



Простые советы для здоровья

# ЧИСТОТЕЛ И АЛОЭ

Чудо-  
целители  
семьи



РИПОЛ  
КЛАССИК  
Москва, 2008

УДК 615.89  
ББК 42.143  
Ч-68

Ч-68      **Чистотел и алоэ. Чудо-целители семьи.**— М. : РИПОЛ  
классик, 2008.— 192 с.— (Простые советы для здоровья).

ISBN 978-5-7905-3493-5

Книга «Чистотел и алоэ. Чудо-целители семьи» подробно рассказывает о применении растений как в народной, так и в научной медицине. Предназначена для широкого круга читателей.

Книга также выходит в серии «Лечение травами» под названием «Лечение чистотелом и алоэ».

УДК 615.89  
ББК 42.143

ISBN 978-5-7905-3493-5

© ООО «ИД «РИПОЛ классик», 2006  
© ООО Группа Компаний «РИПОЛ  
классик», 2008

# ВВЕДЕНИЕ

Во все времена люди стремились к красоте, здоровью, совершенству и всегда обращались за помощью к природе.

С течением времени, а также с развитием прогресса человек все больше начал отдаляться от природы, забывая о том, что именно она дает ему силу и энергию, поддерживает красоту женщин, поможет в борьбе с различными заболеваниями.

В этой книге подробно рассказывается о народной медицине и ее роли в истории появления научной медицины.

Большое внимание уделено технике сбора, сушки и хранения лекарственных растений.

Авторы знакомят читателей с такими лекарственными растениями, как чистотел и алоэ.

В книге приведены рецепты приготовления настоев, отваров, настоек из чистотела и алоэ, применяемых при различных заболеваниях.

Однако не следует забывать, что перед использованием того или иного народного средства необходимо проконсультироваться с врачом.

## ГЛАВА 1

# Народная медицина

Народная медицина и используемые в ней лечебные средства во все времена привлекали внимание врачей и исследователей. Некоторые из таких целебных средств нашли свое применение в современной медицине после проверки многочисленными испытаниями.

О связи народной и научной медицины, способах сбора, сушки, хранения лекарственных растений, а также о том как приготовить настои, отвары, чаи, настойки и сборы и пойдет речь в данной главе. Следует иметь в виду, что при приготовлении любого из перечисленных лечебных средств необходимо в точности соблюдать дозировку, указанную в рецепте. Предварительно необходимо проконсультироваться со специалистом, так как в ряде случаев, описанных в этой главе, применение препаратов, приготовленных на основе лекарственных трав, в частности чистотела и алоэ, не рекомендуется.

---

### Основные понятия о народной медицине

Понятие «народная медицина» включает в себя все многообразие средств и приемов на-

родного целительства, выработанных на протяжении истории человечества (от появления более 2 млн лет тому назад первого человека до наших дней).

О том, что народная медицина является ровесницей человека, писали многие исследователи первобытной культуры — такие, как Л. Морган, Э. Тейлор, В. П. Алексеев.

Народная медицина существовала у всех народов мира и во все периоды истории человечества. Знания передавались из поколения в поколение. Овладение многовековым народным опытом могло бы быть полезным и в настоящее время.

Средства и приемы народного врачевания были известны лишь кругу посвященных знахарей, которые держали их в тайне. По этой причине народная медицина не дошла до наших дней во всей своей полноте.

Множество рецептов применения лекарственных растений было утрачено, уничтожено и забыто, ведь отношение к народной медицине во все времена было неоднозначным: ее то боготворили, то предавали забвению.

Известно, что 5000 лет назад в Междуречье в качестве лекарственного средства использовали плоды граната, в Китае за 2700 лет до н. э. применяли ревень.

На протяжении веков на Востоке целебными растениями считались эфедра и красавка. В некоторых египетских папирусах, сохранившихся до наших дней, содержатся сведения

о врачевании с применением клещевины, семени которой найдены в гробницах фараонов.

В Древнем Египте и Вавилоне знали о лекарственных и ядовитых свойствах белены черной. В Древней Индии использовали мирт, барбарис и подофилл щитовидный.

На протяжении многих сотен лет в народной медицине применяли родиолу розовую, солодку, эвкоммию.

Древнегреческие и древнеримские философы Гиппократ, Diosкорид, Гален писали в своих работах о целительных свойствах тысячелистника, шалфея, зверобоя, горца, мяты, мать-и-мачехи, ромашки, облепихи.

В античные времена в качестве лекарственных средств широко применяли петрушку, василек, крапиву, марену.

Знаменитый арабский врач Авиценна описал множество лекарственных растений. В его трудах упоминаются подорожник, полынь, душица и еще около 900 трав.

