

ПОЛЕЗНЕЕ, ЧЕМ ЖЕНЬШЕНЬ

Григорий Михайлов

ТАЙНЫЕ РЕЦЕПТЫ РУССКИХ ЗНАХАРЕЙ

ШИПОВНИК

ОБЛЕПИХА

ЧЕРНОПЛОДНАЯ
РЯБИНА



Полезнее, чем женьшень

Григорий Михайлов

**Тайные рецепты русских
знахарей. Шиповник,
облепиха, черноплодная
рябина. От 100 болезней**

«АСТ»

2014

Михайлов Г.

Тайные рецепты русских знахарей. Шиповник, облепиха, черноплодная рябина. От 100 болезней / Г. Михайлов — «АСТ», 2014 — (Полезнее, чем женьшень)

Автор множества книг о целебных растениях, в том числе – бестселлера «Целительные свойства имбиря», Григорий Михайлов делится с читателями чудесными рецептами из своей коллекции! Целебные свойства шиповника, облепихи и черноплодной рябины – неоспоримый факт, доказанный как народной, так и официальной медициной! Эти ягоды применяют при снижении иммунитета, простудных и воспалительных заболеваниях, болезнях органов пищеварения, почек и мочевыводящих путей, камнях в почках, мочевом пузыре, ожирении, ожогах и поражениях кожи, трофических язвах и других заболеваниях. Самое замечательное, что все эти средства доступны, просты в применении, безопасны, проверены веками, универсальны. Настоящее издание не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.

© Михайлов Г., 2014

© АСТ, 2014

Содержание

От автора	7
Прежде, чем вы начнете читать дальше...	9
Шиповник – дикая роза, дарующая здоровье	11
Шиповник – романтика, красота и польза	11
Долгая история шиповника	12
Как выглядит шиповник	13
Где растет шиповник	13
Чем полезен шиповник	14
Шиповник – лекарь	15
Какие болезни лечат шиповником	15
Шиповник в народной медицине	16
Шиповник в официальной медицине	17
Масло шиповника и его чудесные свойства	18
Показания и противопоказания	18
Рецепты лекарственных средств из шиповника	20
Витаминные сборы с плодами шиповника	20
Настой плодов шиповника	20
Настой сбора с плодами шиповника 1	20
Отвар сбора с плодами шиповника 1	21
Отвар сбора с плодами шиповника 2	21
Настой сбора с плодами шиповника 2	21
Отвар сбора с плодами шиповника 3	21
Общеукрепляющие сборы с плодами шиповника	22
Настой сбора с плодами шиповника при анемии (малокровии)	22
Настой сбора с плодами шиповника при фурункулезе	22
Настой сбора с плодами шиповника при астении (слабости)	22
Заболевания сердца и сосудов	23
Спиртовая настойка плодов шиповника при атеросклерозе	23
Настой сбора с плодами шиповника при гипертонии	23
Настой сбора с плодами шиповника при гипертонии	23
Настой сбора с плодами шиповника при гипертонии	24
Настой сбора с плодами шиповника при атеросклерозе	24
Настой сбора с плодами шиповника при атеросклерозе	24
Заболевания глаз	25
Настой сбора с плодами шиповника при катаракте	25
Настой сбора с лепестками шиповника при конъюнктивите	25
Отвар сбора с плодами шиповника при нарушении сумеречного зрения (куриная слепота)	25
Отвар сбора с плодами шиповника при блефарите	26
Отвар сбора с плодами шиповника при ячмене	26

Заболевания органов пищеварения	26
Настой сбора с плодами шиповника при гастрите	26
Отвар плодов шиповника при гастрите	27
Настой сбора с корнями шиповника при гастрите	27
Отвар сбора с плодами шиповника при гастрите с пониженной кислотностью	27
Настой сбора с корнями шиповника при гепатите	28
Отвар корней шиповника при гепатите	28
Отвар из семян шиповника при диарее	28
Конец ознакомительного фрагмента.	29

Григорий Михайлов

Тайные рецепты русских знахарей. Шиповник, облепиха, черноплодная рябина. От 100 болезней

© Михайлов Г., 2014

© ООО «Издательство АСТ», 2014

Книги Г. Михайлова – замечательные грамотные пособия для тех, кто хочет быть всегда здоровым, прожить долгую и активную жизнь и средства для этого черпать в бездонных кладовых Матушки-Природы.

Роза В., Владивосток

Уважаю автора за то, что он не одобряет самолечение и не предлагает «исцелить все болезни» какими-то сомнительными средствами (что, к сожалению, совсем не редкость в наши дни), а призывает к разумному подходу, общению с лечащим врачом и грамотному использованию природной помощи.

Сергей К., Москва

В этой книге очень понравилось то, что автор не только приводит рецепты для лечения различных заболеваний, но и предлагает множество рецептов для приготовления вкусных и полезных блюд. Так мы можем использовать наши любимые ягоды в своем ежедневном меню, делая его разнообразным и полезным!

Светлана Т., Самара

Ценю книги Михайлова за то, что они посвящены не просто полезным природным средствам, а средствам, доступным даже нам, пенсионерам.

Ольга Марковна, Санкт-Петербург

Чудесная книга для тех, кто не хочет «работать на аптеку», а намерен укреплять здоровье при помощи естественных, веками проверенных и эффективных средств!

Иван Р., Оренбург

Я болел долго и тяжело и, по прогнозам врачей, должен был провести остаток жизни в обнимку с целой кучей лекарств. Но когда мне попали в руки книги Михайлова, я понял, что нельзя сдаваться и опускать руки. Ведь в «зеленой аптеке» нашей Природы есть средства от всех недугов! Медленно, но верно я иду к победе над своей болезнью – уже сейчас врачи отменили половину назначенных мне препаратов, а я чувствую себя бодрее, чем десять лет назад, еще до заболевания. И я уверен, что еще через несколько лет я забуду о посещениях больниц!

Андрей С., Краснодар

От автора

Отзывы читателей на мои книги «Целительные свойства имбиря», «Три великих целителя. Имбирь, хвоя, мумие», «Цикорий – великий целитель» убеждают меня, что интерес к народной медицине, к знаниям о целебных свойствах растений, окружающих нас, стремление научиться *грамотно, безопасно* использовать эти свойства для избавления от самых разных заболеваний, этот интерес огромен! В своих письмах читатели просят меня поделиться с ними сведениями и о других целебных растениях из моей «коллекции», растениях, которые **доступны** каждому из нас, **просты** в использовании и **безопасны**. И я это делаю с большим удовольствием! Моя новая книга посвящена уникальным природным лекарствам, чудо-ягодам – шиповнику, черноплодной рябине и облепихе.

