

**АЛЕКСАНДР
СТЕПАНОВ**

СОБРАНИЕ СОЧИНЕНИЙ



Александр

**АЛЕКСАНДР
СТЕПАНОВ**

СОБРАНИЕ СОЧИНЕНИЙ

Лекарства вокруг нас
(Лекарственные растения Нижнего Дона)
СПРАВОЧНИК

9/2

Волгодонск
2017

84 Рос 6

С 79

Степанов А.В.

Собрание сочинений. Т. 9/2: *Лекарства
вокруг нас. Лекарственные растения
Нижнего Дона. Справочник*

/ Александр Владимирович Степанов. –
Волгодонск: Самиздат, 2017. – 348 с.

В этом томе собрания сочинений
публикуется справочник по
использованию лекарственных растений
Нижнего Дона.

ЛАБАЗНИК ВЯЗОЛИСТНЫЙ –
Filipendula ulmaria (L.) Maxim., семейство
розоцветные. Синонимы и народные
названия: *таволга вязолистная, лабазник*
ульмолистный, белоголовник; Spirea ulmaria
L. Травянистый многолетник. Растёт в
европейской части СНГ, Сибири, Средней
Азии.

* **Настои травы** применяют в качестве
вяжущего, мочегонного, потогонного,
кровоостанавливающего и успокаивающего
средства при геморрое, поносах,
кровотечениях, подагре, ревматизме,
анемиях, болезнях горла, острых
респираторных заболеваниях, болях в
желудке, болезнях сердечно-сосудистой
системы, дизентерии, болезнях почек и
мочевого пузыря, нервных заболеваниях, в
том числе бессоннице.

а) Чайную ложку травы настаивают 8
часов в стакане холодной воды и выпивают
в течение дня.

б) Столовую ложку травы настаивают в
2-х стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 2
раза в день.

* **При насморке** нюхают порошок сухих
цветов, а также используют в качестве

вяжущего средства, присыпая им обожженные участки кожи.

* **Чай, заваренный цветами** лабазника, пьют в качестве стимулирующего, снимающего усталость и потогонного средства.

* **20,0 травы** кипятят 30 минут в литре воды и применяют для мытья головы в качестве средства, способствующего росту волос; а также для клизм – при поносах; для примочек и обмываний – при лечении ран, язв, гнойников и фурункулов; для спринцеваний – при белях.

* **Мазь, полученную путём растирания** одной части порошка корня и пяти частей несоленого сливочного масла, втирают в поражённые ревматизмом суставы.

* **Пять граммов листьев**, девять вазелина, шесть ланолина (или сливочного масла) тщательно перемешивают, полученную мазь используют для лечения кожных заболеваний.

* **лабазник, сок листьев**
морковь, сок корнеплода
одуванчик, сок листьев
редька или репа, сок корнеплода – по

50,0

Всё количество смеси выпивают за день в 3 приёма при подагре, остеохондрозе, мочекаменной и желчнокаменной болезнях.

ЛАБАЗНИК ШЕСТИЛЕПЕСТНОЙ – **Filipendula hexapetala Gilib.**, семейство розоцветные. Синонимы и народные названия: *лабазник обыкновенный, таволга шестилепестная, степная, земляные орешки; Filipendula vulgaris Moench.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, на Кавказе.

* **Чайную ложку травы** настаивает 8 часов в стакане холодной воды и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день как сильное мочегонное средство, а также при геморрое, поносах, заболеваниях сердца.

* **Столовую ложку клубней** кипятят 10 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день до еды при поносах, геморрое, женских болезнях.

* **При насморке** нюхают порошок сухих цветов, а также используют в качестве вяжущего средства, присыпая им обожженные участки кожи.

* **Чай, заваренный цветами** лабазника, пьют в качестве стимулирующего, снимающего усталость и потогонного средства.

ЛАНДЫШ МАЙСКИЙ – *Convallaria majalis* L., семейство лилейные. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *лесной язык, ландушник, заячьи уши; Convallaria linnaei Gaertn.* Травянистый многолетник. Растёт в лесной зоне умеренного климата Евразии.

* **Препараты ландыша** применяют при острой и хронической сердечной недостаточности, пороках и неврозах сердца, ослабленной деятельности миокарда, апоплексических ударах, водянке, эпилепсии, судорогах, параличах, головной боли.

а) Отвар цветов и листьев 15,0:200,0 принимают по две чайные ложки 3 раза в день.

б) Настойку цветов 15,0:100,0 спирта пьют по 15 капель 2-3 раза в день.

* **При насморке** нюхают порошок из сухих цветов.

* **ландыш, цветы** **1 часть**

лапчатка гусиная, трава	3 части
мелисса, листья	2 части
рута, трава	3 части

Столовую ложку смеси настаивают 3 часа в стакане холодной воды, кипятят 5 минут и пьют в течение дня глотками при атеросклерозе и гипертонической болезни.

Противопоказания: резкие органические поражения сердца и кровеносных сосудов, острый миокардит, эндокардит, резко выраженный кардиосклероз.

ЛАПЧАТКА ГУСИНАЯ – *Potentilla anserine* L., семейство розоцветные. Народное название: *гусиная лапка*. Травянистый многолетник. Распространена широко в пределах СНГ.

* **Растение в качестве** спазмолитического и кровоостанавливающего средства использует при почечно- и желчнокаменной болезнях, спазмах желудка, судорогах, поносах с коликами, внутренних кровотечениях, туберкулезе легких, дисменорее, а также болезненных месячных и опущении матки.

а) 20,0 травы отваривают в 200,0 воды и пьют до еды по 2-3 столовые ложки 3 раза в день.

б) Столовую ложку травы кипятят 5 минут в стакане воды, настаивают два часа и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день до еды.

* **Чайную ложку** плодов настаивают в стакане молока и выпивают за день в несколько приёмов при дисменорее.

* **Четыре столовые ложки** травы кипятят 5 минут в трех стаканах воды, настаивают 2-4 часа и применяют наружно в виде примочек, полосканий, обмываний, сидячих ванн и т. д. при ангинах, стоматитах, угрях, экземе, трещинах кожи, геморрое, ранах, белях, дерматитах, язвах, сыпях, болезнях суставов, носовых кровотечениях.

* **Сок свежей травы** лапчатки и сок зеленой ржи, смешанные в равных количествах, пьют при желчнокаменной болезни и заболеваниях печени по столовой ложке 3 раза в день.

* **Компрессами** из отваренной в молоке травы пользуются как хорошим средством, способствующим ускорению созревания гнойников. Отвар травы в молоке, принятый

внутри, вызывает сильный мочегонный эффект.

* **лапчатка гусиная, трава 1 часть**
ромашка аптечная, цветы 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в литре кипятка и применяют для спринцеваний при вульвовагинитах.

* **лапчатка гусиная, трава 3 части**
лён, семена (целые) 4 части
окопник, корни 3 части

Столовую ложку сбора отваривают в стакане воды и пьют по 2-3 стакана в день при колитах.

* **лапчатка гусиная, трава 3 части**
мелисса, листья 4 части
пустырник, трава 3 части

2 чайные ложки сбора настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 1-2 стакана в день при дистрофии миокарда.

* **лапчатка гусиная, корневище 10,0**
настурция, листья 100,0
яснотка белая, листья 100,0

Всё количество сбора (растения берут свежие) настаивают 15 дней, часто взбалтывая, в 500,0 90° спирта. При плохом росте волос настойку втирают в кожу головы после её мытья.

* **лапчатка гусиная, трава**

мелисса, листья

мята, листья

чистотел, трава – по 1 части

2 столовые ложки сбора кипятят 20 минут в стакане воды и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды как желчегонное средство.

* **лапчатка гусиная, трава**

можжевельник, плоды

полынь горькая, трава

рута, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора отваривают в стакане воды и пьют на ночь по 2 стакана при задержке месячных.

* **лапчатка гусиная, трава**

ромашка аптечная, цветы

тысячелистник, трава

чистотел, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 2 стакана в день при климаксе.

* **лапчатка гусиная, трава 1 часть**

омела, побеги 3 части

рута, трава 1 часть

тысячелистник, трава 3 части

хвощ, трава 3 части

Столовую ложку сбора настаивают 3 часа в стакане холодной воды, кипятят 5 минут и пьют в течение дня глотками при атеросклерозе и гипертонической болезни.

ЛАПЧАТКА ПОЛЗУЧАЯ – *Potentilla reptans* L., семейство розоцветные. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе, в Западной Сибири и Средней Азии.

* **Столовую ложку** корневищ и травы настаивают 1-2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при различных кровотечениях и поносах в качестве кровоостанавливающего, вяжущего, противовоспалительного и слабого обезболивающего средства.

ЛАПЧАТКА ПРЯМОСТОЯЧАЯ – *Potentilla erecta* (L.) Hampe., семейство розоцветные. Синонимы и народные названия: *лапчатка четырехлепестная, прямостоячая; узик, дикий калган, могущник, завязный корень, шептуха, дубровка, завязка, поносная трава, пупная трава, курачье зелье, червошник, "действительная" трава; *Potentilla**

tormentilla (Stokes.) Neck., *Potentilla erecta* (L.) Raïsch. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, на Урале, Кавказе.

* **Корневища с корнями** обладают вяжущим, бактерицидным и кровоостанавливающим действием. Применяются при желудочных, маточных кровотечениях, поносах (энтериты, энтероколиты, диспепсия), гастритах, язвенной болезни, язвенном колите, заболеваниях печени и почек, кашле, туберкулезе легких, альгодисменорее, других гинекологических заболеваниях, сопровождающихся болями.

а) 25,0 корневищ и корней кипятят 10 минут в стакане воды, настаивают два часа и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

б) 20,0 корневищ с корнями настаивают в 100,0 водки и пьют по полрюмки 3 раза в день.

* **Три столовые ложки** корневищ отваривают в 0,5 литра воды, настаивают 4 часа и применяют наружно для полосканий и примочек при стоматитах, гингивитах,

ангинах, ожогах, мокнущей экземе, других кожных заболеваниях, язвах.

* **Столовую ложку** корневищ отваривают в стакане сливочного масла и применяют наружно при ожогах, трещинах кожи и дерматитах.

* **20,0 травы и 5,0 корневищ** кипятят 15 минут в 800,0 воды, затем 20 часов настаивают. Пьют по 50,0 3 раза в день за 30-40 минут до еды с чайной ложкой меда или варенья при острых гепатитах.

* **50,0 травы и 5,0 корневищ** кипятят 30 минут в 600,0 воды. Пьют теплым по 50,0-100,0 3 раза в день за два часа до еды при циррозе печени в отечно-асцитической стадии. Во время лечения ограничивают прием жидкости до 500,0-600,0 в день, соли - до 3-4 граммов. При правильном лечении улучшение наступает на 6-8 день.

* **лапчатка, корневище**
мята, листья
ромашка аптечная, цветы – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по 2-3 стакана в день при поносах.

* **лапчатка, корневище 3 части**

подорожник, листья 4 части
хвощ, трава 3 части

Столовую ложку сбора настаивают в 2-х стаканах кипятка, пьют тёплым по стакану на ночь при циститах.

ЛАПЧАТКА СЕРЕБРИСТАЯ – *Potentilla argentea* L., семейство розоцветные. Народное название: *червивая трава*. Травянистый многолетник. Растёт почти повсеместно.

* **Три чайные ложки травы** настаивает два часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды при простудных заболеваниях, расстройствах деятельности желудочно-кишечного тракта, сопровождающихся поносами, глистных инвазиях, а также в качестве кровоостанавливающего средства при гематурии. Этим же настоем рекомендуется полоскать горло и полость рта при кровоточивости и слабости десен, ссадинах и язвах, воспалительных заболеваниях слизистой оболочки. Свежие листья прикладывают к ранам в качестве ранозаживляющего средства.

ЛАТУК ДИКИЙ – *Lactuca scariola L.*, семейство сложноцветные. Растение ядовито. Синонимы: *латук компасный, степной, салат дикий*. Двулетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Средней Азии.

* **Чайную ложку травы** настаивают 4 часа в трех стаканах кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день до еды в качестве отхаркивающего, обезболивающего, успокаивающего и мочегонного средства при хроническом бронхите упорном кашле, одышке, коклюше, бессоннице, болезнях мочевого пузыря, водянке и подагре.

ЛЕБЕДА РАСКИДИСТАЯ – *Atriplex patula L.*, семейство маревые.

* **20,0 травы** настаивают в 200,0 кипятка и пьют по стакану 3 раза в день, как укрепляющее средство при подагре и геморрое, а также при скудных месячных и задержке последа во время родов. Кроме того, настой используют как отхаркивающее средство.

* **Растертые свежие листья** прикладывают к ранам для скорейшего их заживления.

ЛЕБЕДА САДОВАЯ – *Atriplex hortensis* L., семейство маревые. Однолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Средней Азии.

* **Свежие листья** едят при желтухе как хорошее кровоочистительное, мочегонное и способствующее кровообразованию средство.

ЛЕН КУЛЬТУРНЫЙ – *Linum usitatissimum* L., семейство льновые. Синонимы: *лен посевной, обыкновенный (долгунец)*. Однолетнее растение. Почти космополит в умеренном поясе.

* **Семена обладают** слабительным, обволакивающим, противовоспалительным, обезболивающим и смягчающим действием. Они применяются для регуляции функции кишечника, при пищевых отравлениях, бронхитах, плевритах, бронхиальной астме, сенной лихорадке, геморрое, язвенной болезни, острых респираторных заболеваниях, цистите, нефрите, почечной колике, энтероколитах, гастритах, отравлениях прижигающими веществами, ревматизме, подагре. Для этого одну часть неизмельченных семян отваривают в 30

частях воды, полученную слизь пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день. Отвар долго не хранят, так как он быстро портится.

* **Две чайные ложки семян** отваривают в 1,5 стаканах воды, взбалтывают пять минут и пьют с семенами натошак по 1/2 стакана в качестве слабительного средства. Для этой же цели применяют свежие семена по чайной ложке на прием.

* **Распаренные и измельченные семена** прикладывают к фурункулам, дерматитам и другим острым воспалительным процессам на ограниченном участке (абсцессы, артриты, синовиты, миозиты, периоститы и др.).

* **Лечение геморроя.** Столовую ложку семян настаивают 2-3 часа в стакане кипятка, на одну клизму берут 50,0 слегка подогретой слизи. При резком раздражении слизистой прямой кишки объём клизмы уменьшают до 20-30,0, но вводят чаще.

* **Средство для очистки почек.** Чайную ложку семян кипятят в стакане воды, пьют по 1/2 стакана каждые 2 часа в течение двух дней. Перед приёмом отвара его надо разбавить водой.

* **лён, семена 4 части**

марена, корни 1 часть
пырей, корневища 3 части
стальник полевой, 2 части

4 столовые ложки смеси настаивают до остывания в литре кипятка. При мочекаменной болезни выпивают за один приём. После чего через некоторое время принимают горячую ванну.

Противопоказание: активные формы туберкулёза.

ЛЕН СЛАБИТЕЛЬНЫЙ – **Linum catharticum** L., семейство льновые. Растение ядовито. Народное название: *дикий лён*. Однолетник. Растёт в европейской части СНГ.

* **Столовую ложку травы** настаивают 1-2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке за четыре часа до еды при запорах как сильное слабительное средство и почечнокаменной болезни в качестве мочегонного средства.

* **2 чайные ложки** травы настаивают в двух стаканах кипятка и выпивают за день в качестве слабительного средства. С этой же целью пьют порошок травы. Доза – не более

2,0 в день, распределённых на 2-3 приёма. Превышать указанную дозу опасно.

ЛЕЩИНА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Corylus avellana* L., семейство лещиновые. Синоним: *орешник*. Кустарник, растёт почти по всей Европе.

* **Ядра орехов лещины** употребляют в пищу. Они оказываются полезными при недостатке молока у кормящих матерей, метеоризме, почечнокаменной болезни (растворяют камни), кровохарканье, лихорадке и легочных заболеваниях.

* **Столовую ложку коры и листьев** настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день при варикозном расширении вен, флебитах, перифлебитах, трофических язвах голени, капиллярных геморрагиях.

ЛИЛИЯ БЕЛАЯ – *Lilium lancifolium* Kort., семейство лилейные. Травянистый многолетник. Комнатное растение. Культивируется в садах.

* **Луковицу, отваренную** в молоке, прикладывают к гнойникам для скорейшего их созревания и очищения.

* **Сок белой лилии**, сок лука репчатого, белый воск и мёд, взятые в равных количествах, нагревают в глиняной посуде до тех пор, пока не растает воск. Затем всё содержимое перемешивают деревянной лопаточкой до охлаждения. Полученной мазью натирают лицо утром и вечером, а затем через некоторое время мягкой холщёвой тряпочкой стирают её. Мазь предохраняет кожу от морщин, а также помогает устранить уже появившиеся.

ЛИЛИЯ БЕЛОСНЕЖНАЯ – *Lilium candidum* L., семейство лилейные. Травянистый многолетник. Культивируется в южных районах СНГ в качестве декоративного растения.

* **Две столовые ложки** луковиц, такое же количество лепестков (всего шесть ложек сырья) настаивают три недели на солнце в 3/4 стакана подсолнечного масла и используют для втираний как болеутоляющее средство при ушибах, ревматизме, подагре, радикулитах и прочих заболеваниях.

ЛИПА ВОЙЛОЧНАЯ – *Tilia tormentosa Moench.*, семейство липовые. Синонимы: *липа венгерская, серебристая; Tilia argentea D.C.* Дерево. Растёт на юге Подолья, в Молдове, Буковине.

* Используется наравне с липой сердцевидной.

ЛИПА КРУПНОЛИСТНАЯ – *Tilia platyphyllos Scop.*, семейство липовые. Дерево. Растёт на Западной Украине, в Молдове.

* Используется наравне с липой сердцевидной.

ЛИПА СЕРДЦЕВИДНАЯ – *Tilia cordata Mill.*, семейство липовые. Синонимы и народные названия: *липа мелколистная, липина, лутошка, лубняк, мочальник; Tilia silvatica Haller.* Дерево. Растёт в европейской части СНГ, на Урале и в Западной Сибири до Иртыша, на Кавказе и в Крыму.

* Цветы обладают потогонным, мочегонным, противовоспалительным, отхаркивающим, бактерицидным, болеутоляющим действием. Применяются

при простудных заболеваниях, ревматизме, кашле, болях в животе, гриппе, болезнях почек и мочевого пузыря, в том числе и мочекаменной болезни, при кори, паротите, судорогах. Для этого 10,0-15,0 цветов с прицветниками настаивают 30 минут в стакане кипятка и выпивают все сразу горячим или же делят на 2-3 приема в течение дня за 30 минут до еды. При малокровии рекомендуется пить с медом и вином.

* **20,0 цветков** настаивают в стакане кипятка до охлаждения, добавляют 5,0 гидрокарбоната натрия (пищевой соды) и применяют в виде полоскания при ангине.

* **Наружно народная медицина** использует различные части растения. Кровоточащие раны (для остановки кровотечения) засыпают порошком из сухих плодов. Истолченные свежие листья и почки прикладывают к гнойникам, ожогам, язвам, затвердевшим молочным железам. Свежими листьями обвязывают голову при головной боли. Повязками с камбием (слой между корой и древесиной) лечат ожоги. Молодую распаренную кору прикладывают к

воспаленным геморроидальным узлам, болезненным местам при ревматизме и подагре.

* **липа, цветы**

малина, плоды – по 1 части

2 столовые ложки сбора кипятят в 2-х стаканах воды 5 минут и выпивают горячим за раз как потогонное средство.

* **липа, цветы**

мать-мачеха, листья – по 1 части

Столовую ложку сбора кипятят 10 минут в стакане воды, пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день как потогонное средство.

* **липа, цветы 2 части**

ромашка аптечная, цветы 3 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и используют для полоскания горла при ангинах через каждые 3 часа.

* **липа, цветы 3 части**

солодка, корни 2 части

Столовую ложку сбора настаивают 15 минут в стакане кипятка и пьют горячим по 2-3 стакана в день при простудных заболеваниях.

* **липа, цветы 5 частей**

орех грецкий, листья 1 часть

ясменник, трава 4 части

Столовую ложку сбора настаивают 4 часа в 1,5 стакана кипятка и пьют по стакану перед завтраком при предрасположенности к кожным заболеваниям.

* **липа, цветы**

ромашка аптечная, цветы

фенхель, плоды – по 1 части

2 чайные ложки сбора заваривают стаканом кипятка, пьют по 1-3 стакана в день при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки.

ЛИСТВЕННИЦА СИБИРСКАЯ – *Larix sibirica* Ledeb., семейство сосновые. Дерево. Растёт от Западной Сибири до Байкала и на Алтае.

* **Настой хвои** используют при цинге и гиперменорее. Ванны из настоя свежих веток – обезболивающее средство при подагре и ревматизме.

* **Лиственничный скипидар** ("венцианский терпентин") применяют наружно для лечения ревматизма, подагры, люмбаго, радикулита, миозита, невралгий, ишиаса; при острых респираторных заболеваниях делают ингаляции со

скипидаром.

* **Слой между корой** и древесиной – камбий ("бумага лиственничная") – является ранозаживляющим средством.

* **Отвар молодых побегов** в молоке назначают в качестве отхаркивающего средства, а также при почечнокаменной болезни, метеоризме, запорах, ленточных глистах. Горячие настои молодых побегов и коры пьют при обильных месячных и гриппе.

ЛОПУХ БОЛЬШОЙ – *Arctium lappa L.*, семейство сложноцветные. Народные названия: *репей, дедовник, репьяхи, репейник, репяшник; Lappa vulgaris Hill; Lappa glabra Lam; Lappa officinalis All.* Двулетнее растение. Растёт по всей Европе, в Сибири и Средней Азии.

* **Настой семян** наружно применяют для лечения экземы, фурункулёза, скрофулодермы, воспаления слизистой половых органов. Отвар корня используется наружно при чесотке, себорее, выпадении волос, гнойных ранах, лишаях, зуде кожи.

* **Корни** применяют при подагре, ревматизме, хронических запорах, рахите,

геморрое, водянке, золотухе, гастритах, язве желудка, желудочных кровотечениях, мочекаменной болезни.

а) 15,0 корней отваривают в стакане воды и пьют по столовой ложке 4 раза в день.

б) 10,0-25,0 корней настаивают два часа в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

в) Десертную ложку корней и десертную ложку меда настаивают 5-7 дней в стакане водки и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

* **При хронических запорах** пьют отвар семян 1:10 по столовой ложке 3-4 раза в день.

* **Столовую ложку листьев** настаивают 2-3 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 4-6 раз в день после еды как желудочное и противохолерное средство. При ангинах и стоматитах настоем применяют для полоскания горла и полости рта.

* **При чесотке, себорее**, выпадении волос, зуде кожи, а также для лечения гнойных ран используют репейное масло: 38,0 свежих корней настаивают 24 часа в 100,0 подсолнечного масла, затем варят 15 минут

на малом огне. Для этих же целей применяют отвар корней 1:10, а свежими измельченными листьями лечат раны, язвы, ожоги.

* **Отвар корня** (15,0 : 200,0) сгущают варкой до половины объема, смешивают пополам со свиным жиром (путем подогревания), сливают в горшок, прикрывают крышкой, замазывают ее тестом и ставят в печь или духовку на несколько часов. С остывшей загустевшей массы сливают воду (если она не вся испарилась). Мазь применяется как средство для ращения волос. Вместо отвара можно брать сок корней.

* **Способ лечения** застарелой экземы и непрерывно рецидивирующего ревматизма по методу А.П.Попова. Внутрь принимают отвар корня лопуха (15,0:200,0) по столовой ложке 4 раза в день перед едой. Для наружного лечения берут 4-5 столовых ложек корня на ведро воды, кипятят, остужают до средней температуры. В теплый отвар опускают сложенную вчетверо простыню такой ширины, чтобы она покрывала тело от подмышек до щиколоток, выжимают не досуха, плотно укутывают ею

больного. Между ногами прокладывают часть простыни, чтобы ноги не соприкасались. Затем больного точно также укутывают сухой простыней и тонким шерстяным одеялом. Простыни и одеяло закрепляют булавками и оставляют больного на 1,5-2 часа в постели. Уснувшего больного не будят, а простыни снимают после пробуждения. Процедуру проводят один раз в день на ночь, через каждые шесть суток делают однодневный перерыв. Компрессы ставят до тех пор, пока на теле, очистившемся от экземы, не появится легкая сыпь. Через 1-2 дня сыпь также исчезает и лечение прекращается. Как правило, оно длится не более трех недель.

* **Одну часть** отвара корня (столовая ложка корней на стакан воды) смешивают с четырьмя частями сливочного масла и применяют для лечения ожогов.

* **При подагре** и отложении солей назначают порошок сухого корня по полграмма на прием 2-3 раза в день после еды.

* **Мазью из корня** лопуха (одну часть отвара корня (столовая ложка корней на стакан воды) смешивают с четырьмя

частями сливочного масла или же столовую ложку сока на четыре столовые ложки сливочного масла) больной натирает пораженные суставы, ложится в бане на полок с постепенно усиливающим паром. Там он в течение получаса пьёт небольшими глотками теплый отвар корня лопуха (всего один стакан). Через 15-20 минут на теле больного выступает обильный пот. Больной остается на полке до тех пор, пока тело не станет сухим; жажду утоляет молочной сывороткой. Сойдя с полка, больной вновь натирает суставы той же мазью, обкладывает их ватой и забинтовывает. Делают это на ночь.

ЛОПУХ ВОЙЛОЧНЫЙ – **Arctium tomentosum Mill. (Schrank.)**, семейство сложноцветные. Синоним: *лопух паутинистый; Lappa tomentosum L.* Двухлетнее растение. Растёт в европейской части СНГ, Сибири и Средней Азии.

* Используется наравне с лопухом большим.

ЛОПУХ МАЛЫЙ – **Arctium minus Bernh.**, семейство сложноцветные. Синонимы: *Lappa minor Hill; Lappa glabra*

Lam. (pro parte). Травянистый многолетник. Растёт на Кавказе.

* Используется наравне с лопухом большим

ЛОХ УЗКОЛИСТНЫЙ – **Elaeagnus angustifolius** L., семейство лоховые.

Синонимы и народные названия: *Elaeagnus argentea Moench*; *джидда, шиат, дикая маслина*. Растёт на юге европейской части СНГ, на Кавказе, в Казахстане, Средней Азии, где заросли лоха образуют так называемые тугайные леса.

* **Плоды обладают** вяжущим, противовоспалительным, обезболивающим, противоглистным, мочегонным, обволакивающим и отхаркивающим действием. Их применяют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, органов дыхания, водянке, цинге.

а) 50,0 плодов настаивают шесть часов в двух стаканах холодной воды, процеживают, после чего оставшуюся массу вновь заваривают двумя стаканами кипятка. После остывания оба отвара смешивают и пьют по 2-3 столовые ложки 3-4 раза в день до и после еды.

б) 50,0 плодов настаивают час в 1,5 стакана кипятка и пьют по две столовые ложки 3-4 раза в день после еды.

в) Порошок из сухих плодов принимают 2-4 раза в день по 2-3 столовые ложки на прием; детям дают по чайной ложке 3-4 раза в день после еды.

* **Две чайные ложки цветов** настаивают час в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 2-4 раза в день при простудных заболеваниях и в качестве сердечного средства при гипертонической болезни. В последнем случае применяют и водочную настойку цветов 1:10.

* **Порошком листьев** присыпают гнойные раны для скорейшего их очищения и заживления. Отвар листьев пьют и применяют наружно при ревматизме, простреле, подагре и как ранозаживляющее средство.

ЛУК РЕПЧАТЫЙ –*Allium cepa* L., семейство лилейные. Однолетнее или двулетнее растение. Культивируется повсеместно.

* **При водянке,** атонии кишечника, атеросклерозе, задержке месячных,

ослабленном половом влечении, сахарном диабете в начальном стадии, а также в качестве аппетитного и общеукрепляющего средства употребляют в пищу луковицы или же пьют их сок по чайной ложке 3 раза в день.

* **Измельченную луковицу** средних размеров настаивают 12 часов в 250,0 воды, пьют по 1/2 стакана 2 раза в день в течение 3-4 дней как глистогонное средство при аскаридозе и энтеробиозе.

* **Луковую кашу**, завернутую в марлю, или свежий, только что приготовленный сок, подносят несколько раз в день на несколько (до 10) минут к открытым ранам, ожогам, язвам. Фитонциды лука, действуя антисептически, способствуют очищению ран и их скорейшему заживлению.

* **К ранам, геморроидальным шишкам** прикладывают испеченные в тесте, просто в духовке или же вареные в молоке луковицы.

* **При гриппозном насморке** в ноздри закладывают вату, смоченную соком из луковиц. Лечение повторяют 3-4 раза в день. Длительность каждой процедуры 10-15 минут.

* **При насморке** в каждую ноздрю закапывают по 2-3 капли свежего сока. Лечение повторяют несколько раз в день.

* **Три чайные ложки** сухой кожицы лука отваривают в стакане воды, настаивают 4 часа и применяют для полоскания при заболеваниях горла и для обмывания гнойных ран.

* **Горсть сухой кожицы** лука варят 5-10 минут в стакане воды и моют голову для уничтожения перхоти.

* **2-3 столовые ложки сока** луковиц втирают в кожу головы, на 1-2 часа завязывают голову полотенцем, после чего ее моют как обычно с мылом. Применяется для предупреждения выпадения волос и для лечения себореи. Процедуру проводят 1-2 раза в неделю.

Предупреждение: в течение всего лечения от волос исходит стойкий запах лука.

* **Для выведения мозолей** к пораженному месту прикладывают луковицу, проваренную в столовом уксусе.

* **В качестве отхаркивающего средства** при бронхитах, коклюше, а также для лечения атеросклероза луковичный сок смешивают пополам с медом, варят на огне

и дают детям по чайной, взрослым – по столовой ложке несколько раз в день.

* **Протертый лук**, яблоки и мед, смешанные в равных количествах, дают детям по 2-3 чайные ложки в день при ангинах и ночном недержании мочи.

* **При кашле** употребляют в пищу (несколько раз в день) жаренный на сливочном масле или варенный на молоке лук.

* **Смесь из 50,0 луковой кашицы**, 5,0 меда, 40,0 сахара и 100,0 воды варят на слабом огне 3 часа и пьют по столовой ложке 4-6 раз в день в качестве успокаивающего кашель средства при лечении бронхитов, коклюша и других заболеваний органов дыхания.

* **Две измельченные луковицы** средних размеров, четверть стакана сахара и три четверти стакана воды варят на слабом огне до получения сиропообразной массы и принимают по столовой ложке через каждые три часа при кашле.

* **40,0 очищенных луковиц** настаивают семь дней в 0,5 литра водки и пьют с водой по чайной ложке 2-3 раза в день до еды в качестве мочегонного и легкого

слабительного средства, а также при почечнокаменной болезни. Луковая настойка противопоказана при болезнях сердца и печени.

