике, при регулярном приеме таких ванн больной человек если не излечивался полностью от недуга, то по крайней мере значительно облегчал свое состояние. Эфирное масло пустырника малорастворимо в воде, однако при соединении с соком пустырника вода быстро приобретает его запах и вкус.

Эфирные масла, входящие в состав травы и листьев пустырника, представляют собой натуральный жидкий концентрат фитонцидов эфиромасличных растений. При нервно-психических расстройствах, нервном перенапряжении, нервном истощении вследствие длительного воздействия стрессовых ситуаций организм человека утрачивает значительную часть его защитных сил, клетки тканей организма начинают вырабатывать повышенное количество энергии. Это может привести к гипоксии (кислородному голоданию) и к значительным сбоям в функционировании живых клеток. Мельчайшие летучие частицы, содержащиеся в эфирных маслах пустырника, способствуют регенерации клеток и нормализации их привычных функций. Вот почему при заболеваниях нервной системы больным назначается лечение ваннами с добавлением этого чудодейственного растения, а людям, страдающим заболеваниями сердечно-сосудистого характера, рекомендуется прием настойки или экстракта травы пустырника, а также таблетки, содержащие вытяжки из этого растения.

Эфирные масла, содержащиеся в траве пустырника, обладают также способностью снимать спазмы сосудов сердца и головного мозга, поэтому их активно применяют при лечении таких болезней, как стенокардия, гипертония (повышенное артериальное давление), атеросклероз, кардиосклероз, кардионевроз, миокардит, пороки сердца. Значительно улучшалось состояние здоровья людей, страдающих этими заболеваниями, после прохождения полного курса лечения препаратами травы и листьев пустырника.

Эфирные масла, содержащиеся в пустырнике, применяются при изготовлении таких препаратов, как камфора, тимол, ментол, аскаридол. Пустырник представляет собой большую ценность для медицины еще и потому, что в составе его листьев обнаружены флавоноиды – группа химических соединений, которые в настоящее время широко используются в лечебной практике.

Особенно хорошо известен рутин – один из представителей этой группы соединений. При помощи рутина лечат, и довольно успешно, заболевания, которые сопровождаются нарушением проницаемости капилляров кровеносных сосудов: диатезы геморрагического характера, ревматические заболевания, нарушения кровоснабжения сетчатки глаза,

нефриты. Препарат келлин, также выделенный из группы флавоноидов, применяется в медицине при лечении заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Сапонины – сложные органические соединения, обнаруженные в химическом составе травы пустырника, – тщательно исследуются учеными, поскольку существует реальная перспектива получения из пустырника ценного сырья для синтеза гормональных препаратов.

Трава и листья пустырника обладают также высокой антиоксидантной способностью. Применение их в медицинских и профилактических целях повышает устойчивость клеточных оболочек, поддерживает баланс внутренней среды организма и в определенной степени предотвращает различные сбои в функционировании систем и органов человека. Поэтому использование эфирных масел пустырника с целью предупреждения таких заболеваний, как ишемическая болезнь сердца, атеросклероз, а также нарушений функции кровообращения бывает весьма эффективно и полезно.

Настои, настойки и 70 %-ные спиртовые экстракты травы пустырника часто применяются в медицине как лекарство с мощными седативными (успокаивающими) свойствами. Препараты, изготовленные из этого растения, заслужили «репутацию» поистине безусловных конкурентов такого широко известного в народе лекарственного средства, как настойка валерианы. По мнению врачей, препараты травы пустырника в несколько раз сильнее способны угнетать некоторые функции центральной нервной системы по сравнению, например, с настойкой корня валерианы. Поэтому зачастую применение настойки и экстракта пустырника оказывает гораздо более ярко выраженный эффект, чем прием валериановых капель.

