

П Р И Р О Д Н Ы Й



З А Щ И Т Н И К

КАЛЕНДУЛА
АЛОЭ
БАДАН ТОЛСТОЛИСТНЫЙ

Ц Е Л И Т Е Л И
О Т В С Е Х Б О Л Е З Н Е Й

Составитель Ю. Н. Николаева



РИПОЛ
КЛАССИК

Москва, 2011

УДК 615.89

ББК 53.59

К17

Составитель Ю. Н. Николаева

К17 Календула, алоэ и бадан толстолистный — целители от всех болезней / [сост. Ю. Н. Николаева]. — М. : РИПОЛ классик, 2011. — 192 с. : ил. — (Природный защитник).

ISBN 978-5-386-03825-0

Календула и алоэ — целебные растения, с помощью которых люди многих стран издавна лечились от разнообразных недугов. В отличие от алоэ и календулы, бадан толстолистный не так популярен. Однако это растение, как и многие дары природы, представляет собой целую сокровищницу уникальных природных веществ, которые при правильном использовании способны буквально творить чудеса.

В книге собрана подробная информация об этих природных целителях, описаны способы лечения ими различных заболеваний, даны рецепты многих лекарственных средств на основе этих трав.

УДК 615.89

ББК 53.59

ISBN 978-5-386-03825-0

© ООО Группа Компаний
«РИПОЛ классик», 2011

ВВЕДЕНИЕ

«Три орудия есть у врача — слово, нож и растение», — говорили древние. В наше время эти три орудия определяют три важнейших направления медицины: психотерапию, хирургию и фитотерапию. Последнее из них сейчас испытывает бурный подъем в связи с возросшим вниманием к природной сокровищнице здоровья. Теперь к знаниям в этой области прибегают не только народные лекари и знахари.

В официальной медицине широко используются настои, отвары и экстракты различных трав, которые успешно прошли клинические испытания.

Календула и алоэ — целебные растения, с помощью которых люди многих стран издавна лечились от разнообразных недугов. Календула была известна в качестве исцеляющего средства еще в Древней Греции (первые письменные документы — лечебники и травники, — в которых описывались лечебные свойства ноготков, относятся к XII в.), а целебные свойства алоэ были открыты более 3300 лет назад. Известно, что в старинный эликсир долголетия входил выпаренный из листьев алоэ сок — сабур. Препараты из этих растений оказывают помощь при болезнях желудочно-кишечного тракта, гипертонии, бессоннице, ожогах, сердечно-сосудистых, кожных, гинекологических и многих других заболеваниях.

В отличие от алоэ и календулы, бадан толстолистный в России не так известен. Однако

это растение, как и многие дары природы, представляет собой целую сокровищницу уникальных природных веществ, которые при правильном использовании способны буквально творить чудеса, ставя больных людей на ноги, исцеляя от всевозможных недугов. Бадан толстолистный является прекрасным средством профилактики и лечения многих заболеваний, от авитаминоза до туберкулеза легких.

Материал этой книги основан на опыте людей, которые исцелились или уберегли свое здоровье от развития многих серьезных заболеваний, используя в качестве лекарства и профилактического средства эти полезные растения — календулу, алоэ и бадан толстолистный.

КАЛЕНДУЛА

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О КАЛЕНДУЛЕ

Распространенное название календулы — ноготки лекарственные, или аптечные. По-видимому, растение получило его благодаря тому, что дети, играя, любят накладывать на свои ногти яркие лепестки цветков.

На латыни название звучит так: *Calendula officinalis* L. В народе бытуют и другие: наугадки, ноготки, кропис.

Ноготки лекарственные относятся к семейству сложноцветных — *Compositae*. Поскольку растение является однолетним, каждый год оно отмирает к зиме и размножается посевом семян весной. Высота его не превышает 70 см, но, как правило, средний размер меньше — 20–50 см.