* **Две луковицы средних** размеров отваривают в стакане молока, настаивают четыре часа и пьют по столовой ложке через каждые три часа при кашле.

* **160,0 измельченных** луковиц или 200,0 зеленого лука заливают 70-градусный спиртом, чтобы получился литр настойки. Применяют ее при атонии кишечника, колитах с склонностью к запорам, атеросклерозе, склеротической форме гипертонической болезни по 20-30 капель 3 раза в день за 15 минут до еды с молоком или водой. Курс лечения 3-4 недели.

* **Свежим соком** луковиц протирают кожу при зуде.

* **Для предупреждения** морщин на лице и для удаления уже появившихся используют мазь, приготовленную из сока лука, сока белой лилии и белого воска, взятых в равных количествах. Все компоненты нагревают на медленном огне и тщательно перемешивают.

Примечание. Лук противопоказан при болезнях желудка, почек, печени, тяжёлых сердечно-сосудистых расстройствах. Передозировка лука вредна всем.

ЛЬНЯНКА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Linaria vulgaris* Mill., семейство норичниковые. Растение ядовито. Народные названия: *дикий лён, ленник обыкновенный, чистик.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, Средней Азии, на Дальнем Востоке.

* **Два грамма травы** настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день в качестве мочегонного, потогонного, обезболивающего, слабительного, противоглистного и желчегонного средства при водянке, желтухе, геморрое, грыже, атонии кишечника, метеоризме, болезнях печени, почек, мочевого пузыря, ночном недержании мочи и нервных расстройствах.

* **15,0-30,0 семян** отваривают в литре воды и пьют по чайной ложке три раза в день как слабительное и желчегонное средство.

* **Для лечения** дерматита, фурункулеза, сыпей, гнойных язв, воспаленных

геморроидальных узлов к пораженным участкам прикладывают свежую измельченную траву или делают компрессы из настоя травы.

* **Две части травы** смешивают с пятью частями свиного жира, долго парят в печи. Полученной мазью смазывают геморроидальные узлы и опухоли для снятия болей.

* **20,0 травы** отваривают в половине литра молока, травяную кашицу используют наружно для компрессов при геморрое.

* **Цветы льнянки**, кору дуба и траву горца перечного, взятые в равных количествах, тщательно перемешивают с топленным свиным салом. Мазь вводят на кусочке марли в прямую кишку на 4-5 часов при геморрое.

ЛЮБИСТОК АПТЕЧНЫЙ – *Levisticum officinale Koch.*, семейство зонтичные. Синонимы и народные названия: *зоря лекарственная, любим-травя, зоря, дудочник; Ligusticum levisticum L.* Травянистый многолетник. Встречается только в культуре, особенно на Украине, где нередко дичает.

*** Препараты из растения** употребляют как мочегонные, кардиотонические, отхаркивающие, болеутоляющие, желчегонные, общеукрепляющие, успокаивающие и повышающие аппетит средства при болезнях почек, мочевого пузыря, легких, сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, подагре, ревматизме, водянке, метеоризме, анемии, нервных болезнях (парезы, неврозы), а, кроме того, при судорогах, болезненных менструациях, глистных инвазиях и как средства, облегчающие роды.

а) Отвар корней 15,0:200,0 принимают по столовой ложке 3 раза в день.

б) 15,0 корней настаивают несколько часов в трех стаканах кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

в) Порошок корня принимают по одному грамму три раза в день.

г) Три грамма корней настаивают в 250,0 кипятка и выпивают дробными порциями в течение суток.

* При скудных месячных пьют отвар травы 4,0:150,0 по столовой ложке 3 раза в день.

* **40,0-60,0 корней** настаивают в 4-6 литрах кипятка, употребляют для ванн, примочек, спринцеваний при кожных заболеваниях и белях. Наружно отвар корня применяют при облысении, а листья прикладывают к голове при болях.

Противопоказание: воспалительные заболевания почек.

ЛЮБКА ДВУЛИСТНАЯ – *Platanthera bifolia* (L.) Rich., семейство орхидные. Народные названия: *ночная фиалка; кукушница двулистная*. Травянистый многолетник. Растёт в Западной и Восточной Сибири, европейской части СНГ, кроме Крыма, Причерноморья и Нижней Волги.

* **Салеп (клубни)** применяют в качестве обволакивающего средства при лечении поносов, дизентерии, диспепсий, гастритов, энтеритов, язвенной болезни, язвенного колита, пищевых отравлений. В то же время салеп считается сильным общеукрепляющим средством. На этом основано его

применение при истощающих болезнях (хронические кровопотери, туберкулез и пр.), в период выздоровления после перенесенных тяжелых болезней, для поддержания сил при старческом истощении. Лечат им также циститы, почечнокаменную болезнь, маточные кровотечения, бронхиты, болезни печени. С давних пор салеп употребляют для лечения импотенции, ослабленного полового влечения. Свежий и вареный салеп кладут и кариозную полость для уменьшения зубной боли. Порошком салепа присыпают свежие раны.

а) 2,0-3,0 салепа замачивают в воде, затем заливают двумя стаканами кипятка и кипятят 10 минут, пьют по 1/2 стакана 3 раза в день.

б) 5,0-10,0 порошка салепа взбалтывают в стакане кипятка, бульона или кипяченого молока, добавляют ложку виноградного вина и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день при лечении половых расстройств.

в) Одну часть салепа смачивают девятью частями холодной воды, заливают 90 частями кипятка, долго взбалтывают.

Желатинообразную массу пьют по чайной ложке 3 раза в день.

Примечание. Растение требует особой охраны.

ЛЮТИК ЕДКИЙ – *Ranunculus acer* L., семейство лютиковые. Растение сильно ядовито. Синонимы и народные названия: *куриная слепота*; *Ranunculus acris* L. Растёт в европейской части СНГ и Западной Сибири.

* **Отвар травы** пьют с осторожностью при бешенстве, грыже, туберкулёзе, желудочных и головных болях.

* **Свежий сок**, полученный из травы, разбавляют водой в 50 раз и используют для лечения гнойных ран.

* **Свежими листьями** растирают ноги при ломоте, их же прикладывают к гнойникам в качестве нарывного средства. При малярии и лихорадке за 8-10 часов до приступа свежие истолченные листья прикладывают к местам прощупывания пульса на руках. При ломоте, туберкулёзе кожи и в качестве нарывного средства используют свежие листья, растирая ими ноги или прикладывая их к нарывам.

ЛЮТИК ПОЛЗУЧИЙ – **Ranunculus repens** L., семейство лютиковые. Растение ядовито. Народное название: *куравая слепота*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Сибири, на Камчатке.

* **Отвар травы** применяют в виде обмываний при мышечном ревматизме, золотухе и чесотке.

* **Свежую траву** используют в качестве нарывного средства, прикладывая к гнойникам.

* Используется наравне с лютиком едким.

ЛЯДВЕНЕЦ РОГАТЫЙ – **Lotus corniculatus** L., семейство бобовые. Растение ядовито. Травянистый многолетник. Разводится в качестве декоративного растения в южных районах СНГ.

* **Припарки из измельченной** свежей травы прикладывают к воспалительным инфильтратам для их размягчения и обезболивания, к ушибам – для уменьшения отека.

МАЙНИК ДВУЛИСТНЫЙ – ***Majanthemum bifolium* (L.) F.W.Schmidt.**

семейство лилейные. Народное название: *сердечная трава*. Многолетнее травянистое растение. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке (кроме юга и Сахалина).

* **Свежие листья** и припарки из травы прикладывают к нарывам, язвам, панарициям, парше и опухолям для скорейшего излечения. Настой травы применяют для лечения простудных заболеваний, болезней сердца, почек, водянки, запоров.

МАЙОРАН САДОВЫЙ – ***Majorana hortensis* Moench.**

семейство губоцветные. Синонимы: *Majorana crassa* Moench, *Origanum majorana* L. Однолетнее или двулетнее травянистое растение. В СНГ культивируется широко.

* **Четыре чайные ложки листьев** заваривают в стакане кипятка и выпивают за день при ахилическом гастрите, спазмах желудка и нарушении месячных.

МАК-САМОСЕЙКА – *Papaver rhoeas* L., семейство маковые. Однолетнее ядовитое растение. Растёт на западе европейской части СНГ, в Крыму.

* **Три грамма лепестков** заваривают в стакане кипятка и пьют при кашле по столовой ложке 3 раза в день. Отвар лепестков на молоке или на меду используют при умственном переутомлении и бессоннице.

* **50,0 цветков** заливают 400,0 кипятка, добавляют 1,0 виннокаменной или лимонной кислоты, настаивают 4 часа, фильтруют. Фильтрат варят вместе с 650,0 сахара. Применяют по чайной ложке 5-6 раз в день при кашле.

МАК СНОТВОРНЫЙ – *Papaver somniferum* L., семейство маковые. Однолетнее сильно ядовитое растение. Встречается только в культуре.

* **Порошок сухих лепестков** пьют по 3,0 3 раза в день перед едой при гастритах

* **10,0 лепестков** отваривают в 200,0 воды или молока и пьют по столовой ложке за 30 минут до сна при бессоннице и 3 раза в день – при гастритах и переутомлении.

* **Припарки из зрелых, освобожденных от семян коробочек** и листьев применяют как болеутоляющее средство.

* **10,0 лепестков** настаивают в 100,0 водки и применяют при умственном переутомлении по 15 капель 3 раза в день до еды; при бессоннице – по 15 капель за 30 минут до сна.

* **Семена, растёртые с водой** (маковое молоко), пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день при геморрое и воспалении лёгких.

* **В медовой воде** (1-2 чайные ложки на стакан воды) отваривают в течение 15 минут 2 чайные ложки лепестков, пьют по 1-2 чайные ложки 3 раза в день при переутомлении; при бессоннице – на ночь.

* **Свежим соком** из маковых головок смазывают места укусов насекомыми.

МАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Rubus idaeus* L., семейство розоцветные. Синоним: *малина лесная*. Кустарник. Растёт по всей европейской части СНГ, в Азии от Урала до Байкала, в Средней Азии.

* **Две столовые ложки сухих плодов** настаивают 15-20 минут в стакане кипятка и пьют горячим по 2-3 стакана в течение 1-2

часов в качестве потогонного средства при лечении простудных заболеваний. Этот же чай пьют как мочегонное, отхаркивающее и отрезвляющее средство, им же полощут горло при ангинах.

* **Четыре чайные ложки листьев** заваривают в двух стаканах кипятка, настаивают несколько часов и пьют теплым по 1/2 стакана 4 раза в день при кашле, неврозах, неврастении, лихорадке, поносах, чрезмерных кровотечениях при месячных, атеросклерозе. Настой обладает кровоостанавливающим, улучшающим обмен веществ и спазмолитическим действием. При ангинах его употребляют для полоскания горла.

* **При геморрое** и некоторых гинекологических болезнях применяют настой цветов 20,0:200,0 по столовой ложке 3 раза в день. Для лечения угрей, прыщей, дерматита, рожи этот настой применяют наружно в виде примочек.

* **Одну часть сока из свежих листьев** смешивают с четырьмя частями сливочного масла или вазелина и смазывают пораженные места при лечении дерматитов, угрей и рожи.

* **малина, плоды**

шиповник, плоды – по 1 части

Столовую ложку сбора кипятят 10 минут в стакане воды, настаивают 3 часа и пьют по 1/3 стакана 2-3 раза в день как витаминное средство.

* **малина, листья 4 части**

мальва, листья 5 частей

мать и мачеха, листья 5 частей

шалфей, листья 6 частей

3 чайные ложки сбора настаивают в стакане кипятка и используют для полоскания горла при ларингите и фарингите.

Примечание. Плоды противопоказаны при заболеваниях почек и подагре.

МАЛЬВА ЛЕСНАЯ – *Malva silvestris* L., семейство мальвовые. Синонимы и народные названия: *просвирник лесной, зензивер, мальва дикая, калачики*. Многолетнее травянистое растение. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе и в Средней Азии.

* **Мальву применяют** для лечения воспалительных заболеваний желудочно-кишечного тракта и дыхательных путей в

качестве противовоспалительного, смягчительного, обволакивающего, легкого слабительного и спазмолитического средства, а также для лечения болезней печени и мочевого пузыря.

а) Одну часть листьев и цветов настаивают в 10 частях кипятка и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день.

б) Одну часть листьев и цветов кипятят несколько минут в 20 частях воды и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день.

в) Две чайные ложки листьев и цветов настаивают 3-5 часов в стакане холодной кипяченой воды и выпивают небольшими порциями в течение дня.

* **Настой листьев и цветов** 1:5 и отвар 1:10 используют для полосканий при воспалительных заболеваниях горла, гортани, полости рта, а также для ванн, обмываний, примочек при лечении ожогов, геморроя, раздражения кожи.

* **мальва, цветы и листья 200,0**

овёс, семена 150,0

полынь обыкновенная, трава 150,0

ромашка аптечная, цветы 150,0

Всё количество сырья настаивают в течение дня в кипятке, выливают настой в

ванну и добавляют нужное количество воды. Принимают ванну в течение 20-30 минут при болезнях селезёнки.

МАЛЬВА НИЗКАЯ – *Malva pusilla Sm.*, семейство мальвовые. Синонимы и народные названия: *мальва малая, круглолистная, просвирник низкий, приземистый, калачики; Malva rotundifolia L.* Многолетний травянистый сорняк. Растёт почти повсеместно в СНГ.

* **Две чайные ложки листьев** настаивают 2-3 часа в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день при кашле, бронхите, болезнях горла. Для полосканий при стоматитах и гингивитах применяют более крепкий настой (4 столовые ложки листьев на два стакана кипятка).

* **В качестве противовоспалительного средства** свежие измельченные листья прикладывают к ранам, роже, язвам и фурункулам.

* **Цветы и чашечки** обладают обволакивающим и смягчительным действием, молодые листья и побеги – слабительным. Те и другие применяются в

пищу для лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта.

МАРГАРИТКА МНОГОЛЕТНЯЯ – *Bellis perennis* L., семейство сложноцветные. Травянистый многолетник. Растёт на северо-западе европейской части СНГ, в Крыму и Закавказье.

* **Две чайные ложки травы** настаивают 2-3 часа в 1,5 стакана холодной воды. Пьют по 1/2 стакана 3 раза в день как нежное слабительное, кровоостанавливающее, отхаркивающее и улучшающее обмен веществ средство при туберкулезе легких, болезнях спинного мозга, мочевыделительных путей, маточных и легочных кровотечениях, кашле, запорах, бронхиальной астме, болезнях печени, ревматизме и подагре.

* **Настой травы** в виде ванн, обмываний и примочек применяют при ушибах с кровоизлияниями, порезах, ранах, угрях, фурункулах, абсцессах, дерматитах. Для лечения этих заболеваний используют и свежие измельченные листья, которые прикладывают к пораженным местам.

МАРЕНА КРАСИЛЬНАЯ – *Rubia tinctorum* L., семейство мареновые.

Синоним: *кран*. Травянистый многолетник. Растёт на юге европейской части СНГ, в Средней Азии, там же и культивируют.

* **Чайную ложку корней и корневищ** настаивают восемь часов в стакане холодной воды, процеживают, после чего остаток заливают стаканом кипятка и настаивают 10 минут. Оба настоя смешивают и пьют по 1/2 стакана 4 раза в день при почечнокаменной и желчнокаменной болезнях, поскольку настоей способствует разрушению камней (особенно из фосфатов кальция и магния), а также в качестве мочегонного, желчегонного, спазмолитического средства при заболеваниях почек, мочевого пузыря, селезенки, запорах.

* **марена, корни 2 части**
мыльнянка, корни 2 части
солодка, корни 1 часть

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и пьют по утрам по 1-2 стакана при базедовой болезни.

МАРЬ БЕЛАЯ – *Chenopodium album* L., семейство маревые. Синонимы и народные названия: *марь обыкновенная, лебеда.* Однолетник. Растёт почти повсеместно. Сорняк.

* **Столовую ложку травы** настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день до еды в качестве противовоспалительного, обезболивающего и успокаивающего средства при истерии и поносах.

* **Две - три столовые ложки травы** настаивают два часа в стакане кипятка, применяют в качестве полосканий и обмываний при заболеваниях горла, чесотке, кожном зуде.

МАРЬ ВОНЮЧАЯ – *Chenopodium vulgaria* L., семейство маревые. Однолетник. Растёт в Средней Азии, южной полосе европейской части СНГ.

* **Две чайные ложки травы** настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 10-15 минут до еды в качестве успокаивающего (действие подобно валериане), болеутоляющего и потогонного средства при истерии,

судорогах, головной боли, простудных заболеваниях, ревматизме. Настой действует также и на матку, усиливая ее сокращения.

МАРЬ ГИБРИДНАЯ – *Chenopodium hybridum* L., семейство маревые.

* **Свежие листья** используют наружно в качестве мягчительного и противовоспалительного средства при лечении рожи.

МАРЬ КРАСНАЯ – *Chenopodium rubrum* L., семейство маревые. Однолетник. Растёт почти на всей территории СНГ.

* **Столовую ложку травы** настаивают 1-2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при простудных заболеваниях, кашле, ларингите, а также в качестве легкого слабительного средства при запорах.

* **Две-три столовые ложки травы** обваривают кипятком, заворачивают в марлю. Горячие подушечки в виде припарок применяют в качестве обезболивающего средства при подагрических, ревматических и геморроидальных болях и ушибах.

* **Настой травы** применяют наружно как обезболивающее и противовоспалительное средство при лечении ран, ушибов, подагры и ревматизма.

МАРЬ ЦЕЛЬНОЛИСТНАЯ –
Chenopodium bonus henricus L., семейство маревые. Синоним: *марь доброго Генриха*. Травянистый многолетник. Растёт в южной и средней полосе европейской части СНГ.

* **Столовую ложку травы** настаивают час в 1,5 стакана кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве слабительного и противоглистного средства.

* **Измельченную свежую траву** прикладывают к ранам для скорейшего их заживления; в виде припарок используют при подагрических и ревматических болях, геморрое, отёках, опухолях. Мазь из измельчённой свежей травы, сваренная на свином сале или сливочном масле, используется наружно при кожных сыпях, лишаях, дерматитах, перхоти, геморрое.

МАТЬ И МАЧЕХА ОБЫКНОВЕННАЯ –
Tussilago farfara L., семейство сложноцветные. Народные названия:

белокопытник, водяной лопух, околоречная трава, камчужная трава, ранник, подбел, конское копыто, мать-трава, мама, матца, мачишник, опухольные листья, двуличник. Многолетнее травянистое растение, растёт почти по всему СНГ.

*** Растение обладает** отхаркивающим, потогонным, противовоспалительным, аппетитным, жаропонижающим, и спазмолитическим действием. Оно применяется при плевритах, язвенной болезни, заболеваниях почек, цистите, туберкулезе легких, водянке, золотухе, бронхиальной астме, острых респираторных заболеваниях, пневмонии, кашле, удушье, гриппе, поносах и атеросклерозе.

а) 20,0 листьев и цветов настаивают 30 минут в стакане кипятка, пьют по столовой ложке 5-6 раз в день. В микроклизмах настой применяют для лечения колитов.

б) Столовую ложку листьев кипятят в стакане воды выпивают за день в несколько приемов.

в) 20,0 листьев и цветов настаивают в литре кипятка и пьют по 1/2 стакана 4 раза в день. Наружно настой применяют для лечения рожистого воспаления, ран,

абсцессов, опухолей, тромбофлебитов, ангиин, стоматитов.

* **Как обезболивающее** и противовоспалительное средство при гнойных заболеваниях кожи наружно применяют свежие измельченные листья и сок растения.

* **При насморке** в каждую ноздрю закапывают по 2-3 капли сока свежих листьев. Сухие листья и цветы курят при бронхиальной астме и кашле. Порошок сухих листьев по 1/3 чайной ложки 3 раза в день принимают при простудных болезнях.

* **Сок листьев** пьют по 4 столовые ложки в день при туберкулезе легких (в течение длительного времени), малярии, кашле и в качестве потогонного и желчегонного средства.

* **мать и мачеха, листья 4 части**
подорожник, листья 3 части
солодка, корни 3 части

Столовую ложку сбора настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 2 столовые ложки через каждые 3 часа как отхаркивающее средство.

* **мать и мачеха, листья**
подорожник, листья

сосна, почки – по 1 части

4 чайные ложки сбора настаивают 2 часа в стакане холодной воды, после чего кипятят и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день при бронхитах и коклюше.

* **мать и мачеха, листья 1 часть**
первоцвет аптечный, цветы 4 части
подорожник, листья 2 части
хвощ, трава 3 части

Столовую ложку сбора настаивают 2 часа в стакане холодной воды, кипятят несколько минут и выпивают за день в несколько приёмов при кашле, трахеобронхитах и хронических бронхитах.

* **мать и мачеха, листья**
медунка, листья
подорожник, листья
солодка, корни
фиалка душистая, корни – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают 2 часа в стакане холодной воды, варят несколько минут и пьют тёплым по стакану в день при кашле, остром и хроническом бронхитах.

* **мать и мачеха, листья 4 части**
пион уклоняющийся, корни 1 часть
росянка, трава 1 часть
тимьян, трава 3 части

фиалка душистая, корни 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают в стакане холодной воды, кипятят несколько минут и выпивают за день в несколько приёмов при кашле, трахеобронхите, хронических бронхитах.

МЕДУНКА МЯГЧАЙШАЯ – *Pulmonaria molissima Kern.*, семейство бурачниковые.

Синонимы и народные названия: *медуница мягокопушистая; легочница; Pulmonaria mollis Ldb.* Травянистый многолетник. Растёт в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке, в Средней Азии, европейской части СНГ, западном Закавказье.

* **Четыре чайные ложки травы** настаивают два часа в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды в качестве отхаркивающего, противовоспалительного вяжущего, и кровоостанавливающего средства при болях в горле, желудке, болезнях легких, в том числе туберкулезе легких, болезнях печени, нефритах, мочекаменной болезни, зобе.

* **Измельченные свежие листья** прикладывают к гнойным ранам для скорейшего их заживления.

МЕДУНКА ТЕМНАЯ – *Pulmonaria obscura Dumort.*, семейство бурачниковые. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, в Крыму.

* **В качестве отхаркивающего** средства применяют отвар травы 10,0:200,0 по столовой ложке 3 раза в день.

МЕЛИССА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – *Melissa officinalis L.*, семейство губоцветные. Народные названия и синонимы: *мята лимонная, мелисса лимонная, трава лимонная, медовая, пчелиная, маточник; Melissa romana Mill.* Многолетняя трава. Растёт на юге европейской части СНГ, Кавказе, Средней Азии, юге Западной Сибири.

* **Настой травы** применяют в качестве слабительного, седативного, маточного, потогонного и спазмолитического средства. Чаще всего его пьют при ослабленной деятельности желудочно-кишечного тракта, тошноте, отсутствии

аппетита, метеоризме, нервных заболеваниях (мигрень, бессонница, невралгии, половое перевозбуждение, невроз сердца, истерия), болезненных месячных, их задержке, хронических бронхитах и бронхиальной астме.

а) Восемь чайных ложек травы настаивают 4 часа в двух стаканах кипятка, принимают по 1/2 стакана 4 раза в день до еды. Этот же настой применяют для полоскания полости рта при зубной боли и гингивитах.

б) 25,0-50,0 травы настаивают в литре кипятка и пьют по 200,0 3-4 раза в день.

* **При ревматизме**, ушибах, язвах и фурункулах к пораженным местам прикладывают припарки из измельченной отваренной травы.

* **При обострении геморроя** и запорах чайную ложку сока травы разводят в стакане кипячёной воды и применяют в виде клизмы на одну процедуру.

* **Столовую ложку травы** настаивают в литре кипятка 2-3 часа и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день при мигрени и ничем необъяснимой головной боли.

* **мелисса, листья**

ромашка аптечная, цветы – по 1 части

2 столовые ложки смеси настаивают 8 часов в 3-х стаканах кипятка и пьют тёплым по стакану 3 раза в день при болезнях желудочно-кишечного тракта.

* **мелисса, листья 3 части**

мята, листья 3 части

ромашка аптечная, цветы 4 части

2 чайные ложки смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану за 30 минут до еды при гастритах с расстройством функции печени. Если все компоненты данного сбора берутся поровну, такой настой благотворно действует при желчнокаменной болезни.

* **мелисса, листья 4 части**

рута, трава 3 части

тимьян ползучий, трава 3 части

Столовую ложку смеси настаивают 3 часа в стакане холодной воды, кипятят 5 минут и пьют в течение дня в несколько приёмов при аскаридозе и гипертонической болезни.

МЕЛКОЛЕПЕСТНИК ЕДКИЙ – *Erigeron acer* L., семейство сложноцветные. Травянистый многолетник или двулетник. Растёт почти повсеместно.

* **Столовую ложку травы** настаивают в течение часа в стакане кипятка и применяют для полоскания горла при ангине. Настой обладает противовоспалительным и антисептическим действием.

* **Припарки из травы** используют как наружное обезболивающее средство.

МЕЛКОЛЕПЕСТНИК КАНАДСКИЙ – *Erigeron canadensis* L., семейство сложноцветные. Однолетник. Родина Канада. Растёт почти на всей территории СНГ.

* **Столовую ложку травы** настаивает час в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-6 раз в день в качестве кровоостанавливающего средства при легочных, кишечных, носовых, зубных, геморроидальных, послеродовых и обильных менструальных кровотечениях.

МИНДАЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Amygdalus communis* L., семейство

розоцветные. Дерево. В диком виде растёт в Средней Азии, культивируется там же и на Кавказе, и в Крыму.

* **Миндальное масло** пьют по 6-7 капель (иногда до чайной ложки) 3 раза в день в качестве успокаивающего, болеутоляющего, отхаркивающего, регулирующего действие желудочно-кишечного тракта и противоглистного средства. Таким же действием обладают и плоды, принимаемые по 3 штуки в день без косточек. Наружно масло применяют при лечении пролежней. При гепатитах и холециститах в качестве желчегонного средства масло можно принимать по 2 столовые ложки на приём.

* **Миндальные орехи** употребляют в пищу по 50,0-100,0 в день дробными дозами при атеросклерозе, после перенесенного инфаркта миокарда. Под влиянием лечения нормализуется жировой и белковый обмен, понижается уровень холестерина в крови, улучшается общее самочувствие, исчезают или уменьшается различные симптомы заболевания: головные боли, сердцебиение, ослабление памяти. Рекомендуются орехи и кормящим матерям, так как они обладают молокогонным действием.

* **100,0-120,0 ядер орехов** заливают кипятком и оставляют на 10 минут, затем воду сливают, ядра очищают от кожицы и толкут в ступке до получения кашицеобразной массы. Эту массу заливают тремя стаканами холодной воды, размешивают и отжимают. Выжимки толкут вторично и вновь заливают этой же водой. Полученное миндальное молоко кипятят, добавляют по вкусу сахар и принимают по полстакана после еды 3 раза в день для укрепления организма при истощении и после перенесенных тяжелых заболеваний.

МНОГОКОРЕННИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – ***Spirodela polyrriza* (L.) Schleid.**

семейство рясковые. Синонимы: *ряска многокорневая*; *Letna polyrriza* L. Растёт в водоёмах европейской части СНГ, Сибири, Дальнего Востока, Средней Азии, Кавказа.

* **Порошок всего растения** (разовая доза 2,0-6,0) применяется как жаропонижающее при простудных заболеваниях и мочегонное средство в детской практике. Он оказывает положительный эффект и при лечении у них витилиго.

* **При носовом кровотечении** порошок растения вдувают в нос. При выпадении прямой кишки его используют в качестве присыпки. Свежую размятую траву прикладывают к гнойным ранам для их скорейшего очищения и заживления.

МОГИЛЬНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – **Peganum harmala L.**, семейство парнолистниковые. Растение ядовито. Синоним: *гармала обыкновенная*. Растёт на юге Европы и Западной Сибири, в Казахстане и Средней Азии.

* **Чайную ложку травы** настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по столовой ложке три раза в день. Настой действует возбуждающе на центральную нервную систему, особенно на двигательные центры, учащает дыхание, понижает артериальное давление, расширяет периферические кровеносные сосуды, расслабляет мускулатуру различных органов. Кроме того, описано обезболивающее, седативное, антисептическое, противовоспалительное, потогонное, и мочегонное действие могильника. Он используется при простудных заболеваниях, сифилисе,

малярии, неврастении, истерических и эпилептических припадках и других заболеваниях.

* **В качестве** потогонного и глистогонного средства принимают семена растения по 10-15 штук 2-3 раза в день.

МОЖЖЕВЕЛЬНИК КАЗАЦКИЙ – **Juniperus sabina** L., семейство кипарисовые. Растение сильно ядовито. Народные названия: *можжевельник донской, можжуха казацкая*. Кустарник. Растёт на юго-востоке европейской части России, в Крыму, на Кавказе, южном Урале, в степях Сибири и горах Средней Азии.

* **Молодые свежие ветки** используют как abortивное средство, а также при лихорадке, параличах, истерии, припадках, глистных инвазиях.

* **Свежие измельченные листья**, смешанные и растертые со свиным салом или сливочным маслом, используют для лечения парши, чесотки, различных лишаяев и для выведения бородавок.

МОЖЖЕВЕЛЬНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

– **Juniperus communis L.**, семейство кипарисовые. Синонимы и народные названия: *верес вечнозелёный, верестник, можжевел, брыжжевельник, яловец, верес.* Дерево или кустарник. Растёт в европейской части СНГ, кроме степей Крыма и Кавказа, Сибири.

* **Настой плодов и побегов** из расчета 90,0 на ведро кипятка применяют для ванн при невралгиях, подагре, ревматизме и параличах. Этот же настой используют наружно в виде примочек, обмываний, местных ванн и полосканий при ранах, язвах, чесотке, ангине, стоматитах.

* **Препараты можжевельника** обладают мочегонным, отхаркивающим, потогонным, желчегонным, улучшающим аппетит, дезинфицирующим мочевые пути и регулирующим обмен веществ действием. Их применяют при хронических заболеваниях почек, сопровождающихся альбуминурией, хронических циститах, водянке, малярии, ревматизме, нервных заболеваниях, цинге, болезнях печени, мочекаменной болезни. Можжевельник

усиливает также перистальтику кишечника и снимает его спазмы.

а) Настой плодов и побегов 1:20 пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

б) Столовую ложку плодов кипятят 20 минут в двух стаканах воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

г) Две чайные ложки ягод настаивают два часа в двух стаканах холодной кипяченой воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

* **Для лечения весеннего авитаминоза** и астении рекомендуется жевать свежие плоды. Курс начинают с четырех ягод в день, ежедневно дозу увеличивают на одну ягоду и доводят их счет до 13, после чего дозу уменьшают снова до четырех штук.

