

СТОЛЕТИК ОТ «А» ДО «Я»

Москва, 2017

УДК 615.89
ББК 53.59
С81

С81 Столетник: от «А» до «Я». – М. : Т8RUGRAM / Научная книга,
2017. – 226 с.

ISBN 978-5-521-05601-9

Природа подарила нам множество уникальных целебных продуктов. Лекарственные растения используются людьми с древнейших времён. Знания о свойствах растений и их правильном использовании хранились в народной памяти, передавались из поколения в поколение и пополнялись новыми сведениями.

Из этой книги вы узнаете всё самое необходимое об алоэ: его уникальных целебных свойствах, фармакологическом воздействии, показаниях к применению и противопоказаниях, способах выращивания и уходе за ним в домашних условиях, а также получите рецепты приготовления различных препаратов для лечения всевозможных заболеваний и применения в косметологических целях.

УДК 615.89
ББК 53.59
ВІС 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.*

ISBN 978-5-521-05601-9

© Т8RUGRAM, оформление, 2017
© ООО «Литературная студия
«Научная книга», издание, 2017

ВВЕДЕНИЕ

На Земле существуют тысячи разнообразных растений. Они произрастают повсюду: в горах, степях, лесах, пустынях и на болотах. Многие из них обладают лечебными свойствами. Большинство растений, употребляемых нами в пищу, также оказывает лечебное действие.

Лекарственные растения используются людьми с древнейших времен. Многие из них были известны еще 3000 лет назад в Китае и Египте, и они широко применяются и в наше время. Так возникла народная медицина. Знания о свойствах лекарственных растений и их правильном использовании хранились в народной памяти, забывались и восстанавливались, пополнялись новыми сведениями и передавались из уст в уста, из поколения в поколение.

Современная наука изучает и проверяет многовековой опыт народной медицины, пополняя арсенал лечебных средств за счет того, что давно было известно людям. Прежде чем то или иное лекарственное растение начинают использовать в клиниках, оно проходит долгий путь. Сначала изучается его химический состав, определяются действующие вещества, влияние их и растения в целом на функции различных органов и систем человека, выявляется степень ядовитости отдельных химических веществ и всего растения, устанавливается главное лечебное

действие растения и его механизм, и, наконец, на экспериментальных моделях различных заболеваний оцениваются лечебные качества растения и его препаратов. И только тогда по специально составленной инструкции новое лекарственное средство проходит испытание в нескольких клиниках. При положительном результате лекарство получает широкое клиническое применение, а лечебные препараты на его основе выпускают промышленным способом. Так многие растения из народной перешли в научную медицину.

Таким же образом получили широкое признание и распространение те лекарственные растения, которыми мы активно пользуемся в повседневной жизни, чтобы, например, облегчить кашель, предотвратить простуду, помочь быстрее зарубцеваться ранке на руке и т. д.

Среди подобных растений особое место занимает алоэ, завоевавшее популярность у населения. Она обоснована в полной мере: удивительные оздоровительные свойства вкупе с доступностью привлекают все больше людей, заботящихся о своем здоровье.

В наше время еще не создан препарат, который мог бы соперничать с натуральным соком алоэ в способности возвращать жизненные силы поврежденным клеткам и тканям.

Медицина использует сходные по принципу действия лекарства натурального происхождения, но в их применении имеется гораздо больше противопоказаний, чем у столетника.

Наблюдая за животными, инстинктивно находящими полезные растения, люди обратили внимание на то, что многие из них охотно ели веточки алоэ, излечиваясь таким способом от многочисленных забо-

леваний. Особо почитаемым в Древнем Египте кошкам специально собирали молодые побеги столетника, считавшегося у египтян к тому же символом вечности и обновления.

Как давно его ведет счет история применения столетника в медицине? О лечебных свойствах алоэ человечество узнало еще на заре своего существования. Покажется странным, но египтяне со времен фараонов и по сию пору вешают над входом в дом ветки алоэ как символ здоровья и долголетия. Для них это то же самое, что у европейцев колокольчик над порогом, притягивающий удачу; правда, в практической пользе столетника сомневаться не приходится. Она доказана многими лекарями, успешно применяющими это растение в медицине.

Столетник является верным помощником человека на протяжении всего развития нашей цивилизации. В древности сухой стуженный сок алоэ, известный под названием «сабур», ценился на вес золота, его развозили по всему миру. Самые первые сведения о применении столетника датируются 1750 г. до н. э. Заметки о чудесных исцелениях этим растением были нанесены на шумерские таблички. Также столетник упоминается в известном египетском лечебнике, написанном в 1550 г. до н. э. В этой книге приводится 12 рецептов наружного и внутреннего применения сока алоэ.

Кстати, некоторые историки склонны думать, что легендарный полководец Александр Македонский завоевал остров Сокотра в Аравийском море только потому, что там росло знаменитое дерево. Из листьев этого растения туземцы изготавливали «волшебный» сок, способный излечить от множества недугов. Дерево, из-за которого пролилось немало крови, достига-

ло в высоту более 20 м, а на его длинных ветвях росли мощные мечевидные листья. Хотя обычное комнатное алоэ, растущее у многих на подоконнике, ничем не похоже на своего легендарного африканского собрата, все же оно носит то же название, что и дерево Македонского, – алоэ.