Торговые книги генуэзских купцов конца XII в. содержат записи о применении полыни цитварной в качестве противоглистного средства.

На Руси целебные свойства растений впервые были описаны в «Изборнике Святослава» (1073 г.).

Первые травники появились в XVII в.

В XVIII в., с созданием Академии наук, началось тщательное изучение лекарственных растений.

Многовековой опыт использования лекарственных растений являлся основой народной медицины. Однако на протяжении длительного времени применение растений при лечении тех или иных заболеваний продолжало оставаться эмпирическим.

Впоследствии были выявлены способности некоторых растений синтезировать и накапливать природные соединения, которые оказывают на организм человека достаточно сильное физиологическое воздействие.

Эти знания поставили процесс использования лекарственных растений на прочную научную основу.

**Народная медицина изучала лечебные средства растительного, животного и минерального происхождения, а также их психологическое воздействие на человека.**

---

## **Лекарственные растения в народной медицине**

Целебные свойства растений известны, как уже было сказано, с глубокой древности. С первого дня своего существования на Земле человек был подвержен различным заболеваниям.

Обремененный тяжким недугом, он искал способ облегчить свои страдания и находил его в природе.

Проходили века, тысячелетия, а различные народы мира продолжали обращаться к окружающей среде в поисках спасения от самых разных недугов.

Кроме того, люди наблюдали за растениями и изучали их целебные свойства.

У всех народов насчитывалось примерно одинаковое количество растений, используемых для врачевания. Число это обычно достигало 3000. При этом каждый народ, в зависимости от географических условий, имел какие-то свои лекарственные растения. Сведения о применении людьми целебных свойств растений обнаружены в древних письменах, принадлежащих государст-

ву Шумер, которое существовало на территории современного Ирана за 3000 лет до н. э.

**В самой древней библиотеке мира — библиотеке ассирийского царя Ашшурбанипала в Ниневии (около 660 г. до н. э.) — на древних глиняных табличках содержится обширная клинописная информация о различных лекарственных растениях.**

Всего в мире насчитывается примерно 10–12 тыс. видов растений, обладающих целебными свойствами. Воздействие некоторых из них на отдельные органы и системы человеческого организма может быть настолько сильным, что неумелое использование

нередко наносит непоправимый вред вместо ожидаемого выздоровления.

Людям, плохо разбирающимся в лекарственных травах, не следует самостоятельно заниматься их сбором.

---

## Связь народной и научной медицины

По мере развития человеческого общества начали появляться различные науки. Одной из



первых возникла научная медицина. Современная научная медицина отвергает знахарство, колдовские обряды и многое другое, что не является полезным для врачевания.

Однако и сейчас в народе хранятся и переходят из поколения в поколение сведения о способах врачевания недугов с помощью тех или иных лекарственных растений.

Люди продолжают пользоваться для избавления от различных заболеваний многими дикорастущими растениями, несмотря на то что современная медицина исключила их из списка лечебных средств.

Например, в сушенице (*Gnaphalium Uliginosum*), которую многие считают не более чем сорняком, произрастающим на лугах и полях, содержится вещество, нейтрализующее кислотность желудочного сока, успокаивающее нервы и понижающее кровяное давление.

Еще 15 лет назад врачи не признавали тот факт, что в пустырнике (*Leonurus Cardiaca*) находится вещество, которое оказывает положительное действие на организм человека при расстройствах нервной системы.

Лишь благодаря проведенным исследованиям научная медицина взяла на вооружение действующие вещества описанных выше растений, целебный эффект которых до последнего времени не признавался, несмотря на то что в народе издавна использовали сушеницу при

**Необходимо помнить, что применять лекарственные растения следует только под наблюдением врача, в точности соблюдая его рекомендации.**

грудной жабе, а пустырником заменяли валериану. По мнению специалистов, лекарственные свойства многих растений еще предстоит исследовать.

---

## **Сбор, сушка и хранение лекарственных растений**

Лечебное воздействие любого лекарственного растения тем более эффективно, чем полнее сохранено естественное сочетание всех действующих начал.

### **Сбор лекарственных растений**

Сбор лекарственных растений следует проводить в определенное время, в частности перед цветением, поскольку именно тогда наземные части лекарственных растений накапливают наибольшее количество целебных веществ.

Корни, ветви и стебли собирают осенью.

Срок хранения корней не должен превышать 3 лет.

Листья, а также млечный сок и черенки собирают после распускания листьев.

Для сушки срезают нижние листья без черенков. Срок хранения листьев составляет примерно 3 года. Цветки и венчики рекомендуется собирать без цветоножек, соцветия — корзиночками. Срок хранения цветков и венчиков составляет не более 2–3 лет.