* **Отвар корней** применяют при импотенции. Настойку корней на спирту – при туберкулёзе, бронхите, почечнокаменной болезни, кожных заболеваниях. Настой древесины – мочегонное средство. Эфирное масло, как фитонцидное средство, используют для лечения трихомонадных кольпитов.

* **можжевельник, плоды 2 части**
пырей, корневища 1 часть

хвощ, трава 2 части

Столовую ложку сбора настаивают 20 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день до еды как мочегонное средство.

* **можжевельник, плоды 3 части**

солодка, корни 1 часть

фенхель, плоды 1 часть

Столовую ложку сбора настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и выпивают за день как мочегонное средство.

* **можжевельник, плоды**

петрушка, корни

стальник полевой, корни

солодка, корни – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут, выпивают за день как мочегонное средство. Сбор противопоказан при беременности и острых заболеваниях мочевыводящих путей.

Примечания: Препараты можжевельника противопоказаны при острых заболеваниях почек. Если во время лечения в моче появилась кровь, то это указывает на поражение паренхимы почек.

МОЛОДИЛО КРОВЕЛЬНОЕ –

Sempervivum tectorum L., семейство толстянковые. Синоним: *живучка*. Травянистый многолетник. Растёт во многих областях европейской части СНГ.

* **Две чайные ложки свежих листьев** настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день до еды при лихорадке, дизентерии, язвенной болезни, болезненных месячных, эпилепсии и в качестве отхаркивающего средства при заболеваниях органов дыхания.

* **2-3 столовые ложки листьев** настаивает в стакане водки и пьют по 20-30 капель до еды при эпилепсии.

* **Несколько измельченных листьев** заворачивают в марлю и прикладывают к больным местам, таким образом лечат геморрой, мозоли, раны, ожоги, сводят веснушки и бородавки.

* **Измельченные листья**, мед и несоленое сливочное масло, взятые в равных количествах, тщательно перемешивают и полученной мазью лечат маститы и различные кожные сыпи.

МОЛОЧАЙ БОЛОТНЫЙ – *Euphorbia palustris* L., семейство молочайные. Растение ядовито.

* Растение используют наравне с молочаем прутьевидным.

МОЛОЧАЙ ПРУТЬЕВИДНЫЙ – *Euphorbia virgata* W. et K., семейство молочайные. Растение сильно ядовито. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе, в Средней Азии.

* Свежий млечный сок растения применяют наружно как косметическое средство для выведения веснушек, пятен на лице, мозолей, бородавок и лишаяев.

МОРДОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Echinops ritro* L., семейство сложноцветные. Народное название: *мячики*. Многолетнее травянистое растение. Растёт в европейской части СНГ, Сибири, Средней Азии.

* Используется наравне с мордовником шароголовым.

МОРДОВНИК ШАРОГОЛОВЫЙ –
***Echinops sphaerocephalus* L.**, семейство
сложноцветные. Синоним: *Echinops maximus*
Sievers. Травянистый многолетник. Растёт в
Заволжье, Западной и Восточной Сибири,
Казахстане, Средней Азии, европейской
части СНГ.

* **2-3 чайные ложки плодов** настаивают в
стакане кипятка и выпивают за день в
несколько приёмов. Растение обладает
тонизирующим, общеукрепляющим,
мочегонным, потогонным действием. При
лечении повышается возбудимость нервно-
мышечного аппарата, повышается
функциональная активность коры головного
мозга, улучшается проведение импульсов в
спинном мозге. Применяют плоды при
параличах вследствие механических
повреждений нервов, артериальной
гипотензии, миопатии, периферических
параличах и парезах, плекситах,
радикулитах, последствиях полиомиелита.

Противопоказания: стенокардия,
гипертоническая болезнь III степени,
бронхиальная астма, беременность.

МОРКОВЬ ДИКАЯ – *Daucus carota* L.,
семейство зонтичные.

* **Плоды используют** как мочегонное и растворяющее песок в мочевом пузыре средство. Они также способствуют нормализации процесса пищеварения и снятию спазмов гладкой мускулатуры кишечника при метеоризме.

а) Столовую ложку семян заваривают в стакане кипятка и всю ночь парят в духовке. Настой принимают горячим по 3 стакана в день.

б) Порошок семян принимают внутрь по 0,3 три раза в день.

МОРКОВЬ ПОСЕВНАЯ – *Daucus sativus* (Hofm.) Roehl., семейство зонтичные.
Синонимы: *Daucus carota* L. (*pro parte*), морковь культурная. Двулетнее растение. Культивируется повсеместно.

* **При общем упадке сил, расстройстве** желудочно-кишечного тракта (запорах), гипогалактии, экссудативном диатезе, кашле, пониженной сопротивляемости к инфекционным болезням, туберкулезе в начальной стадии, болезнях печени, импотенции, глистных инвазиях, анемии,

авитаминозах, геморрое, постинфарктном состоянии, а также в качестве мочегонного и улучшающего пищеварение средства применяют свежий сок корнеплода по 1/2 стакана 2 раза в день до еды. В тех же случаях употребляют в пищу свежий или варёный корнеплод не менее двух раз в день.

* **Свежий сок корнеплода** (стерильный) закапывают в глаза при конъюнктивитах, им же смазывают слизистую полости рта при молочнице.

* **Сок моркови** с мёдом (1:1) пьют по 1-2 столовые ложки 2-3 раза в день при кашле.

* **При геморрое**, а также почечнокаменной болезни в качестве растворяющего песок средства пьют настой ботвы вместо чая.

* **Протертый свежий корнеплод** прикладывают к ожогам, гнойникам, язвам, обмороженным местам. Лечение гнойных незаживающих ран по Н.И.Пирогову: в течение дня слои повязки, прилегающие к ране, смачивают соком моркови 2-3 раза в день. На следующий день повязка меняется.

* **При мочекаменной болезни** (мочегонное средство), геморрое (болеутоляющее) и болезнях органов пищеварения

(спазмолитическое) применяют отвар семян или же порошок из них.

а) Порошок из семян принимают по 1,0 в день в три приема.

б) Столовую ложку семян заваривают в стакане кипятка, настаивают 12 часов в духовке и пьют горячим по 1/2 стакана 5-6 раз в день.

* **Морковные маски** при сухой коже: 2 средних корнеплода, натёртых на тёрке, смешивают с яичным желтком, наносят толстым слоем на лицо, выдерживают 20-25 минут, после чего очищают тампоном, смоченным водой. Делают маски не реже 1-2 раз в неделю.

* **морковь, листья**

петрушка, листья – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 30 минут до еды при почечнокаменной болезни и геморрое.

* **морковь, сок корнеплода**

редька, сок корнеплода

свёкла, сок корнеплода – по 1 части

Смесь соков пьют при анемии по 1-2 стакана в день перед едой в течение нескольких месяцев. Другой способ

применения. Смесь соков сливают в тёмную бутылку, обмазывают её тестом, не закрывая горло, и ставят в духовку на 3 часа, чтобы сок потомился. Пьют до еды по столовой ложке 3 раза в день.

Противопоказания. Сырую морковь не рекомендуется употреблять в пищу при энтероколитах и язвенной болезни.

МЫЛЬНЯНКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – *Saponaria officinalis* L., семейство гвоздичные. Растение ядовито. Народные названия: *мыльный корень, мыльник лекарственный, собачье или татарское мыло, стягач, сороканедужник, разрыв-трава, мыльный цвет.* Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе и в Западной Сибири.

* **Корни обладают** отхаркивающим, мочегонным, слабительным, потогонным, желчегонным, улучшающим обмен веществ действием. Препараты из них применяют при заболеваниях почек, упорном кашле, болезнях селезенки, печени, ревматизме, подагре, водянке.

а) Чайную ложку корней настаивают 8 часов в стакане холодной воды и выпивают в течение дня после еды

б) 6,0 корней кипятят 30 минут на водяной бане в 200,0 воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день. Этот отвар применяют также наружно в виде примочек и полосканий при ангине, экземе, псориазе и фурункулезе, при насморке его закапывают в нос.

* **мыльнянка, корни**
одуванчик, корни
ромашка аптечная, цветы – по 1 части

2 чайные ложки смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану на ночь для поддержания регулярного стула при гепатите.

* **мыльнянка, корни**
одуванчик, корни
пырей, корневище
тысячелистник, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают час в стакане кипятка и пьют 1 раз в день натощак по 1/2 стакана при атеросклерозе.

Примечания. 1. Большие дозы и длительный прием вызывают раздражение желудочно-кишечного тракта (рвоту, понос), а передозировка при наружном применении – раздражение кожи.

2. В качестве отхаркивающего средства корни не требуют вымачивания, в других случаях их предварительно заливают водой на 5-6 часов. Вымачивая, постоянно сливают пену и добавляют новую порцию воды. После вымачивания корни сушат.

МЯТА ДЛИННОЛИСТНАЯ – *Mentha longifolia* (L.) Huds., семейство губоцветные. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, на Кавказе.

* Используется наравне с мятой перечной.

МЯТА ПЕРЕЧНАЯ – *Mentha piperita* L., семейство губоцветные. Синонимы и народное название: *мята холодная, английская, холодка*. Многолетник. Широко распространена в культуре.

* **Растение обладает** потогонным, седативным, вяжущим, обезболивающим, желчегонным, и дезинфицирующим действием. Оно применяется при воспалительных заболеваниях горла, верхних дыхательных путей, болезнях желудка, печени, тошноте, отсутствии аппетита, метеоризме, колитах и энтеритах, расстройствах сердечной

деятельности, гипертонической болезни, стенокардии, истерии, ипохондрии, бессоннице.

а) 5,0-20,0 листьев настаивают в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

б) 15,0-30,0 листьев настаивают в 100,0 водки и пьют по 15-40 капель 3 раза в день.

* **мята, листья**

чистотел, трава – по 1 части

2 столовые ложки смеси отваривают в стакане воды и пьют по стакану 2 раза в день в качестве желчегонного средства при желчнокаменной болезни.

* **мята, листья**

ромашка, цветы

тимьян, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют как желчегонное средство по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

* **мята, листья 3 части**

ромашка, цветы 3 части

фенхель, плоды 1 часть

шалфей, листья 3 части

Чайную ложку смеси настаивают в стакане кипятка и применяют как полоскание при ларингите и ангилах.

* **мята, листья**
полынь горькая, трава
ромашка, цветы
тысячелистник, трава
шалфей, листья – по 1 части

2 чайные ложки смеси настаивают в стакане кипятка и пьют тёплым по 1/2-1/4 стакана 2 раза в день до еды при гастритах и энтеритах.

МЯТА ПОЛЕВАЯ – *Mentha arvensis* L., семейство губоцветные. Синонимы: *мята японская, китайская*. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке и в Средней Азии.

* Используется наравне с мятой перечной.

НАСТУРЦИЯ БОЛЬШАЯ – *Tropaeolum majus* L., семейство настурциевые. Синонимы: *капуцин, настурция майская*. Однолетник. Культивируется по всей территории СНГ.

* **20,0 травы** (цветы, листья и семена) настаивают в 200,0 воды и пьют по 2-3 столовые ложки 4 раза в день при цинге, анемии, почечнокаменной болезни, цистите.

При молочнице и стоматитах настой травы с медом применяют для полоскания полости рта.

* **Сок свежих листьев** пьют по 10,0-12,0 в день при бронхитах с густым секретом.

НЕДОТРОГА ОБЫКНОВЕННАЯ – **Impatiens noli - tangere L.**, семейство бальзаминовые. Ядовитое растение. Синонимы и народные названия: *бальзамин лесной, желтый; прыгун*. Однолетник. Растет в европейской части СНГ (кроме Крыма), Западной и Восточной Сибири, Казахстане, Средней Азии, на Дальнем Востоке.

* **Настой травы** в небольших дозах применяют внутрь при водянке, мочекаменной болезни и как рвотное средство. Наружно его используют для обмывания ран и для ванн при ревматизме.

* **Свежие измельченные листья** прикладывают к ранам, язвам, геморроидальным шишкам в качестве противовоспалительного средства.

НЕДОТРОГА БАЛЬЗАМИНОВАЯ – *Impatiens balsamina* L., семейство бальзаминовые. Синоним: *бальзамин*. Однолетнее растение. Растёт на Дальнем Востоке и в Средней Азии. Декоративное.

* **Водный настой из семян, корней, листьев** (разовая доза сырья 1-3 грамма) пьют как антитоксическое средство при отравлении рыбой и укусах змей. Он также регулирует месячные, ускоряет роды, повышает тонус мышц.

НЕЗАБУДКА ПОЛЕВАЯ – *Myosotis arvensis* (L.) Hill., семейство бурачниковые. Однолетник. Растёт почти повсеместно.

* **Две чайные ложки** травы настаивают 4 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день в качестве противокашлевого, противовоспалительного и кровоостанавливающего средства при туберкулезе легких с кровохарканьем, исхудании и ночных потах, хроническом бронхите, туберкулезе кишечника.

* **При кожных сыпях** и сухой экземе применяют обмывания отваром, приготовлениям из четырех столовых ложек травы, прокипяченной 10 минут в двух

стаканах воды и настоянной не менее двух часов.

НЕСЛИЯ МЕТЕЛЬЧАТАЯ – *Neslia paniculata* L., семейство крестоцветные. Синоним: *круглец*. Однолетник. Растёт в европейской части СНГ, в Сибири, Средней Азии.

* **Две чайные ложки** травы настаивают около часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при болезнях селезенки.

* **Для лечения ран**, опухолей, гнойников к пораженным местам прикладывают измельченные свежие листья.

НОГОТКИ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ – *Calendula officinalis* L., семейство сложноцветные. Синоним: *календула*. Однолетник. Культивируют по всей территории СНГ.

* **Растение обладает** успокаивающим, улучшающим обмен веществ, желчегонным, маточным действием. Его применяют при болезнях селезенки, печени, мочевого и желчного пузырей, спазмах желудка и

кишечника, гастритах, язвенной болезни, кашле, неврозах, климактерических расстройств, гипертонии и сердечных заболеваниях с одышкой и отеками, аритмиях, бессоннице, судорогах, расстройствах месячных.

а) Две чайные ложки цветов (оранжевые в несколько раз активнее желтых) настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день.

б) Две столовые ложки листьев отваривают в стакане воды и пьют по столовой ложке 4-5 раз в день.

в) Настойку цветов 25,0:100,0 водки принимают по 30 капель 3 раза в день.

*** При наружном** использовании ноготки действуют как бактерицидное, ранозаживляющее и дезинфицирующее средство. Применяют их в виде мазей, примочек, ванн, обмываний, спринцеваний и полосканий. Назначают для лечения гнойных ран, карбункулов, фурункулов, язв, ожогов, ссадин, стоматитов, ангин, трещин ануса, ячменей, угрей, мозолей, язв и эрозий шейки матки, трихомонадного кольпита, геморроя, белей, блефарита, импетиго.

а) Мази:

- 1) Сок растения 1 часть
сало свиное несоленое 10 частей
- 2) Порошок краевых цветов 1 часть
ланолин (или вазелин) 5 частей.
- б) 10,0 листьев кипятят 5 минут в стакане воды. Наружное.

в) Две столовые ложки цветов настаивают в стакане кипятка, применяют наружно.

* **НОГОТКИ, ЦВЕТЫ 1 часть**

тысячелистник, трава 1 часть

2 столовые ложки смеси настаивают 12 часов в двух стаканах воды, пьют по 1/2 стакана 4 раза в день после еды при воспалении селезёнки.

* **НОГОТКИ, ЦВЕТЫ**

подорожник большой, листья

ромашка аптечная, цветы

тысячелистник, трава

череда трёхраздельная, трава – по 1 части

1-2 столовые ложки смеси нагревают на водяной бане в стакане воды 15 минут, пьют по 1/2-1/3 стакана 3-5 раз в день при острых гастритах наряду с промыванием желудка.

Противопоказание. Внутрь календула противопоказана при гипотонии.

НОРИЧНИК ШИШКОВАТЫЙ –
Scrophularia nodosa L., семейство
норичниковые. Растение ядовито.
Синоним: *норичник узловатый*.
Травянистый многолетник. Растет в
европейской части СНГ, в Сибири.

* **Половину чайной ложки** корневища
настаивают в стакане кипятка, пьют 3-4 раза
в день с таким расчетом, чтобы дневная доза
настоя не превышала половины стакана.
Применяют его в качестве мочегонного,
потогонного и противовоспалительного
средства. Этот же настой, а также
измельченные свежие листья используют
наружно при геморрое, золотухе, гнойниках,
ранах, ангине, зудящихся сыпях и язвах.
Раны и язвы засыпают также порошком
сухих листьев.

ОБЛЕПИХА КРУШИНОВИДНАЯ –
Hippophaë rhamnoides L., семейство
лоховые. Народные названия: *млечник,*
сибирский ананас. Кустарник или дерево.
Растёт в Западной и Восточной Сибири,
Казахстане, Средней Азии, на Кавказе.
Культивируют широко.

* **Плоды являются** источником витаминов, применяются для лечения и профилактики гиповитаминозов. Отваром плодов лечат заболевания желудочно-кишечного тракта, отвар плодов и листьев – используют при ревматических болях и выпадении волос, отвар коры – при дизентерии и опухолях. В листьях содержится большое количество аскорбиновой кислоты, что позволяет использовать их в виде напитка для лечения и профилактики цинги.

* **Ягоды растирают** в эмалированной посуде деревянным пестом, отжимают сок, дают ему отстояться. Через некоторое время на поверхность всплывает оранжево-красное масло, которое осторожно собирают, из-за высокой кислотности его целесообразно смешивать с каким-либо нейтральным жиром. Облепиховое масло пьют при язвенной болезни, гастритах, колитах, геморрое, малокровии и гипертонической болезни. Лечение начинают с чайной ложки 3 раза в день и постепенно доводят до столовой ложки 3 раза в день. При лучевой терапии рака пищевода и рака кожи во время всего курса лечения и по его окончании в течение 2-3

недель принимают по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день. При кольпитах ежедневно в течение 10-15 дней смазывают стенки влагалища облепиховым маслом. Эрозии шейки матки и эндоцервициты лечат тампонами с маслом (5,0-10,0 на тампон). Процедуры отпускаются ежедневно в течение 8-12 дней. При необходимости курс повторяют через 4-6 недель.

* **Для лечения обморожений**, ожогов, флегмонозных угрей, псориаза, язвенной волчанки, нейродермитов, хейлита и трещин кожи применяют облепиховую мазь, в состав которой входит 3-9 процентов облепихового масла и 97-91 процент вазелинового масла.

Противопоказания. Облепиховое масло противопоказано при остром холецистите, расстройстве желудочно-кишечного тракта, болезнях поджелудочной железы.

ОВЕС ПОСЕВНОЙ – *Avena sativa* L., семейство злаковые. Однолетнее растение, встречается только в культуре, почти космополит.

* **Настой овсяных хлопьев** или муки (толокно) пьют при диабете,

реконвалесценции и как успокаивающее средство при бессоннице, неврастении, хорее, нервном истощении. При бессоннице, переутомлении, неврастении и в качестве тонизирующего средства принимают настойку зелёной травы.

* **Для ослабления** пристрастия к никотину применяют отвары и настои семян овса.

а) 100,0 семян настаивают 4 часа в двух литрах воды, затем кипятят в течение часа. Пьют отвар по 100,0 3 раза в день в течение месяца за час до еды или через час после еды. Если лечение не помогло и больной не смог бросить курить, курс необходимо повторить.

б) Три весовые части семян настаивают при комнатной температуре в одной части 96-градусного спирта, часто помешивая. Через три дня настойку фильтруют, разводят водой (на часть настойки 5 частей кипяченой воды) и пьют по столовой ложке 4 раза в день.

в) 10,0 свежих или сухих зерен промывают от пыли и вместе с верхней кожурой измельчают, заливают 100 граммами водки, настаивают 10-12 дней и пьют по чайной ложке 3-4 раза в день.

* **30,0** травы или свежей соломы настаивают 2 часа в литре кипятка и пьют по 1/2 стакана 4-5 раз в день в качестве жаропонижающего, потогонного, ветрогонного, мочегонного средства при простудных заболеваниях, водянке, болезнях почек, а также в качестве успокаивающего средства при бессоннице.

* **0,3-0,5 кг** травы или соломы кипятят 30 минут в ведре воды и используют для ванн и обмываний при золотухе, рахите, ревматизме, простреле (люмбаго), ожогах, отморожениях, кожных болезнях и повышенной потливости ног.

* **Семена** обладают общеукрепляющим, обволакивающим и болеутоляющим действием, отвары из них используют при истощении, туберкулезе, острых желудочно-кишечных заболеваниях, сопровождающихся поносами, отсутствии аппетита, болезнях легких, горла, переутомлении, гипертонии, неврастении и бессоннице.

а) Столовую ложку семян долгое время кипятят в стакане воды и пьют как чай без указанной дозировки.

б) стакан семян или овсяной крупы кипятят в 5 стаканах воды, отвар уваривают до половины объема и фильтруют. В фильтрат вливают равное количество молока и вновь кипятят. Затем добавляют 4 чайные ложки меда и выпивают теплым за день в 2-3 приема.

в) стакан неочищенного зерна кипятят 2 часа на медленном огне в литре воды. Отвар процеживают и пьют за 20-30 минут до еды в течение дня. Курс лечения 1-1,5 месяца, которые повторяют 3-4 раза в год.

* **овес, семена 1 столовая ложка**
тмин, плоды 2 столовые ложки
тысячелистник, трава 2,5 столовых ложек

укроп, плоды 1 чайная ложка

Всё количество смеси настаивают 10 минут в 2-х стаканах кипятка и пьют по 2 столовые ложки через каждые 2 часа при метеоризме.

ОГУРЕЦ ПОСЕВНОЙ – *Cucumis sativus* L., семейство тыквенные. Однолетнее растение, культивируется почти повсеместно.

* **Сок свежих огурцов** по 2-3 столовые ложки 2 раза в день, а также свежие огурцы по несколько штук в день применяют для лечения водянки (мочегонное средство), при болях в желудке, хронических запорах, туберкулезе легких, кашле, и в качестве желчегонного и жаропонижающего средства.

* **15,0 перезрелых огурцов** и плетей отваривают в 100,0 воды и пьют по 2-3 столовые ложки 2-3 раза в день при желтухе и других заболеваниях печени. Отваром цветов лечили малярию.

* **10,0 огуречных семян** обливают кипятком, очищают от кожуры и растирают с водой (100,0) до образования эмульсии. Используют для косметических масок, которые способствуют очищению кожи и повышению её эластичности.

* **Смешивают свежий огуречный сок**, толчёные огуречные семена, рисовую муку, высушивают, измельчают. Полученной пудрой присыпают на ночь угри и воспалённые участки кожи.

* **Лосьон для жирной кожи:** стакан свеженатёртых огурцов заливают стаканом водки, настаивают 2 недели. Для сухой

кожи этот лосьон наполовину разбавляют водой и на каждые 100,0 добавляют чайную ложку глицерина.

*** 3 столовые ложки измельчённых плодов** настаивают 2-3 часа в стакане кипятка, добавляют чайную ложку мёда, используют для лечения угрей. Для этого после каждого умывания протирают лицо лосьоном и оставляют его на коже на 30-40 минут, после чего умываются прохладной водой.

*** Четыре столовые ложки** измельченных свежих огурцов с кожицей настаивают 4 часа в двух стаканах кипятка и применяют для обмываний и примочек при угрях, веснушках, чрезмерном загаре.

**ОГУРЕЧНАЯ ТРАВА
ОБЫКНОВЕННАЯ – *Borago officinalis* L.,**
семейство бурачниковые. Синонимы: *бурачник лекарственный, обыкновенный, аптечный; Borago aspera Gilib.* Однолетник. Растёт на юге европейской части СНГ, Кавказе, в Средней Азии, нередко культивируется в огородах.

*** Растение используют как** успокаивающее средство при неврастении и

неврозах сердца, мочегонное – при заболеваниях мочевыводящих путей, легкое слабительное и обволакивающее – при колитах, смягчительное и потогонное – при суставном ревматизме и респираторных инфекциях. Кроме того, оно улучшает обмен веществ в организме.

а) Отвар листьев и цветов 20,0:200,0 употребляют по столовой ложке три раза в день. Курс лечения 3-4 недели.

б) Настой цветов 1:40 принимают по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день.

в) Настой травы 1:20 пьют по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день.

* **Свежие измельченные листья** прикладывают к гнойным ранам. Для их лечения используют также 8-процентный настой листьев.

* **Две столовые ложки травы** настаивают 5 часов в стакане кипятка и, добавив немного сахара, принимают по столовой ложке 5-6 раз в день при отеках, воспалении почек и ревматизме.

ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – *Taraxacum officinale* Web., семейство сложноцветные. Народные названия:

молочник, пуховка, пустодуй, пушки, кульбаба, одуй-плешь, попова плешь, подоиница. Травянистый многолетник. Растёт в умеренной зоне обеих полушарий.

* **Чайную ложку корней** настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды. Препарат оказывает желчегонное, слабительное, возбуждающее аппетит, улучшающее пищеварение, молокогонное, отхаркивающее, мочегонное, жаропонижающее и улучшающее обмен веществ действие. Он применяется при расстройствах желудочно-кишечного тракта, запорах, геморрое, болезнях печени и желчного пузыря, гипогалактии, болезнях легких, фурункулезе, желчнокаменной болезни и гастрите.

* **При желтухе, болезнях** мочевого пузыря, атеросклерозе, анемии, нарушениях метаболизма, и как тонизирующее средство пьют свежий сок листьев по 2-3 столовые ложки в течение четырех недель.

* **При атеросклерозе** ежедневно принимают по пять граммов порошка из корня.

* **При хронических заболеваниях** печени принимают по столовой ложке 1-2 раза в день микстуру, приготовленную по следующей прописи:

сок свежих корней	100,0
спирт 96-градусный	15,0
глицерин	15,0
вода	17,0

* **Для лечения экземы** используют мазь, приготовленную из одной части порошка корней и одной части меда. Смывают мазь с тела теплой молочной сывороткой.

* **Свежим соком листьев** смазывают места укула пчёл, ос и т.д. (уменьшается боль, отёчность), при кожных болезнях, угрях, веснушках, пигментных пятнах, небольших молодых бородавках.

* **одуванчик, корни**
пустырник, трава – по 1 десертной ложке

Всю смесь заливают тремя стаканами кипятка, настаивают 2 часа и пьют по 3/4 стакана 3 раза в день с мёдом за 30 минут до еды при малокровии.

* **одуванчик, корни 1 часть**
полынь горькая, трава 2 части
тысячелистник, трава 2 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке за 15-20 минут до еды при отсутствии аппетита.

- * **одуванчик, корни**
ревень, корни
чистотел, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и в качестве желчегонного средства выпивают за день в несколько приёмов.

ОКОПНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – ***Symphytum officinale* L.**, семейство бурачниковые. Растение ядовито. Народные названия: *чёрный корень, живокость*. Травянистый многолетник. Растёт почти по всей Европе, в Крыму, на Кавказе, в Западной Сибири, Восточном Казахстане, в Средней Азии.

* **Окопник** применяется при маточных, легочных, геморроидальных и других кровотечениях как кровоостанавливающее средство, как аппетитное и обволакивающее – при желудочно-кишечных заболеваниях, в том числе поносах, дизентерии, язвенной болезни. Кроме того, растение используют в

качестве отхаркивающего средства при катарах верхних дыхательных путей и туберкулезе легких, пользуются им также при ревматизме, подагре, резах при мочеиспускании.

а) 10,0 корней настаивают 10 дней в 100,0 водки и пьют по 15-20 капель 3 раза в день.

б) 5,0-10,0 корней отваривают в 200,0 воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

в) Часть истолченного корня смешивают с двумя частями меда и принимают по чайной ложке 3 раза в день до еды.

г) Две чайные ложки свежего корня настаивают 8 часов в 1,5 стакана холодной воды, настой сливают, а корни вновь заливают 1,5 стаканами кипятка, настаивают 30 минут. Затем оба настоя смешивают и пьют по 1/4 стакана 4-6 раз в день до еды.

* **Корень растения** применяют для лечения переломов и туберкулеза костей.

а) Мазью, приготовленной из истолченного корня и свиного жира (1:1), смазывают больные места.

б) Больные места обкладывают истолченной массой свежего корня, сухие корни предварительно увлажняют.

* **Сок свежих стеблей** закапывают в нос при кровотечениях по 1-2 капли в каждую ноздрю.

* **Три чайные ложки корня** нагревают 30 минут в 0,5 литра воды, настаивают 4 часа и применяют наружно для полосканий, ванн, компрессов, обмываний при ангинах, стоматитах, фарингитах, фурункулах, язвах, нарывах, ушибах, болях в суставах, дерматитах, золотухе в качестве вяжущего, заживляющего и противовоспалительного средства

ОЛЬХА КЛЕЙКАЯ – *Alnus glutinosa Gaerth.*, семейство березовые. Синоним: *ольха черная; Alnus vulgaris Mill.* Дерево. Растёт в европейской части СНГ, в Западной Сибири (изредка возле Тюмени).

* **Препараты ольхи** применяют как вяжущее, кровоостанавливающее, потогонное, противовоспалительное, снижающее интоксикацию средство при острых и хронических колитах, дизентерии, энтероколитах, подагре, ревматизме, простудных заболеваниях.
а) 15,0 соплодий настаивают в 200,0

кипятка, принимают по столовой ложке 3-4 раза в день.

б) Чайную ложку соплодий настаивают 15 суток в 100,0 водки. Употребляют настойку по 20-30 капель до еды.

в) 4,0 соплодий отваривают в стакане кипятка, настаивают 2 часа и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день до еды.

г) 15,0 соплодий отваривают в стакане воды 15 минут и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

* **Отвар коры** 15,0:200,0 принимают при поносах по столовой ложке 3-4 раза в день. Им же полощут рот при стоматитах.

* **Измельченные и разогретые листья** прикладывают к молочным железам для усиления отделения молока.

ОМЕЖНИК ВОДЯНОЙ – *Denanthe aquatica* (L.) Poir., семейство зонтичные. Растение ядовито. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири.

* **Плоды** используются в составе некоторых чаёв.

ОМЕЛА БЕЛАЯ – *Viscum album* L., семейство ремнецветниковые. Растение ядовито. Народные названия: *птичий клей, ивилга, вихорево гнездо*. Кустарничек, паразитирующий на лиственных (редко хвойных) деревьях. Встречается на юго-западе европейской части СНГ, в Крыму и на Кавказе.

*** Растение применяют** при болях различного происхождения, геморроидальных, маточных, желудочно-кишечных, легочных кровотечениях, эпилепсии, истерии (успокаивающее действие), глистных инвазиях (круглые глисты), судорогах, гипертонической болезни 1-2 стадии, атеросклерозе.

