

И. И. Рощин

**ЛЕЧЕНИЕ  
РЯБИНОЙ,  
ШИПОВНИКОМ,  
КАЛИНОЙ**

Москва, 2017

УДК 615.89

ББК 53.59

P81

**Рощин, И. И.**

P81      Лечение рябиной, шиповником, калиной / И. И. Рощин. — М. : T8RUGRAM / Научная книга, 2017. — 198 с.

ISBN 978-5-519-62328-5

Природа подарила нам множество растений и плодов, почти каждое из них имеет те или иные полезные свойства, которые помогают человеку бороться с самыми различными недугами и заболеваниями. Порой такие довольно простые и доступные средства оказываются намного эффективнее дорогостоящих фармацевтических препаратов.

В этой книге вы найдёте практические советы и рекомендации по народной медицине, а именно по лечению распространённых заболеваний с помощью таких замечательных плодов как рябина, шиповник и калина.

Будьте здоровы и счастливы!

УДК 615.89

ББК 53.59

BIC MMZ

BISAC MED000000

*Издательство не несёт ответственности за возможные последствия, возникшие в результате использования информации и рекомендаций этого издания. Любая информация, представленная в книге, не заменяет консультации специалиста.*

© T8RUGRAM, оформление, 2017

© ООО «Литературная студия

«Научная книга», издание, 2017

ISBN 978-5-519-62328-5

# СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	5
----------------	---

## **РАЗДЕЛ I РЯБИНА**

ГЛАВА I ПРЕДАНИЯ СТАРИНЫ ГЛУБОКОЙ.....	7
--	---

ГЛАВА 2 РЯБИНУШКА-ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА .....	21
--------------------------------------	----

ГЛАВА 3 НЕУВЯДАЮЩАЯ КРАСОТА .....	45
-----------------------------------	----

## **РАЗДЕЛ II ШИПОВНИК**

ГЛАВА 1 ИСТОРИЯ ДИКОЙ РОЗЫ.....	68
---------------------------------	----

ГЛАВА 2 ШИПОВНИК-ВРАЧЕВАТЕЛЬ.....	81
-----------------------------------	----

ГЛАВА 3 ТАЙНЫ ОЧАРОВАНИЯ .....	110
--------------------------------	-----

## **РАЗДЕЛ III КАЛИНА**

ГЛАВА 1 ГДЕ ЦВЕЛА КАЛИНУШКА.....	137
----------------------------------	-----

ГЛАВА 2 ЛЕЧИМ КАЛИНОЙ .....	145
-----------------------------	-----

ГЛАВА 3 ТАЙНЫ ЯРОСЛАВНЫ. ....	177
-------------------------------	-----



## ВВЕДЕНИЕ

Эта книга расскажет вам о замечательных растениях — рябине, шиповнике и калине. Испокон веков их использовали как прекрасные и эффективные средства против множества заболеваний.

И если вы, уважаемые читатели, привыкли доверять народной медицине, предпочитаете лекарственные травы и не хотите "травить" свой организм разными антибиотиками и синтетическими препаратами, то эта книга, несомненно, для вас.

На земле произрастают десятки тысяч самых разных растений. И человек давно отметил у многих из них полезные свойства, с помощью которых можно справиться с различными заболеваниями. Применение лекарственных растений насчитывает много веков. Из поколения в поколения передавали люди знания о тех или иных целебных свойствах растений.

Было время, когда люди отошли от народных средств, предпочитая им быстродействующие синтетические препараты. Но постепенно стали понимать, что таблетки (даже самые дорогостоящие и эффективные) не могут заменить лекарственные растения.

Ученые во многих странах работали над этой проблемой и их, последние работы убедительно доказали, что лечебный эффект лекарственных препаратов из растений зависит от совокупности всех веществ, которые содержит растение. Воссоздать искусственным путем такой комплекс веществ невозможно. Кроме этого, синтетические препараты очень часто вызывают аллергические реакции или обладают каким-то побочным эффектом.

Но матушка-природа позаботилась о нас с вами, наделив растения удивительной целебной силой. Поэтому в последнее время так возрос интерес к народной медицине и "бабушкиным" средствам — отварам, настоям, примочкам.