Я всегда утверждал, и буду утверждать – кладовые природы неисчерпаемы! В ее «сундуках» хранятся настоящие сокровища. Но мы, к сожалению, очень мало знаем о них, хотя эти знания очень пригодились бы нам. Ведь жители современных городов, особенно крупных, весьма подвержены заболеваниям, и это неудивительно. Скученность населения повышает вероятность эпидемий, бешеный ритм жизни приводит к постоянным стрессам. Высокая степень загрязнения воздуха и воды, неправильное питание и некачественные продукты – основа нарушения нормальной жизнедеятельности человеческого организма. Лекарственное лечение болезней зачастую приводит к аллергическим расстройствам и другим неприятным последствиям – одно лечим, другое калечим.

На столь неприглядном фоне существование человека требует возвращения к природе в любом доступном виде! Да, можно отправиться в путешествие к морю, в джунгли или в тайгу, можно проводить выходные и отпуска в деревне или на даче. Но это будут только временные меры, ведь потом мы снова вернемся к привычной жизни.

Еще один важный шаг к природному естеству – использование целебных растений. Впуская их в свою жизнь, мы обретаем силу противостоять напору цивилизации. Повседневная помощь природы делает человека сильнее, укрепляет его иммунитет и нервную систему, дополняет питание витаминами, антиоксидантами и необходимыми минеральными веществами.

Шиповник, черноплодная рябина и облепиха – известные растения, испокон веков любимые нашим народом, что неудивительно. Они неприхотливы, широко распространены и наделены огромным целительным потенциалом.

Все ягоды – источник витаминов, прежде всего аскорбиновой кислоты, антиоксидантов и минеральных веществ, именно поэтому они обеспечивают правильную работу обмена веществ, укрепляют иммунитет. В то же время, они содержат и многие другие вещества, способные помочь в лечении болезней.

Шиповник незаменим при лечении простудных заболеваний, эпидемий вирусных инфекций. Он очень эффективен при заболеваниях печени и почек, особенно связанных с образованием камней. Шиповник улучшает работу поджелудочной железы, восстанавливает эластичность кровеносных сосудов, укрепляет сердце, помогает заживлять раны, благодаря чему используется в лечении многих кожных заболеваний.

Черноплодная рябина нормализует артериальное давление, регулирует содержание холестерина в крови, снимает спазмы сосудов и мускулатуры. Она полезна при заболеваниях щитовидной железы, пищеварительной системы, стимулирует работу печени, но самое важное – благодаря высокому содержанию пектина она выводит из организма тяжелые металлы и радионуклиды.

Облепиха поражает воображение своими способностями лечить разнообразные заболевания кожи и слизистых оболочек – это ожоги и лучевые поражения, язвенные болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Она применяется для лечения женской репродуктивной системы, онкологических заболеваний. Ее способность повышать устойчивость человеческого организма к воздействию внешней среды поистине бесценна.

Эти чудесные ягоды способны поддерживать человеческий организм в тонусе, дарить ему стабильное здоровье при регулярном употреблении, излечивать от болезней, если таковые все же случились.

Их возможности укрепления человеческого организма настолько велики, что они могут не только дополнять назначенные врачом препараты, но и самостоятельно защищать человека от болезней! А ведь профилактика заболеваний – вряд ли кто-то будет утверждать обратное – намного приятнее их лечения! Использование в своем рационе во всех возможных видах плодов шиповника, черноплодной рябины и облепихи дает возможность жить полноценной здоровой жизнью, не отвлекаясь на разнообразные недуги.

Обязательно стоит сказать, что лекарственные возможности шиповника, черноплодной рябины и облепихи используются не только народной медициной, они признаны и медициной официальной. Вы всегда сможете купить препараты этих растений в аптеках.

Надеюсь, вы уже смогли убедиться в поразительной силе воздействия этих растений. Именно поэтому мне кажется необходимым рассказать о них все, что мне известно, чтобы вы, уважаемые читатели, могли воспользоваться этими знаниями для укрепления своего здоровья, лечения, если таковое (не приведи, Господи!) потребуется – в общем, для того, чтобы вы могли быть всегда здоровыми.

Прежде, чем вы начнете читать дальше...

... я хочу немного рассказать вам о том, как правильно применять растительные препараты для лечения различных заболеваний.

Это вовсе не означает, что вы сможете лечиться ими по своему разумению. Напротив, я как всегда хочу напомнить вам, что полноценное лечение должно всегда начинаться с посещения врача.

Почему? Разве нельзя прочитать хотя бы вот эту книжку про целебные ягоды и лечиться самостоятельно?

Рассудите сами.

Фитотерапевты утверждают, что на начальных стадиях заболевания вполне возможно обойтись без синтетических лекарств, достаточно скорректировать питание, включив в него полезные продукты, и добавить растительные препараты.

Да, это действительно так.

Но чтобы не дать заболеванию развиваться дальше и перейти в более тяжелую стадию, сначала нужно поставить правильный **диагноз**. И здесь без врача никак не обойтись – многие симптомы разных болезней бывают схожими, а некоторые диагнозы можно поставить только после сдачи разнообразных анализов и проведения приборных исследований.

Обычно лечение травами и травяными сборами начинают с растений более мягкого действия, а в случае, когда оно не очень эффективно, назначают уже сильнодействующие растительные препараты, и только если и они не помогают, уже тогда врач подключает к лечению и синтетические лекарства.

Да, при некоторых заболеваниях невозможно поправить здоровье без применения серьезных продуктов фармацевтической промышленности. В таких случаях растительные препараты выступают в качестве дополнительного лечения. И не только лечения – многие растения способны снизить токсическое воздействие химических препаратов на организм, защитить от их побочного влияния, избежать вреда для здоровых органов, чтобы не получилось, что одно лечим, другое калечим.

И в этой ситуации без врача никуда – он подскажет, какие именно растения лучше всего использовать в случае вашего заболевания, а каких стоит избегать. Ведь некоторые растительные средства могут быть противопоказаны при отдельных заболеваниях. Возьмем, к примеру, те самые ягоды, о которых я буду рассказывать в этой книге. Шиповник широко применяется при заболеваниях печени и желчевыводящих путей, а, скажем, облепиха при этих же самых заболеваниях категорически запрещается.

А вот когда заболевшие органы подлечиваются при помощи химических лекарств, растительные препараты могут и должны заменить их, чтобы привести вас к окончательному выздоровлению. Но опять же только врач подскажет вам, когда можно прекратить прием назначенных лекарств и заменить их целебными растениями.

Во время лечения лекарственными растениями – а оно может длиться при некоторых заболеваниях годами – курс приема того или иного препарата или сбора не должен превышать 4–5 недель. Дело в том, что происходит привыкание организма к тем или иным средствам, поэтому для сохранения лечебного эффекта необходимо делать перерывы в лечении.

Это вовсе не обозначает, что на этот период нужно прекращать лечение. Это значит, что следует изменить состав лекарственного сбора, которым вы пользовались, частично или полностью, а после перерыва можно будет снова начинать принимать первоначальное лекарство.