а) 25,0-30,0 молодых побегов кипятят 10-15 минут в литре воды и пьют по 50,0-60,0 3 раза в день.

б) 15,0 молодых побегов настаивают в 200,0 кипятка и принимают по столовой ложке 3 раза в день.

в) 25,0 молодых побегов настаивают в 100,0 водки и пьют по 30 капель 3 раза в день.

г) Чайную ложку молодых побегов настаивают 7-8 часов в стакане холодной

кипяченой воды и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день.

* **Отвар побегов** применяют для сидячих ванн и орошений при лечении геморроя, женских заболеваний и ран.

Примечание. Наибольший гипотензивный эффект оказывают листья омелы, растущей на иве, собранные в январе.

ОРЕХ ГРЕЦКИЙ – *Juglans regia* L., семейство ореховые. Синоним и народные названия: *орех волошский, орешник грецкий, горшина.* Дерево. Растёт на Кавказе и в Средней Азии. Культивируют на юге России, Украине, Кавказе и Средней Азии.

* **1-2 чайные ложки листьев** настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день в качестве тонизирующего и улучшающего обмен веществ средства при авитаминозах, истощении, слабости, атеросклерозе. Настой находят применение также при лечении поносов и изгнании глистов.

* **Столовую ложку листьев** кипятят 20 минут в двух стаканах воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при сахарном диабете, функциональном

расстройстве желудка и кишечника, атеросклерозе и в качестве тонизирующего и улучшающего обмен веществ средства. Более концентрированный отвар (1:4) применяют наружно для лечения ангин, сыпей, угрей, экзем, гнойничков, золотухи.

* **50,0-80,0 листьев** настаивают 15-20 дней в 300,0 подсолнечного масла, полученный настой используют для лечения ран и язв. Для этих же целей наружно применяются свежие измельчённые листья.

* **Отвар и настой корки плодов 10,0:150,0** используют для лечения ран, угрей, гнойничковых сыпей, лишая, экземы.

* **15,0 листьев** настаивают 7 суток в 100,0 подсолнечного масла, затем три часа варят на водяной бане, дважды процеживают через марлю и снова кипятят 30 минут, после чего добавляют 15,0 воска, размешивают и охлаждают, полученной мазью пользуются для лечения ран.

* **Ядра орехов** обладают противосклеротическим действием, их используют для лечебного питания при кардиосклерозе, склерозе сосудов головного мозга и других заболеваниях, протекающих

на фоне атеросклероза, а также при малокровии.

* **20,0 незрелых орехов** заливают двумя стаканами кипящей воды, настаивают в течение часа и пьют по полстакана после еды, подсластив сахаром или медом, как напиток, содержащий в большом количестве витамин С.

* **30,0 измельчённых листьев** и зелёных плодов настаивают в литре водки и пьют по 20 капель 3-4 раза в день за 20-30 минут до еды в течение 3-4 месяцев при анемии.

* **Листья и корни** грецкого ореха по 10,0 каждый заваривают в 500,0 кипятка, добавляют 8,0 кальция хлорида и пьют по столовой ложке 3 раза в день, как средство повышающее иммунитет, антисептическое, общеукрепляющее в период реконвалесценции, а также для лечения рахита у детей и для ускорения заживления ран.

* **орех грецкий, листья 1 часть**
хмель, соплодия 2 части
шалфей, листья 2 части

Столовую ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и назначают матерям во время отнятия ребёнка от груди для

уменьшения выделения молока по 1/2 стакана 3-4 раза в день через час после еды.

* **орех грецкий, листья**
цикорий, корни
чистотел, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по 3 стакана в день при холециститах и холангитах.

ОРЛЯК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Pteridium aquilinum* (L.) Kuhn., семейство настоящие папоротники. Растение ядовито. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе, Дальнем Востоке, в Средней Азии, в Западной и Восточной Сибири.

* **Отвар корневищ** используют как слабительное и глистогонное (против ленточных глистов), средство, а также как мочегонное, жаропонижающее и болеутоляющее при простудных заболеваниях, малярии, болезнях органов дыхания и ревматизме.

ОСЛИННИК ДВУЛЕТНИЙ – *Oenothera biennis* L., семейство кипрейные. Синоним: *энотера двулетняя*. Однолетнее или

двулетнее травянистое растение. Растёт в средней полосе СНГ.

* **Трава используется** при диспепсии, истощающих, обезвоживающих организм поносах, в особенности у маленьких детей.

а) Одну часть травы настаивают в 5 частях 40-градусного спирта и пьют по 20-30 капель 3-4 раза в день.

б) 2 чайные ложки травы настаивают в стакане кипятка и выпивают за день в несколько приёмов.

ОСОТ ОГОРОДНЫЙ – *Sonchus oleraceus* L., семейство сложноцветные. Однолетник. Встречается почти повсеместно. Сорняк.

* **Столовую ложку травы** настаивают час в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при воспалительных процессах в слизистой желудка, кишечника, желтухе, геморрое и в качестве молокогонного средства.

ОЧИТОК ЕДКИЙ – *Sedum acre* L., семейство толстянковые. Растение ядовито. Народные названия: *молодило, гонец, расходник, скрипун острый*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Крыму, на Кавказе.

* **Очиток** применяют при лихорадке, простудных заболеваниях, геморрое, атонии кишечника, цинге, желтухе, водянке (мочегонное действие), эпилепсии, малокровии, а также в качестве тонизирующего и слабительного средства.

а) Столовую ложку травы настаивают в 150,0 кипятка (1:10) и пьют по столовой ложке 3 раза в день после еды.

б) Порошок травы принимают по 0,5-2,0 3 раза в день.

в) 1,0-2,0 сока травы разбавляют водой и выпивают после еды.

* **3,0-5,0 травы** настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день в периоды между приступами малярии.

* **Наружно свежую измельченную траву** используют для лечения инфицированных ран, язв, для выведения бородавок и мозолей. Для этих же целей применяют мазь, приготовленную из одной части травы и четырех частей основы (вазелин или сливочное масло).

Осложнения. На окружающих раны участках кожи могут появиться покраснения, сильный зуд, даже волдыри.

ОЧИТОК ПУРПУРОВЫЙ – *Sedum purpureum* (L.) Schult., семейство толстянковые. Синонимы и народные названия: *скрипун, заячья капуста, живая трава, целистник, молодило сайгачье, очиток пурпурный.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, в Крыму, на Дальнем Востоке.

* **Растение применяют** для лечения болезней кишечника, цинги, импотенции и женского бесплодия, а также в качестве тонизирующего и общеукрепляющего средства. Столовую ложку свежих корней и травы настаивают 4 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

* **Свежие измельченные листья** и корни, предварительно обваренные кипятком, прикладывают к ранам и ожогам для скорейшего их заживления, а также для выведения бородавок и мозолей.

* **Четыре столовые ложки листьев** настаивают 4 часа в трех стаканах кипятка и применяют при лечении ран, ожогов, бородавок, мозолей.

* **Три столовые ложки листьев** обваривают кипятком, заворачивают в

марлю и применяют в качестве обезболивающих припарок при ревматизме и мозолях.

ОЧНЫЙ ЦВЕТ ПАШЕННЫЙ – *Anagalis arvensis* L., семейство первоцветные. Однолетник или двулетник. Растение ядовито. Народные названия: *курслеп полевой, куриная слепота*. Растёт почти по всей территории европейской части СНГ, на Кавказе и в Средней Азии.

* **Растение обладает** мочегонным, противовоспалительным, успокаивающим, послабляющим, общеукрепляющим, потогонным, регулирующим обмен веществ средством. Оно применяется при мочекаменной болезни, водянке, туберкулезе и одышке, женских болезнях, нервных и психических расстройствах, желчнокаменной болезни, желтухе, а также в качестве средства, регулирующего месячные, и при увеличении печени.

а) Столовую ложку травы настаивают в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2-1 стакану 2-3 раза в день.

* **При заболеваниях глаз** делают примочки из свежего сока травы.

ПАЖИТНИК СЕННОЙ – *Trigonella foenum graecum* L., семейство бобовые. Синонимы: *шамбала, пажитник греческий*. Однолетник. Культивируется на Кавказе и в Средней Азии.

* **Семена растения** используют в качестве припарок при опухолях, фурункулах и карбункулах. Отвар оказывает лечебное действие при кашле, глистных инвазиях и как обволакивающее средство. Проростки семян содержат большое количество витамина РР, поэтому их применяют при лечении подагры.

ПАРНОЛИСТНИК БОБОВЫЙ – *Zigophyllum fabago* L., семейство парнолистниковые. Растение ядовито. Синоним: *парнолистник обыкновенный*. Травянистый многолетник, растёт на юго-востоке европейской части СНГ, в Крыму, Средней Азии и на Кавказе.

* **Растертые листья** прикладывают к фурункулам, абсцессам в качестве нарывного средства. Так же в качестве нарывного средства используют корень растения, растёртый с салом.

* **Две чайные ложки травы** настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 2 столовые ложки натошак в качестве противоглистного средства.

* **При общем упадке сил** и ослаблении сердечной деятельности пьют настой листьев по столовой ложке 3 раза в день, который готовят из расчета чайная ложка сырья на стакан кипятка.

ПАСЛЕН СЛАДКО-ГОРЬКИЙ – *Solanum dulcamara* L., семейство пасленовые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *волчьи ягоды, паслён персидский.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, кроме Крайнего Севера и юго-востока, в Западной Сибири.

* **Применяют паслен** при заболеваниях дыхательных путей (бронхиальная астма, коклюш), кожных болезнях (экзема, дерматиты, псориаз, экссудативный диатез), ревматизме, желтухе, водянке, поносах, глистных инвазиях, расстройстве метаболизма, цистите, невралгиях, нерегулярных месячных.

а) Отвар молодых побегов из расчета 15,0:200,0 воды принимают по десертной ложке 3 раза в день.

б) Чайную ложку молодых побегов настаивают 4 часа в двух стаканах кипятка, пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

в) Порошок сухих листьев по 0,5 пьют 2 раза в день.

* **паслён сладко-горький, листья**

1 часть

фиалка трёхцветная, трава 4 части
череда, листья 4 части

Столовую ложку смеси настаивают до охлаждения в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при золотухе. "АВЕРИН ЧАЙ"

ПАСЛЕН ЧЕРНЫЙ – *Solanum nigrum L.*, семейство пасленовые. Растение (кроме зрелых ягод) ядовито. Народное название: *поздника*. Однолетник. Растёт по всей территории СНГ. Зрелые ягоды съедобны.

* **Настойка плодов** применяется как седативное средство при эпилепсии, а также при судорогах и спазмах. Сок травы используют при хронических болезнях печени, туберкулёзе, геморрое, дизентерии.

* **Паслен** применяют при геморрое, запорах, глистных инвазиях, водянке, простудных заболеваниях, гипертонической болезни, неврозах, спазмах мочевого пузыря, подагре, ревматизме, бронхиальной астме. Растение обладает также антисептическим действием.

а) Две чайные ложки травы настаивают 2 часа в 1,5 стакана кипятка и пьют по столовой ложке 4 раза в день.

б) 3,0 травы варят 10 минут в 150,0 воды и пьют 1 по 2 чайные ложки в день.

* **Чайную ложку цветов** настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при ревматизме, а также в качестве мочегонного и отхаркивающего средства.

* **2-3 столовые ложки ягод** отваривают в стакане воды, настаивают 2 часа и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день при запоре, геморрое, ревматизме, глистных инвазиях у детей, дифтерии, ангине, гипертонической болезни, атеросклерозе, а также в качестве болеутоляющего средства. Для этих же целей употребляют в пищу свежие зрелые плоды.

* **Три столовых ложки сока** зрелых ягод заливают 1/2 стакана кипяченой остуженной воды. Полученной смесью полощут рот при ангинах, её же применяют для примочек при ранах, язвах и нарывах.

* **Восемь столовых ложек листьев** настаивают 3-4 часа в 10 стаканах кипятка и используют для сидячих ванн и обмываний при геморрое и гнойных ранах. При насморке в каждую ноздрю закапывают по несколько капель сока листьев.

ПАСТЕРНАК ПОСЕВНОЙ – *Pastinaca sativa* L., семейство зонтичные. Двулетнее овощное растение. Растёт почти по всей Европе, на Кавказе, Урале, Алтае. Широко культивируется.

* **Половину чайной ложки плодов** настаивают в двух стаканах воды и пьют по столовой ложке 4-6 раз в день как мочегонное и укрепляющее средство при мочекаменной болезни.

* **Столовую ложку травы** кипятят 10 минут и настаивают 2 часа в двух стаканах воды. Настой пьют в первую неделю по 1/4 стакана 3 раза в день за 20 минут до еды, во вторую неделю – по 3/4 стакана 3 раза в

день. Лечат им заболевания желудочно-кишечного тракта и печени, отсутствие аппетита, спазмы гладкой мускулатуры, кашель, водянку и почечнокаменную болезнь (мочегонное). При этих же заболеваниях пьют настой корней (чайную ложку настаивают в 2-х стаканах кипятка).

* **Настойку травы** принимают внутрь как общеукрепляющее, мочегонное средство, а также при галлюцинациях при психических расстройствах и при импотенции.

* **Чайную ложку корней** кипятят 15 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке 4-6 раз в день как мочегонное, болеутоляющее и спазмолитическое средство при мочекаменной болезни и отхаркивающее – при кашле.

* **Две столовые ложки корней** и три столовые ложки сахара заливают стаканом воды, настаивают 8 часов и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 30 минут до еды в качестве тонизирующего, общеукрепляющего и улучшающего аппетит средства после перенесенных тяжелых болезней.

ПАСТУШЬЯ СУМКА ОБЫКНОВЕННАЯ

– **Capsella bursa pastoris Medic.**, семейство крестоцветные. Синонимы и народные названия: *воробьиная кашка, бабки, пастуший сумочник, чижев глаз, воробьиное око, кошелюшка, сердечки, редишник, денежник, еришов глаз; Thlaspi bursa pastoris L., Bursa bursa pastoris Britt.* Однолетнее сорное растение, космополит.

*** Траву используют** при заболеваниях почек и мочевого пузыря, внутренних и маточных кровотечениях, туберкулезе легких в стадии образования каверн, гипертонической болезни, нарушении обменных процессов, а также как вяжущее, противорвотное и желчегонное средство.

а) 10,0 травы настаивают в 100,0 воды, принимают по столовой ложке 3-4 раза в день.

б) Две чайные ложки травы кипятят 15 минут в 1,5 стаканах воды, пьют по 1/2 стакана 3 раза в день.

*** Свежий сок растения**, наполовину разбавленный водой, применяют при поносах и кровотечениях различной этиологии по столовой ложке 3 раза в день. Для лечения поносов применяют также

свежий сок растения с водкой: 40 капель сока на рюмку водки на один прием. Свежий сок обладает также сильным противорвотным действием.

* **3 чайные ложки травы** настаивают 8 часов в стакане холодной воды и пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день при кровотечениях различной этиологии.

* **пастушья сумка, трава**

хвощ полевой, трава – по 1 части

2 чайные ложки смеси настаивают 8 часов в 2-х стаканах холодной воды, добавляют стакан кипятка и пьют через день по 1/2 стакана 2 раза в день при гематурии.

ПАХУЧЕКОЛОСНИК ДУШИСТЫЙ –

Antoxanthum odoratum L., семейство злаковые. Синонимы и народные названия: *душистый колосок, душистая трава, чудотворка, томка, дубровка пахучая; Xanthonanthos odoratum St.Lag.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, острове Колгуев, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, Средней Азии.

* **Столовую ложку травы** настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 2

столовые ложки 3-4 раза в день в качестве успокаивающего, противорвотного, обезболивающего, мочегонного и снотворного средства, а также при туберкулезе легких, острых респираторных заболеваниях, головной и ревматической боли.

ПАХУЧКА ОБЫКНОВЕННАЯ – ***Clinopodium vulgare* L.**, семейство губоцветные. Синоним: *Calamintha vulgaris* Druce. Травянистый многолетник. Растёт по всей территории европейской части СНГ.

* Для лечения болезней органов дыхания (бронхиальная астма, кашель), головной боли применяют настой травы (столовую ложку сырья настаивают 30 минут в стакане кипятка) по 2 столовые ложки 3-4 раза в день.

ПЕЛАРГОНИЙ РОЗОВЫЙ – ***Pelargonium roseum* auct.**, семейство гераниевые. Синонимы: *пеларгоний душистый, герань розовая, комнатная; Pelargonium roseum Hort.* Комнатное растение. Культивируется почти повсеместно.

* **На стол против больного** ставят горшок с цветущим растением на расстоянии 60 сантиметров от лица. После трех глубоких вдохов начинается ровное спокойное вдыхание запаха цветов. Процедура длится 10 минут, отпускается 10-15, иногда 20 дней. Метод используют для лечения функциональных расстройств нервной системы с выраженными нарушениями сна.

ПЕРВОЦВЕТ АПТЕЧНЫЙ – Primula veris L., семейство первоцветные. Синонимы и народные названия: *первоцвет весенний, примула, откашник, барашки, буковица, ключики; Primula officinalis (L.) Hill.* Травянистый многолетник. Растёт на западе, в центре и на юге европейской части СНГ.

* **Растение применяют** в качестве отхаркивающего, мочегонного, витаминного, болеутоляющего средства при коклюше, бронхитах, пневмонии и других заболеваниях органов дыхания, ревматизме, болезнях почек и мочевого пузыря, головной боли, в том числе и мигрени. Первоцвет применяют также при хронических запорах.

а) 20,0 корней отваривают в 400,0 воды и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

б) Отвар из расчета 15,0 листьев на 200,0 воды принимают по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

* **первоцвет аптечный, цветы**

1 часть

росянка, трава 1 часть

солодка, корень 1 часть

тмин, плоды 4 части

фиалка душистая, корни 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане холодной воды, кипятят несколько минут и выпивают за день в несколько приёмов при кашле, трахеобронхитах и хронических бронхитах.

ПЕРЕСТУПЕНЬ БЕЛЫЙ – *Bryonia alba*

L., семейство тыквенные. Синонимы: *бриония белая; Bryonia dioica M.B. (non Jacq.)*. Растение ядовито. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Средней Азии, Крыму, на Кавказе.

* **Растение обладает** болеутоляющим, кровоостанавливающим, мочегонным, слабительным, маточным, гипотензивным и тонизирующим сердечно-сосудистую

систему действием. Применяют его при ревматизме, кашле, бронхиальной астме, коклюше, артритах различной этиологии, плеврите, скудных месячных, запорах, кровотечениях и гипертонической болезни.

а) Отвар корня 2,0 : 20,0 пьют по чайной ложке 3 раза в день.

б) Настойку корня 25,0:100,0 водки пьют по 10 капель 3 раза в день.

* **Для лечения артритов**, миозита, невралгий и парши к пораженным местам прикладывают свежий истолченный корень или же втирают мазь следующего состава: сока из корня 1 часть, вазелина или растительного масла 4 части.

Осложнения: боли в животе, изжога, головная боль, рвота, кровавый понос, судороги.

ПЕРЕЦ СТРУЧКОВЫЙ МЕКСИКАНСКИЙ
– **Capsicum annuum L.**, семейство пасленовые. Синонимы: *перец однолетний, красный, перец турецкий; Capsicum mexicanum Har., Capsicum indicum Rumph.* Растение ядовито. Полукустарник. В культуре как одно- и двулетник.

Культивируется повсеместно от 55° ю. ш. до 52° с. ш.

* **Настойкой плодов** из расчета 25,0 на 100,0 водки пользуются при лечении простудных заболеваний. В качестве бактерицидного средства при острых расстройствах желудочно-кишечного тракта, а также при задержке месячных и отсутствии аппетита. Пьют по 30-40 капель на прием. Наружно настойку используют в качестве раздражающего и отвлекающего средства при ревматизме, простреле, радикулите и болях в суставах.

* **Одну часть настойки** 25,0:100,0 водки смешивают с равным количеством подсолнечного масла и применяют для втираний в качестве отвлекающего средства при миозитах и ишиасе.

* **2 плода средних размеров** настаивают в стакане горячего молока несколько минут, выпивают за раз при поносах и дизентерии.

* **250,0 подсолнечного масла**, 250,0 керосина, 5-10 стручков перца (в зависимости от желаемой крепости), перемолотого на мясорубке, настаивают в тёплом месте 5 дней. При остеохондрозе втирают на ночь в больное место. Перед

употреблением хорошо взбалтывать, утром надевать тёплое шерстяное белье и шерстяные носки.

* **При обморожении** оболочку плода перца накладывают на поражённое место. При укусе змей соком перца смачивают место укуса, благодаря чему боль и припухлость вскоре проходят.

* **При пяточной шпоре** щепотку красного молотого перца насыпают в носок или чулок под пятку и ходят с ним весь день. На следующий день процедуру повторяют. Обычно через 1-2 недели боли прекращаются.

Противопоказания: заболевания печени, почек, желудка, кишечника.

ПЕРСИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Persica vulgaris* Mill., семейство розоцветные. Дерево. Культивируется на юге СНГ.

* **Свежие плоды** употребляют в пищу как средство, усиливающее секрецию пищеварительных желез и способствующее хорошему пищеварению. Значительное содержание калия позволяет включить персики и приготовленные из них продукты в меню больных сердечными

заболеваниями. Используют их и в качестве средства прекращающего рвоту.

* **Порошок высушенных цветов** пьют при запорах по столовой ложке.

* **11,5 штук ядер семян** без кожуры и острых концов растирают в 1800,0 воды, добавляют 300,0 риса, варят жидкую кашу и съедают её за день при бронхитах, затруднённом дыхании и кашле.

* **Ванночки с горячим отваром листьев** применяют для лечения экзем и пузырчатки. Отвар или сок из листьев 3-6 граммов сырья на один приём пьют при болезнях желудочно-кишечного тракта (гастриты, энтериты), ревматизме, головной боли, лихорадке.

* **персик, цветы 8,0**
ревень, корневище 4,0

Всю смесь выпивают за один раз в качестве слабительного и мочегонного средства.

ПЕТРУШКА ОГОРОДНАЯ –
Petroselinum crispum (Mill.) Nym.,
семейство зонтичные. Синонимы и народные названия: *петросилиева трава*, *Apium petroselinum L.*, *Petroselinum sativum*

Hoffm. Двулетник. Распространена в культуре почти повсеместно.

* **Петрушку применяют** как мочегонное, маточное, потогонное и спазмолитическое средство при задержке месячных, метеоризме, отеках различного происхождения, болезнях печени, почек и мочевого пузыря, спазмах кишечника, малярии, мочекаменной болезни, простатите.

а) Чайную ложку семян, изредка взбалтывая, настаивают 8 часов в стакане холодной воды, принимают по 1/4 стакана 4-5 раз в день за 30 минут до еды.

б) Отвар семян 30,0 на 200,0 воды пьют по 2 столовые ложки 3 раза в день.

в) Четыре чайные ложки корней настаивают 8-10 часов в 1,5 стакана кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

г) Отвар корней 1:10 (кипятят в закрытой посуде 10-15 минут) принимают по столовой ложке через каждые 2 часа в течение трех дней.

д) 20,0 травы и корней настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

* **Сок из свежей травы** пьют по 2 чайные ложки 3-5 раз в день как противохородачное средство.

* **При педикулезе и облысении** втирают в кожу головы истолченные семена. Веснушки и пигментные пятна выводят крепким отваром корней, втирая его в кожу с соком лимона. Свежие листья прикладывают к укусам, а соком свежих листьев смазывают места укусов пчёл, ос, мошек, комаров. Ими же лечат гнойники.

* **Четыре чайные ложки корней** настаивают 8-12 часов в 1,25 стакана кипятка, полученным настоем обмывают лицо при чрезмерном загаре.

* **Две части сока травы** тщательно растирают с 3-4 частями вазелина и используют наружно как противовшивое средство.

* **петрушка, плоды 1 часть**
рута, трава 2 части

2 чайные ложки смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день при болезненных скудных месячных.

* **петрушка, корень**
сельдерей, корень
спаржа, корень

фенхель, плоды по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и выпивают за день как мочегонное средство.

Противопоказания: беременность, геморрой, нефрит.

ПИЖМА ОБЫКНОВЕННАЯ –

Tanacetum vulgare L., семейство сложноцветные. Народные названия:

рябинка дикая, полевая, рай-цвет, приворотень, маточник, девятуха, девятильник, девятибрат. Растение

ядовито. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, в умеренном поясе Азии.

* **Цветы обладают желчегонным, антисептическим, глистогонным действием.**

Применяются для лечения желудочно-кишечных заболеваний: изгнания круглых глистов (острицы, аскариды), при гепатите, ангиохолите, остром колите, дизентерии, атонических запорах, энтерите, язвенной болезни. Кроме того, растение используют при туберкулезной интоксикации,

лихорадке, задержке месячных, мочекаменной болезни, цистите, нефрите.

а) 5,0 цветочных корзинок настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 20 минут до еды.

б) Столовую ложку цветов настаивают 4 часа в двух стаканах холодной воды и пьют по 1/2 стакана 2-3 раза в день за 20 минут до еды.

в) В качестве противоглистного средства принимают порошок корзинок по 0,5-3,0 2-3 раза в день.

г) 15,0 цветочных корзинок настаивают в 300,0 кипятка и принимают по 70,0-100,0 3 раза в день при язвенной болезни.

* **50,0 цветочных корзинок** настаивают 8 дней в бутылке мускатного вина и пьют по 30,0-40,0 после двух основных приемов пищи при ревматизме.

* **пижма, порошок травы 10,0**
тыква, порошок семян 70,0

Принимают в течение двух дней при ленточных глистах.

* **пижма, плоды 1 столовая ложка**
чеснок, две дольки

Всё количество сбора варят 10 минут в стакане молока. Полученный отвар

используют на одну клизму при острицах, стараясь удержать её подольше.

- * **пижма, цветы 1 часть**
полынь горькая, трава 1 часть
ромашка аптечная, цветы 1 часть

Две кофейные ложки смеси отваривают в стакане воды и пьют по стакану отвара утром и вечером в течение 3-5 дней как глистогонное средство при цепне. Восемь граммов этой же смеси настаивают в 250,0 кипятка и используют для клизмы при изгнании глистов. Одновременно с этим принимают внутрь настой цветов пижмы.

- * **пижма, цветы 0,5 чайной ложки**
сирень, цветы 1 чайная ложка
тысячелистник, трава 1 чайная ложка
Всё количество сбора настаивают 4 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана в день (максимальная доза) как потогонное средство при простудных заболеваниях.

- * **пижма, цветы**
полынь горькая, трава
полынь приморская, цветы
ромашка аптечная, цветы – по 1 части
Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и пьют при аскаридозе 3

дня подряд утром и вечером по стакану настоя.

Противопоказание: беременность.

ПИКУЛЬНИК ДВУРАЗДЕЛЬНЫЙ – **Galeopsis bifida** Voenn., семейство губоцветные. Народное название: *жабрей*. Однолетник.

* Используют наравне с пикульником ладанниковым.

ПИКУЛЬНИК ЛАДАННИКОВЫЙ – **Galeopsis ladanum** L., семейство губоцветные. Растение ядовито. Народное название: *жабрей*. Однолетник. Растёт почти повсеместно.

* **Три чайные ложки травы** настаивают час в трех стаканах кипятка или горячего молока и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день при кашле, туберкулезе легких, бронхите, бронхиальной астме, болезнях селезенки, анемии, фурункулезе.

ПИКУЛЬНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – **Galeopsis tetrahit** L., семейство губоцветные. Народное название: *медовик*. Однолетник. Растёт в европейской части

СНГ, но чаще встречается в нечерноземной зоне России.

* **3 чайные ложки травы** настаивают в 2-х стаканах кипятка и выпивают горячим в течение суток. Применяют при кашле, бронхитах с густой мокротой, бронхиальной астме, анемии.

ПИОН БЕЛОЦВЕТКОВЫЙ – *Paeonia albiflora* Pall., семейство лютиковые. Синонимы: *пион китайский*, *молочноцветковый*; *Paeonia chinensis* Hort, *Paeonia lactiflora* Pall. Травянистый многолетник. Растёт в Забайкалье и на Дальнем Востоке, культивируется как декоративное.

* **Корень** обладает болеутоляющим, спазмолитическим, успокаивающим, отхаркивающим, молокогонным и мочегонным действием. Используется в виде отваров и настоев для лечения спастических колитов, гастритов, болезней нервной системы, органов дыхания. Разовая доза сырья 5,0-12,0.

ПИОН ТОНКОЛИСТНЫЙ – *Paeonia tenuifolia* L., семейство лютиковые.

Растение ядовито. Синонимы: *пион узколистный*; *воронец*. Травянистый многолетник. Растёт на юге европейской части СНГ, кроме крайнего юго-востока.

* **Чайную ложку травы** настаивают 30 минут в трех стаканах кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день за 10-15 минут до еды при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

ПИХТА НОРДМАННА – *Abies nordmanniana (Stev.) Spach.*, семейство сосновые. Синоним: *пихта кавказская*. Дерево. Растёт в западной части Кавказского хребта, на Малом Кавказе.

* **Столовую ложку** измельченной хвои заливают двумя стаканами кипятка, варят 15-20 минут, настаивают до охлаждения и пьют по полстакана 3 раза в день до еды как витаминный напиток, а также в качестве мочегонного и улучшающего обмен веществ средства. Напиток оказывает также обезболивающий эффект при ревматизме и простудных заболеваниях. Отвар хранят в прохладном темном месте не более трех дней.

Примечание. От применения настоя следует воздержаться при заболеваниях почек.

* **Одну часть хвои** настаивают 5 суток в темном месте в 10 частях 10-процентной взвеси поваренной соли в 70-градусном спирте и используют для дезинфекции помещений, в том числе школ, больниц, детских садов. Препарат распыляют в воздухе из расчета 1 куб. см. настоя на кубический метр пространства.

ПЛАКУН ИВОЛИСТНЫЙ – *Lytrum salicaria* L., семейство дербенниковые. Синонимы: *дербенник, плакун-трава.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, на Кавказе, Сахалине, Дальнем Востоке.

* **15,0-20,0 травы** настаивают 4 часа в 500,0 кипятка и пьют по 1/4 стакана 3 раза в день до еды при дизентерии и хронических заболеваниях кишечника в качестве вяжущего средства. Настой также применяют при нервных, простудных болезнях, а также в качестве болеутоляющего и кровоостанавливающего средства.

* **Свежие измельченные листья** прикладывают к ранам для остановки кровотечения.

ПЛАУН БУЛАВОВИДНЫЙ – *Lycopodium clavatum* L., семейство плауновые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *плавучка, текун, бегун, дереза, ликоподий*. Травянистый многолетник. Растёт практически по всей лесной зоне СНГ.

* **Препараты плауна** применяют при заболеваниях печени, желчного пузыря, почек, мочевого пузыря, желудочно-кишечного тракта, дыхательных путей в качестве противовоспалительного, болеутоляющего, отчасти мочегонного и слабительного средства, а также при геморрое, ночном недержании мочи и нарушенном метаболизме.