Гиппократ оставил около 200 рецептов применения алоэ, а Гален впервые описал способы приготовления настоек и отваров из алоэ. На Руси это растение впервые было описано в XVI в. на страницах «Изборника Святослава», где приводились общедоступные рецепты по изготовлению лекарственных смесей, содержащих разные формы алоэ.

Всем известно, что столетник – исключительно неприхотливое растение, хорошо переносящее отсутствие влаги, солнечные лучи, жару и холод. Многие из других известных нам комнатных культур уже давно бы погибли при столь жестких условиях, но алоэ остается зеленым и благополучно продолжает расти. Объясняется это наличием в его экстракте биогенных стимуляторов – веществ, образующихся в листьях алоэ при неблагоприятных условиях (таких как пониженная температура или отсутствие света) и противостоящих процессу гибели клеток самого растения. Таким же благотворным образом эти вещества воздействуют и на человеческий организм: они ускоряют регенеративно-восстановительные процессы в его тканях и оказывают общее биостимулирующее и активизирующее иммунитет действие.

В медицине используют листья алоэ, которые обычно собирают в период с конца октября до середины ноября: срезают нижние и средние листья, достигшие 15 см длины. Этому правилу нужно следовать и при приготовлении в домашних условиях

Введение

средств из столетника, рассчитанных на длительное хранение. Для повседневных целей могут быть использованы свежие листья растения, срезанные в любое время года.

Поскольку многие выращивают столетник у себя дома, они должны обладать полной информацией об этом лекарственном растении. Из этой книги вы узнаете все самое необходимое об алоэ, его уникальных целебных свойствах, фармакологическом действии, показаниях к применению, способах и дозах, противопоказаниях, об уходе за ним в домашних условиях. Иначе говоря, все, что только может пригодиться.

ГЛАВА 1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О СТОЛЕТНИКЕ

Алоэ древовидное (*Aloe arborescence* Mill) – широко распространенное культивируемое лекарственное комнатное растение, применяемое и в научной медицине, и в домашнем врачевании. Это растение получило следующие народные названия: «столетник», «доктор», «ранник». Название «столетник» это растение получило благодаря народному поверью – якобы его цветение происходит раз в 100 лет, что не соответствует истине, так как при культивировании алоэ может цвести почти каждый год. С древних времен это целебное растение чтилось в народе как символ жизни и здоровья. До наших дней дошло художественное произведение, настоящая медико-ботаническая поэма, часть которой была посвящена чудесным свойствам алоэ. Эта книга носит название «О свойствах трав» и написана лекарем по имени Одо, жившим в Средние века в западноевропейском городе Мене.

«Свежую рану от гнили введенный в нее избавляет...

Если алоэ с вином растереть, приготовить припарку,

Волос она укрепляет, ему выпадать не давая,

Помощь она, если рот и язык или десны страдают, –

Их натирают алоэ с вином и медом растертым.

Взятое чистым, алоэ нередко расслабит желудок,

Да и для глаз, ты поверь, ничего не найдется целебней».

Всем хорошо известное комнатное растение, которое можно увидеть практически в каждом доме на подоконниках, возможно, и не оправдывает своего второго названия – «алоэ древовидное». Все становится понятно, если побывать на родине столетника – в Южной Африке. В африканской пустыне это вечнозеленое шестиметровое, похожее на дерево алоэ цветет и плодоносит каждый год. Уходящие глубоко под землю корни и большие сочные листья, хорошо сохраняющие влагу, помогают алоэ существовать в климатических условиях пустыни. Этому теплолюбивому растению у нас дома просто не хватает тепла и света, столетник практически не цветет и имеет более чем скромные по сравнению с африканским размеры.

Произрастает алоэ в полупустынных областях, его сочные листья со слизистой сердцевинкой, удерживающие запасы влаги, прекрасно приспособлены к засушливому климату. В конце XVI в. алоэ стали выращивать в Центральной Америке (своего рода плантации алоэ мирового значения). Южная Африка является основным местом добывания сабура из дикорастущих растений. Также алоэ выращивают в зоне влажных субтропиков – в Закавказье, Крыму и Средней Азии. Это многолетнее травянистое мясистое вечнозеленое растение (суккулентное), в тропических условиях оно может достигать в высоту нескольких метров. Род алоэ относится к семейству асфodelовых и трибе аловых, включающей в себя 4 рода и около 600 видов растений. Около 350 видов этого семейства относят к роду алоэ, большая часть их произрастает в Южной и тропической Африке, на Аравийском полуострове, на островах Мадагаскар, Сокотра. Стебли у столетника прямостоячие, ветвистые, густолиственные, на деревянистых стеблях рубцы от отмерших листьев и удлиненно-лан-