Чтобы не навредить себе, в этой ситуации тоже обязательно консультируйтесь с врачом.

Надеюсь, мне удалось убедить вас, что лечиться самостоятельно, в том числе и лекарственными растениями, в случае серьезных заболеваний без участия хорошего грамотного врача невозможно.

Именно поэтому во всех своих книгах я не забываю напоминать читателям о необходимости консультаций с врачами. Во всех областях жизни специалисты лучше остальных знают, как правильно сделать то или иное дело. Механик лучше меня знает, как отремонтировать мой автомобиль, что именно в нем поломалось. А ведь человеческий организм намного, несравненно сложнее автомобиля, а поломки в нем намного опаснее.

Поэтому читайте книгу, узнавайте много интересного о целебных чудо-ягодах, и помните – ваше здоровье в ваших руках.

Шиповник – дикая роза, дарующая здоровье

Шиповник – романтика, красота и польза

На Балканах, где традиционно высоко ценятся розы, им с давних времен приписывают защитные мистические свойства. При крещении ребенка в воду кладут ветки шиповника, чтобы его колючки дали младенцу защиту от болезней и злых сил.

Некоторые вещи, с которыми человек знакомится в самом раннем детстве, восхищают его настолько, что он всю жизнь испытывает к ним самое трепетное отношение. Для меня это как раз шиповник. Его неброская, но завораживающая красота, чудный аромат ярких цветов до сих пор волнуют меня, оживляя детские воспоминания. Думаю, те же самые чувства испытывают многие люди, недаром заросли шиповника украшают наши города и поселения.

Шиповник сопровождает человечество на протяжении всей его долгой истории. Любовь к нему, желание вдыхать его аромат, созерцать пышное цветение привели к возникновению многочисленных сортов роз. Все известные ныне розы – парковые, садовые, плетистые, масличные, миниатюрные, крупноцветковые, многоцветковые – все они «дети» шиповника, давшего им свое имя.

Латинское название рода шиповник – *Rosa*. Известно более сотни видов только дикого шиповника, а его культурных сортов – более десяти тысяч, по некоторым подсчетам человечество за всю свою историю вывело почти пятьдесят тысяч сортов роз.

Некоторые из них по-прежнему напоминают шиповник – пышные кусты, покрытые многочисленными ароматными цветками. Некоторые настолько отделились от своего предка, что даже совсем не напоминают его. Разнообразие сортов роз поражает воображение. Размер их цветков изменяется от самых маленьких до очень больших, количество лепестков меняется от пяти до нескольких десятков, а уж говорить о невероятном спектре их расцветок и вовсе бессмысленно – не хватит эпитетов. Всем знакомы розы белые, желтые, оранжевые, розовые, светло-красные и темно-красные, бордовые, почти черные...

Но розы выращивают не только ради красоты их цветов, но и для использования их аромата в парфюмерии. Розовое масло добывается из лепестков масличных сортов роз, оно дорого, что совсем неудивительно – для получения одного килограмма розового масла требуется три тонны розовых лепестков. Кстати, сейчас выведены сорта масличных роз, которым присущ необычный запах, они благоухают экзотическими ароматами фруктов, пряностей и благовоний.

И все же вернемся к дикому шиповнику. Конечно же, его внешность на фоне пышно цветущих и душистых потомков может показаться невзрачной. Но не стоит забывать, что вся их роскошь, вся их полезность идет от самого шиповника. И всю свою историю человечество использовало ее в своих целях. Да, им украшали свое существование, его использовали в парфюмерных и косметических целях, в кулинарии и, конечно же, в лечении болезней.

Несмотря на долгую, насчитывающую многие тысячелетия историю совместного существования человека и шиповника, польза его по-прежнему осталась при нем, и о ней я с большим удовольствием расскажу в дальнейшем.

Долгая история шиповника

В Древнем Риме с I века н. э. в середине мая, когда расцветали розы, отмечали их праздник – Розалии. В этот день люди поминали умерших и возлагали розы на их могилы.

Вы даже представить не сможете, насколько древним является шиповник – он немногим моложе динозавров. Палеоботаники обнаружили его отпечатки в отложениях третичного периода, около 25 миллионов лет до нашей эры, еще до возникновения человечества.

Похоже, человек стал использовать шиповник в своем питании достаточно давно. Археологические раскопки показали, что уже в палеолите – то есть во времена самых первых людей, когда они только начали пользоваться каменными орудиями, плоды шиповника уже входили в их рацион.

До нас дошли и легенды о шиповнике, и старинные записи о его лечебных свойствах. В Древнем Египте розы разводили в садах, украшали розовыми венками мумии властителей. Много позже египетская царица Клеопатра использовала для сохранения своей красоты розовое масло и розовую воду.

Древние греки считали, что роза появилась благодаря страданиям богини любви Афродиты. Узнав о гибели Адониса, ее возлюбленного, она в порыве горя бросилась в лес, не разбирая дороги. Колючие кусты царапали ее кожу, кровь капала на ветви кустарников, и из ее капель возникали красные бутоны цветов. Неудивительно, что древние греки, а за ними и древние римляне посвящали розу своим богиням любви.

В мифологии древних германцев и скандинавов рассказывается история о Брунгильде, валькирии, нарушившей запрет не вмешиваться в ход битвы героев. Она помогла одному из двух соперничающих королей выиграть бой, за что верховный бог Один погрузил ее в вечный сон, положив ей под голову веточку дикой розы с ядовитыми шипами.

Вообще стоит помнить, когда древние мифы и даже средневековые истории повествуют о розах, речь идет именно о шиповнике, настоящие сортовые розы появились много позднее. Даже на королевском гербе Англии, который ведет свое начало от войны Алой и Белой роз, можно видеть не пышную розу, а обычный цветок шиповника с пятью лепестками.

Но не только красота шиповника привлекала к себе внимание людей. Уже в глубокой древности люди знали о его целебных свойствах. Свежими растертыми листьями лечили разнообразные кожные заболевания, в том числе и воспалительные. От опухолей избавлялись при помощи компрессов из отваренных лепестков. Нервное возбуждение, головную боль рекомендовали снимать, вдыхая запах цветов.

На Руси при Иване Грозном содержались за казенный счет специальные сборщики, которые собирали шиповник (в те времена он назывался *своробориной*) для поддержки армии в боеспособном состоянии – пастой из растертых плодов лечили раны. Крестьянам предписывалось платить подати в казну цветами и плодами дикой розы. Монахам же вменялось в обязанность делать запасы шиповника в монастырях для лечения болящих.

В наше время шиповник широко используют для озеленения населенных пунктов и производства лечебных препаратов и косметических средств. Основное сырье для витаминных заводов – плоды шиповника, поэтому во многих странах шиповник разводят на промышленных плантациях. Чаще всего выращивают шиповник морщинистый – это наиболее крупноплодный вид, и шиповник майский или коричный.