а) 15,0 травы кипятят 10 минут в 500,0 воды, настаивают 2 часа и пьют по столовой ложке 4 раза в день.

б) Две чайные ложки травы настаивают 4-6 часов в двух стаканах холодной воды и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день.

в) Столовую ложку спор кипятят 10 минут в двух стаканах воды, пьют по столовой ложке через каждые два часа в течение дня.

г) Чайную ложку спор настаивают 8 часов в стакане холодной воды, пьют по 1/4 стакана 4 раза в день.

* **Столовую ложку спор**, постоянно помешивая, кипятят 15 минут в стакане воды, настаивают 1-2 часа и применяют наружно для обмываний и примочек при псориазе, зудящих сыпях, фурункулах, абсцессах, чесотке и экземе.

* **Для скорейшего заживления** раны засыпают спорами. В качестве детской присыпки также используют споры, смешанные в равных количествах с рисовым крахмалом.

ПОВИЛИКА ЕВРОПЕЙСКАЯ – *Cuscuta europea* L., семейство повиликовые. Растение ядовито. Народные названия: *повитель, крапивная малина*. Однолетнее паразитическое растение. Растёт почти по всей территории СНГ.

* **Настой травы** из расчета 20,0 на 200,0 кипятка пьют по столовой ложке 3 раза в

день в качестве обезболивающего, слабительного, мочегонного средства при простудных заболеваниях, болезнях желудка и печени, головной и зубной боли, скудных месячных.

* **20,0 травы** отваривают в 200,0 воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день при скудных месячных.

ПОГРЕМОК ЛЕТНИЙ – *Rhinanthus aestivalis Schischk. et Serg.*, семейство норичниковые. Семена ядовиты. Синоним: *погремок обыкновенный*.

* **Столовую ложку травы**, собранной до созревания семян, настаивают 40 минут в стакане кипятка (в плотно закрытой посуде) и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды как противовоспалительное средство при простудных заболеваниях и болезнях женской половой сферы.

ПОДМАРЕННИК НАСТОЯЩИЙ – *Galium verum L.*, семейство мареновые. Синонимы и народные названия: *подмаренник жёлтый, медовник, кашка жёлтая*. Травянистый многолетник. Растёт почти по всей территории СНГ.

* **Растение обладает мочегонным, болеутоляющим, успокаивающим, желчегонным и улучшающим обмен веществ действием.** Препараты из него назначают при заболеваниях почек, диабете, водянке, неврастении, истерии, болезнях печени, диспепсиях, поносах, фурункулезе, экземе и абсцессах.

а) Столовую ложку травы настаивают 4 часа в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день до еды.

б) Свежий сок из травы принимают по 2-3 чайные ложки 2-3 раза в день.

* **Сок свежих растений** и порошок из высушенных цветков применяют наружно для лечения ран и остановки кровотечений. При кровотечении из носа сок (порошок) втягивают в нос.

ПОДМАРЕННИК СЕВЕРНЫЙ – Galium boreale L., семейство мареновые. Растёт в Сибири, на Дальнем Востоке, юг Европейской части России.

* **Настой травы и цветов** используют при болезнях печени, неврастении, ревматизме, функциональных расстройствах желудка,

послеродовых кровотечениях, цинге, зобе, головной боли, обильных месячных.

* **Сок из свежего растения** применяют для промывания воспалённых глаз и примочек при различных поражениях кожи.

ПОДМАРЕННИК ЦЕПКИЙ – *Galium aparine* L., семейство мареновые. Однолетник. Растёт почти по всей территории СНГ.

* **Две чайные ложки травы** настаивают 3-4 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день при заболеваниях печени, цинге, зобе, лихорадке, кровотечениях и в качестве мочегонного средства при водянке, цистите и почечнокаменной болезни.

* **Три столовые ложки травы** настаивают 4 часа в трёх стаканах воды и используют для обмываний при кожных заболеваниях, в том числе и золотухе. Гнойные раны присыпают сухим порошком из травы.

* **Настойку травы** на водке используют для втираний при ревматизме.

ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ – *Plantago major* L., семейство подорожниковые. Синонимы и народные названия:

подорожник обыкновенный, попутник, бабка, поранник, семижильник, порезник, придорожник, ранник. Травянистый многолетник. Растёт почти по всему СНГ.

* **10,0 истолченных семян** отваривают в 100,0 воды и выпивают за один прием при запоре. Отвар пьют 3 раза в день вместе с семенами.

* **Столовую ложку семян** настаивают в стакане кипятка, длительное время взбалтывают, процеживают и пьют по две столовые ложки 3 раза в день при ахилии, гастритах, воспалении кишечника, дизентерии, поносах, болезнях органов дыхания в качестве обволакивающего и отхаркивающего средства.

* **При циститах** (неполное мочеиспускание, боли) высушенные на солнце семена пьют по 7,5, запивая отваром из листьев подорожника. Семена перед приёмом толкут. При частых выкидышах семена пьют по столовой ложке и запивают водой.

* **Растение применяют** при остром бронхите, энтероколитах, экссудативном плеврите, коклюше, бронхиальной астме, цистите, холецистите, язвенной болезни, туберкулезе легких с кровохарканьем и

поносами, гастритах с пониженной и нулевой кислотностью, отсутствии аппетита.

а) 6,0-15,0 листьев кипятят 15 минут или настаивают до остывания в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день, до еды.

б) Сок листьев принимают по столовой ложке 3 раза в день за 15 минут до еды. При желудочно-кишечных заболеваниях курс лечения 30 дней.

в) К трем столовым ложкам измельченных свежих листьев добавляют 3 ложки сахара или меда, тщательно перемешивают и настаивают 4 часа на теплой плите. Сироп принимают по чайной ложке 4 раза в день за 30 минут до еды.

* **К ранам, язвам**, в том числе гнойным, порезам, укусам насекомых, ожогам, фурункулам прикладывают свежие измельченные листья. К рожистым воспалениям – листья, посыпанные толченым мелом. Для обмываний используют также настой листьев (2 столовые ложки листьев настаивают 2 часа в 1,5 стакана кипятка).

ПОДОРОЖНИК ЛАНЦЕТОЛИСТНЫЙ
– **Plantago lanceolata L.**, семейство
подорожниковые. Народные названия и
синонимы: *подорожник ланцетовидный,*
порезник, ранник, придорожник, попутник,
чирьева трава; Plantago silvatica Mart.
Травянистый многолетник. Растёт
повсеместно, кроме Дальнего Востока,
пустынь и полупустынь.

* **Листья используют** наравне с
подорожником большим.

* **Столовую ложку (20,0)** истолченных или
целых семян принимают ежедневно на ночь
или утром в качестве слабительного
средства при атонии кишечника и запорах.
Семена обязательно запивают водой.

* **Две чайные ложки семян** заливают
двумя чайными ложками воды,
перемешивают, затем добавляют 90,0
кипятка, хорошо взбалтывают и дают
остыть. Пьют по столовой ложке 3 раза в
день в качестве обволакивающего средства
при поносах (воспалениях кишечника) и
хронических гастритах.

ПОДОРОЖНИК СРЕДНИЙ – *Plantago media L.*, семейство подорожниковые.

* Листья используют наравне с подорожником большим.

ПОДСОЛНЕЧНИК ОДНОЛЕТНИЙ – *Helianthus annuus L.*, семейство сложноцветные. Синонимы: *подсолнечник обыкновенный, масличный*. Однолетнее растение. Культивируется повсеместно.

* **10,0 цветов и 10,0 листьев** настаивают 7 дней в 100,0 водки и пьют по 30-40 капель 3 раза в день за 30 минут до еды при отсутствии аппетита, крапивнице, невралгиях простудного характера, малярии.

* **Столовую ложку цветов** настаивают в стакане кипятка и выпивают за день в несколько приемов в качестве спазмолитического средства при бронхиальной астме и спазмах желудочно-кишечного тракта.

* **Для лечения малярии** применяют настой и настойку сухого стебля. Настой готовится из расчета 1:10, применяют его во время лихорадки через каждые 2 часа и ежедневно 3-4 раза в периоды между приступами. Настойку (1 часть настаивают не менее

девяти дней в 8 частях водки) пьют в течение трех дней по столовой ложке в день.

ПОЛЫНЬ АВСТРИЙСКАЯ – Artemisia austriaca Jack., семейство сложноцветные.

Синонимы: *полынь мелкая, майская, полынок*. Многолетнее растение, растет в европейской части СНГ, Средней Азии, на Кавказе и юге Западной Сибири.

* **Чайную ложку травы** заваривают в двух стаканах кипятка и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды при отсутствии аппетита, малярии, водянке, болезнях печени, селезенки, подагре, судороге, рвоте.

Противопоказание: беременность.

ПОЛЫНЬ ГОРЬКАЯ – Artemisia absinthium L., семейство сложноцветные.

Синонимы: *полынь белая, полевая, настоящая; Artemisia officinale Brot.; Absinthium vulgare Lam.* Травянистый многолетник. Растёт в умеренном поясе Евразии.

* **Растение** применяют при перемежающейся лихорадке, желтухе, водянке, болезнях печени, мочевого пузыря

и селезенки, бессоннице, судорожной рвоте, одышке, поносе, энтероколите, изжоге, отсутствии аппетита, метеоризме. Оно улучшает метаболизм при кожных сыпях и золотухе.

а) 10,0 травы отваривают в 300,0 воды и пьют по 1-2 чайные ложки 3 раза в день за 30 минут до еды.

б) Чайную ложку травы настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

в) Настойку травы 20,0 на 100,0 водки пьют по 15-20 капель 3 раза в день за 30 минут до еды.

* **Для лечения энтеробиоза** прием отвара травы сочетают с клизмами. Состав клизмы: два стакана отвара травы полыни и стакан отвара чеснока (средняя по величине головка на стакан воды).

* **Свежий сок травы** применяют наружно как кровоостанавливающее, дезинфицирующее и ранозаживляющее средство, а свежие истолченные листья – как болеутоляющее при ушибах, вывихах, растяжении связок. Мазь для лечения ран: сок растения – 1 часть, основы – 4 части.

* **Одну часть мелко источенных семян** настаивают 8 часов в четырех частях прованского масла и принимают по 1-2 капли на сахаре как успокаивающее средство.

* **30,0 листьев полыни** настаивают сутки в 60,0 60-градусного спирта, после чего добавляют 100,0 белого виноградного вина и пьют не более 100,0 в день в качестве средства тонизирующего деятельность органов пищеварения. В больших дозах принимать настойку не рекомендуется из-за возможности хронического отравления (абсентизм) и появления конвульсий типа эпилепсии.

* **полынь горькая, трава 1 часть**
тимьян, трава 4 части

Столовую ложку смеси отваривают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день при хроническом алкоголизме. Курс лечения 2-3 месяца.

* **полынь горькая, трава 8 частей**
тысячелистник, трава 2 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке за 20 минут до еды при отсутствии аппетита.

* **полынь, отвар травы 10,0:200,0**
чеснок, отвар луковиц 1 головка на
стакан воды – 1 стакан

Оба отвара смешивают и используют всё количество на одну клизму при энтеробиозе.

Примечание. Препараты полыни горькой дольше месяца принимать не рекомендуется. Противопоказана полынь при беременности.

ПОЛЫНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ – *Artemisia vulgaris* L., семейство сложноцветные. Синонимы и народные названия: *чернобыльник, большая былица, быльник горький, будыльник, забудки; Artemisia indica Willd; Artemisia lactiflora Wall.* Травянистый многолетник. Растёт по всей Европе, в Сибири, Средней Азии, на Дальнем Востоке.

* **Растение применяют** при хронических нервных заболеваниях, расстройстве месячных (гиперменорея, аменорея), водянке, неврастении, эпилепсии, судорогах, бессоннице, плохом аппетите, сахарном диабете, бронхиальной астме, болезнях желудка, а также в качестве

желчегонного и общеукрепляющего средства.

а) 20,0 травы и не одревесневших корней настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке (иногда до 1/3 стакана) 3-4 раза в день.

б) Настойку травы и корней на водке 1:10 пьют по 15-20 капель 3 раза в день.

* **20,0 корней** варят 10 минут в 200,0 белого вина, в кипящий отвар добавляют 1-2 чайные ложки меда и пьют по 1/3-1/2 стакана натошак при туберкулезе легких.

* **Столовую ложку корней** настаивают 4 часа в 1/2 литра кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день до еды для усиления месячных.

* **30,0 корней** кипятят 5 минут в 1/2 литра пива, пьют по 1 столовой ложке - 1/2 стакана при судорогах, эпилепсии.

ПОМИДОР СЪЕДОБНЫЙ –
***Lycopersicum esculentum* Mill.**, семейство пасленовые. Синонимы: *томат*; *Solanum lycopersicum* L. Родина Америка, Культивируют почти повсеместно.

* **Зрелые плоды и свежий сок** применяют как диетическое и улучшающее обмен

веществ средство при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, в том числе язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, болезнях печени, сердечно-сосудистой системы, гипофункции половых желез, почечно-каменной болезни и истощении. Наружно кашицу из свежих плодов используют в качестве противомикробного средства при лечении гнойников.

ПОПОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Leucanthemum vulgare* Lam., семейство сложноцветные. Синонимы и народные названия: *нивяник, нивянка, ромашка луговая*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, кроме Северного Кавказа, в Западной и на юге Восточной Сибири.

*** При грыже, простудных заболеваниях, кашле, недержании мочи, малярии, головной боли, ленточных глистах, геморрое и в качестве мочегонного средства** пьют настой (2 чайные ложки травы настаивают 4 часа в стакане кипятка) по столовой ложке 3-5 раза в день. Наружно настой травы применяют в виде ванн при

спазмах кишечника у детей, а также для примочек при заболеваниях глаз и кожных сыпях.

ПОРТУЛАК ОГОРОДНЫЙ – *Portulaca oleracea* L., семейство портулаковые. Однолетник. Растёт на юге европейской части СНГ, на Кавказе, Дальнем Востоке и в Средней Азии. Иногда культивируют как зеленное растение.

* **Отвар семян** используют в качестве жаропонижающего средства и для лечения поносов различной этиологии. Наружно в виде примочек его применяют при псориазе.

* **Столовую ложку свежих листьев** и стеблей кипятят 10 минут в стакане воды, настаивают 2 часа и пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день при гонорее, артритах, болезнях печени, почек, дизентерии, глистных инвазиях, параличах инфекционного происхождения, цинге и сахарном диабете. Растение обладает мочегонным, противовоспалительным и уменьшающим интоксикацию организма действием. Его назначают также при укусах ядовитых змей и насекомых.

Примечание. Растение не рекомендуется употреблять при гипертонической болезни.

ПОСКОННИК КОНОПЛЕВИДНЫЙ – **Eupatorium cannabinum** L., семейство сложноцветные. Синоним: *посконник конопляный*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Крыму, горах Туркмении, на Кавказе.

* **Две чайные ложки травы** настаивают 4 часа в двух стаканах холодной кипяченой воды и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день за 10-15 минут до еды в качестве мочегонного, слабительного и желчегонного средства при водянке, малярии, запорах, болезнях печени, селезенки, гриппе, кашле. Листья в больших дозах обладают глистогонным (ленточные глисты) и рвотным действием.

ПРОСО ОБЫКНОВЕННОЕ – **Panicum miliaceum** L., семейство злаковые. Синонимы: *просо посевное, метельчатое*. Однолетник. Только в культуре.

* **При атеросклерозе, болезнях желудочно-кишечного тракта, сопровождающихся хроническими запорами, и болезнях сердца**

рекомендуется регулярное употребление в пищу пшениной каши.

ПРОСТРЕЛ ЛУГОВОЙ – Pulsatilla pratensis (L.) Mill., семейство лютиковые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *сон-трава, сон-зелье, самсончик; Anemone pratensis (L.) Mill.* Травянистый многолетник. Растёт в лесной, лесостепной и степной зонах СНГ.

* **Настой травы** 5,0-10,0 на 200,0 пьют по столовой ложке через каждые 2-3 часа при бронхиальной астме и катаре верхних дыхательных путей в качестве отхаркивающего средства. Настой обладает также снотворным и успокаивающим действием. Его применяют и в качестве средства, обезболивающего роды.

* **Три столовых ложки травы** настаивают 2 часа в трёх стаканах кипятка, применяют в виде примочек и обмываний для лечения гнойных ран и грибковых поражений кожи.

ПРОСТРЕЛ ШИРОКОЦВЕТНЫЙ – Pulsatilla patens (L.) Mill., семейство лютиковые. Свежее растение ядовито.

Синонимы и народные названия: *прострел поникший, раскрытый, широколистный, сон-трава, подснежник*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, кроме Крыма, на юге Западной Сибири.

* **5,0-10,0 травы** отваривают в 200,0 воды и пьют по столовой ложке через каждые 2-3 часа при туберкулезе легких, коклюше, бронхиальной астме, бронхите, кашле, болезнях, вызванных поднятием тяжестей, ревматических и подагрических болях, заболеваниях желудка. Наружно отвар применяют для втираний при ревматизме, радикулите и чесотке.

* **Свежую траву** укладывают в плотно закрывающийся сосуд и ставят без воды в русскую печь. Выпаренный таким образом сок используют для лечения ожогов и потертостей.

* **Две чайные ложки травы** настаивают сутки в стакане холодной кипяченой воды и выпивают за день в 3-4 приема. Настой оказывает седативное действие и применяется при невралгии, мигрени, спазмофилии, бессоннице и неврастении.

* **Сок свежего растения** и мед, взятые поровну, тщательно размешивают, пьют по чайной ложке на прием при глаукоме.

Противопоказания: гастриты, нефрит.

Осложнения: воспаления слизистой кишечника, желудка, воспаление почек. При отравлениях возможны параличи.

ПТАРМИКА ОБЫКНОВЕННАЯ –
Ptarmica vulgaris L., семейство сложноцветные. Синонимы и народные названия: *чихотная трава, тысячелистник птармика; Achillea ptarmica* L. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, кроме Крыма и крайнего юго-востока.

* **Две чайные ложки травы** настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 10-15 минут до еды при маточных, геморроидальных кровотечениях, гематурии, расстройстве желудка, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, зубной боли, грыже, туберкулезе легких.

* **При насморке и головной боли** простудного характера нюхают порошок из высушенных листьев.

* **Свежие измельченные листья** используют наружно при лечении гнойных ран и абсцессов.

ПУСТЫРНИК ПЯТИЛОПАСТНЫЙ – ***Leonurus quinquelobatus Gilib.***, семейство губоцветные. Синонимы и народные названия: *пустырник мохнатый, волосистый, сердечник, сердечная трава, собачья крапива, Leonurus villosus Desf.* Многолетнее растение, растёт в Западной Сибири, на Кавказе, в Молдове и Средней Азии.

* **Препараты пустырника** применяют при атеросклерозе, сердечно-сосудистых неврозах, вегетативно-дистонических расстройствах, гипертонической болезни в ранних стадиях, кардиосклерозе с явлениями стенокардии, болезнях миокарда, пороках сердца в стадии компенсации, легких формах базедовой болезни, истерии, неврастении, головокружениях, миокардиопатии на почве никотинизма, одышке, невралгиях, спазмах внутренних органов, в том числе спастических колитах, эпилепсии, а также в качестве мочегонного средства.

а) 15,0 травы настаивают два часа в 200,0 кипятка и принимают по столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения 1-2 месяца. После некоторого перерыва его можно повторить.

б) Сок травы принимают внутрь по 30-40 капель 3-4 раза в день. На зиму его консервируют. Для этого две части сока смешивают с тремя частями водки и хранят в прохладном месте.

в) Две чайные ложки травы настаивают 6-8 часов в двух стаканах холодной кипяченой воды и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды.

г) Порошок сухих листьев принимают по 0,5-1,0 4 раза в день до еды.

Примечание. При бессоннице препараты пустырника употребляют на ночь.

ПУСТЫРНИК СЕРДЕЧНЫЙ – *Leonurus cardiaca* L., семейство губоцветные. Синонимы: *пустырник обыкновенный, европейский, сердечник.* Многолетнее растение. Растёт на Украине, в Западной Сибири, Казахстане, Молдове.

* Используют наравне с пустырником пятилопастным.

ПШЕНИЦА МЯГКАЯ – *Triticum aestivum* L., семейство злаковые. Синоним: *пшеница обыкновенная; Triticum vulgare Host.* Однолетнее культурное растение. Возделывается повсеместно.

* **200,0 отрубей** варят в литре воды, несколько раз процеживают и отвар пьют как витаминное средство по 1-2 стакана в день. Отвар можно добавлять в суп, готовить из него квас, для этого на 0,5 литра отвара добавляют 5 граммов дрожжей и 25 граммов сахара. Отвар с медом пьют при острых респираторных заболеваниях и кашле. При запорах отвар отрубей с медом используют для клизм.

* **Мякиш хлеба**, помоченный в воде, прикладывают к гнойникам в качестве нарывного средства и к опухолям. Внутрь отвар мякиша хлеба принимают при дизентерии и поносах.

* **Чайную ложку пшеничной муки**, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 желтка свежих яиц и 2 чайные ложки мёда тщательно перемешивают, пьют по чайной ложке 4-6 раз в день при кашле.

* **Пшеничные отруби**, листья репешка обыкновенного и столовый уксус, взятые в равных количествах, кипятят до получения однородной массы. Накладывают её горячей в виде компрессов утром и вечером при опухолях, ушибах, вывихах.

* **Отвар семян** пьют вместо напитка в качестве общеукрепляющего средства.

ПЫРЕЙ ПОЛЗУЧИЙ – Elytrigia repens (Desv.) Nevski., семейство злаковые. Народные названия: "*огонь полей*", "*чума*", *житец*, *понырь*, *ржанец*, *собачий зуб*; *Agropyron repens (L.) P.V.* Травянистый многолетник. Распространён широко, злостный сорняк.

* **Растение применяют** в качестве мочегонного, отхаркивающего, улучшающего обмен веществ, потогонного, обволакивающего и кровоостанавливающего средства при заболеваниях органов дыхания, почек, мочевых и желчевыводящих путей, желтухе, болезнях желудка-кишечного тракта, ревматизме, подагре, фурункулезе, водянке, рахите, геморрое, золотухе, желчно- и мочекаменной болезни.

а) 25-30 граммов корневищ настаивают в двух стаканах кипятка и пьют по столовой ложке 4-5 раз в день. Иногда дозу доводят до стакана на прием.

б) 90,0 корневищ заливают 800,0 воды, ставят на огонь и уваривают до половины первоначального объема, пьют по столовой ложке 4-5 раз в день.

в) 15,0 корневищ кипятят 15 минут в стакане воды, настаивают 4 часа и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

* **Четыре чайные ложки корневищ** настаивают 12 часов в стакане холодной воды, процеживают. Сухой остаток заливают стаканом кипятка и настаивают час, после чего смешивают оба настоя. Пьют по 1/2 стакана 2-4 раза в день в течение 3-4 недель при кожных заболеваниях.

* **60,0 корневищ** настаивают в литре кипятка и пьют по три стакана в день с течением 3-4 недель при упорных нарывах.

* **Сок травы и корневищ** пьют по 0,5-1 стакану в день в 3-4 приёма за 20-30 минут до еды в течение 3-4 месяцев при желчнокаменной болезни.

РАКИТНИЧЕК РУССКИЙ – **Chamaecytisus ruthenicus (Fisch.) Klaskova**, семейство бобовые. Растение ядовито. Кустарник. Растёт в европейской части СНГ, Сибири, на Кавказе.

* **Чайную ложку травы** настаивают около часа в 3,5 стаканах холодной воды и принимают по столовой ложке 3 раза в день после еды при туберкулезе легких, желтухе, боли в области сердца, болях в области поясницы.

РАПС – **Brassica napus L. var. oleifera D.C.**, семейство крестоцветные. Синонимы: *кольза* (яровая форма). Однолетник. Родина – Средиземноморская часть Африки и Азии, культивируется – широко.

* **Свежие листья** используются для лечения стойких трофических язв, не поддающихся лечению другими средствами.

РДЕСТ ПЛАВАЮЩИЙ – **Potamogeton natans L.**, семейство рдестовые. Травянистый многолетник. Обитает в водоёмах Евразии.

* **Настой листьев и травы** (столовую ложку настаивают 2 часа в стакане кипятка)

пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве успокаивающего средства при зудящих сыпях, воспаленных ранах и язвах.

РЕВЕНЬ ЧЕРЕНКОВЫЙ – **Rheum raphonticum L.**, семейство гречишные. Травянистый многолетник. Синонимы: *ревень огородный, черноморский черенковый, рапонтик; Rheum undulatum Pall.* Огородное растение, разводят по всему СНГ.

* **Две столовые ложки корневищ** с корнями настаивают в стакане кипятка и назначают по 1/3 стакана на ночь при запорах, в том числе при атонии кишечника, спастических запорах, запорах при геморрое и трещинах заднего прохода. Этот же настой по столовой ложке несколько раз в день используют при поносах, диспепсии, катарах желудка и в качестве аппетитного и регулирующего деятельность кишечника средства.

* **Порошок корневища** в дозе 0,05 - 0,2 на прием применяется как вяжущее средство, в дозе от 0,2 до 0,5 – как желчегонное и в дозе 0,5 – 2,0 – как слабительное средство при

атонии кишечника, спастических запорах, геморрое и трещинах заднего прохода.

Примечания: Ревень противопоказан при острых воспалительных процессах в кишечнике, метроррагии, беременности. Побочные явления: диспепсия, боли в животе, сыпь.

РЕДЬКА ПОСЕВНАЯ – *Raphanus sativus* L., семейство крестоцветные. Двулетник. Культивируется почти повсеместно как овощное растение.

* **Сок редьки** с сахаром или медом 1:1 принимают по столовой ложке 3 раза в день (при туберкулезе до 1,5 стакана) при катарах верхних дыхательных путей, коклюше, кашле, кровоизлияниях, расстройстве месячных, невралгиях, поносах, водянке, почечнокаменной болезни, туберкулезе легких с кровохарканием, подагре, гипогалактии, глистных инвазиях и желчнокаменной болезни.

* **При стоматитах соком** корнеплода многократно (как можно чаще) полощут рот. При параличе языка жуют сырой корнеплод.

* **При ревматизме** и простудных болезнях для втирания используют натертую редьку. Для этой же цели применяют следующую пропись:

сока редьки 1,5 стакана

меда 1 стакан

водки 0,5 стакана

соли поваренной 1 столовая ложка.

* **Семена используется** для лечения воспалительных заболеваний желудка, сопровождающихся несварением пищи и как отхаркивающее средство при хронических бронхитах и бронхиальной астме. Суточная доза не должна превышать 6,0 – 12,0. Наружно семена, растёртые с небольшим количеством воды, применяют для лечения гнойных ран, язв, экзем. Семена, настоянные на водке, - средство для выведения веснушек.

Противопоказания: болезни сердца, тяжелые заболевания печени, язвенная болезнь желудка, другие болезни желудочно-кишечного тракта.

Примечание: с лечебной целью применяются чёрные сорта редьки.

РЕЗАК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Falcaria vulgaris* Bernh., семейство зонтичные. Растение ядовито. Двулетник. Распространён широко, тяготеет к степной зоне.

* **Две чайные ложки травы** настаивают 1-2 часа в 0,5 литра кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день за 10-15 минут до еды при гастритах с пониженной кислотностью желудочного сока, а также в качестве мочегонного средства.

РЕЗЕДА ДУШИСТАЯ – *Reseda odorata* L., семейство резедовые. Синоним: *резеда пахучая*. Выращивается как однолетнее и многолетнее растение. Родина – Северная Африка.

* Используется наравне с резедой жёлтой, хотя активность её более слабая.

РЕЗЕДА ЖЕЛТАЯ – *Reseda lutea* L., семейство резедовые. Синоним: *резеда дикая*. Однолетник. Растёт в южных и западных районах европейской части СНГ.

* **Чайную ложку корней** настаивают 1-2 часа в двух стаканах кипятка, добавляют по вкусу мед и пьют по столовой ложке 2 раза

в день при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

РЕПА ОГОРОДНАЯ – Brassica rapa L., семейство крестоцветные. Двулетник. Известное овощное растение.

* **При бронхиальной астме**, кашле, хроническом бронхите, остром ларингите, желчнокаменной болезни, а также в качестве противовоспалительного, мочегонного, и антисептического средства применяют отвар измельченного корнеплода (две столовые ложки варят 15 минут в стакане воды) по 1/4 стакана 4 раза в день. Отвар можно заменить кипяченым соком корнеплода в той же дозе.

* **Отвар корнеплода** в виде обмываний применяют наружно как ранозаживляющее и антисептическое средство. Кроме того, теплый отвар употребляют для полоскания полости рта при зубной боли.

* **Сырые корнеплоды** употребляют в пищу при запорах.

Противопоказаны при острых заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

* **Отвар корнеплодов** (2 столовые ложки измельченного

сырья варят 15 минут в стакане воды) употребляют по стакану на ночь при бессоннице, сердцебиениях в качестве успокаивающего средства.

* **Две части протертого сырого корнеплода** тщательно перемешивают с одной частью гусиного жира и используют как мазь от обморожений.

РЕПЕШОК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Agrimonia asiatica* Yur., семейство розоцветные. Синонимы и народные названия: *репешок азиатский, репейничек, репяшок, Agrimonia eupatoria* L. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Сибири, на Дальнем Востоке, Кавказе и в Средней Азии.

* **Растение применяют** при заболеваниях желудка, печени, в том числе циррозе, болезнях желчного пузыря, селезенки, при атонии кишечника, люмбаго, геморрое, кровохарканье, почечнокаменной болезни, запущенных формах ревматизма, подагре, мигрени, ночном недержании мочи, поносах (вяжущее), водянке (мочегонное средство).

а) 20,0 травы и корней отваривают в стакане кипятка и пьют с медом по стакану 3-4 раза в день.

б) Чайную ложку травы кипятят 2-3 минуты в стакане воды, настаивают 2-3 часа и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день за 15 минут до еды.

в) Порошок из листьев принимают по 0,5 4 раза в день за 15 минут до еды.

* **Шесть столовых ложек травы** кипятят три минуты в литре воды, настаивают 4 часа и применяют в виде примочек, обмываний, местных ванн и полосканий при ангинах, стоматитах, фарингитах, язвах, ранах, пролежнях, гнойниках, злокачественных язвах и геморроидальных шишках. Свежие измельченные листья прикладывают к пораженным участкам при дерматитах.

* **Листья растения**, пшеничные отруби и столовый уксус, взятые поровну, кипятят до получения однородной массы, которую прикладывают в виде горячего компресса к ушибленным местам, опухолям и вывихам.

* **репешок, трава 4 части**
ромашка, цветы 3 части
шалфей, листья 3 части

Чайную ложку смеси настаивают в стакане кипятка и применяют для полоскания горла при ларингитах.