По этой причине настои, настойки и отвары травы и листьев пустырника пятилопастного часто рекомендуют принимать при таких серьезных нарушениях нервной деятельности, как неврастения, психастения, различные формы неврозов, вегетососудистой дистонии. Был отмечен положительный эффект при лечении этим лекарственным растением людей (как мужчин, так и женщин), страдающих серьезными расстройствами вегетативной нервной системы и нарушениями функций центральной нервной системы в предклимактерическом и климактерическом периодах.

Однако эффект успокаивающего воздействия на нервную систему человека, которым прославился пустырник в нашей современной медицине, был открыт не так уж давно. Это произошло в начале XX века, в результате многократных экспериментов на лабораторных животных. В прошлом же веке настойки этого лекарственного растения применялись большей частью как целебное средство от болезней сердца и сердечной недостаточности.

Стремительное развитие науки в начале нашего века, в частности, химии и биохимии, позволило глубоко исследовать химический состав ряда лекарственных растений, среди которых значится и трава пустырника. Достижения науки не только открыли новые, ранее не изученные свойства пустырника, но и выделили некоторые химические вещества, содержащиеся в этом целебном растении и применяемые теперь как самостоятельные лекарственные препараты.

При сердечно-сосудистых заболеваниях обычно назначают применение спиртовой настойки травы пустырника (30–40 капель на прием) или рекомендуют различные отвары лекарственных сборов, в состав которых входит пустырник. Это связано с тем, что данное растение способно нормализовать работу сердца: оно способствует замедлению сердечного ритма, увеличивает силу сердечных сокращений, снижает артериальное давление, уменьшает одышку и сердцебиение. Благоприятное воздействие препаратов пустырника на сердечно-сосудистую систему организма связано с присутствием в этом лекарственном растении веществ, именуемых гликозидами. Снижение кровяного давления при применении пустырника происходит благодаря воздействию алкалоидов (резерпина, папаверина).

Пустырник благотворно действует и при некоторых нарушениях функционирования органов пищеварительной системы. Отвары и настои пустырника способны оказывать боле-

утоляющее действие и снимать спазмы, поэтому они назначаются больным при коликах в животе, метеоризме, нарушениях пищеварения. Препараты травы пустырника обладают также прекрасным мочегонным действием. Алкалоиды, обнаруженные в траве пустырника, довольно успешно используются в настоящее время для лечения таких заболеваний желудочно-кишечного тракта, как язва желудка и двенадцатиперстной кишки, панкреатиты, колиты. Препараты пустырника благоприятствуют излечению от болезней печени и почек в чистом виде за счет воздействия на организм все тех же алкалоидов.

В старину трава пустырника применялась на Руси как испытанное средство от сильного кашля и от слабости сердечной мышцы.

В народной медицине пустырник издавна применялся как отличное средство от бессонницы и головной боли. Содержащиеся в этом растении вещества обладают снотворным действием и поэтому часто рекомендуется при стойких нарушениях сна, нервном перенапряжении, вялости, угнетенном и тревожном состоянии, климактерических неврозах.

Перечень целебных свойств этого растения можно дополнить его способностью останавливать кровотечения. В связи с этим препараты пустырника применяются при кровотечениях различного рода. Отвар корней этого растения помогает при желудочных и маточных кровотечениях, при сильно кровоточащих ранах примочки отвара корней пустырника прикладываются к поврежденной коже и способствуют остановке кровотечения.

Чаще всего в гинекологической практике используется трава пустырника: для нормализации менструальных кровотечений, помогает это средство и при задержке менструаций, и при некоторых гинекологических заболеваниях.

Некоторыми народными врачами был отмечен положительный эффект при лечении препаратами пустырника таких заболеваний, как базедова болезнь, бронхиальная астма, мигрень. Здесь улучшению состояния больного способствует ряд алкалоидов, содержащихся в лекарственном сырье (эфедрин, платифиллин). Эфирные масла, которые входят в состав экстракта пустырника, также способствуют подавлению процесса размножения болезнетворных микроорганизмов, обладают бактерицидными свойствами.