Как выглядит шиповник

Куст шиповника, если позволяют обстоятельства, может жить очень долго – несколько сотен лет. Самый старый в Европе экземпляр шиповника собачьего растет в Германии. Толщина его ствола – около пятидесяти сантиметров в диаметре, а высота – около тринадцати метров. Считается, что его возраст может достигать тысячи лет.

Шиповник относится к семейству Розовые порядка Розоцветные – как видите, именно он дал имя одному из самых разнообразных и многочисленных систематических подразделений. Ботаники признают в настоящее время сто сорок видов шиповника, произрастающих во всем мире. В России и на территории бывшего СССР насчитывают от ста до ста пятидесяти видов, из которых шестьдесят – эндемики.

Самый известный благодаря широкому использованию и в то же время самый распространенный – **шиповник майский** (*Rosa majalis*), его же называют шиповником **коричным** (*Rosa cinnamomea*). Собственно, именно о нем мы и будем говорить в дальнейшем, хотя есть еще несколько видов шиповника, также растущих в наших лесах – **собачий** (*Rosa canina*) и **морщинистый** (*Rosa rugosa*). Вообще шиповники довольно легко переопыляются, поэтому очень часто в природе встречаются их гибриды.

Эти виды шиповника – многолетние листопадные кустарники, способные вырасти в высоту до двух метров. Ветки покрыты твердыми изогнутыми шипами и мелкими шипиками. Листья шиповника гладкие или морщинистые, в зависимости от вида, их черешки опушены мелкими волосками. Крупные пятилепестковые цветки с приятным ароматом растут поодиночке, иногда по два-три вместе, их цвет может изменяться от бледно-розового до темно-красного. Шиповник для защиты пыльцы от намокания закрывает свои цветы на ночь и перед дождем, а днем поворачивает их вслед за солнцем. Цветет шиповник с мая по июль, а иногда в длинную, затяжную осень можно наблюдать его повторное цветение.

Плодоносить шиповник начинает на второй-третий год жизни, его плоды созревают с августа по сентябрь. Их форма различна – у некоторых видов она шаровидная, у некоторых вытянута в длину, красно-оранжевого цвета. Внутренняя поверхность плода покрыта многочисленными жесткими щетинками-волосками, между которыми располагаются твердые плодики-орешки. Урожайность шиповника изменяется от года к году, обычно она увеличивается каждый третий-пятый год.

Стержневой корень шиповника прорастает в почве до глубины примерно пяти метров, более мелкие многочисленные корни длиной до тридцати сантиметров пронизывают землю вокруг куста, надежно закрепляя его. От куста отходят корневища, способные дать начало новым кустам, в результате шиповник очень часто образует густые непроходимые заросли.

Где растет шиповник

Надо сказать, что шиповники растут по всему миру, предпочитая умеренные и субтропические широты. В Европе шиповник растет везде, от Средиземноморья до Полярного круга. Самый распространенный вид – **шиповник собачий**.

Поговорки многих народов гласят, что нет розы без шипов. И все-таки в горах Центральной Европы обитает шиповник альпийский или поникший, у которого гладкая кора, и нет ни одного шипа. Его крупные цветы сидят на длинных цветоножках, которые опускаются вниз – поникают – под тяжестью плодов.

В субтропиках Европы, Азии и Африки встречаются не только кустарниковые виды шиповника, но и лианы, как листопадные, так и вечнозеленые, с цветками и красными, и белыми, и желтыми, собранными обычно в метельчатые соцветия. В Америке насчитывают несколько собственных видов шиповника, правда, растений с желтыми цветами там не встречается. Прижились там и завезенные колонистами европейские шиповники. Завезен шиповник и в Новую Зеландию и Австралию, где считается сорным растением.

Широкому распространению шиповника способствует его неприхотливость, он легко переносит морозные зимы, недостаток воды, способен расти на самых неплодородных почвах, хотя избегает совсем сухие или, наоборот, заболоченные почвы. В лесу он редко образует заросли, но на вырубках и опушках легко разрастается, занимая свободные места. Несмотря на свою засухоустойчивость, шиповник все-таки предпочитает жить поблизости от воды, образуя заросли вдоль рек, по берегам озер или на морском побережье.

Чем полезен шиповник

Между прочим, наши предки не только любовались и лечились шиповником или употребляли в пищу. В отваре плодов шиповника окрашивали в яркий оранжевый цвет ткани.

Шиповник издавна был известен своей пользой для здоровья. Наши предки понятия не имели о витаминах, но собирали его плоды, зная, что они помогают при многих болезнях. Это и неудивительно, ведь среди всех дикорастущих растений именно шиповник содержит едва ли самое большое количество **аскорбиновой кислоты** или **витамина С**. Его содержание в десятки раз выше, чем, скажем, в черной смородине или даже лимоне, настолько, что горсть плодов способна обеспечить суточную норму для взрослого человека. В плодах содержатся и другие витамины – **В₁, В₂, В₆, К, Е, Р, РР**, а также **каротин, провитамин А**.

Химический состав плодов шиповника включает в себя **углеводы, белки и жиры, аминокислоты, пищевые волокна, пектин, дубильные вещества, органические кислоты, эфирные масла, флавоны и антоцианы, макро– и микроэлементы – железо, цинк, кобальт, медь, хром, молибден, калий, кальций, магний, марганец**.

Полезные вещества содержатся не только в плодах шиповника, но и в его ветвях, листьях и корнях. Семена шиповника богаты целительными маслами, а лепестки – эфирным розовым маслом и воском. Листья также богаты витамином С и каротиноидами. В корнях содержится комплекс дубильных веществ, флавоноидов и катехинов.

Шиповник – лекарь

Пожалуй, самое удивительное в шиповнике – лечебное действие имеют все его части, начиная с корней и заканчивая плодами. Его лекарственные свойства издавна применялись многими народами во всем мире, сейчас же шиповник входит в перечень растительных препаратов, применяемых с успехом современной традиционной медициной.

Так вот, этот широко распространенный, привычный, если не сказать – примелькавшийся, обычный шиповник оказывается, не так-то и прост. Да, он прекрасен во время цветения, да, в нем много витаминов, все это знают. А вот насколько он полезен, какими невероятными силами обладает это обыденное растение, знают, пожалуй, немногие, хотя следовало бы знать о нем всем, кто заботится о своем здоровье.

Именно к этому я и стремлюсь – мне хочется, чтобы как можно больше людей знали о волшебном воздействии шиповника на человеческий организм. Ведь он способен не только лечить больных, но и защищать здоровых от наступления болезней. И ладно бы, растение было каким-нибудь заморским и оттого недоступным. Нет, вот он, драгоценный шиповник, растет под самым боком! Берите и пользуйтесь.