РИС ПОСЕВНОЙ – *Oryza sativa* L., семейство злаковые. Однолетнее культурное растение. Возделывается повсеместно в странах с тёплым климатом.

* **При острых расстройствах** деятельности желудочно-кишечного тракта (поносы, дизентерия, диспепсия) применяют слизистый отвар очищенного зерна. 10,0 риса заливают 100,0 холодной воды и варят на слабом огне в закрытой посуде в течение часа. Приготовленный отвар процеживают, причем крупу в это время слегка протирают. Выпивают за один раз. Отвар подавляет моторику кишечника, играет роль обволакивающего средства.

* **Рисовый крахмал** применяют в качестве детской присыпки.

Примечание. Рисовая каша не рекомендуется при ожирении и запорах.

РОБИНИЯ КЛЕЙКАЯ – *Robinia viscosa* Vent., семейство бобовые. Синоним: *робиния железисто-опушенная*. Дерево.

Родина Северная Америка. Культивируется на юге СНГ, Закарпатье.

* Используется наравне с робинией лжеакацией.

РОБИНИЯ ЛЖЕАКАЦИЯ – Robinia pseudoacacia L., семейство бобовые. Народное название: *белая акация*. Дерево. Растёт в южной и средней полосе европейской части СНГ.

* При спазмах желудочно-кишечного тракта, при судорогах различного происхождения и в качестве вяжущего средства применяют настойку и отвар цветков.

а) 10,0 цветов настаивают в 100,0 водки, пьют по 20-30 капель 3 раза в день.

б) 5,0 цветков отваривают в 100,0 воды и пьют по 1/2 стакана 2-3 раза в день.

* Пять граммов коры настаивают в 100,0 водки и принимают по 20-30 капель 3 раза в день при гиперацидном гастрите.

РОБИНИЯ НОВОМЕКСИКАНСКАЯ – Robinia neo-mexicana Gray., семейство бобовые. Кустарник. Родина Северная

Америка. Выращивают в средней полосе европейской части СНГ.

* Используется наравне с робинией лжеакацией.

РОБИНИЯ ЩЕТИНИСТОВОЛОСАЯ – Robinia hispida L., семейство бобовые. Синоним: *робиния щетинистоволосистая, щетинистая*. Кустарник. Родина Северная Америка. Растёт на юге СНГ.

* Используется наравне с робинией лжеакацией.

РОГОЗ ШИРОКОЛИСТНЫЙ – Typha latifolia L., семейство рогозовые. Травянистый многолетник. Растёт почти повсеместно в средней полосе СНГ.

* **Измельченные свежие листья** применяют наружно для лечения свежих ран и остановки кровотечений. Соцветия используют для очищения гнойных ран от гноя и для их скорейшего заживления.

РОГОЗ УЗКОЛИСТНЫЙ – Typha angustifolia L., семейство рогозовые. Травянистый многолетник. Растёт почти повсеместно в средней полосе СНГ.

* Используется наравне с рогозом широколистным.

РОЖЬ ПОСЕВНАЯ – *Secale cereale* L., семейство злаковые. Синоним: *рожь культурная*. Однолетнее культурное растение, возделывается по всему СНГ.

* **200,0 отрубей** варят в течение часа в литре воды и пьют по 1-2 стакана в день как смягчительное и отхаркивающее средство при кашле и поносах.

* **Ржаной хлеб** используют в пищу как легкое слабительное средство при запорах и атонии кишечника, а также заболеваниях печени и желчевыводящих путей. Размоченный в горячем молоке ржаной хлеб прикладывают к нарывам для их созревания и размягчения.

* **Настой цветущих колосьев** применяется для лечения заболеваний органов дыхания.

РОЗА БЕЛАЯ – *Rosa alba* L., семейство розоцветные. Кустарник. Растёт в Европе. Культивируется как декоративное растение.

* **Цветы** используются как противоглистное средство, а также для лечения бронхиальной астмы,

гипертонической болезни, атеросклероза, гастритов, язвенной болезни.

РОЗА ГАЛЬСКАЯ – *Rosa gallica L.*, семейство розоцветные. Синонимы: *роза французская, крымская*. Кустарник. Растёт на юге европейской части СНГ.

* **1,0-3,0 корней или плодов** настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день при поносах и дизентерии.

* **Чайную ложку лепестков** настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве тонизирующего, противовоспалительного, антисептического, обезболивающего и вяжущего средства при кашле, поносах, геморрое, цинге, гастритах и язвенной болезни.

РОЗА ДАМАССКАЯ – *Rosa damascena Mill.*, семейство розоцветные. Кустарник. Известна только в культуре. Разводят от Москвы и Петербурга до южных границ СНГ.

* **5,0-10,0 красных лепестков** настаивают в 400,0 кипятка и используют для промывания глаз при воспалительных заболеваниях слизистой оболочки и для

полоскания – при ангине. Внутрь настой используют для лечения поносов, гастритов, дизентерии, язвенной болезни, болезней печени и других заболеваний желудочно-кишечного тракта.

* Для успокоения зубной боли в кариозную полость капают 1 каплю розового масла, боль утихает на 3-4 часа.

РОМАШКА НЕПАХУЧАЯ – *Matricaria inodora* L., семейство сложноцветные. Народные названия: *ромашка дикая, собачья*. Однолетник. Растёт почти по всей территории СНГ.

* Столовую ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день в качестве спазмолитического, обезболивающего и противовоспалительного средства при простудных заболеваниях, мышечных болях, удушье и кашле. Наружно настой травы используют для лечения мокнущих лишаёв.

РУТА ДУШИСТАЯ – *Ruta graveolens* L., семейство рутовые. Растение ядовито. Синоним: *рута пахучая; Ruta hortensis*

Mill. Полукустарник. Растёт в Крыму, разводят как декоративное на юге СНГ.

* **Рута** применяется как спазмолитическое, антисептическое, противовоспалительное, общеукрепляющее, успокаивающее и маточное средство. Её назначают при головокружениях, мигрени, тахикардии, метеоризме, спазмах желудка, неврозах, эпилепсии, импотенции, ревматизме, подагре, климактерических состояниях, болезненных месячных и отсутствии их, пневмонии, одышке и атеросклерозе.

а) 5,0-10,0 травы настаивают или отваривают в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

б) 15,0 листьев настаивают в 100,0 водки и пьют по 10-15 капель 3 раза в день.

в) Чайную ложку травы настаивают 8 часов в двух стаканах холодной кипяченой воды, пьют по 1/2 стакана 4 раза в день до еды.

г) Сок из свежих листьев пьют по 10-15 капель 3 раза в день. Также применяют и консервированный сок (1 часть сока плюс 6 частей спирта).

* **рута, сок травы**
тысячелистник, сок травы – по 24
капли

Сок перемешивают и принимают за день
в 2 приёма при сердцебиениях.

Противопоказание: растение не
рекомендуется при беременности.

**РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Sorbus
aucuparia* L.**, семейство розоцветные.
Синонимы: *рябина лесная; Pyrus aucuparia
Gaertn.* Дерево. Растёт в европейской части
СНГ, на Кавказе.

* **Плоды применяются** в качестве
вяжущего, мочегонного, аппетитного,
желчегонного, кровоостанавливающего и
противозачаточного средства при задержке
месячных, дизентерии, ревматизме,
почечнокаменной болезни, болезнях печени
и желчного пузыря, геморрое. Ими же лечат
больных атеросклерозом и гипертонической
болезнью.

а) Свежие плоды или сок из них
принимают 2-3 раза в день по 1/4 стакана.

б) 15,0 плодов отваривают в 200,0 воды и
пьют по столовой ложке 3-4-раза в день.

* **Настойка ягод** на водке 1:10 применяется при потере аппетита по чайной ложке 3 раза в день до еды.

* **В 1/4 стакана сока** свежих плодов добавляют половину чайной ложки меда, размешивают и пьют по столовой ложке несколько раз в день при цинге.

* **Сок из свежих ягод** принимают по чайной ложке перед едой при гастритах с пониженной кислотностью желудочного сока.

* **Сок из зрелых ягод** пьют по 75,0 – 100,0 3 раза в день, запивая водой комнатной температуры. Можно добавить сахар или мёд. Пьют длительное время при внутреннем геморрое.

* **Раздавленные сырые ягоды** регулярно на ночь наносят на бородавку, обматывают целлофаном и бинтом.

* **рябина, плоды**

шиповник, плоды – по 1 части

Столовую ложку смеси кипятят 5-10 минут в стакане воды и пьют как витаминное средство по 1/2 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

РЯСКА МАЛЕНЬКАЯ – Lemna minor L., семейство рясковые. Растёт на поверхности водоёмов по всей территории СНГ за исключением Арктики.

* **Ряска обладает** жаропонижающим, десенсибилизирующим, обезболивающим, мочегонным и противовоспалительным действием. Ее используют для лечения крапивницы, отеков нервного происхождения, витилиго, подагры, ревматизма, желтухи, глаукомы, воспалительных заболеваний и опухолей верхних дыхательных путей.

а) Столовую ложку травы настаивают 3-4 дня в стакане водки и пьют по 15-20 капель 2-3 раза в день.

б) Из порошка травы и меда готовят пилюли из расчета 1,0-2,0 травы на каждую пилюлю. Принимают по одной штуке 2 раза в день.

САБЕЛЬНИК БОЛОТНЫЙ – Comarum palustre L., семейство розоцветные. Народные названия: *пятилистник, рябинник, лапчатка болотная*. Многолетний полукустарничек. Растёт в европейской

части СНГ, в Западной и Восточной Сибири.

* **Столовую ложку корневищ** с травой настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день при поносах и кровотечениях, а также в качестве потогонного средства при катарах верхних дыхательных путей. При пародонтозе (альвеолярной пиорее) этим отваром смазывают десны.

* **Свежую измельченную траву** прикладывают к ранам, опухолям, увеличенным лимфатическим узлам, геморроидальным шишкам.

САЛАТ ПОСЕВНОЙ – *Lactuca sativa* L., семейство сложноцветные. **Синонимы:** *салат огородный, латук посевной.* Однолетнее или двулетнее растение. Культивируется как овощ повсеместно.

* **Столовую ложку свежих листьев** настаивают 1-2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день при хронических гастритах, цинге и как успокаивающее средство при гипертонической болезни. При бессоннице отвар листьев пьют по стакану перед сном.

* **20,0 сухих листьев** настаивают 2 часа в 1/2 стакана кипятка и пьют по стакану на ночь при неврозах, гипертонии, нарушении сердечного ритма, бессоннице. Днём листья едят в натуральном виде без дозировки.

* **Настой травы** на провансальском масле применяют при тяжёлых пневмониях и кори у детей. Сок растений пьют при хронических гастритах, язвенной болезни как успокаивающее и обезболивающее средство. Настой семян обладает молокогонным действием.

САФЛОР КРАСИЛЬНЫЙ – *Carthamus tinctorium* L., семейство сложноцветные. Однолетник. Растение известно только в культуре. Выращивается в южных районах СНГ, там же изредка встречается как одичавшее.

* **Две чайные ложки цветков** настаивают час в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день в качестве слабительного, улучшающего аппетит, мочегонного, желчегонного и регулирующего месячные средства.

СВЕКЛА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Beta vulgaris L.*, семейство маревые. Синонимы и народные названия: *свекла красная, бурак*. Известный корнеплод.

* **Сок, смешанный с медом** в равных количествах, пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день при гипертонической болезни и простудных заболеваниях.

* **Сок корнеплода** пьют по стакану в день в течение 3-4 недель при желудочно-кишечных заболеваниях, железодефицитной анемии, сахарном диабете и почечнокаменной болезни. Он способствует усвоению витамина B12, регулирует процессы пищеварения, ускоряет выделение шлаков. Варёным соком корнеплодов промывают полости носа при насморке, сопровождающемся густыми выделениями. В этих же случаях закапывают свежий сок корнеплода по 4-5 капель 3-4 раза в день.

* **2,5 чайные ложки свежих корнеплодов** смешивают с 1 чайной ложкой мёда и закапывают по 5-6 капель в каждую ноздрю 4-5 раз в день при насморке. Облегчает состояние при аденоидах у детей.

* **При хронических запорах** регулярно едят вареную свеклу и делают клизмы с соком. При цинге и анемии принимают в пищу вареную и квашеную свеклу. При опухолях и язвах кашицу из корнеплодов прикладывают к пораженным участкам, многократно меняя ее по мере высыхания. При зубной боли к больному зубу прикладывают кусочек вареного корнеплода.

* **Сок свеклы, редьки и моркови**, взятые поровну, томят в закрытой посудине в русской печи не менее трех часов и пьют по столовой ложке 3 раза в день при анемии.

* **При заболеваниях крови**, кроветворных органов и различных анемиях применяют смесь соков свеклы и моркови 1:4. Его пьют по 1-2 стакана в день.

* **Смесь соков свеклы, огурцов и моркови** (всех поровну) пьют при заболеваниях печени, желчного пузыря, предстательной железы, отложении солей, артритах и подагре по 1-2 стакана в день.

* **Измельченные свежие листья** прикладывают к воспаленным участкам кожи.

СВЕРБИГА ВОСТОЧНАЯ – **Bunias orientalis L.**, семейство крестоцветные. Народное название: *дикая редька*. Двулетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири.

* **Корни растения** применяют для лечения цинги и аскаридоза.

СВИНОРОЙ ПАЛЬЧАТЫЙ – **Cynodon dactilon (L.) Pers.**, семейство злаковые. Синонимы: *бермудская трава, пальчатая трава*. Многолетник. Растёт на юге СНГ.

* **Столовую ложку корневищ** настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день при заболеваниях мочеполовых органов и в качестве общеукрепляющего средства.

СЕЛЕЗЕНОЧНИК ОЧЕРЕДНОЛИСТНЫЙ – **Chrysosplenium alternifolium L.**, семейство камнеломковые. Многолетник. Растет в европейской части СНГ.

* **Растение** применяют для лечения желтухи, болезней селезенки, а также при кашле, кровохарканье и в качестве мочегонного средства. Чайную ложку травы

настаивают 1-2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

СЕЛЬДЕРЕЙ ПАХУЧИЙ – *Apium graveolens* L., семейство зонтичные. Двулетник. Культивируется широко как овощное растение.

* **Корень используют** при отсутствии аппетита, нарушениях пищеварения, обмена веществ, при запорах, метеоризме, задержке месячных, ревматизме, подагре, малярии, болезнях почек, водянке (болеутоляющее и мочегонное). Кроме того, корни используют как тонизирующее средство.

а) Столовую ложку свежих корней настаивают 4 часа в 250,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

б) Две столовые ложки корней настаивают 2 часа в стакане холодной воды и принимают по 1/3 стакана 3 раза в день.

в) Сок корня пьют по 1-2 чайные ложки 3 раза в день до еды.

* **Чайную ложку семян** настаивают 2 часа в двух стаканах кипяченой воды, принимают по столовой ложке 2-3 раза в

день за 30 минут до еды при дисменорее и как мочегонное средство.

* **При лечении ран, язв, опухолей** воспалительного и невоспалительного характера, ушибов пораженные места обмывают настоем корня, после чего к ним прикладывают растертые листья, смешанные со сливочным или растительным маслом. Это лечение уменьшает воспалительные явления и снимает боль.

* **Свежий сок растения** разводят в 10 раз кипяченой водой и пьют по 50 граммов перед едой в качестве общеукрепляющего средства.

СЕРПУХА ВЕНЦЕНОСНАЯ – *Serratula coronata* L., семейство сложноцветные. Синонимы: *серпуха обыкновенная, серпуха Вольфа, Serratula wolfii Andrae*).

Травянистый многолетник. Растёт в Сибири, Дальнем Востоке, юге СНГ.

* **Две чайные ложки травы** настаивают 3 часа в 1,5 стакана кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день при анемиях, болезнях желудка, лихорадке, желтухе, геморрое, нервных и психических

заболеваниях, поносах. Настой используют и для лечения ангин.

СИНЕГОЛОВНИК ПЛОСКОЛИСТНЫЙ
– *Eryngium planum* L., семейство зонтичные. Народные названия: *чертополох синий, синеголов, успокойная трава*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, на Кавказе и в Казахстане.

* **Растение применяют** как отхаркивающее, седативное, обезболивающее, антисептическое, мочегонное, потогонное и улучшающее обмен веществ средство. Препараты синеголовника назначают при хронических бронхитах, коклюше, раздражающем кашле, водянке, почечнокаменной болезни, испуге, ночных кошмарах, бессоннице, задержке месячных, гипоменорее, туберкулезе легких, болезнях печени, эпилепсии, золотухе.

а) Столовую ложку травы настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 4 раза в день.

б) 10,0 травы кипятят 5 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

* **Столовую ложку травы** настаивают в 200,0 водки. Полученной настойкой смазывают десны или, разбавив водой, полощут рот при зубной боли.

СИНЮХА ГОЛУБАЯ – *Polemonium coeruleum* L., семейство синюховые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *синюха лазурная, лазоревая, греческая валериана, одолен-трава, вредная трава*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, на юго-западе Восточной Сибири.

* **Растение применяют** как седативное и отхаркивающее средство при бронхитах, туберкулезе легких, коклюше, простудных заболеваниях, бессоннице, эпилепсии, атеросклерозе, а также заболеваниях желудочно-кишечного тракта

а) 6,0-8,0 корневищ с корнями настаивают 2 часа в 200,0 кипятка и пьют по 3-6 столовых ложек в день после еды.

б) 3,0-6,0 корневищ с корнями кипятят 20-30 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день после еды.

в) 3,0 корневищ с корнями и 3,0 травы настаивают в стакане кипятка и пьют по

столовой ложке 3-6 раз в день. Курс лечения 30 дней.

* **Метод лечения язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, язв кишечника:** три раза в день за 30 минут до еды пьют настой травы сушеницы болотной 10,0:200,0 по три столовые ложки, а через два часа после еды – отвар корневищ с корнями синюхи по столовой ложке. Возможно одновременное применение ванн с настоем сушеницы.

СИНЯК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Echium vulgare* L., семейство бурачниковые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *румянка, синец, ранник, черкез*. Двулетник. Растёт в Сибири, европейской части СНГ, Средней Азии.

* **10,0 травы** настаивают 2-3 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 4 раза в день в качестве успокаивающего и отхаркивающего средства при эпилепсии, кашле, коклюше и судорогах.

СИНЯК РОССИЙСКИЙ – *Echium rossicum* Gmel., семейство бурачниковые. Синонимы: *румянка красная, синяк*

красный; Echinium rubrum Jacq. Двулетник. Растёт в европейской части СНГ до Урала, в Крыму, на Кавказе.

* **Мазь из корня** используют для лечения долгозаживающих ран и язв.

СИРЕНИЯ СТРУЧКОВАЯ – *Syrenia siliculosa* (M.B.) Andrz., семейство крестоцветные. Растение ядовито. Двулетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Семипалатинской области Казахстана, Средней Азии.

* **Настой травы** применяется при пороках сердца с недостаточностью кровообращения, хронических болезнях миокарда.

Примечание: По содержанию сердечных гликозидов и активности органы сирении располагаются в следующем порядке: наиболее активны цветы и листья, менее – семена, ещё менее – стебли и корни. Активность падает от начала цветения и до начала периода массового цветения и вновь повышается к концу цветения. Это лучшее время сбора.

СИРЕНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ – *Syringa vulgaris* L., семейство маслиновые. Растение ядовито. Народное название: *рай-дерево*. Кустарник. Широко культивируется по всей территории СНГ как декоративное растение.

* **Столовую ложку цветов** белой сирени настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при туберкулезе легких, язвенной болезни, кашле, коклюше, поносе, малярии, одышке, почечнокаменной болезни и эпилепсии.

* **При ревматизме, радикулите, невралгиях** больные места натирают настойкой: четверть стакана цветов и почек на стакан водки. Для этой же цели применяют мази. Мазь из почек: 1 часть сока и 4 части основы. Мазь из цветов: 2 столовые ложки цветов и 2 столовые ложки сливочного масла или вазелина. Масляный настой: 3 столовые ложки цветов настаивают 3-4 дня в 1/2 стакана подсолнечного масла.

* **При головной боли, рожистом воспалении и гнойных ранах** к пораженным местам прикладывают истолченные свежие листья или луб.

* **Четверть стакана измельченных листьев** настаивают в стакане водки и пьют по 50 капель 3 раза в день при малярии.

* **2-3 столовые ложки почек**, собранных во время набухания, настаивают 6 часов в стакане кипятка и выпивают за день при сахарном диабете.

* **Берут поровну цветы сирени** и тысячелистника, добавляют немного цветов пижмы, тщательно перемешивают. 2 чайные ложки смеси настаивают 3-4 часа в стакане кипятка, пьют по 1/4 стакана при простудных заболеваниях и при малярии за несколько часов до приступа.

СКЕРДА КРОВЕЛЬНАЯ – *Crepis tectorum* L., семейство сложноцветные. Однолетник. Растёт почти на всей территории СНГ.

* **Измельчённую траву** в виде припарок прикладывают к фурункулам, карбункулам и опухолям. Внутрь траву применяют в качестве слабительного средства.

СКУМПИЯ КОЖЕВЕННАЯ – *Cotinus coggygia* Scop., семейство сумаховые. Синоним: *Rhus cotinus* L. Кустарник. Растёт

на юге Украины, в Крыму, Молдове, на Кавказе, там же встречается и в культуре.

* **Чайную ложку листьев** настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день в качестве вяжущего средства при поносах.

* **Свежие листья** растирают с равным количеством сливочного масла или свиного сала и используют наружно для лечения ран, гнойных язв и ожогов.

СЛИВА КОЛЮЧАЯ – *Prunus spinosa* L., семейство розоцветные. Синонимы: *терн*, *терновник*. Кустарник. Растёт на Кавказе, в Крыму. Культивируют в европейской части СНГ.

* **Чайную ложку корней**, древесины и коры кипятят 15 минут в стакане воды и пьют без дозировки по несколько глотков при поносах, а также в качестве потогонного и жаропонижающего средства. Этот же отвар используют для спринцеваний при белях, для чего его разводят наполовину кипяченой водой.

* **Цветы** применяют как мочегонное средство при заболеваниях мочевого пузыря, почек, как улучшающее обмен

веществ средство – при фурункулезе и других гнойничковых заболеваниях кожи. Кроме того, их используют при болезнях печени и в качестве успокаивающего, потогонного и слабительного средства.

а) 25,0 цветов настаивают в 200,0 кипятка и пьют как чай.

б) Две чайные ложки цветов настаивают 8 часов в стакане холодной кипяченой воды и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день.

* **Свежие плоды, отвары из них**, повидло, настойка применяются без строгой дозировки как тонизирующее и вяжущее средство.

СЛИВА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Prunus domestica* L., семейство розоцветные. Синонимы: *слива домашняя, садовая; чернослив; Prunus sibirica* L. Дерево. Встречается только в культуре по всему СНГ, чаще в южных районах.

* **Свежие плоды** употребляют в пищу при атеросклерозе, ревматизме, болезнях почек, желудочно-кишечного тракта (слабительное и аппетитное действие).

* **Свежие измельченные листья** применяют наружно для лечения ран. Для смазывания ран используют и отвар листьев в уксусе.

* **При запорах** рекомендуется перед сном съедать по 10-20 штук чернослива или же выпивать по 1-2 стакана компота из него.

СЛИВА РАСТОПЫРЕННАЯ – Prunus divaricata Ldb., семейство розоцветные.

Народные названия: *алыча, ткемали, мирабель.* Дерево или кустарник. Растёт на Кавказе и в Средней Азии, культивируют на юге СНГ.

* **Как витаминное средство** при цинге употребляют в пищу лаваш. Готовят его из плодов, которые кипятят до образования густой массы. Массу разливают в плоскую посуду и сушат на солнце.

* **Примочки из сока плодов,** разбавленного кипяченой водой, используют как ранозаживляющее средство. Настои и отвары плодов применяют для полосканий при болезнях горла, внутрь – при кашле. Так же при кашле жуют камедь, собираемую с коры дерева.

СМОЛКА КЛЕЙКАЯ – *Viscaria viscosa* (Scop.) Aschers., семейство гвоздичные. Синонимы и народные названия: *смолка обыкновенная, зорька клейкая, смолянка клейкая, смолёвка; Viscaria vulgaris Bernh.* Травянистый многолетник. Растёт по всему СНГ.

* **Траву применяют** для лечения болезней печени (желчегонное действие), почек, маточных кровотечений, болезненных месячных, бессонницы. Используют ее и в качестве отхаркивающего средства.

а) 20,0 травы настаивают в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

б) Две чайные ложки травы настаивают 2-3 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана 4 раза в день. В качестве снотворного средства настой пьют по 3/4 стакана на ночь.

* **30,0 травы** настаивают в 200,0 кипятка, применяют в качестве обмываний и примочек при лечении ран и гнойников. При чесотке на поражённые места накладывают компрессы.

СМОРОДИНА КРАСНАЯ – *Ribes rubrum* L., семейство камнеломковые. Синонимы: *кислица, смородина северная*. Кустарник. Растёт в европейской части СНГ, кроме Крыма, Казахстане, Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке. Культивируется повсеместно.

* **Плоды обладают** жаропонижающим, противовоспалительным, потогонным, желчегонным, кровоостанавливающим, мочегонным, улучшающим аппетит, слабительным (усиливает перистальтику кишечника) действием. Принятые внутрь они улучшают деятельность желудочно-кишечного тракта и способствуют выведению из организма мочекислых солей (уратов). Применяют плоды в виде настоя: три столовые ложки настаивают 4 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды. Употребляют с лечебной целью и сок плодов примерно в такой же дозировке, что и настой.

СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ – *Ribes nigrum* L., семейство камнеломковые. Кустарник. Растёт в европейской части СНГ, в Сибири

до Байкала, на Урале, в Средней Азии и Казахстане. Культивируют повсеместно.

* **Столовую ложку листьев** настаивают 4-6 часов или отваривают в стакане воды и пьют по несколько стаканов в день в качестве мочегонного и улучшающего обмен веществ средства при водянке, золотухе, кожных сыпях, болезнях почек, мочевого пузыря, почечнокаменной болезни, подагре, ревматизме, туберкулезе лимфатических узлов. При кожных заболеваниях эти препараты одновременно используют наружно.

* **20,0 сухих ягод** варят 30 минут в стакане воды и пьют по 1-2 стакана в день как аппетитное, потогонное и витаминное средство при простудных заболеваниях, цинге, поносах, ахилии.

* **Ягодный сок с мёдом** или сахаром пьют при кашле, хрипоте, поносах, ахилии, гастритах, язвенной болезни желудка, болезнях кишечника.

* **смородина чёрная, плоды 1 часть**
шиповник, плоды 1 часть

Чайную ложку смеси настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день как витаминное средство.

- * **смородина чёрная, листья 2 части**
спирея, цветы 1 часть
ясень, листья 1 часть

6,0-8,0 смеси настаивают в 180,0-200,0 кипятка и выпивают за день в несколько приёмов до еды при ревматизме.

Примечание: ягоды усиливают действие пенициллина, стрептомицина и тетрациклина.

СНЫТЬ ОБЫКНОВЕННАЯ –
Aegopodium podagraria L., семейство зонтичные. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири.

* **Три чайные ложки травы** настаивают 2 часа в 500,0 кипятка и применяют по 1/2 стакана 4 раза в день до еды при артритах, болезнях почек, мочевого пузыря, желудочно-кишечного тракта, подагре, ревматизме. При подагре и ревматизме одновременно с приемом настоя можно прикладывать к больным суставам свежие измельченные листья. Их также прикладывают в качестве обезболивающего и противовоспалительного средства к

поражённым участкам кожи при дерматитах и других воспалительных процессах.

СОЛОДКА ГОЛАЯ – *Glycyrrhiza glabra* L., семейство бобовые. Синонимы и народные названия: *солодка гладкая, обыкновенная; сладкий корень, лакричник, вербец, осолодка, солодик, лакрица; Glycyrrhiza grandulifera Waldst.* Травянистый многолетник. Растёт на юге Западной Сибири, в европейской части СНГ, на Кавказе и в Средней Азии.

* **15,0 корневищ** кипятят 10 минут в стакане воды, натаивают час и пьют по столовой ложке 4 раза в день в качестве отхаркивающего средства при бронхитах, бронхиальной астме, коклюше (противокашлевое). Кроме того, отвар обладает слабительным, мочегонным, тонизирующим, противолихорадочным, регулирующим обмен веществ, противовоспалительным, смягчительным, спазмолитическим, холинолитическим и антигистаминным действием. Его пьют также при язвенной болезни, отравлении грибами (противоядие), злокачественных опухолях (задерживает их развитие).

* **1-2 чайные ложки измельчённых корней** заливают стаканом воды, кипятят на водяной бане 15 минут и выпивают в течение дня в несколько приёмов. Отвар усиливает активность эпителия дыхательных путей и очищает органы дыхания, подавляет аллергические реакции. В связи с чем он находит применение при лечении воспалительных заболеваний дыхательных путей. Особенно хорошие результаты при лечении пневмоцистозов. Этот же отвар используют при лечении язвенной болезни и СПИДа.

* **Свежий сок корневища** по 40,0 в день применяют для лечения язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки. Курс лечения один месяц.

* **При язвенной болезни** порошок корневища принимают по 2-2,5 грамма 3 раза в день. Курс лечения 16-20 дней.

* **10 граммов обжаренных корневищ** отваривают в 100,0 воды и выпивают за один приём при острой респираторной вирусной инфекции.

Противопоказания: гипертония, сердечная недостаточность, беременность, ожирение.

СОЛЯНКА РУССКАЯ – *Salsola ruthenica* Pjlin., семейство маревые. Народные названия: *курай, поташник, солёная трава; солянка южная, Salsola austalis R.Br.* Однолетник. Растёт в южной и юго-восточной части СНГ.

* **Настой травы** применяют внутрь при общей слабости, глистных инвазиях, и как слабительное и потогонное средство.

СОРГО АЛЕППСКОЕ – *Sorghum halepense* (L.) Pers., семейство злаковые. Растение ядовито. Синонимы: *гумай, джонсонова трава.* Травянистый многолетник. Растёт в Крыму, на Кавказе, в Средней Азии. Злостный сорняк.

* **Чайную ложку корневищ с корнями** настаивают час в трех стаканах кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день при ревматизме, подагре, невралгиях.

СОСЕНКА ВОДЯНАЯ – *Hippurus vulgaris* L., семейство хвостниковые. Синоним: *хвостник обыкновенный.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, кроме Крыма, на Кавказе, в Восточном Казахстане, Средней

Азии, Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке.

* **Столовую ложку травы** настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при поносах в качестве вяжущего и противовоспалительного средства.

* **При ушибах, доброкачественных и злокачественных опухолях** кожи к больным местам прикладывают припарки со свежими измельченными листьями.

