



Здоровый Образ Жизни

и долголетие

Золотой ус от А до Я

**лучшие советы
и рецепты**



РИПОЛ
КЛАССИК
Москва, 2007

УДК 615.89

ББК 53.59

H73

Новикова, И. В.

H73 Золотой ус от А до Я. Лучшие советы и рецепты /
Ирина Викторовна Новикова. — М.: РИПОЛ классик,
2007. — 64 с. — (Здоровый образ жизни и долголетие).

ISBN 978-5-7905-4684-6

Эта книга расскажет читателю о растении, прославившемся
своими целебными свойствами,— каллизии душистой, или, как его
называют в народе, о золотом усе, имеющем много полезных
свойств. Предлагаются способы исцеления с помощью золотого
уса, советы, как приготовить в домашних условиях лекарство из
него и как бороться с помощью этого растения с различными забо-
леваниями и вредными привычками.

УДК 615.89

ББК 53.59

Серия «Здоровый образ жизни и долголетие»

Новикова Ирина Викторовна

ЗОЛОТОЙ УС ОТ А ДО Я

Лучшие советы и рецепты

Генеральный директор издательства С. М. Макаренков

Редактор О. Г. Рогов

Художественное оформление: В. Ю. Шумилов

Компьютерная верстка: А. К. Черепанова

Технический редактор Е. А. Крылова

Корректор Е. В. Жмурова

Издание подготовлено при участии ООО «М-Пресс»

Подписано в печать 27.09.2007 г.

Формат 84×108/32. Печ. л. 2,0. Тираж 12 000 экз.

Адрес электронной почты: info@ripol.ru

Сайт в Интернете: www.ripol.ru

ООО Группа Компаний «РИПОЛ классик»
109147, г. Москва, ул. Большая Андроньевская, д. 23

© ООО Группа Компаний «РИПОЛ
классик», 2007

ISBN 978-5-7905-4684-6

ВВЕДЕНИЕ

С давних пор травы широко используются для лечебных целей. Ученые изучали и продолжают изучать целебные свойства многих растений, в том числе давно известных.

В настоящее время интерес к фитотерапии очень вырос. Это связано с тем, что, как выяснилось, растения содержат целый комплекс биологически активных веществ, оказывающих благотворное влияние на организм.

Особенной популярностью среди множества гомеопатических средств пользуется золотой ус. Препараты каллизии, состоящие из природных компонентов, хорошо переносятся организмом и практически не имеют побочных эффектов по сравнению с синтетическими препаратами. Хотя свойства золотого уса пока еще мало изучены, он действительно может вылечить от многих заболеваний. Конечно, панацеи от всех болезней не существует, однако именно это растение помогло многим людям.

Золотой ус окутан тайной, так как ему приписывают почти волшебные целительные свойства. В данной книге мы подробно расскажем об этом чудесном растении, о том, как его выращивать и как применять при различных заболеваниях.

Золотой ус принимают внутрь и используют наружно при ожогах, ангине, астме, гастрите, гипертонии, сахарном диабете и многих других заболеваниях.

Что такое золотой ус

Прежде чем лечиться золотым усом, нужно знать, что представляет собой это растение. Нередко золотой ус сравнивают и даже путают с дихоризандрой. Это происходит потому, что люди получают информацию из недостоверных источников. В результате многие начинают лечиться препаратом, изготовленным в домашних условиях из растения, которого они в глаза не видели, и даже не знают его точного названия.

Золотой ус и дихоризандре действительно относятся к одному семейству, однако другой связи между ними не существует. «Золотой ус», «домашний женшень», «дальневосточный ус», «венерин волос» — это названия одного и того же растения, научное название которого «каллизия душистая». Для того чтобы не ошибиться в названии растения, лучше всего пользоваться латинским названием — *«Callisia fragrans»*.

Каллизия и дихоризандре относятся к семейству коммелиновых, так же как и с давних пор применяемые в нетрадиционной медицине традесканция и зебрина. Это многолетние, иногда однолетние растения, которые произраста-

ют в тропических и субтропических поясах Америки, Азии, Африки и Австралии. Сначала ими заинтересовались как декоративными культурными растениями, а затем уже обратили внимание на лечебные свойства этих растений. Золотой ус отличается от своих родственников прежде всего внешним видом. Он напоминает кукурузу и единственный среди коммелиновых имеет усы — сиреневатые побеги с розетками листьев на концах.

Всего в природе существует 12 видов каллизии душистой, которые произрастают в тропиках Южной и Центральной Америки.

Это растение впервые было описано в 1840 г. и получило название *«Spironema fragrans»*. Название «каллизия душистая» происходит от греческого *kallos* — «красивый» и *lis* — «лилия». Так назвал растение английский ученый Р. Е. Ватсон в 1942 г.

В естественной среде обитания каллизия душистая представляет собой многолетнее травянистое растение, высота которого достигает 2 м. Она имеет крупные очередные продолговато-ланцетные листья длиной 20–30 см и шириной 5–6 см, темно-зеленого цвета. От прямостоячих побегов отходят горизонтальные побеги, так называемые усы. Они имеют недоразвитые листья и заканчиваются розетками молодых листьев. Цветки каллизии небольшого размера, собранные в верхушечные свисающие соцветия, обладают приятным гиациントовым запахом. Родина каллизии — Мексика.