Известно много рецептов народной медицины, применяющей шиповник в лекарственных сборах при разных болезнях. Но тем, кто не привык возиться с травами или просто не имеет времени на такие способы лечения, поможет благосклонное отношение официальной медицины к шиповнику и возможность приобрести его препараты в любой аптеке.

И перед тем, как я начну рассказывать о потрясающих свойствах шиповника – а вы точно удивитесь, познакомившись с ним поближе, – так вот, хочу повторить свое предупреждение насчет самолечения. Берегите себя, не бросайтесь лечиться новым привлекательным средством. Сходите сначала к врачу, обсудите с ним состояние своего здоровья, выясните, нет ли у вас противопоказаний к приему препаратов шиповника. И только после этого можете спокойно применять шиповник для своего лечения или в пищу. Помните – даже варенье из шиповника является лекарством!

Какие болезни лечат шиповником

Современные исследования ученых указывают на поразительную способность шиповника воздействовать на человеческий организм на генном уровне, активировать работу гена, отвечающего за воспроизводство коллагена, необходимого для здоровья и сохранения молодости кожи, соединительных тканей, суставов.

Корни шиповника в виде отваров используются для помощи при расстройствах **желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистых болезнях**, в том числе **гипертонии и атеросклерозе**. Хорошо они помогают при болезнях, вызванных образованием **камней в почках и желчном пузыре**. Используются корни и как **противоглистное средство**. Ванны с отваром корней облегчают состояния при **ревматизме и параличах, мышечной слабости**.

Отвар ветвей шиповника применяется в качестве вяжущего средства при **желудочных расстройствах и диарее (поносе)**, облегчает колики, смягчает болезненность при **радикулите**.

Настои лепестков шиповника хороши для промывания глаз при **конъюнктивитах**. Отвары используются в качестве источника витаминов, из них получается отличное средство для полоскания горла при **простуде**.

Плоды шиповника – неиссякаемый источник витаминов, поэтому они являются первым средством лечения от весенних **гиповитаминозов**. Высокое содержание в плодах железа позволяет излечиваться от **анемии (малокровия)**. Препараты из плодов шиповника рекомендуются при **острых и хронических инфекциях**, как средство восстановления **после операции, тяжелых травм**.

Они показаны при лечении **инсультов, заболеваний дыхательных органов, в том числе воспаления легких**. Воспалительные заболевания почти всех систем органов человека – **мочевыделительной, репродуктивной, пищеварительной** хорошо поддаются лечению плодами шиповника.

Вот, смотрите сами – список болезней, которые излечиваются с помощью плодов шиповника. Это гипертония, атеросклероз, гастрит, язвенные болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, трофические, трудно заживающие язвы, гинекологические заболевания. Желчегонная активность плодов шиповника используется при заболеваниях печени – холециститах, холангитах, дискинезиях желчевыводящих путей, гепатитах и циррозе печени. Общеукрепляющие свойства плодов шиповника используются в лечении расстройств сна и других нервных расстройств, в том числе и проблем с потенцией.

Масло семян шиповника полезно при язвенных заболеваниях пищеварительной системы, но особенно важны для лечения глубоких поражений кожи его регенерирующие свойства. Именно поэтому его используют для лечения пролежней, трещин сосков у кормящих матерей, ожогов и лучевых поражений.

Кроме того, масло шиповника широко используется в косметологии для создания кремов и масок, борьбы с растяжками и морщинами. Сами семена обладают желчегонным, мочегонным и противовоспалительными свойствами.

Шиповник в народной медицине

Сейчас многим известно, что плоды шиповника содержат в своем составе антиоксиданты, фитонциды и витамины. Наши предки не обладали такими знаниями, но высоко ценили лечебные свойства шиповника, причем настолько, что меняли на него дорогие ткани и меха.

Наверное, шиповником люди лечились с незапамятных времен. Но только благодаря письменным источникам мы можем точно увериться в этом. Древнегреческие врачи применяли розовые лепестки для лечения нервных расстройств. Вместе с другими лекарственными травами шиповник – лепестки, плоды, листья, корни, масло – использовали для лечения едва ли не всех известных тогда заболеваний: инфекционные болезни, истощение и слабость, болезни желудочно-кишечного тракта, легких, глаз и кожи.

Великий Авиценна прописывал своим пациентам розовое масло для лечения десен и зубов, глазных болезней. В Средневековой Европе женские заболевания и расстройства кишечника лечили винным настоем розовых лепестков. Свежие лепестки с медом применяли при рожистых воспалениях как жаропонижающее, а инфицированные раны пытались вылечить смесью лепестков с уксусом.

В России лекарственные средства из лепестков шиповника применялись при нервных расстройствах, травмах и ожогах, глазных инфекциях, ангинах, болезнях печени, туберкулезе легких.

Отвары из ветвей шиповника и настои из листьев в разных странах использовали для лечения малярии, ревматизма и радикулита, простуды и лихорадок, расстройства желудка и

малокровии. Из коры шиповника готовили рвотные средства, а галлы (наросты на листьях) применялись в лечении зоба.

Использовались народной медициной и корни шиповника. Их отваром лечили болезненные состояния при камнях в почках и желчном пузыре, гипертонию и болезни сердца, почек и селезенки, даже параличи. Им же лечились от дизентерии, и пытались даже использовать при укусах бешеных собак.

Плоды шиповника в виде чаев, отваров и напаров, водных и спиртовых настоев применяли в лечении таких тяжелых заболеваний как тиф, скарлатина, туберкулез легких. Использовали его и для исцеления острых и хронических заболеваний печени, почек, кишечника. Паразитарные свойства масла из семян всегда использовались народной медициной для заживления ран, ожогов, трофических язв и различных дерматитов.

Шиповник в официальной медицине

Шиповник с XVII века применялся для лечения раненых солдат. Вода, полученная при перегонке лепестков, использовалась для пропитки повязок на раны. Для профилактики гангрены обмывали края ран отваром плодов. Раны на голове лечили маслом из семян. А для ускорения выздоровления раненых поили «свороборинной патокой» – отваром плодов.

Мощное целительное воздействие шиповника признается современной медициной, его препараты используются при лекарственном лечении болезней. В арсенал врачей входят сиропы, экстракты, драже и таблетки, отвары плодов шиповника. Прежде всего их назначают при недостатке витамина С, малокровии и истощении. Препараты из плодов шиповника назначаются при нарушениях углеводного обмена, нарушении функций костного мозга, печени, поджелудочной железы.

Медицинская промышленность производит из плодов шиповника несколько препаратов. Это аскорбиновая кислота (витамин С), галаскорбин, сироп из плодов шиповника, масло шиповника, каротоллин, холосас. Шиповник входит и в состав известной противоастматической микстуры Траскова.

Спектр применения **аскорбиновой кислоты** в лечении необычайно широк – его прописывают при авитаминозе С, геморрагических диатезах, инсультах, кровотечениях, инфекциях, интоксикациях (отравлениях) различного характера, гепатитах и циррозе печени, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, кожи, сосудов, а еще при гельминтозах, различных травматических поражениях – от ран и ожогов до переломов костей.