СОСНА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Pinus silvestris* L., семейство сосновые.

Синоним: *сосна лесная*. Дерево, распространённое на всей территории СНГ, кроме Средней Азии и степной зоны.

* **Почки и верхушки молодых побегов** применяют как отхаркивающее, желчегонное, дезинфицирующее, мочегонное, улучшающее обмен веществ средство. Их назначают при хронических бронхитах, острых респираторных заболеваниях, гастрите, ревматизме, чрезмерных месячных, мочекаменной болезни, туберкулезе легких, водянке, рахите, болезнях желчного пузыря.

а) 30,0 почек отваривают в 5 стаканах воды и молока, взятых в равных количествах, и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

б) Настой почек 10,0:200,0 пьют по 1/4 стакана 3 раза в день.

в) 15,0 верхушек молодых побегов отваривают в 1/2 литра молока, настаивают 2 часа и выпивают за день в три приема.

г) Настой почек (болгарский) для детей: 50,0 почек настаивают 2 часа в двух стаканах кипятка, добавляют 50,0 меда и пьют по 5-6 ложек в день.

* **Четыре стакана свежей хвои** настаивают в 500,0 холодной подкисленной воды (две чайные ложки 8-процентной соляной кислоты на 3 стакана воды) в темном месте не менее трех дней. Добавив по вкусу сахар, настой пьют в качестве витаминного напитка.

* **Как отхаркивающее** и уменьшающее образование гнойной мокроты средство при хронических бронхитах скипидар (эфирное масло, получаемое из живицы различных видов сосны) применяется по 10-20 капель в молоке несколько раз в день. Старый

неочищенный скипидар пьют по 5,0-10,0 при отравлении фосфором.

* **Смесь скипидара с оливковым маслом** (или иным растительным) 1:3, а также мазь из скипидара и вазелина 1:2 применяют для втирания при невралгиях, миозитах, ишиасе, болях в суставах и подобных заболеваниях.

* **Лечение радикулита** по методу фельдшера Лаврова. На больное место накладывается компресс из кислого ржаного теста, через час он снимается, а поясницу растирают скипидаром. Процедуру проводят ежедневно в течение трех дней.

* **1 часть шишек сосны** настаивают в 5 частях 90-градусного спирта. Пьют как антисептическое и отхаркивающее средство по 10-30 капель 2-3 раза в день при инфекциях мочевыводящих путей (цистит, пиелит). Наружно используют для ингаляций (1 чайная ложка настойки на стакан кипятка) при ларингите, трахеите, фарингите, бронхитах.

* **Спиртовой раствор** эфирного соснового масла используют для распыления в жилых помещениях, больницах, детских учреждениях как освежитель воздуха.

*** Клеол (с содержанием канифоли):**

порошок канифоли (прозрачного цвета)
40 частей (45 частей)

спирт 96° 35 частей (37 частей)

эфир для наркоза 15 частей (17 частей)

масло подсолнечное 1 часть (1 часть)

Канифоль – смола, остающаяся после отгонки скипидара из живицы. Входит также в состав некоторых пластырей. Клеол – прозрачная клейкая жидкость, применяется как быстровысыхающий клей, например, для фиксации повязок к коже.

*** Клеол (с содержанием живицы):**

живицы ("серы") 100 частей

спирта 96° 50-80 частей

эфира (можно без него) 12 частей

*** сосна, почки 1 часть**

фиалка душистая, корни 2 части

цетрария, слоевище 4 части

4 чайные ложки смеси настаивают 2 часа в стакане холодной воды, после чего кипятят и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день при бронхитах и коклюше.

Примечание: скипидар в больших дозах раздражает почки, желудочно-кишечный тракт, бронхи, печень.

СОФОРА ЯПОНСКАЯ – *Sophora japonica* L., семейство бобовые. Синонимы: *акация японская*; *Ormosia esquirolii Leveille*. Дерево. Родина Япония, Корея, Китай. Культивируется на юге СНГ, главным образом, как декоративное.

* **Препараты софоры** используют при внутренних кровотечениях различного происхождения, стенокардии, сахарном диабете, гипертонии, болезнях почек, язвенной болезни, гастритах, язвенном колите, геморрагических диатезах, капилляротоксикозе, тромбофлебите, ревматизме, геморрое, глистах.

а) 100,0 свежих плодов заливают равным количеством 56% спирта (сухих плодов берётся в два раза меньше), настаивают, часто взбалтывая, 10 дней, после чего фильтруют и применяют внутрь по 10 капель и более, до чайной ложки 4-5 раз в день.

б) 100,0 бутонов настаивают на 500,0 70% спирта. Способ применения и дозы как в предыдущем рецепте. Эти же настойки используют наружно для лечения отморожений 1-2 степеней.

* **Одну часть зрелых плодов** настаивают 10 дней в пяти частях 56-градусного спирта и используют наружно для лечения свежих и гнойных ран, нарывов, флегмон, трещин сосков, ожогов, трофических язв. Перед применением настойку разводят водой в 10 раз. Этим же средством пользуются для мытья головы при выпадении волос и для спринцеваний при женских заболеваниях.

* **При раке шейки матки** принимают внутрь до килограмма зрелых плодов в день в течение длительного времени.

* **Десять граммов истолченных плодов** настаивают в 90,0 водки, выдерживают в теплом месте 10 дней и принимают по 30 капель 3 раза в день при гипертонической болезни, дизентерии, язвенной болезни, парапроктите, туберкулезе в начальной стадии, внутренних кровотечениях, а также как регулирующее менструации, аппетитное и снотворное средство.

* **Чайную ложку семян** отваривают в половине стакана кипятка (5,0:95,0), настаивают 10 минут и применяют наружно при выпадении волос.

* **10,0 плодов** настаивают в 120,0 48% спирта, применяют в виде примочек и

промываний для лечения гнойных ран и ожогов. Перед употреблением настойку разводят водой в 3-5 раз.

СОЯ КУЛЬТУРНАЯ – *Glycine max* (L.)Meer., семейство бобовые. Однолетнее растение. Известно только в культуре, в том числе во многих районах СНГ.

* **Масло из семян** применяют внутрь для профилактики гипертонической болезни, атеросклероза, оно повышает устойчивость организма к туберкулёзу, служит сырьём для синтеза мужских и женских гормонов

* **Соевые семена** употребляют в пищу при нарушении обмена веществ, в том числе ожирении и атеросклерозе.

СПАРЖА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – *Asparagus officinalis* L., семейство лилейные. Синонимы: *спаржа аптечная, обыкновенная*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе, в Сибири, культивируется как овощное и декоративное растение.

* **Три чайные ложки корневищ** с корнями и травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1-2 столовые ложки 3 раза в день

при ревматизме, болях в суставах, водянке, болезнях мочевыводящих путей, почек, печени, желчного пузыря, камнях в мочевом пузыре, сахарном диабете, сердечно-сосудистых заболеваниях, эпилепсии.

* **60,0 корней** отваривают в литре воды и пьют по несколько столовых ложек 2 раза в день как мочегонное, тонизирующее, жаропонижающее, улучшающее кровообращение и пищеварение средство при подагре, диабете, ревматизме, болезнях легких, импотенции и коклюше.

* **Сироп, приготовленный из одной части сока** спаржевых побегов и двух частей сахара, принимают по 2-4 чайные ложки несколько раз в день при подагре.

* **Плоды и настой плодов** используются для лечения полового бессилия и дизентерии.

Примечание. Спаржевые побеги в больших количествах не рекомендуются больным холециститами, сахарным диабетом и детям.

СПИРЕЯ ИВОЛИСТНАЯ – *Spiraea salicifolia* L., семейство розоцветные. Синоним: *таволга иволистная*. Кустарник. Растёт на Крайнем Севере. В культуре по

всей европейской части СНГ, в Сибири и Средней Азии.

* **Чайную ложку облиственных цветущих побегов** настаивают в течение часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при расстройстве деятельности желудочно-кишечного тракта.

СТАЛЬНИК ПОЛЕВОЙ – *Ononis arvensis* L., семейство бобовые. Синонимы: *стальник пашенный, обыкновенный, вонючий, вовчуг, бычий корень, воловья трава*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири.

* **Отвар корней** применяют при геморрое. Он способствует прекращению кровотечения, уменьшает боли, нормализует стул, способствует уменьшению и уплотнению внутренних геморроидальных узлов. Как противовоспалительное и мочегонное средство отвар применяют при мочекаменной болезни, подагре и ревматизме. Отвар готовят из 30,0 корней, которые заливают литром воды и кипятят до получения 0,5 литра отвара. Пьют его по 1/4 стакана 3 раза в день перед едой в течение

2-4 недели. Наружно отвар корней употребляют в виде примочек для лечения экзем.

* **Настойку коней** 1:5 70% спирта пьют по 40-60 капель 2-3 раза в день, как кровоостанавливающее средство при обострении геморроя для прекращения кровотечения и нормализации стула. Настойка оказывает также слабое мочегонное действие.

Примечание. Стальник противопоказан при тромбофлебитах и других болезнях, сопровождающихся повышенной свертываемостью крови.

СУРЕПКА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Barbarea vulgaris* R.br., семейство крестоцветные. Двулетнее растение. Сорняк. Растёт почти повсеместно.

* **Столовую ложку травы** настаивают 2-3 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день как сильное мочегонное средство при водянке, кроме того, при цинге, апоплексии, эпилепсии и как средство, повышающее половую деятельность и способствующее увеличению выработки спермы.

СУСАК ЗОНТИЧНЫЙ – *Butomus umbellatus* L., семейство сусаковые. Травянистый многолетник. Растёт в умеренных и северных областях Евразии.

* **Отвар корневищ** пьют как слабительное, мочегонное и противолихорадочное средство и как средство, усиливающее менструации. При воспалительных инфильтратах измельчённые корневища применяют наружно, как смягчительное средство. Соком листьев выводят лишай.

СУХОЦВЕТНИК ОДНОЛЕТНИЙ – *Xeranthemum annuum* L., семейство сложноцветные. Народные названия: *сухоцвет*; *бессмертник лиловый*, *однолетний*. Однолетник. Растёт в южных районах СНГ, на Кавказе. Повсеместно разводится как декоративное.

* **2 чайные ложки сухой травы** настаивают 2-3 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при заболеваниях сердца, нервной системы, гастритах с пониженной секрецией желудочного сока, холециститах. При зубной боли настой применяют для полосканий.

СУШЕНИЦА ЛЕСНАЯ – *Gnaphalium silvaticum* L., семейство сложноцветные. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Средней Азии, на Кавказе.

* **Отвар травы** пьют при общей слабости, анемии, болезнях печени, неврозах. Порошком из травы посыпают раны, мокнущие лишаи.

СУШЕНИЦА РОССИЙСКАЯ – *Gnaphalium rossicum* Kirp., семейство сложноцветные.

* **Растение применяют** при бронхиальной астме, сахарном диабете, неврозах сердца, гипертонической болезни, нервных заболеваниях, туберкулезе легких, стенокардии, гастрите, язвенной болезни, метеоризме, маточных и геморроидальных кровотечениях, поносах. Настой травы 30,0:200,0 пьют по столовой ложке 4-5 раза в день за 30 минут до еды. При гипертонической болезни лечение отваром дополняют ножными ваннами из отвара травы (150,0 на три литра воды). Продолжительность ванны 30 минут.

* **Столовую ложку травы** настаивают в стакане подсолнечного масла и применяют наружно для лечения незаживающих ран, язв, ожогов, кожного лейшманиоза, эрозий шейки матки, кольпитов и подобных женских заболеваний. Для этих же целей применяют настой травы 50,0 на 1000,0 воды и мазь из одной части травы, четырех меда и четырех сливочного масла. При мокнущей экземе поражённые поверхности присыпают сухим порошком травы.

* **При кавернах и абсцессах легких** 10-процентную спиртовую настойку травы пьют по 1/2 чайной ложки 3 раза в день за 30 минут до еды. В этих же случаях применяют настой травы 1:2, к которому добавлено 20 процентов спирта, по 1/2 чайной ложки 3 раза в день за 30 минут до еды.

* **200,0 травы** смачивают 20-процентным спиртом, настаивают 18 часов, после чего варят 1,5 часа на медленном огне при постоянном помешивании в 1000,0 масла (подсолнечного, сливочного, оливкового, персикового вазелинового, китового жира или свиного сала). Применяют наружно при гангрене, запущенных ранах, язвах, свищах,

термических и химических ожогах. 250,0 травы кипятят 10 минут в 6 литрах воды (для одной ноги), настаивают 15 минут и используют для ножных ванн (ногу погружают до колена) при спонтанной гангрене. Длительность каждой процедуры 30 минут, курс лечения - 30 дней

ТАБАК НАСТОЯЩИЙ – *Nicotiana tabacum* L., семейство паслёновые. Растение ядовито. Синонимы: *табак папиросный, виргинский, жёлтые табаки*. Однолетнее растение. Культивируется в южных районах СНГ.

* **Насыщенный отвар листьев** в виде примочек используется при чесотке и зудящих дерматозах, паразитических болезнях кожи и волосистой части головы.

ТАМАРИКС МНОГОВЕТВИСТЫЙ – *Tamarix ramosissima* Led., семейство гребенщиковые. Синонимы: *гребенщик ветвистый; Tamarix odessana* Stev. Кустарник или дерево. Растёт на юге Молдовы, Украины, России, в Средней Азии.

* **Две чайные ложки листьев** настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при ревматизме, заболеваниях селезенки, поносах и кровотечениях.

ТАМАРИКС РАСКИДИСТЫЙ – *Tamarix laxa Willd.*, семейство гребенщиковые. Синоним: *гребенщик рыхлый*. Кустарник. Растёт в низовьях Волги и в Средней Азии.

* Используется наравне с тамариксом многоветвистым.

ТАМАРИКС ТОНКИЙ – *Tamarix gracilis Willd.*, семейство гребенщиковые. Синоним: *гребенщик изящный*. Кустарник. Растёт на юге европейской части СНГ, юге Западной Сибири, в Казахстане.

* Используется наравне с тамариксом многоветвистым.

ТАТАРНИК КОЛЮЧИЙ – *Onopordon acanthium L.*, семейство сложноцветные. Синонимы и народные названия: *татарник обыкновенный*, *будяк*, *чертополох*. Двулетний сорняк. Растёт в тёплой и умеренной зонах СНГ.

* **Растение применяют** при ревматизме, бронхиальной астме, кашле, а также в качестве мочегонного (болезни мочевого пузыря), противосудорожного, успокаивающего, кардиотонического, кровоостанавливающего и улучшающего метаболизм средства. Используется оно и при лечении поносов и геморроя.

а) 2-3 столовые ложки травы настаивают в 400,0 кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день за 30-40 минут до еды. В качестве мочегонного средства пьют по стакану 3 раза в день.

б) Порошок из листьев, освобожденных от колючек, пьют по чайной ложке 3 раза в день.

* **40,0 листьев** заваривают в 200,0 кипятка и применяют наружно для обмываний, примочек и спринцеваний при лечении фурункулов, ран, язв, рака кожи, волчанки, скрофулеза, белей.

* **Порошок цветочных корзинок** принимают по чайной ложке 3-4 раза в день до еды при анемии, запивая водой.

ТМИН ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Carum carvi* L., семейство зонтичные. Синонимы

и народные названия: *анис обыкновенный*, *дикий анис*. Двулетнее растение. Растёт в европейской части СНГ, в Сибири до Байкала.

* **Растение применяют** как спазмолитическое, улучшающее аппетит, желчегонное, молокогонное, усиливающее тонус и перистальтику кишечника, снижающее гнилостные и бродильные процессы в кишечнике средство при атонических запорах, диспепсии, энтеритах, метеоризме, хроническом холецистите, гипогалактии, болезнях органов дыхания.

а) 1-2 чайные ложки плодов настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 3 раза в день за 20 минут до еды (детям назначают по чайной ложке)

б) Две чайные ложки плодов кипятят 3 минуты в двух стаканах воды и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день до еды.

ТОПИНАМБУР – *Helianthus tuberosus* L., семейство сложноцветные. Синоним: *земляная груша*. Многолетник, культивируется широко.

* **Клубни применяются** в медицине в качестве средства, понижающего уровень

сахара в крови, поэтому их назначают при сахарном диабете и для снижения веса, а также при гастритах, упадке сил, снижении работоспособности.

* **Настой травы:** 2 столовые ложки мелко нарубленных верхушек стеблей заливают 1/2 литра кипятка, настаивают до охлаждения, принимают по 1/2 стакана 4 раза в день. Курс лечения при диабете, склерозе, гипертонии, анемии 20 дней.

* **Сок из клубней** закапывают в нос при насморке по 10-12 капель 4 раза в день.

ТОПОЛЬ ДРОЖАЩИЙ – *Populus tremula* L., семейство ивовые. Синоним: *осина*. Дерево. Растёт почти по всей территории СНГ за исключением тундры.

* **Отвар коры** применяют для лечения венерических болезней. Настойку внутренней части коры молодых ветвей с листьями – при поносе, кашле, простуде, лихорадке и в качестве аппетитного средства.

* **Столовую ложку почек** кипятят час в стакане воды, пьют по столовой ложке 5-6 раз в день, как противомикробное, жаропонижающее средство при простудных

заболеваниях и лихорадке. Отвар применяют также для улучшения аппетита. Порошок из почек, смешанный с подсолнечным маслом, используют наружно при геморрое и ожогах.

* **Молодые измельченные** обваренные кипятком листья используют наружно в виде припарок для снятия ревматических, подагрических и геморроидальных болей.

* **Свежее осиновое полено** пробуравливают, насыпают в него поваренной соли и плотно затыкают отверстие, после чего полено бросают в огонь. Недогоревшее полено вынимают, высыпают из него соль, которую кладут на большой зуб или же разводят водой в соотношении 1:10 и применяют как полоскание.

ТОПОЛЬ ЧЕРНЫЙ – *Populus nigra* L., семейство ивовые. Синонимы и народные названия: *осоколь, сокорина, чернотополь*. Растет в европейской части СНГ и Сибири.

* **20,0 почек** кипятят 5 минут в стакане воды, настаивают 4 часа и используют для примочек, растираний, ванн при ревматизме, подагре, ожогах, ранах, язвах,

дерматитах, геморрое (сидячие ванны), радикулите, артритах, невралгиях. Отваром почек моют голову для укрепления луковиц волос и делают спринцевания при трихомонадном кольпите.

* **Две столовые ложки почек** растирают с равным количеством сливочного масла. Полученную мазь используют в качестве болеутоляющего средства при ревматизме, подагре, радикулитах, артритах, невралгиях, геморрое, в качестве вяжущего и заживляющего – при ожогах, ранах, язвах, дерматитах.

* **20,0 почек настаивают** четыре часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 2-4 раза в день при болезнях мочевого пузыря и органов дыхания, геморрое, расстройстве желудочно-кишечного тракта, ревматизме, подагре, а также в качестве успокаивающего и жаропонижающего средства. Настой обладает антибиотическими свойствами, его также применяют для спринцеваний и ванночек при лечении трихомонадного кольпита.

ТРОСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ –
Phragmites communis Trin., семейство

злаковые. Синонимы и народные названия: *камыш, порез-трава; Arundo phragmites L., Arundo vulgaris Lam.* Травянистый многолетник. Космополит в умеренном и жарком поясах.

* **Порошок из пережжённых колосьев** используют наружно для лечения ран. Свежим очищенным от коры корневищем останавливают наружные кровотечения.

* **Свежее корневище** принимают по 30,0-60,0 в сутки как мочегонное и жаропонижающее средство при простудных болезнях с повышенной температурой и сухостью в горле, при задержке мочи и воспалительных болезнях мочеточников и мочевого пузыря, а также в качестве противоядия при отравлении рыбой и крабами.

ТУЯ ЗАПАДНАЯ – *Thuja occidentalis L.*, семейство кипарисовые. Народные названия: *негниючка, жизненное дерево.* Дерево. Родина восток Северной Америки. В озеленительных посадках вплоть до Архангельска, Свердловска, в Сибири и на Дальнем Востоке.

* **Растение используют** для лечения болезней почек, печени, метаболизма (артриты, остеохондроз), аллергических заболеваний, гепатохолециститов, желчнокаменной болезни, циститов, уретритов, хронического простатита, аденомы простаты. Препараты туи применяют также в качестве мочегонного средства при отёках и для изгнания круглых глистов. В народной медицине они применяются как средство, рассасывающее новообразования, рубцы и спайки.

а) Столовую ложку побегов настаивают в 200,0 кипятка, выпивают за день в 3 приёма за 30 минут до еды.

б) Спиртовую настойку побегов 1:10 пьют по 10-15 капель 3-4 раза в день. При лечении красной волчанки её применяют наружно.

* **Столовую ложку свежих листьев** настаивают 20 минут в 1,5 стакана кипятка и используют для обмываний в качестве противовоспалительного средства при сикозе, а также для выведения бородавок.

ТЫКВА КРУПНОПЛОДНАЯ – Cucurbita maxima L., семейство тыквенные.

Синонимы: *тыква гигантская; Cucurbita maxima Duch.* Однолетнее растение. Известная бахчевая культура, возделывается практически повсеместно.

* **При заболеваниях печени,** почек, отложениях солей и простатите пьют свежий сок из мякоти плодов по 1/2-1 стакану в день. При бессоннице сок пьют на ночь. Растертую мякоть плодов используют наружно для лечения ожогов и экзем. При заболеваниях печени, почек, сердца, отеках и атеросклерозе употребляют в пищу тыквенное пюре по 3-4 тарелки в день.

* **Мякоть сырой тыквы** до 0,5 кг в день или сок из мякоти по полстакана в сутки назначают как мочегонное средство при сердечных заболеваниях, при кишечных расстройствах (дискинезии, колиты, запоры), для профилактики кариеса зубов, а также при рвоте у беременных и при морской болезни.

* **По 1 стакану семян тыквы** и конопли растирают в глиняном сосуде, постепенно подливая 3 стакана кипятка, затем процеживают и отжимают остаток. Полученное «молоко» выпивают в течение

дня при гематурии и задержке мочи в результате спазматических явлений.

* **При отёчности лица** 2 столовые ложки мелко нарезанной тыквы доводят до состояния кашицы в небольшом количестве воды, добавляют 1/2 чайной ложки мёда, перемешивают. Накладывают на лицо в виде маски через компрессную бумагу.

* **При нарушениях функции мочевого пузыря** ежедневно принимают 2-3 столовые ложки очищенных семян. Они обладают как лечебным, так и профилактическим действием, что выражается в укреплении и активизации мускулатуры мочевого пузыря, успокаивающем действии при раздражении слизистой.

* **100,0 очищенных** и измельчённых сырых семян тыквы, 100,0 поджаренного до бежевого цвета риса, 50,0 семян вики посевной, поджаренных, как кофе, и измельчённых, по 150,0 несоленого сливочного масла и пчелиного мёда тщательно перемешивают. Принимают по 1-2 чайные ложки через каждый час. Это средство хорошо помогает при астении, дистрофии, истощении, половой слабости из-за возрастных изменений.

* **Кусочки засохшего стебля** (тыквенные черешки) длиной 10-15 см и толщиной до 5 см, собранные осенью, в крайнем случае, весной из-под снега, применяют в качестве мочегонного средства при почечных, сердечных заболеваниях с отёками, при гипертонии, нарушении обмена веществ и хронических дерматозах. 1-2 измельчённых черешка кипятят 15 минут в стакане воды и выпивают в течение дня.

* **Семена используют** для изгнания ленточных, реже круглых глистов.

а) 300,0 очищенных от твердой кожуры семян (обязательно с сохраненной зеленой оболочкой семени) растирают пестиком в ступе, прибавляя семена и воду небольшими порциями. Количество воды допускается до 50,0-60,0. Для вкуса прибавляют 10-16 граммов меда, или варенья. Приготовленную таким образом кашку съедают натошак небольшими порциями в течение часа. Через три часа дают сульфат магния – 30,0, а затем через полчаса делают клизму. Дозы семян тыквы для детей 10-12 лет – 150,0, 5-7 лет – 100,6, 3-4 года – 75,0, 2-3 года – 30,0-50,0.

б) 500,0 неочищенных измельченных семян выдерживают в литре воды в течение двух часов на легком огне в водяной бане, не доводя настой до кипения. Затем его охлаждают, фильтруют, снимают образовавшуюся масляную пленку и добавляют сахар или мед по вкусу. Принимают небольшими порциями в течение часа. Через два часа после приема настоя назначают солевое слабительное. Доза настоя: детям 10 лет из 300,0 семян, 5-7 лет – из 200,0, до 5 лет – из 100,0-150,0.

в) 150,0 семян растирают в ступке с постепенным добавлением воды до 450,0 и дают выпить больному в течение часа. Через два часа назначают солевое слабительное.

Дополнение: Курс лечения препаратами из семян тыквы проводят по следующей схеме. 1-й день: подготовка к лечению. Пищу принимают в протертом и жидком виде. Вечером – легкий ужин и на ночь прием слабительной соли. 2-й день: Утром ставят клизму и принимают препараты из семян, приготовленные по одному из описанных выше способов. Затем дают солевое слабительное.

ТЫКВА ОБЫКНОВЕННАЯ – Cucurbita
perо L., семейство тыквенные. Синонимы:
кабачки, патиссоны, американка, тыква
мелкоплодная. Однолетник. Возделывается
повсеместно.

* Используется наравне с тыквой
крупноплодной.

ТЫСЯЧЕГОЛОВ ПИРАМИДАЛЬНЫЙ –
Vaccaria pyramidata Medic., семейство
гвоздичные. Корни растения ядовиты.
Синонимы: *тысячеголов посевной,*
испанский; Vaccaria segetalis Garcke.,
Vaccaria hispanica (Mill.)Rausch., Saponaria
vaccarica L. Однолетник. Растёт в
европейской части СНГ, Западной и
Восточной Сибири, Средней Азии и на
Дальнем Востоке.

* **Семена обладают** молокогонным и
болеутоляющим действием. Разовая доза
порошка семян для приёма внутрь 1,0-2,0.

* **Измельченную траву** и несоленое
сливочное масло, взятые в равных
количествах, тщательно перемешивают,
полученную мазь используют для лечения
экземы и псориаза.

ТЫСЯЧЕЛИСТНИК БЛАГОРОДНЫЙ –
Achillea nobilis L., семейство

сложноцветные. Травянистый многолетник. Растёт на юге европейской части СНГ, в Западной Сибири, Северном Казахстане.

* Используется наравне с тысячелистником обыкновенным.

ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ
– Achillea millefolium L., семейство

сложноцветные. Народные названия: *деревей, белая кашка, белоголовник, серпориз, порезник, кровавник, порезная трава.* Травянистый многолетник. Распространён практически по всей Евразии.

* **Растение применяют** как улучшающее пищеварение (горечь), тонизирующее, кровоостанавливающее, болеутоляющее и молокогонное средство. Препараты тысячелистника назначают при женских заболеваниях, гипогалактии, зубной боли, маточных, геморроидальных кровотечениях, болезнях печени, желчнокаменной болезни, остром бронхите, ночном недержании мочи, туберкулезе легких, дисменорее и задержке месячных, нервных заболеваниях, спазмах

кишечника, анемии. Механизм кровоостанавливающего действия тысячелистника подобен действию хлористого кальция и заключается в активации фибрифермента.

а) Столовую ложку травы настаивают час в стакане молока или воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день перед едой.

б) Сок растения принимают по чайной ложке 3 раза в день, при носовых кровотечениях его закапывают по несколько капель в каждую ноздрю.

в) Настойку (25,0 травы на 100,0 водки) пьют по 40-50 капель 3 раза в день.

* **10,0-20,0** травы кипятят 5-10 минут в 250,0 воды и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день при гастритах и язвенной болезни. Курс лечения 25-30 дней.

* **Как кровоостанавливающее** и противовоспалительное средство применяют порошок из смеси листьев тысячелистника и крапивы двудомной, взятых в равных количествах. Пьют по 0,3 смеси 3 раза в день до еды.

* **2 столовые ложки** травы настаивают 1 час в 1,5 стаканах кипятка, используют наружно при гнойничковых поражениях

кожи, носовых кровотечениях, язвах, гнойных ранах, геморрое (ванны).

Примечание. Длительное применение тысячелистника вызывает головокружение и кожные сыпи

УКРОП ОГОРОДНЫЙ – **Anethum graveolens** L., семейство зонтичные. Синоним: *укроп душистый*. Однолетнее широко культивируемое растение.

* Для улучшения пищеварения принимают порошок из травы по чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды. Настой травы пьют при гипертонической болезни I-II степени, метеоризме, а также в качестве мочегонного, отхаркивающего, желчегонного и слабительного средства.

* **Две чайные ложки измельченных семян** настаивают 10 минут в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Это отхаркивающее, молокогонное, спазмолитическое, обезболивающее и мочегонное средство при гипогалактии, гипертонической болезни, стенокардии, спазмах гладкой мускулатуры органов брюшной полости, цистите,

болезнях органов дыхания, бессоннице, хроническом колите.

* **50,0 семян варят 15-20 минут** в 500,0 кагора или портвейна, настаивают, укутав, 1 час, пьют по 50,0-60,0 перед сном при бессоннице.

ФАСОЛЬ ОБЫКНОВЕННАЯ –*Phaseolus vulgaris* L., семейство бобовые. Встречается только в культуре. Однолетник. Широко известное пищевое растение.

* **Раны, ожоги, язвы**, мокнущие участки экземы присыпают мукой из семян. Лепёшки из фасолевой муки, замешенные на мёде прикладывают к нарывам и фурункулам для скорейшего их созревания.

* **15,0-20,0 сухой измельченной шелухи стручков** кипятят 3-4 часа в литре воды и пьют по 1/2 стакана 4-5 раз в день при сахарном диабете, болезнях почек, цистите, ревматизме, подагре, гипертонической болезни, ишиасе, мочекаменной болезни и отеках сердечного происхождения. Отваром сухих цветов лечат мочекаменную болезнь.

ФАСОЛЬ ОГНЕННОКРАСНАЯ – *Phaseolus coccineus* L., семейство бобовые.

Синонимы и народные названия: *турецкие бобы*; *Phaseolus multiflorus Lam.* Одно- или двулетнее растение. Родина Южная Америка. Разводится большей частью, как декоративное.

* При лечении сахарного диабета используется наравне с фасолью обыкновенной.

ФЕНХЕЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ – **Foeniculum vulgare Mill.**, семейство зонтичные. Синоним: *волошский укроп, фенхель аптечный; Anethum foeniculum L.* Двулетник. Растёт в Крыму, Закавказье и Средней Азии. Культивируется как лекарственное растение.

* **Фенхель применяют** как отхаркивающее, спазмолитическое, лактогонное, слабительное и аппетитное средство при метеоризме, хронических колитах, спазмах желудочно-кишечного тракта, почечнокаменной и желчнокаменной болезнях, заболеваниях дыхательных путей и гипогалактии.