Целебные свойства золотого уса

На изучение состава лекарственных растений и их влияния на организм человека уходят годы и усилия специалистов разных отраслей медицины. Например, только на изучение каланхое ушло 8 лет, а затем еще 7 лет на то, чтобы фармкомитет Минздрава СССР подтвердил его ценность и разрешил применение сока и мази на его основе в медицинской практике.

Что касается золотого уса, его целебные свойства были известны уже давно. Коренные жители Мексики называли его «растение-папук» из-за побегов-усов, напоминающих раскинутые паучьи лапки, и широко использовали его удивительное ранозаживляющее свойство. Каллизию использовали местные знахарки для лечения ран и даже укусов животных. Для этого использовались листья растения, которые измельчали или толкли в ступе и прикладывали к пораженным участкам кожи.

В настоящее время лекарственные свойства золотого уса все еще изучаются. В России этим занимаются ученые кафедры биологии СПбГПУ им. А. И. Герцена.

Специалисты предупреждают, что это растение не является универсальным лекарством, однако многие схемы применения препаратов из каллизии уже одобрены и приняты официальной медициной.

Как говорилось выше, золотой ус относится к семейству коммелиновых, целебные свойства

которых начали изучать очень давно. Эти исследования были начаты в Америке, в Гарвардском университете, и в Канаде. В ходе исследования лекарственных растений Мексики ученые определили, что в соке каллизии содержится множество биологически активных веществ, оказывающих благотворное влияние на организм человека. Некоторые из них даже убивают раковые клетки. К сожалению, научные исследования еще не закончены, они продолжаются и в настоящее время.

В России каллизией душистой заинтересовались в 80-х гг. прошлого века. Тогда же учеными Иркутского медицинского института под руководством профессора Семенова были начаты исследования. При изучении каллизии, которое продолжается до сих пор, стало известно, что лечение этим растением имеет как достоинства, так и недостатки. Прежде всего выяснилось, что при длительном употреблении внутрь препаратов на основе золотого уса происходит повреждение голосовых связок, в результате чего голос садится. Последующее восстановление голосовых связок происходит с трудом.

В соке каллизии содержатся биологически активные вещества из группы флавоноидов (флавонолов) и стероидов (фитостероидов), которые обладают противоопухолевой активностью, спазмолитическим, антиоксидантным, диуретическим действием.

Сок каллизии содержит такие флавоноиды, как кверцетин и кемпферол. Кверцетин вместе

с другими биологически активными соединениями обеспечивает способность золотого уса бороться с онкологическими заболеваниями. Он оказывает кровоостанавливающее действие. Его применяют при маточных кровотечениях, а также при аллергических заболеваниях, геморрагических диатезах, ревматизме, нефрите, гипертонии, кори, скарлатине, сыпном тифе.

Кемпферол обладает противовоспалительным и диуретическим действием, тонизирует, укрепляет капилляры, выводит из организма соли натрия.

Стероиды, содержащиеся в каллизии, выполняют функцию биологических регуляторов. К ним относят витамин D, желчные кислоты, стероидные гормоны. Бета-ситостерол оказывает антисклеротическое, противоопухолевое и антибактериальное действие. Его применяют при нарушении обмена веществ, болезнях эндокринной системы, простатите, аденоме простаты.

Кроме того, лечебные свойства золотого уса обусловлены наличием важных для организма элементов: хрома, никеля, железа, меди. Эти металлы повышают фармакологическую ценность каллизии. Известно,

Флавоноиды представляют собой соединения, которые являются пигментами и дубильными веществами. Они обладают антисептическим действием и Р-витаминной активностью.

Золотой ус является очень ценным источником витамина D, его прием практически исключает передозировку и возможность возникновения побочных действий, которые неизбежны при длительном и неконтролируемом приеме синтетических витаминных препаратов.

например, что при сахарном диабете снижается содержание меди в крови, поэтому прием золотого уса просто необходим. При анемиях различного происхождения и хронической коронарной недостаточности снижается концентрация в крови никеля, следовательно, при этих заболеваниях потребность в нем возрастает.

В деятельности всех живых организмов важную роль играет железо. Оно является основным структурным компонентом гемоглобина. Нехватка железа приводит к развитию тяжелой анемии и других болезней крови. Золотой ус, как показали последние исследования, способен накапливать большое количество этого элемента.

Недостаточное или избыточное поступление микроэлементов с продуктами питания и водой может привести к развитию у человека тяжелых нарушений обмена веществ, называемых микроэлементозами.

Хром является своеобразным помощником инсулина в организме человека и регулирует уровень сахара в крови. Поэтому он препятствует развитию атеросклероза и сердечно-сосудистых заболеваний.

Таким образом, золотой ус действительно является «золотым» из-за большого количества биологически активных веществ и необходимых элементов. По результатам исследований ученых Химико-фармацевтической академии, наибольшее их содержание наблюдается в боковых побегах каллизии.