Комплексное соединение солей аскорбиновой и галловой кислот – **галаскорбин** – применяют как наружно, для лечения ожогов, лучевых поражений кожи, так и внутренне – при различных сосудистых нарушениях (диатез, интоксикации, лучевая болезнь и т. п.).

Сироп из плодов шиповника используют для профилактики и лечения гиповитаминоза С и Р. Показано его применение при острых и хронических инфекционных заболеваниях, атеросклерозе, воспалительных заболеваниях почек, язвенных болезнях желудка и двенадцатиперстной кишки, легочных и маточных кровотечениях, нарушениях функции щитовидной железы, воспалительных процессах в органах дыхательной системы.

Масло из семян шиповника – великолепное средство заживления ран и других повреждений кожи. Им лечат трещины сосков у кормящих женщин, используют при пролежнях, трофических язвах, дерматозах и язвенном колите.

Каротоллин – масляный экстракт плодов шиповника – применяется для коррекции нарушений ночного зрения, лечения плохо заживающих ран, при псориазе, иммунодефицитных состояниях, гиповитаминозах А и С, для профилактики болезней в период беременности и грудного вскармливания.

Препарат с сильным желчегонным действием – **холосас** – широко используется в терапии хронических заболеваний печени, желчного пузыря и желчевыводящих путей. Это холецистит, холангит, гепатиты. Применяют его и для восстановления после различного рода интоксикаций – отравлений алкоголем, лекарствами и др.

Кроме этих препаратов, в аптеках и магазинах можно встретить разнообразные травяные **сборы и чаи**, включающие в свой состав шиповник.

Пожалуйста, приобретайте их только после консультации с лечащим врачом!

Масло шиповника и его чудесные свойства

Самое качественное (и дорогое, естественно) масло шиповника производят путем прямого отжима из размолотых семян. Из 100 кг семян таким способом можно получить всего лишь 5 литров масла.

Масло шиповника содержится в его семенах. Готовят его при помощи холодного отжима или горячей экстракции органическими растворителями из высушенных семян. Технология производства шиповникового масла довольно сложна, хотя при желании можно приготовить его и в домашних условиях. Качество такого масла будет ниже, чем изготовленное по всем правилам, поэтому проще приобретать готовое масло шиповника в аптеках.

Цвет масла изменяется в зависимости от химического состава семян, которое, в свою очередь, определяется местообитанием шиповника – оно может быть золотисто-розовым, ярко-оранжевым, даже зеленовато-бурым. Ему свойственны неяркий приятный аромат и горьковатый привкус.

В масле шиповника содержатся насыщенные и ненасыщенные жирные кислоты – линолевая, линоленовая, олеиновая, стеариновая, миристиновая и пальмитиновая. В нем много каротина (провитамин А), токоферолов (витамин Е), много витамина С и микроэлементов – меди, молибдена, стронция.

Шиповниковое масло – великолепное желчегонное средство, поэтому заболевания, связанные с нарушениями желчеотделения и работы печени в целом, облегчаются с его помощью. Также масло помогает при желудочных, сердечно-сосудистых, кожных заболеваниях, оно не только ускоряет заживление ран, но и прекрасно лечит ожоги, даже лучевые поражения. Его применяют как наружно, так и в лечении заболеваний слизистых оболочек рта и верхних дыхательных путей – стоматиты, гингивиты, риниты, ларингиты и фарингиты.

Масло служит хорошим антидепрессантом, облегчает течение нервных расстройств. Особенно широко его применяют в косметологии, оно ускоряет синтез коллагена, и тем улучшает структуру кожи, омолаживает ее, усиливает рост волос, поэтому масло входит в состав многих кремов для лица и рук и других косметических средств. Регенерирующая способность масла шиповника используется для профилактики и избавления от некоторых дефектов кожи, например, растяжек или рубцов.

Показания и противопоказания

Собственно, противопоказаний к приему шиповника как таковых нет, за исключением очень редких случаев индивидуальной непереносимости. Но, принимая препараты шиповника, стоит помнить, что гипervитаминоз, который может образоваться при приеме слишком больших доз этого растения, не менее, а может быть, и более вреден, чем авитаминоз.

Поэтому, если вы используете шиповник без рекомендаций врача, соблюдайте меру, ведь шиповник оказывает сильное воздействие на печень и поджелудочную железу. А уж в случае болезни обязательно проконсультируйтесь с лечащим врачом относительно приема препара-

тов шиповника – при некоторых заболеваниях их стоит избегать. При некоторых же врач сам пропишет их прием.

Рецепты лекарственных средств из шиповника

Из всех частей шиповника готовят отвары, настои, спиртовые настойки и масляные экстракты. При их приготовлении точно соблюдайте рецептуру и порядок применения.

Упомянутый в рецептах шиповник – это шиповник коричный или майский, так как в аптеках продается именно этот его вид. Впрочем, вы вполне можете использовать в этих рецептах и собранный собственноручно дикорастущий шиповник.

Хранить готовые отвары и настои следует в холодильнике не более двух дней, поэтому не стоит сразу готовить их в большом объеме.

Время проведения курса лечения любым растительным препаратом не должен превышать 1 месяца, затем следует сделать перерыв в 2 недели или использовать другой сбор.

Препараты шиповника – сильнодействующие средства. Используйте их для лечения только после консультации с врачом.

Витаминные сборы с плодами шиповника

Витаминные сборы укрепляют общее состояние и тонус организма, повышают иммунитет. Особенно они полезны осенью, когда начинают распространяться инфекционные респираторные заболевания, и весной, когда наше тело испытывает недостаток витаминов.

Большую пользу принесет прием не только препаратов одного шиповника, но и сборов с ним других лекарственных растений, которые более эффективны в комплексе.

Настой плодов шиповника

– 1 столовая ложка плодов шиповника коричневого,

– 1 стакан воды.

Способ приготовления:

Засыпьте в термос плоды шиповника, залейте кипятком и настаивайте 8 часов. Перед употреблением процедите.

Способ употребления:

Принимать по половине стакана настоя 3–4 раза в день перед едой.

Настой сбора с плодами шиповника 1

– 1 столовая ложка сбора из

30 г плодов шиповника коричневого,

20 г листьев крапивы двудомной,

10 г плодов черной смородины,

– 2 стакана воды.

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в термос, залейте кипятком. После настаивания в течение 1 часа процедите.

Способ употребления:

Принимать по половине стакана настоя 3–4 раза в день, при желании с сахаром или медом.

Отвар сбора с плодами шиповника 1

– 1 столовая ложка сбора из
30 г плодов шиповника коричневого,
30 г листьев крапивы двудомной,
10 г ягод брусники обыкновенной,
– 1 стакан воды.