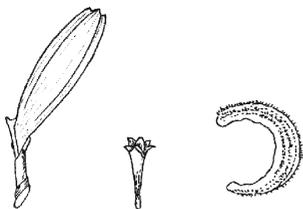
Ноготки лекарственные
(календула)

Ветвистый прямостоячий травянистый стебель и листья имеют сильный своеобразный запах. На них можно обнаружить жесткие волоски, которые в солнечную жаркую и сухую погоду становятся немного липкими. Продолговатые светлые листья нежно-зеленого цвета, сужающиеся к основанию, располагаются поочередно, густо одевая стебель. Ближе к корню растения они более широкие, крупные, с черешками, продолговато-яйцевидные, в верхней части их форма более продолговатая, широколанцетная. Каждый лист стеблеобъемлющий, сидячий, редкозубчатый.

Верхушки стебля и боковых ответвлений завершаются яркими оранжево-желтыми душистыми цветками, собранными в одиночные крупные (диаметром до 5 см) корзинки. Цветение начинается в июне и продолжается до глубокой осени.

Не все цветки в корзинках одинаковы. Расположенные посередине соцветия — обоеполые, трубчато-колокольчатые, не образуют плодов, так как они мужские. Те, которые находятся по краям (расположены в 1–3 ряда) — язычковые, являются женскими и способны образовывать плоды. Они имеют вид ярких лепестков.

Сейчас существуют новые сорта с более обильным цветением, обладающие махровыми соцветиями. У них языч-



Язычковый, трубчато-колокольчатый цветок и плод семянка

ковые цветки располагаются в несколько рядов, а не в 1 ряд, как у простых форм. Таких рядов бывает до 20, что делает соцветия не только очень декоративными, но и позволяет повысить урожай лекарственного сырья до 20 ц/га. Плоды календулы — острозубчатые изогнутые семянки без хохолков, коричневатой или серой окраски. Обычно плоды располагаются в 2–3 ряда. Менее согнутые и наиболее крупные (их длина достигает 15 мм, а ширина — 3 мм) находятся в наружном ряду. Корзинки с семянками могут созревать в разные сроки, по мере развития и отцветания отдельных соцветий.

Цветки ноготков имеют разные оттенки: от лимонно-желтого до красно-оранжевого. Есть мнение, что оранжевые цветки имеют более выраженные лекарственные свойства. Это утверждение полностью подтверждается. Дело в том, что целебное действие во многом зависит от наличия оранжевого пигмента — провитамина А, или каротина, и чем его больше в лепестках, тем полезнее растение.

Химический состав цветочных корзинок, являющихся лекарственным сырьем, весьма разнообразен. Сочетание составляющих определяет своеобразие терапевтического воздействия и зависит от наличия следующих компонентов, присутствующих в цветках. Исследования показали наличие слизистого вещества, смол, горького вещества календена, пентадециловой и яблочной кислот, а также следов са-

лициловой кислоты. В календуле содержится несколько каротиноидов (каротин, виолаксантин, цитраксантин, флавоксантин, флавохром, ликопин, рубиксантин, хризантемаксантин), а также витамин С (аскорбиновая кислота), фитонциды, эфирное масло, небольшое количество алкалоидов и других соединений.

В организме каротиноиды претерпевают изменения и превращаются в ретинол — витамин А.

Выращивание ноготков

Календула уже давно введена в культуру. Ее охотно выращивают не только в парках, садах и скверах как декоративное растение, но и на дачных участках и промышленных плантациях — как ценное лекарство. Ноготки очень популярны не только в нашей стране, но и во всем мире. Они занимают одно из первых мест среди лекарственных растений.

Выращивание этого неприхотливого, обильноцветущего растения не представляет большого труда. Оно способно мириться с такими неблагоприятными факторами, как бедность почв, весенние и осенние заморозки. Ноготки проявляют великолепную устойчивость к вредителям и болезням. При оптимальных условиях календула дает максимальное цветение. Это позволяет собирать устойчивый высокий урожай цветочных корзинок и долго радовать садовода яркими цветами.