В косметологии и дерматологии применение различных сборов лекарственных трав, в состав которых включается и трава пустырника, а также использование пустырника в чистом виде основано, главным образом, на антибактериальных и успокоительных свойствах этого растения. Пустырник применяется для лечения мелких повреждений и раздражения кожи, лечения дерматитов и некоторых других кожных заболеваний. Эфирные масла, входящие в состав этого растения, используются в качестве добавок для изготовления многих косметических и гигиенических средств, в том числе мыла, шампуней, лечебно-косметических кремов и мазей.

Часто назначается прием настойки и отвара пустырника больным, которые перенесли тяжелые, истощающие организм заболевания, тяжелые простуды, инфекционные заболевания или страдают анемией (малокровием). Дело в том, что в пустырнике содержится некоторое количество витамина С (аскорбиновой кислоты), которая просто необходима человеку, когда его организм находится в ослабленном состоянии.

Несмотря на такое обилие целебных свойств, препараты пустырника оказывают заметный целительный эффект не сразу, а довольно медленно, период лечения лекарствами, приготовленными на основе этого растения, обычно продолжителен. Дозировка лекарственных средств также варьируется в зависимости от характера заболевания, тяжести его симптомов, степени запущенности, наличия каких-либо других сопутствующих заболеваний, а также возраста больного.

При лечении пустырником людей, страдающих серьезными заболеваниями центральной нервной системы, иногда выявляются признаки чрезмерного угнетения деятельности нервных центров. В таких случаях обычно рекомендуют на некоторое время (чаще всего

лишь на неделю) прекратить прием препарата пустырника или значительно сократить дозировку, а после этого лекарство принимается больным уже в более малых количествах.

С полезными свойствами пустырника вы ознакомились, а теперь приступайте к практическому применению полученных знаний. В новой главе вы узнаете, как с помощью пустырника вылечить, предотвратить некоторые болезни.

Глава III

Лечение пустырником

Траволечение. Каждый из нас много раз слышал это слово. Но многие ли задумывались над тем, что настанет один «прекрасный» день, когда «прижмет» и самые сильные, новомодные средства перестанут вам помогать или их действие на вас постепенно сойдет на «нет»?

Вот тогда вы вспомните о том, что существует лекарство, проверенное веками. Это лекарство, подаренное самой природой, которое совершенно незаслуженно долгое время отвергалось многими врачами, а людей, занимающихся траволечением, зачастую называли шарлатанами и колдунами. А ведь траволечение по праву можно назвать самым древним оружием человека в борьбе с болезнями. Корни траволечения уходят в далекую древность.

Первым травником был неизвестный древний человек, который, полагаясь на свой инстинкт, доверил свое здоровье природе и приложил к ране листок, для того чтобы остановить кровь. Можно представить себе его удивление, когда листок не только остановил кровотечение, но и снял боль.

А когда наш прародитель заметил, что его рана заживает быстрее и под листком нет обычного воспаления, то попробовал бы кто-нибудь из современных противников народной медицины отговорить его от применения этого неизвестного растения как антисептического средства. Скорее всего, эта встреча закончилась бы печально для нашего современника. Древние люди умели быть убедительными.

Так зародилась целая народная наука – траволечение. Опыт нашего древнего прародителя не пропал. Скорее всего, после рассказанного нами случая он стал первым лекарем своего племени и положил первый камень в строительстве огромной стены, которая защищает человечество от болезней по сей день.

Благодаря нашему неизвестному первому травнику, передаваясь из поколения в поколение, до нас дошли бесценные знания о многих растениях и их целебных свойствах. Жаль только, что траволечение на определенном этапе своего развития приобрело некоторую «скрытность» и стало, в основном, уделом мошенников, которые, пользуясь безупречной репутацией народных методов лечения, заботились только о своем благосостоянии. От них страдали не только обманутые ими люди, но и те, кто по-настоящему принадлежал к древнему сословию травников.

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.