Способ приготовления:

Положите сбор в кастрюлю, залейте кипящей водой и кипятите в течение 10 минут. Закройте крышкой, укутайте или перелейте в термос и настаивайте 4 часа, затем процедите.

Способ употребления:

Принимать отвар по половине стакана 2–3 раза в день.

Отвар сбора с плодами шиповника 2

– 1 столовая ложка сбора из
30 г плодов шиповника коричневого,
30 г листьев крапивы двудомной,
30 г семян моркови посевной,
10 г плодов черной смородины,
– 1 стакан воды.

Способ приготовления:

Положите сбор в кастрюлю, залейте кипящей водой и кипятите в течение 10 минут. Закройте крышкой, укутайте или перелейте в термос и настаивайте 4 часа, затем процедите.

Способ употребления:

Принимать по половине стакана 2–3 раза в день.

Настой сбора с плодами шиповника 2

– 1 столовая ложка сбора из
30 г плодов шиповника коричневого,
30 г листьев крапивы двудомной,
20 г плодов брусники обыкновенной,
– 2 стакана воды.

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в термос, залейте кипятком. После настаивания в течение 1 часа процедите.

Способ употребления:

Принимать по половине стакана настоя 3–4 раза в день, при желании с сахаром или медом.

Отвар сбора с плодами шиповника 3

– 2 столовые ложки сбора из
10 г плодов шиповника коричневого,
10 г листьев смородины черной,
10 г листьев малины обыкновенной,
10 г листьев брусники обыкновенной,
– 2 стакана воды.

Способ приготовления:

Положите сбор в кастрюлю, залейте кипящей водой и кипятите в течение 10 минут. Закройте крышкой, укутайте или перелейте в термос и настаивайте 2 часа, затем процедите.

Способ употребления:

Принимать по половине стакана 2–3 раза в день.

Общеукрепляющие сборы с плодами шиповника

Настой сбора с плодами шиповника при анемии (малокровии)

– 4 столовые ложки сбора из
10 г плодов шиповника коричневого,
10 г травы крапивы двудомной,
10 г листьев люцерны посевной,
10 г травы мяты перечной,
10 г корневища девясила высокого,
10 г створок фасоли обыкновенной,
10 г травы сельдерея душистого,
10 г цветков ромашки аптечной,
– 0,5 литра воды.

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в термос, залейте кипящей водой, настаивайте 2 часа. Перед употреблением процедите.

Способ употребления:

Принимать настой по 1 столовой ложке 3–4 раза в день за 20 минут до еды.

Настой сбора с плодами шиповника при фурункулезе

– 1 столовая ложка сбора из
40 г плодов шиповника коричневого,
40 г корневища аира обыкновенного,
30 г травы зверобоя продырявленного,
20 г корней родиолы розовой,
10 г корней солодки голой,
– 0,2 литра воды.

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в термос, залейте кипящей водой, настаивайте в течение 1 часа.

Способ употребления:

Принимать настой по 1 стакану 3 раза в день после еды.

Настой сбора с плодами шиповника при астении (слабости)

– 3 столовые ложки сбора из
20 г корневища аира обыкновенного,
20 г листьев березы повислой,
10 г травы зверобоя продырявленного,
10 г листьев крапивы двудомной,
10 г плодов укропа пахучего,
30 г травы мяты перечной,

*# 30 г травы полыни горькой,
30 г листьев черники обыкновенной,
30 г плодов шиповника коричневого,
40 г корней одуванчика лекарственного,
40 г травы хвоща полевого,
40 г травы цикория обыкновенного,
50 г травы яснотки белой,
– 0,5 литра воды.*

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в термос, залейте кипящей водой. Настаивайте 30 минут, затем процедите.

Способ употребления:

Выпить настой равными порциями в течение дня.

Заболевания сердца и сосудов

Спиртовая настойка плодов шиповника при атеросклерозе

*– 600 г плодов шиповника коричневого,
– 300 мл водки.*

Способ приготовления:

Измельчите сухие плоды шиповника в кофемолке, засыпьте в бутылку или банку и залейте водкой. Поставьте в темное прохладное место на 14 дней. Регулярно взбалтывайте настойку. Перед употреблением процедите.

Способ употребления:

Принимать по 20 капель настойки с небольшим количеством воды 1 раз в день, в одно и то же время.

Настой сбора с плодами шиповника при гипертонии

*– 1 столовая ложка сбора из
100 г плодов шиповника коричневого,
40 г травы сушеницы топяной,
10 г травы пустырника сердечного,
– 1 стакан воды.*

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в термос, залейте кипятком и настаивайте 1 час, затем процедите.

Способ употребления:

Принимать по половине стакана настоя 2 раза в день, утром и вечером.

Настой сбора с плодами шиповника при гипертонии

*– 1 столовая ложка сбора из
20 г корней шлемника байкальского,
15 г травы пустырника сердечного,
10 г листьев мяты перечной,
15 г травы сушеницы болотной,
15 г плодов шиповника коричневого,
– 1 стакан воды.*

Способ приготовления:

Вечером засыпьте сбор в термос и залейте кипящей водой. Наутро процедите.

Способ употребления:

Принимать настой по половине стакана 3 раза в день перед едой.

Настой сбора с плодами шиповника при гипертонии

– 2 столовые ложки сбора из

60 г плодов шиповника коричневого,

10 г корневища аира болотного,

40 г травы будры плющевидной,

40 г травы кипрея узколистного,

20 г листьев мяты перечной,

40 г листьев подорожника большого,

20 г травы горца птичьего,

– 2 стакана воды.

Способ приготовления:

Вечером засыпьте сбор в термос и залейте кипящей водой. Наутро процедите.

Способ употребления:

Выпить весь настой за день в 3 приема за полчаса до еды.

Настой сбора с плодами шиповника при атеросклерозе

– 1 столовая ложка сбора из

15 г плодов шиповника коричневого,

10 г травы сушеницы болотной,

10 г листьев березы повислой,

10 г листьев мяты перечной,

10 г семян моркови посевной,

15 г корней элеутерококка колючего,

10 г листьев кассии остролистной,

10 г корней лопуха большого,

– 1 стакан воды.

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в термос, залейте кипящей водой и настаивайте 7–8 часов. Перед употреблением процедите.

Способ употребления:

Принимать по трети стакана настоя 3–4 раза в день перед едой.

Настой сбора с плодами шиповника при атеросклерозе

– 2 столовые ложки сбора из

5 г травы мяты перечной,

10 г травы душицы обыкновенной,

10 г плодов шиповника коричневого,

20 г листьев березы повислой,

20 г плодов боярышника кроваво-красного,

20 г травы буквицы лекарственной,

30 г травы зверобоя продырявленного,

– 2 стакана воды.

Способ приготовления:

Вечером высыпьте сбор в термос, залейте кипящей водой и настаивайте в течение ночи. На следующий день процедите.

