

П Р И Р О Д Н Ы Й



З А Щ И Т Н И К

# ЛЕЧЕБНЫЕ НАСТОЙКИ, ОТВАРЫ, БАЛЬЗАМЫ, МАЗИ

Л У Ч Ш И Е Р Е Ц Е П Т Ы

Составитель Ю. Николаева



РИПОД  
КЛАССИК

Москва, 2011

УДК 633.7/.9

ББК 28.5

Л33

*Составитель Ю. Н. Николаева*

**Л33**      **Лечебные настойки, отвары, бальзамы, мази.**  
Лучшие рецепты / [сост. Ю. Н. Николаева]. —  
М. : РИПОЛ классик, 2011. — 192 с. — (Природ-  
ный защитник).

ISBN 978-5-386-03929-5

В этой книге собраны лучшие рецепты препаратов из лекарственных растений — настоек, отваров, бальзамов и мазей, которые можно приготовить в домашних условиях. Эти средства народной медицины прекрасно помогают в лечении многих заболеваний.

**УДК 633.7/.9**

**ББК 28.5**

*При составлении данного издания использовались материалы ООО «Софит-Принт»*

© ООО Группа Компаний  
ISBN 978-5-386-03929-5      «РИПОЛ классик», 2011

## ВВЕДЕНИЕ

Возросший в последние несколько десятилетий интерес к препаратам из лекарственных растений связан с тем, что их применение позволяет избежать многих побочных эффектов, присущих антибиотикам и другим синтетическим лекарствам. Но, к сожалению, в народе бытует мнение, что фитотерапия абсолютно безвредна и может использоваться без ограничений и контроля со стороны врачей.

А между тем среди лекарственных растений, даже достаточно широко применяемых, существует немало ядовитых, целебные свойства которых обусловлены именно их токсичностью.

Полезное или вредное действие таких трав определяется дозировкой изготовленных из них препаратов.

Именно поэтому, начиная лечение настоями, бальзамами и мазями, изготовленными из лекарственных трав, следует помнить, что каждое растение имеет как основные показания, так и противопоказания. Прежде чем принимать растительные препараты, больному следует посоветоваться со своим лечащим врачом, а также получить рекомендации у специалиста по народной медицине.

Грамотно составить сбор трав может лишь врач-фитотерапевт, который учитывает этиологию, патогенез и симптомы основного заболевания и сопутствующих болезней, а также общее состояние организма больного и некоторые другие факторы.

ПРЕПАРАТЫ  
ИЗ ЛЕКАРСТВЕННЫХ  
ТРАВ И ИХ  
ИЗГОТОВЛЕНИЕ



В настоящее время растет интерес к лекарственным препаратам народной медицины, которые используются людьми на протяжении многих веков при самых различных заболеваниях.

Одними из самых действенных лекарственных средств, изготавливаемых из целебных трав, являются настойки и бальзамы, которые настаивают на спирте или водке и применяют при целом ряде болезней, а также в качестве общеукрепляющих, тонизирующих и повышающих иммунитет средств. Что касается мазей, то они издавна используются в нетрадиционной медицине в качестве наружных препаратов в основном при лечении кожных болезней. Не стоит забывать и про настои с отварами, которые имеют самый широкий спектр применения.

Используя лекарственные средства на травах, следует помнить, что ни одно медикаментозное и народное средство не может гарантировать полного исцеления от болезни. Именно поэтому к народным рецептам следует относиться осторожно, а начинать лечение каким-либо препаратом из лекар-

ственного растения можно только после консультации с лечащим врачом. В противном случае могут возникнуть побочные эффекты или же лечение не принесет ожидаемых результатов. Ведь каждый человеческий организм индивидуален и, соответственно, требует индивидуального подхода: в некоторых случаях дозу препарата может установить только врач, учитывающий возраст, вес, общее состояние больного и принимаемые последним медикаментозные средства, иногда несовместимые с другими лекарственными препаратами.

Даже фитотерапевты, разработавшие схемы применения препаратов целебных трав и широко практикующие лечение ими больных, предупреждают, что лекарственные растения вовсе не являются универсальными средствами, помогающими при всех недугах. Лечебные свойства большинства из них еще изучаются, и поэтому нет гарантии, что настойки, бальзамы и мази, как и отвары с настоями, изготовленные из трав, окажутся эффективными при лечении того или иного заболевания.

---

## ПРАВИЛА СБОРА И ЗАГОТОВКИ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

При самостоятельной заготовке лекарственных растений следует придерживаться определенных правил.

Во-первых, необходимо знать, что биологически активные вещества, оказывающие на организм то или иное лечебное воздействие, могут содержаться в разных частях растений. Для лечения различных заболеваний используют препараты, изготовленные как из корней и травы, так и из плодов, коры, стеблей, ветвей, листьев, почек и цветков растений. Именно поэтому при различных заболеваниях применяются разные части одного и того же растения.

Во-вторых, каждому, кто заготавливает лекарственные растения самостоятельно, нужно учитывать время их сбора, поскольку максимальное накопление необходимых для лечения веществ приходится на определенное время года. Так, например, собирать семена или плоды следует в период их полной спелости, однако до того, как они уже начнут увядать или даже осыпаться. Цветки, листья и траву заготавливают в период цветения (иногда в его начале), но еще до начала плодоношения.

Наземные части растений обычно собирают в ясную погоду, а подземные заготавливают в любую погоду.

## **Корни**

Корни, корневища, клубни и луковицы относятся к подземным частям растений. Чаще всего их собирают в период отмирания надземных частей растений, как правило, осенью.

В это время в подземных органах растений накапливается наибольшее количество биологически активных веществ.

Корни и корневища можно также собирать весной, до начала роста растения, то есть до того как питательные вещества начнут отток к молодым побегам.

## **Кора**

Кору следует собирать только с молодых растений. Заготавливать ее надо весной, в период набухания почек. В это время кора наиболее богата целебными веществами.

## **Трава**

При сборе травянистых частей нельзя выдергивать растение вместе с корнем (исключением является сушеница болотная). Зеленые части растений следует срезать или скашивать на уровне нижних листьев. У не-