В этой книге вы узнаете об уникальных лечебных свойствах рябины, шиповника и калины. Вам будут предложены рецепты различных снадобий, которые можно приготовить из этих

растений. Вы узнаете, какие заболевания можно вылечить, пользуясь отварами и настойками из коры, плодов и листьев рябины, шиповника и калины.

Кроме этого, книга предлагает вам рецепты не только лекарственных препаратов, но и способы приготовления "целебного" варенья. Уже доказано, что даже если вы абсолютно здоровы и не подвержены никаким хворям, то в зимнее время или ранней весной, в период авитаминоза, организм гораздо легче подвергается различным заболеваниям. Можно, конечно же, при легком недомогании проглотить пару таблеток и снова чувствовать себя здоровым. Но есть гораздо более эффективный способ не подвергаться болезням. Вам достаточно ежедневно съедать ложечку варенья, приготовленного из рябины, калины или шиповника, и вам уже не будет страшна никакая болезнь.

Дети, как известно, не любят лечиться и глотать горькие таблетки. Вместо таблеток вы можете лечить их целебным вареньем или готовить разные вкусные десерты из ягод шиповника, калины, рябины.

Не забыли мы и о любителях домашних настоек. Что может быть лучше, а главное, полезнее наливки домашнего приготовления, да еще и из таких целебных растений, как рябина, шиповник или калины? Воспользуйтесь нашими рецептами — и вы сможете угостить друзей на праздник "целебной наливочкой".

Не могли мы оставить без внимания и женскую красоту. В каждом разделе есть глава, которая называется "Лечебная косметология". Вы узнаете секреты, которыми пользовались наши бабушки, чтобы стать привлекательнее. Настои, отвары, лосьоны, кремы, изготовленные с помощью калины, рябины шиповника помогут вашей коже и волосам снова стать здоровыми.

Если вы обратитесь к книге "Лечение рябиной, шиповником и калиной", то найдете в ней для себя много интересного и полезного.

## **РАЗДЕЛ I РЯБИНА**

### **ГЛАВА I. ПРЕДАНИЯ СТАРИНЫ ГЛУБОКОЙ**

Наша красавица-планета с каждым годом теряет часть растительного мира. Это связано с ростом промышленности и сложной экологической обстановкой.

Растительность появилась на нашей планете много миллионов лет назад. За время жизни на земле сменилось множество видов растений. В настоящий момент на Земле насчитывается несколько сотен тысяч растений, и большее количество из них обладают лечебными свойствами.

Большинство лекарственных растений очень хорошо изучены, но есть и такие виды, которые еще заставляют специалистов задаваться вопросами, касающимися их свойств. Огромное количество растений применяется в народной медицине.

Уже древние люди начинали отмечать целительные свойства некоторых растений. Сведения о лекарственных растениях накоплены за многие века, а первые упоминания о некоторых из них относятся к очень отдаленным временным промежуткам жизни людей.

Итак, в этой главе мы задались целью познакомить вас с происхождением такого лекарственного растения, как рябина, его общими характеристиками и другими полезными сведениями.

Рябина произрастает в подлеске хвойных и смешанных лесов. Встречаются как отдельные деревья, так и небольшие группы. Также рябину можно встретить иногда во втором ярусе, на лесных опушках, прогалинах, по вырубкам, оврагам, берегам рек, на лугах, на каменистых местах, а иногда в скалистых местностях. Рябина прекрасно приживается в качестве искусственных посадок в населенных пунктах и вдоль дорог.

Рябина лучше всего произрастает на плодородных супесчаных и суглинистых почвах. Но в некоторых случаях рябина может оказаться малотребовательной к почвам. Также необходимо упомянуть о теневыносливости рябины, о ее высокой засухо- и холодоустойчивости.

Размножение рябины осуществляется вегетативным путем и семенами. Рябина обладает высокой продолжительностью жизни — около 200 лет. Плодоносные качества зависят от места расположения. На открытых местах рябина начинает плодоносить с 5—7 лет, а под лесным пологом с 13—17 лет. Важной отличительной чертой является способность к ежегодному плодоношению, но особенно сильные сборы приходятся на каждые 3 года. В силу понятных причин плодоношение на вырубках намного превышает плодоношение под пологом леса.