Способ употребления:

Выпейте весь настой равными порциями в течение дня за полчаса до еды.

Заболевания глаз

Настой сбора с плодами шиповника при катаракте

– 2 столовые ложки сбора из

40 г листьев черники обыкновенной,

40 г створок фасоли обыкновенной,

30 г плодов шиповника коричневого,

20 г листьев земляники лесной,

10 г травы тысячелистника обыкновенного,

– 0,5 литра воды.

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в термос, залейте кипящей водой. После настаивания в течение 2–3 часов процедите.

Способ употребления:

Принимать по 1 стакану 2–3 раза в день после еды.

Настой сбора с лепестками шиповника при конъюнктивите

– 10 г лепестков шиповника коричневого,

– 10 г цветков ромашки аптечной,

– 10 г цветков василька синего,

– 5 г листьев подорожника большого,

– 5 г цветков бузины черной,

– 0,2 литра воды.

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в термос, залейте кипящей водой. Настаивайте 30 минут, перелейте из термоса в другую посуду и остудите, затем очень тщательно процедите через несколько слоев марли, проложенных ватой.

Способ употребления:

Промывать глаза несколько раз в день по мере накопления выделений.

Отвар сбора с плодами шиповника при нарушении сумеречного зрения (куриная слепота)

– 3 столовые ложки сбора из

10 г листьев крапивы двудомной,

10 г корней девясила высокого,

10 г плодов шиповника коричневого,

10 г травы петрушки кудрявой,

10 г ягод клюквы болотной,

10 г виноградных косточек,

10 г коры сосны обыкновенной,

– 0,5 литра воды.

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в кастрюлю, залейте кипящей водой, на медленном огне доведите до кипения. Через 5 минут снимите с огня, закройте крышкой и настаивайте 20 минут, затем процедите.

Способ употребления:

Принимать отвар по половине – двум третям стакана 3 раза в день.

Отвар сбора с плодами шиповника при блефарите

– 2 столовые ложки сбора из
30 г плодов шиповника коричневого,
20 г травы череды трехраздельной,
20 г корней одуванчика лекарственного,
20 г цветков бессмертника песчаного,
10 г травы хвоща полевого,
10 г корней девясила высокого,
10 г корней алтея лекарственного,
– 0,5 литра воды.

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в кастрюлю, залейте кипящей водой и поставьте на водяную баню на 15 минут. Снимите с огня, закройте крышкой и настаивайте еще 15 минут, затем процедите.

Способ употребления:

Принимать отвар по половине стакана 3 раза в день после еды.

Отвар сбора с плодами шиповника при ячмене

– 2 столовые ложки сбора из
40 г плодов шиповника коричневого,
40 г листьев земляники лесной,
30 г листьев ежевики сизой,
20 г листьев смородины черной,
10 г травы хвоща полевого,
– 0,5 литра воды.

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в кастрюлю, залейте кипящей водой и поставьте на водяную баню на 15 минут. Снимите с огня, закройте крышкой и настаивайте еще 15 минут, затем процедите.

Способ употребления:

Принимать отвар по половине стакана 3–4 раза в день после еды.

Заболевания органов пищеварения

Настой сбора с плодами шиповника при гастрите

– 1 столовая ложка сбора из
20 г травы тысячелистника обыкновенного,
20 г листьев мяты перечной,
20 г листьев шалфея лекарственного,
5 г плодов шиповника коричневого,
5 г травы полыни горькой,

– 1 стакан воды.

Способ приготовления:

Вечером засыпьте сбор в термос и залейте кипящей водой. Наутро процедите.

Способ употребления:

Принимать по трети – половине стакана настоя 3 раза в день перед едой.

Отвар плодов шиповника при гастрите

– 2 столовые ложки плодов шиповника коричневого,

– 1 стакан воды.

Способ приготовления:

Положите плоды шиповника в кастрюлю, залейте кипящей водой и на слабом огне доведите до кипения. Через 15 минут закройте крышкой и настаивайте 2–3 часа, затем процедите.

Способ употребления:

Принимать по 1 стакану отвара 3 раза в день.

Настой сбора с корнями шиповника при гастрите

– 1 столовая ложка сбора из

30 г корней шиповника коричневого,

30 г корневища аира обыкновенного,

20 г корневища пиона уклоняющегося,

50 г листьев володушки золотистой,

40 г листьев подорожника большого,

10 г травы душицы лекарственной,

15 г травы кислицы обыкновенной,

– 1 стакан воды.

Способ приготовления:

Засыпьте сбор в термос, залейте кипящей водой, настаивайте 30 минут, затем процедите.

Способ употребления:

Принимать настой по половине стакана 4 раза в день за 15 минут до еды.

Отвар сбора с плодами шиповника при гастрите с пониженной кислотностью

– 2 столовые ложки сбора из

10 г плодов шиповника коричневого,

10 г листьев толокнянки обыкновенной,

10 г травы зверобоя продырявленного,

20 г травы золототысячника обыкновенного,

20 г травы цикория обыкновенного,

40 г травы дымянки лекарственной,

– 1 литр воды.

Способ приготовления:

Вечером засыпьте сбор в кастрюлю, залейте кипящей водой и на медленном огне доведите до кипения. Через 10 минут снимите с огня, закройте и тепло укутайте (или перелейте в термос). Наутро процедите.

Способ употребления:

Принимать отвар теплым по половине – двум третям стакана 3–4 раза в день за полчаса до еды.

Настой сбора с корнями шиповника при гепатите

- 1 столовая ложка сбора из
- # 10 г коры крушины ольховидной,
- # 10 г травы полыни горькой,
- # 20 г плодов барбариса обыкновенного,
- # 20 г корней шиповника коричневого,
- # 20 г корней бузины черной,
- # 30 г корней ежевики сизой,
- 1 стакан воды.

Способ приготовления:

Положите измельченные корни в кастрюлю, на медленном огне доведите до кипения и варите 15 минут. Снимите с огня, закройте крышкой и настаивайте 30 минут, затем процедите.

Способ употребления:

Принимать настой по 50 мл 6 раз в день через равные промежутки времени.

Отвар корней шиповника при гепатите

- 2 чайные ложки корней шиповника коричневого,
- 1 стакан воды.

Способ приготовления:

Положите измельченные корни в кастрюлю, на медленном огне доведите до кипения и варите 15 минут. Снимите с огня, закройте крышкой и настаивайте 30 минут, затем процедите.

Способ употребления:

Принимать отвар по трети стакана 3–4 раза в день вместе с 1 столовой ложкой меда.

Отвар из семян шиповника при диарее

- 1 чайная ложка семян шиповника коричневого,
- 1 стакан воды.

Способ приготовления:

Измельченные семена шиповника засыпьте в кастрюлю, залейте кипящей водой. На медленном огне кипятите 15 минут. Снимите с огня, закройте крышкой и настаивайте 2 часа, затем процедите.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.