Всего в настоящем роде данного семейства насчитывается 84 вида и множество гибридных форм. Описываемые растения произрастают в умеренном поясе Северного полушария. Особенной популярностью в хозяйственном значении пользуются лишь несколько видов этого растения. Наиболее распространенный вид — рябина обыкновенная.

Наибольшее распространение рябина обыкновенная имеет в лесах европейской части нашей страны. Данный вид можно встретить от Крайнего Севера до Кавказа и от западных границ до Урала.

Рябина — дерево высотой 5—15 м (в крайне редких случаях до 20). Диаметр ствола до 40 см. Кора дерева гладкая серовато-белая, крона яйцевидная. Рябина имеет непарноперистые, очередные, ланцетные листья. Длина листьев 10—20 см и состоят они из 10—15 продолговатых цельных листочков длина которых, в свою очередь, равна 3—5 см, а ширина 1 см.





Рябина цветет в мае-июне с появлением листьев. Цветки имеют диаметр 0,8—1,5 см, белую с кремовым оттенком окраску и отличаются сильным, напоминающим запах горького миндаля, запахом. Цветки опыляются при помощи насекомых, но способны и к самоопылению. Плоды рябины начинают созревание в сентябре и на долго остаются на ветках. Плоды представляют собой ложные ягодообразные яблочки, имеющие шаровидные или овальные формы. Диаметр ягод достигает 1,5 см. Зрелые ягоды имеют ярко-красный, красно-оранжевый или желтый цвет. На вкус ягоды отличаются кислым и терпким вкусом, горечью, мягкой консистенцией.

Рябина обладает рядом интересных качеств. Так, например, считается, что если опустить свежую веточку рябины в зараженную бактериями воду, то через несколько часов (2—3 часа) вода станет пригодной для питья без предварительного кипячения. Это происходит благодаря тому, что рябина выделяет летучие вещества под названием фитонциды. Эти вещества известны способностью убивать бактерии.

Также можно отметить целый ряд качеств рябины. Во-первых, ее кора содержит около 12—14 % танидов и применяется в кожевенной промышленности. Во-вторых, из плодов рябины возможно получение красителей лиловато-красного цвета, а из побегов и листьев возможно получить темно-коричневую краску. Широкое применение рябина может получить в мебельном ремесле. В недалекие времена из молодых прутьев и стволиков изготавливали плетеную мебель, корзины и многие подобные предметы домашнего обихода. Возможно, подобное производство существует и в настоящее время.

Еще с давних времен на Руси заметили положительные качества древесины рябины, и с тех пор она применяется в изготовлении токарных и столярных изделий, мебели, музыкальных инструментов. Данная древесина обладает повышенной огнестойкостью.

В настоящее время насчитывается множество окультуренных форм, выведено множество великолепных по своим качествам сортов и гибридов.

## ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ РЯБИНЫ

Плоды содержат около 4,7 % фруктозы, 3,7 % глюкозы, 0,6 % сахарозы и малое количество сорбозы. Находящиеся в рябине органические кислоты насчитывают около 3,6 % от общего объема. В состав кислот входят яблочная, винная, янтарная и сорбиновая. Рябина содержит огромное количество витаминов, которые (в зависимости от сорта) отличаются своими количествами. Так в рябине содержится витамин С, каротин, витамин К, витамин Е, витамин Р и фолиевая кислота. Также в рябине имеются: марганец, железо, цинк, медь, магний, эфирные масла и некоторые другие соединения.

Плоды рябины принято собирать после полного созревания, в частности, после первых заморозков. Собранные подобным образом, они становятся слаще и теряют терпкость. Собранные плоды пригодны в пищу в свежем, в моченом и в сушеном виде. Заготовленные вышеописанным образом плоды используют в пищевой, в кондитерской промышленности и в медицине.



Особое внимание необходимо уделить хранению плодов рябины. Обычно ее хранят кистями в холодных местах. Такими местами могут стать чердаки, всевозможные сараи и кладовые. Также рябину хранят отдельными ягодами, а реже для хранения ее заливают водой (для получения моченых ягод) или делают варенье.

Рябина распространена на разных территориях с различным коэффициентом компактности. На это влияют как климатические факторы, так и некоторые другие обстоятельства. Также в зависимости от территории различаются и виды рябины.