а) Перед едой принимают по чайной ложке измельченных семян.

б) Чайную ложку измельченных семян настаивают в стакане кипятка 2 часа и дают детям по 1-2 столовые ложки настоя 3-4 раза в день за 20 минут до еды. Для взрослых в стакане кипятка настаивают 2-3 чайные ложки семян. Пьют по 1-3 столовые ложки 4-5 раз в день. При болезнях горла настоей употребляют для полосканий.

ФИАЛКА ДУШИСТАЯ – *Viola odorata* L., семейство фиалковые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *фиалка пахучая; маткина душка, конские копыта*. Травянистый многолетник. Растёт на западе европейской части СНГ, в Крыму, на Кавказе, в Западной Сибири.

* **Фиалку применяют в качестве** отхаркивающего, противокашлевого и мочегонного средства при туберкулезе легких, гриппе, бронхиальной астме, коклюше и мочекаменной болезни. Используют растение также для лечения ревматизма и подагры.

а) Два грамма листьев и корней настаивают 2-3 часа в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке через каждые три часа. При лечении коклюша настоей пьют через

каждые два часа, а отваренную траву кладут в виде компресса на 1-1,5 часа на верхнюю часть грудной клетки.

б) 25,0 листьев и корней настаивают в 100,0 водки и пьют по 25 капель 3 раза в день.

ФИАЛКА ОПУШЕННАЯ – *Viola hirta* L., семейство фиалковые. Синоним: *фиалка волосистая*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ.

* Чайную ложку травы настаивают 2 часа в стакане холодной воды, добавляют по вкусу мед и пьют по 2 столовые ложки 3 раза в день при простудных заболеваниях, кашле, хрипоте, gryже, судорогах, спазмофилии в качестве противовоспалительного, мягчительного и обезболивающего средства.

ФИАЛКА ПОЛЕВАЯ – *Viola arvensis* Murr., семейство фиалковые. Народное название: *золотуха*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ и от Западной Сибири до Иркутской области.

* Травя обладает отхаркивающим, мочегонным, потогонным, улучшающим

обмен веществ действием. Применяется при острых респираторных заболеваниях, рахите, золотухе, ревматизме, подагре, цистите, коклюше, атеросклерозе, почечнокаменной болезни, кожных заболеваниях (угри, сыпи, гнойнички, экзема, зуд кожи).

а) 20,0 травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день. При кожных заболеваниях настой одновременно с приемом внутрь используют наружно в виде примочек, обмываний и ванн.

б) 30,0 травы настаивают в 100,0 водки и пьют по 20-30 капель три раза в день.

ФИАЛКА СОБАЧЬЯ – *Viola canina* L., семейство фиалковые. Травянистый многолетник. Растёт почти повсеместно.

* **Чайную ложку травы** настаивают 2 часа в стакане холодной воды и пьют по 2 столовые ложки 3 раза в день в качестве слабительного и мочегонного средства, а также для лечения охриплости голоса, кашля и болей в груди.

* **Измельчённая трава** используется наружно для лечения ран.

ФИАЛКА ТРЕХЦВЕТНАЯ – Viola tricolor L., семейство фиалковые. Народные названия: *анютины глазки, братики, троецветка, иван-да-марья*. Травянистый многолетник. Растёт в умеренном поясе Евразии.

* **Фиалку применяют** в качестве отхаркивающего, мочегонного, потогонного, улучшающего обмен веществ средства при эксудативно-катаральных диатезах, кожном зуде, фурункулезе, ревматизме, подагре, артритах, женских заболеваниях, циститах, болезнях дыхательных путей, атеросклерозе, а в виде полосканий при ангине и ларингите.

а) 20,0 травы отваривают в 200,0 воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

б) 30,0 травы настаивают в 100,0 водки и пьют по 20-30 капель 3 раза в день.

в) Порошок из травы дают детям по 0,2-0,5 2-4 раза в день.

* **фиалка, трава**

череда, трава по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день как отхаркивающее средство.

* **фиалка, трава**
чистотел, трава по 10,0

Всё количество смеси настаивают 20-30 минут в стакане кипятка и пьют по столовой ложке через каждые 2 часа при экземе. Из этого же настоя делают примочки на пораженные места. Курс лечения 10-15 дней.

* **фиалка, трава**
чистотел, трава по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 1 час в стакане кипятка, пьют по 1/4 стакана 4 раза в день через час после еды. Одновременно назначают ванны из отвара чистотела: 100,0 травы заливают 4 литрами воды, доводят до кипения, настаивают 1 час, процеживают, вливают в ванну с 20-30 литрами воды (температура 40-45 градусов). Длительность процедуры 5-10 минут, ежедневно или через день в зависимости от самочувствия больного. Для детей температура воды в ванне не выше 38-40 градусов. Применяется для лечения кожных болезней.

Примечание. Садовые формы фиалки не применяют, так как они обладают очень слабым действием.

ФИЗАЛИС ОБЫКНОВЕННЫЙ –
Physalis alkekengi L., семейство
пасленовые. Синоним: *физалис угловатый*.
Чашечка растения ядовита. Травянистый
многолетник. Родина Америка.
Культивируется, как овощное растение.

* **Растение применяют** при заболеваниях
почек, мочевого пузыря, почечнокаменной
болезни, гнойном пиелите, водянке,
болезнях печени и желчного пузыря,
(желчегонное), органов дыхания,
ревматизме, а также в качестве
кровоостанавливающего средства.

а) 20,0-30,0 ягод варят 10-15 минут в 1/2
литра воды, настаивают около часа и пьют
по 1/4 стакана 4-5 раз в день.

б) Ежедневно принимают по 15-20
свежих плодов или по 20,0-25,0 плодового
сока. Сок применяют и наружно для лечения
лишаев.

* **Одну часть сухих плодов** тщательно
растирают с четырьмя частями основы.
Полученную мазь используют в качестве
противовоспалительного средства при
лечении ран и как обезболивающее средство
при ревматических и других болях.

ФОРЗИЦИЯ СВИСАЮЩАЯ – *Forsythia suspensa* (Thunb.) Vahl., семейство маслинные. Синонимы: *форзиция пониклая, подвешенная*. Кустарник. Родина Китай. Культивируется иногда как декоративное растение в европейской части СНГ.

* **Порошки и отвар** из корней и плодов применяют при гипертонической болезни, легочных кровотечениях, скрофулодерме, опухолях, энцефалитах, а также, в качестве антитоксического и бактерицидного средства и для профилактики кровоизлияний в мозг. Разовая доза лекарственного сырья от 1,0-3,0 до 5,0-20,0.

ХАМОМИЛЛА АПТЕЧНАЯ – *Chamomilla recutita* (L.) Rausch., семейство сложноцветные. Синонимы и народные названия: *ромашка лекарственная, обыкновенная, дикая, ободранная; румянок, ромен, маточная трава, маточник, романова трава; Matricaria chamomilla L., Matricaria recutita L.* Однолетник. Растёт в европейской части СНГ, в Западной Сибири.

* **Цветы** используют как противосудорожное, потогонное,

спазмолитическое, желчегонное, антисептическое, противовоспалительное и седативное средство. Их применяют при простудных заболеваниях, мигрени, спазмах гладкой мускулатуры, гастритах, колитах, энтеритах, язвенной болезни, подагре.

а) 10,0 цветов настаивают 8 часов в 200,0 холодной воды, пьют по 1/3 стакана 3 раза в день.

б) Столовую ложку цветов настаивают в стакане кипятка не менее часа и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день. Этот же настой используют для полосканий, примочек, ванночек, спринцеваний при гнойных ранах, абсцессах, болезнях горла, стоматитах, трихомонадных кольпитах.

в) Столовую ложку цветов кипятят 5 минут в стакане воды, настаивают 4 часа и пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день. Курс лечения 2-3 месяца.

* **15,0 цветов настаивают** 15 минут в литре кипятка и пьют по стакану настоя на ночь при бессоннице.

* **30,0 цветов настаивают** 1 час в стакане крутого кипятка. Настой процеживают, добавляют десертную ложку мёда, размешивают. Предварительно вымытые и

слегка вытертые волосы обильно смачивают приготовленной смесью, а через 30-40 минут промывают тёплой водой без мыла. Применяют для смягчения волос. При сухих волосах применять не чаще одного раза в 10-12 дней, при жирных – один раз в неделю.

* **хамомилла аптечная, цветы**

1 часть

тысячелистник, трава 1 часть

Две столовые ложки сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день при болях в желудке, вызванных его спазмами.

* **хамомилла аптечная, цветы 1**

часть

мелисса, листья 1 часть

Две столовые ложки сбора настаивают 8 часов в трех стаканах кипятка и пьют теплым по стакану 3 раза в день при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

ХАМОМИЛЛА ПАХУЧАЯ – Chamomilla suaveolens (Pursh.) Rydb., семейство сложноцветные. Синонимы: *ромашка безъязычковая, американская, зелёная, ромашковидная; Matricaria suaveolens*

Buchen, Matricaria discoidea DC., Matricaria matricarioides (Less.) Porter., Chamomilla discoidea (DC.) J. Gay ex A. Br. Однолетник. Растёт по всей Европе, в Сибири, на Дальнем Востоке, Кавказе.

* **Цветы используют** как желчегонное, потогонное, противосудорожное, регулирующее месячные, успокаивающее и противовоспалительное средство при мигрени, бессоннице, воспалительных процессах слизистой желудка и кишечника, малярии.

а) Порошок из цветов по 2,0 пьют 3 раза в день

б) 15,0-20,0 цветов отваривают в 200,0 воды и пьют по 2-3 столовые ложки 3 раза в день.

* **50,0 цветов** заваривают в ведре воды и используют для ванн при золотухе.

* **При подагре и ревматизме** применяют ванны из настоя цветов (200,0 на ведро кипятка). На каждое ведро настоя добавляют стакан поваренной соли.

Примечание. По данным некоторых ученых наружное действие хамомиллы пахучей такое же, как и хамомиллы аптечной.

ХАТЬМА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Lavatera thuringiaca* L., семейство мальвовые. Синонимы и народные названия: *хатьма тюрингенская, тюрингская, собачья роза, рожса, кукольник*. Травянистый многолетник. Растёт в центре европейской части СНГ, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, Казахстане, Средней Азии.

* **Щепотку порошка корней** разводят кипячёной водой и применяют в виде полоскания при ангинах и стоматитах. Для этих же целей применяют отвар корней (столовую ложку корней кипятят в стакане воды, настаивают 4 часа).

* **Свежие измельченные листья** прикладывают к лишаям, фурункулам, гнойникам для их скорейшего заживления.

* **При ревматизме и артритах** к поражённым суставам для снятия болей прикладывают припарки из обваренных кипятком листьев.

* **Две столовые ложки порошка листьев** смешивают с равным количеством сливочного масла или вазелина, полученную мазь применяют для втирания

при лечении артритов и ревматизме в качестве обезболивающего средства.

* **Корень растения** употребляется для лечения простудных заболеваний, болезней дыхательных путей, головной боли, золотухи, болезней желудочно-кишечного тракта, в том числе поносов. Лекарства, приготовленные из него, обладают обволакивающим, отхаркивающим и противокашлевым действием.

а) 8,0 корней настаивают в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

б) Столовую ложку корней кипятят пять минут в стакане воды, настаивают 4 часа и пьют по столовой ложке 4-5 раз в день.

ХВОЙНИК ДВУХКОЛОСКОВЫЙ – ***Ephedra distachya* L.**, семейство эфедровые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *Кузьмичева трава, наседник, стоузельник, калмыцкий ладан, степная малина, бирючы ягоды, хвойник ягодный, двухколосковый, степной декокт; Ephedra vulgaris Rich.* Кустарник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Средней Азии.

*** Растение применяют** для лечения аллергических заболеваний (бронхиальная астма, сенная лихорадка, крапивница), ревматизма, болезней органов дыхания, желудочно-кишечного тракта, в том числе дизентерии, сердечно-сосудистой системы, водянки, малярии и гипотонии. Обладает потогонным, жаропонижающим, уменьшающим отделение мокроты, возбуждающим центральную нервную систему действием.

а) Чайную ложку травы настаивают в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 2-3 раза в день.

б) 15,0 травы заваривают в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке 2-3 раза в день.

ХВОЩ ЗИМУЮЩИЙ – Equisetum hiemale L., семейство хвощевые. Синоним: *хвоц зимний*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Сибири.

*** Столовую ложку травы** настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день при ревматизме, опухолях матки и почечнокаменной болезни (в качестве мочегонного средства). Отваром травы промывают глаза при конъюнктивитах.

ХВОЩ ПОЛЕВОЙ – Equisetum arvense L., семейство хвощевые. Растение ядовито. Народные названия: *песты, пестики, сосенка полевая, хвойка, толкачики, пестышки, пестовник, толкачник, пестушки*. Многолетнее споровое растение. Растёт по всей территории СНГ, кроме районов Крайнего Севера, пустынь и полупустынь.

* **Четыре чайные ложки травы** кипятят в двух стаканах кипятка и пьют в течение дня небольшими порциями в качестве дезинфицирующего, противогнилостного, мочегонного, вяжущего и кровоостанавливающего средства при ревматизме, подагре, болезнях печени, почек, мочевого пузыря, мочекаменной болезни, экссудативном плеврите, сердечных заболеваниях, с отеками, туберкулезе легких, маточных и геморроидальных кровотечениях.

* **15,0-20,0 травы** настаивают длительное время в литре белого вина и пьют при кровотечениях по 100-150 мл один раз в день натощак.

* **50,0 травы** настаивают сутки в трех стаканах холодной кипяченой воды и применяют для лечения ран, язв, остановки носовых кровотечений, мытья ног при их потливости. При ангинах, стоматитах и гингивитах назначают полоскание отваром: столовую ложку травы на стакан воды, кипятят 30 минут. Гнойные раны присыпали порошком сухой травы.

* **Для очищения организма** (кровоочистительное средство) высушенную и мелко нарезанную траву заваривали кипятком и пили как чай.

Противопоказания: острый нефрит.

ХМЕЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Humulus lupulus L.*, семейство тутовые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *хмель дикорастущий, хмелица, горкач.* Многолетняя лиана. Растёт в лесной зоне умеренного климата Евразии. Культивируют почти во всех странах умеренно тёплого климата.

* **Растение обладает** аппетитным, глистогонным, болеутоляющим, успокаивающим, общеукрепляющим, мочегонным, тонизирующим и

кардиотоническим действием. Применяют его при климактерических расстройствах, частых поллюциях, повышенной половой возбудимости, гастритах, уретритах, нефрите, цистите, заболеваниях печени, селезенки, невралгиях, цинге, фурункулезе, золотухе, поносах, желтухе, водянке, неврастении.

а) Две чайные ложки соплодий ("шишек") настаивают 4 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день за 15 минут до еды. При бессоннице настой принимают по стакану на ночь.

б) Столовую ложку соплодий кипятят 20-30 минут в стакане воды и пьют по 1/4 стакана 3 раза в день.

в) 25,0 соплодий настаивают в 100,0 водки и пьют по 40 капель 3 раза в день.

*** При ушибах, ревматических болях, язвах, радикулите, лишаях, выпадении волос** пользуются мазью, которая готовится из столовой ложки соплодий, растертых с равным количеством сливочного масла или свиного сала.

*** При бессоннице**, повышенной нервной возбудимости применяют лупулин по 0,2 на прием. (Лупулин – это превратившиеся в

желтый порошок железки, которые находятся на внутренней стороне чешуек соплодий). 1,0-2,0 лупулина, принятого за один раз, может вызвать отравление.

* **Столовую ложку лупулина** тщательно растирают со столовой ложкой несоленого свиного сала или сливочного масла. Смазывают больные места при остеохондрозе, лучше в дневное время.

* **При бессоннице** наволочку наполняют свежими "шишками" (соплодиями) и спят на этой подушке.

ХОНДРИЛЛА СИТНИКОВИДНАЯ – *Condrilla juncea* L., семейство сложноцветные. Синоним: *хондрилла обыкновенная*. Двулетнее или многолетнее растение. Растёт в степной и лесостепной зонах европейской части СНГ, Средней Азии и на Кавказе.

* **Отвар листьев и корневищ** с корнями пьют при поносах. Настой млечного сока – при нарушениях месячных.

ХРЕН ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Armoracia rusticana* (Lam.) Gaert., Mey., Scherb. семейство крестоцветные. Синонимы: *хрен*

деревенский, русский; Cochlearia armoracia
L. Многолетнее растение, растет широко по всей территории СНГ, культивируется везде.

* **Настой корневищ** 1:10 по чайной ложке 3 раза в день применяют при водянке, мочекаменной болезни, подагре, хроническом ревматизме, отсутствии аппетита, расстройстве месячных, цинге, кашле, общем упадке сил, пониженной сопротивляемости организма к инфекционным заболеваниям, дизентерии, гипертонической болезни. Этим же настоем полощут горло при ангине и обмывают раны и ожоги.

* **Натертое корневище** применяют для компрессов, а сок для втираний при радикулитах, ревматических болях и подобных заболеваниях. При отравлении угарным газом пострадавшему дают нюхать корень.

* **Лечение болезни Боткина.** Килограмм корневищ пропускают через мясорубку, заливают тремя литрами кипятка, настаивают в течение суток и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. Курс лечения 6-7 дней.

* **50,0 натертого корня** настаивают две недели в 250,0 столового уксуса в темном месте, затем добавляют 1,5 литра холодной воды. Для выведения веснушек и пигментных пятен протирают лицо утром и вечером.

* **Сок корня** в качестве аппетитного средства пьют по чайной ложке до еды. При хроническом гнойном отите сок закапывают в уши. Смесь сока с мёдом 1:1 пьют при простудных заболеваниях.

Противопоказания: гастриты, язвенная болезнь, энтероколиты, нефрит.

ЦИКОРИЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ –
Cichorium intybus L., семейство сложноцветные. Синонимы и народные названия: *татарский цвет, горчанка, цикорий дикий*. Травянистый многолетник. Растёт по всей Европе и Сибири до Байкала.

* **Настой соцветий** пьют как седативное средство при истерии и ипохондрии (действие слабее, чем у валерианы).

* **20,0 травы** настаивают в 500,0 кипятка, применяют наружно для лечения ран, язв, экзем, угрей, фурункулёза, ветряной оспы, золотухи. Одновременно следует принимать

настой внутрь (1 чайную ложку травы на стакан кипятка) по 1/3 стакана 3 раза в день.

*** Растение обладает** желчегонным, мочегонным, аппетитным, вяжущим, улучшающим обмен веществ и общеукрепляющим действием. Применяется при болезнях обмена, в частности при диабетическом мочеизнурении, опущении желудка, анемии, постоянных обмороках, цистите, недержании мочи, мочекаменной болезни, геморрое, болезнях печени, почек, селезенки, гастрите, колите и диспепсии.

а) 1-2 чайные ложки корней отваривают 30 минут в стакане воды, добавляют по вкусу сахар и пьют перед едой по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

б) Чайную ложку корней настаивают в стакане кипятка, добавляют по вкусу сахар и пьют по 1/2 стакана 2-3 раза в день до еды.

в) 20,0 корней настаивают в 100,0 водки и пьют по 20-25 капель в день.

*** При кожных заболеваниях**, связанных с нарушением обмена веществ (угри, фурункулез, экзема, золотуха и др.), одновременно с приемом настоя корней

внутри применяют примочки и ванны с более крепким настоем (1:10).

* **В качестве мочегонного** средства при отеках сердечного происхождения пьют настой корней и травы (столовая ложка на стакан кипятка) по 1/3 стакана 3 раза в день.

* **Кожный остро некротизирующий лейшманиоз**, язвы и гнойнички лечат присыпками из золы растения или 25-50-процентной мазью из этой золы.

ЧАЙНЫЙ ГРИБ МЕДУЗОМИЦЕТ – Medusomyces Gisev., сложный организм-симбиоз нескольких микроорганизмов. Народные названия: *чайный квас, морской гриб, маньчжурский гриб, японский гриб, японская матка, гриб Комбуха*. Разводят в домашних условиях во многих регионах для получения освежающего напитка.

* **Семи-восьмидневный чайный квас** регулирует деятельность желудочно-кишечного тракта (в частности оказывает слабительный эффект при привычных запорах у пожилых людей), подавляет жизнедеятельность многих микроорганизмов, действует как обезболивающее и противовоспалительное средство. Его

принимают по 1/2 стакана за час до еды 3-4 раза в день при различных формах бактериальной дизентерии, гастрогенном энтерите (поносе, вызываемом недостаточной секрецией желудочных желез), гастрогенном энтероколите, дизентерийном колите, атеросклерозе, гипертонической болезни, сопровождающейся атеросклерозом. Употребление чайного кваса снижает артериальное давление, уровень холестерина в крови, уменьшает головные боли и боли в области сердца, устраняет бессонницу. Кроме того, чайный квас рекомендуют при простудных заболеваниях, при болезнях желудочно-кишечного тракта. После приема кваса рекомендуется в течение часа лежать на правом боку.

* **Чайный квас используют** наружно для полосканий и промывания полости носа при различного рода острых ангинах, хроническом тонзиллите, воспалительных процессах полости рта и носа. Полоскания проводят многократно (до 10 раз в день). Время одной процедуры 5-8 минут. Правильно проводимое лечение в течение 1-2 дней обрывает местные и общие

проявления болезни: нормализуется температура, исчезает боль в горле, гиперемия, устанавливается общее хорошее самочувствие.

Противопоказания: хронический алкоголизм, язвенная болезнь желудка.

Примечание. Способ приготовления чайного кваса: в стеклянную банку емкостью 1,5-2 литра наливают чай обычной крепости, к которому добавляют сахар (до 10 процентов). В остуженный чай вносят кусок или слой медузомицета, после чего банку закрывают слоем марли и оставляют на 7-8 дней при комнатной температуре. Для беспрестанного получения настоя с достаточной терапевтической активностью необходимо иметь 7-8 банок, которые ежедневно заполняют. Через 7 дней квас наибольшей давности сливают и используют для лечения, а банку снова наполняют сладким настоем чая.

ЧАСТУХА ПОДОРОЖНИКОВАЯ – *Alisma plantago-aquatica* L., семейство частуховые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *частуха земноводная, обыкновенная, болотная трава, бешаник,*

шильник водяной; Alisma plantago L.
Травянистый многолетник. Растёт почти по всей территории СНГ.

* **Настой листьев и порошок** из листьев используют при хронических нефритах, отёках почечного происхождения, водянке и для уменьшения выделения молока при отнятии детей от груди. Корни применяют при сахарном диабете, корневища – при укусе бешеной собаки.

ЧЕМЕРИЦА ЛОБЕЛЯ – Veratrum Lobelianum Bernh., семейство лилейные. Растение ядовито. Разовая доза внутрь до 1 грамма. Синоним: *чемерица обыкновенная*. Травянистый многолетник. Растёт в Сибири, на Дальнем Востоке, в европейской части СНГ, на Тянь-Шане.

* **Одну часть корней** и 120 частей водки настаивают не менее двух недель и применяют наружно для втираний как болеутоляющее средство при ревматизме, подагре, невралгиях, а несколько разведенную водой для лечения экзем, чесотки и уничтожения головных и лобковых вшей.

ЧЕРЕДА ТРЕХРАЗДЕЛЬНАЯ – *Bidens tripartita* L., семейство сложноцветные. Народные названия: *золотушная трава, козьи рожки, стрелка, репешки, сперилки, собачки, двузубец.* Однолетник. Растёт почти по всей территории СНГ.

*** Растение применяют** в качестве противовоспалительного, мочегонного, потогонного, повышающего аппетит, улучшающего обмен веществ и седативного средства при заболеваниях мочеполовых органов, подагре, рахите, заболеваниях печени и селезенки, расстройстве пищеварения, ревматических артритах, гипертонической и язвенной болезнях.

а) 15,0 травы настаивают 12 часов в 200,0 кипятка и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день. Детям до 12 лет дают по десертной ложке, до 4-5 лет – по чайной ложке 3-4 раза в день.

б) Четыре столовых ложки травы отваривают в 5 стаканах воды и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день

в) 20,0 травы настаивают в 200,0 холодной кипяченой воды, нагревают на кипящей водяной бане в течение 15 минут,

охлаждают и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

* **При экссудативно-катаральном диатезе, фурункулезе и других кожных заболеваниях** одновременно с приемом отвара травы внутрь больным назначают и ванны из настоя, который готовят из расчета 100,0 травы на ведро воды.

* **Растёртые листья** прикладывают к поражённым местам при укусах змей и скорпионов.

ЧЕРЕМУХА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Padus racemosa* (Lam.) Gilib., семейство розоцветные. Синонимы: *черемуха кистевидная, кистевая; Prunus vulgaris Borkh; Prunus padus L.* Дерево. Растёт в европейской части СНГ, Сибири до Енисея, Средней Азии.

* **5,0 коры** кипятят 15 минут в 200,0 воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве мочегонного и потогонного средства при ревматизме и подагре. Отвар обладает также спазмолитическим действием.

* **Столовую ложку плодов** кипятят 20 минут в стакане воды и пьют по 1/2 стакана

2 раза в день в качестве вяжущего средства при желудочно-кишечных заболеваниях, сопровождающихся поносами, а также как мочегонное и потогонное средство.

* **Чайную ложку цветов** настаивают 8 часов в стакане холодной воды и применяют наружно в виде примочек при глазных заболеваниях, в частности конъюнктивитах.

* **Настой листьев, плодов, цветов** применяют для спринцевания при трихомонадных кольпитах. Настой листьев пьют при поносах, болезнях лёгких, полощут им рот при стоматитах. Молодые веточки жуют для облегчения отвыкания от курения.

ЧЕРНОГОЛОВКА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Prunella vulgaris* L., семейство губоцветные. Народное название: *горлянка*. Травянистый многолетник. Встречается почти по всей территории СНГ.

* **Простудные болезни**, понос различные кровотечения, женские болезни, туберкулез кожи, тиреотоксикоз, ревматический полиартрит, гипертоническую болезнь лечат настоем травы (чайная ложка на стакан кипятка, настаивают 2 часа). Пьют по

столовой ложке 3-4 раза в день. Этот же настой применяют и как мочегонное средство.

* **Три столовых ложки травы** кипятят 10 минут в стакане воды, настаивают 4 часа и применяют в виде примочек и обмываний при воспалительных процессах кожи и себорее, а также как полоскание при ангидах.

ЧЕРНОКОРЕНЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – *Synoglossum officinale* L., семейство бурачниковые. Синоним: *циноглоссум*. Растение ядовито. Двулетник. Растёт в европейской части СНГ, Средней Азии, Западной и Восточной Сибири.

* **Растение применяют** как противосудорожное, обезболивающее, противопоносное (в том числе и при дизентерии), успокаивающее и отхаркивающее средство.

а) 5,0 корней и листьев настаивают в 200,0 кипятка и пьют по 1/2 чайной ложки 3 раза в день.

б) 10,0 корней и листьев настаивают в 100,0 водки, пьют по 5-10 капель 3 раза в день.

в) Свежий сок корней и листьев пьют по 5-10 капель 3 раза в день.

* **Четыре столовых ложки** корней кипятят в литре воды, настаивают 12 часов и применяют наружно в виде примочек, ванн и обмываний при лечении ожогов, ран, язв, болей в суставах, золотухи, переломов.

ЧЕРНУШКА ПОСЕВНАЯ – *Nigella sativa* L., семейство лютиковые. Синонимы и народные названия: *тмин чёрный, чернуха; Nigella indica Roxb.; Nigella truncata Viv.* Однолетник. Растет в южной и юго-западной части территории СНГ.

* **Чайную ложку семян** настаивают час в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве молокогонного и мочегонного средства. Используют их так же при болезнях желудка и простудных заболеваниях. Настоем семян полощут рот при зубной боли.

ЧЕСНОК ПОСЕВНОЙ – *Allium sativum* L., семейство лилейные. Травянистый многолетник. В странах СНГ культивируется повсеместно.

* **Чеснок** применяют в качестве отхаркивающего, антибиотического (фитонцидного), сердечного (усиливает и замедляет сердечные сокращения), мочегонного, желчегонного, успокаивающего и улучшающего пищеварение средства. 10 головок чеснока настаивают 8 дней в 500,0 водки и пьют по 1/2 чайной ложки 3 раза в день при атонии желудочно-кишечного тракта, диспепсии, хроническом запоре, воспалении слепой кишки, волчанке, скрофулодерме, абсцессе легких, бронхиальной астме, почечнокаменной болезни, гастрите, водянке, гриппе, атеросклерозе, гипертонической болезни, сердечных заболеваниях, болезнях мочевого пузыря.

* **Кашицей из печеного чеснока** лечат фурункулы, язвы, мозоли. Свежим соком или же кашицей свежих луковиц сводят бородавки, лишай, лечат экземы. При бронхиальной астме и коклюше рекомендуют чесночной кашицей смешанной со свежим жиром или сливочным маслом, натирать грудь. Кашицу, завернутую в марлю, при трихомонадном кольпите вводят во

влагалище и держат по 3-4 часа в день. При энтеробиозе делают клизмы с кашицей или отваром чеснока (5-8 долек) или же вводят в прямую кишку средних размеров дольку. При зубной боли чеснок, запечённый в золе, измельчают и прикладывают к больному месту. Боль вскоре проходит.

* **Лечение хронического гнойного отита.** После тщательного туалета уха в наружный слуховой проход закапывают 5-8 капель чесночного сока, в десять раз разбавленного водой. Через 10-15 минут сок выливают, ухо просушивают.

* **Для выведения бородавок** используют мазь, приготовленную из толченого чеснока, смешанного пополам со свиным салом. Для лечения застарелых гноящихся ран применяют настой чеснока на столовом уксусе 1:4.

* **На зубчике чеснока** делают срез и натирают им бородавку. Через минуту – ещё срез и снова натирают бородавку. Так истирают весь зубчик. Делается эта процедура раз в день, но можно и чаще. Курс лечения до трёх недель. После того, как бородавки сойдут, натирание чесноком продолжают ещё несколько дней.

* **5 зубчиков чеснока** среднего размера, порезанных на мелкие кусочки или истолчённых, кипятят в стакане непастеризованного молока и дают пить несколько раз в день при коклюше

* **Рецепт Тибетской** народной медицины для профилактики инфарктов миокарда, старения, атеросклероза, стенокардии, образования опухолей, "для очистки артерий". Берут 350,0 очищенных луковиц, протирают в ступе и оставляют при комнатной температуре на 30 минут. Затем из общей массы берут 200,0 продукта снизу, где больше сока, и помещают в бутылку из тёмного стекла. Заливают 200,0-ми 96% спирта, бутылку плотно закрывают и держат в тёмном прохладном месте. Через 10 суток массу процеживают через плотную ткань и отжимают. Отфильтрованную жидкость сливают в ту же бутылку и дают постоять ещё три дня. Пьют настойку 3 раза в день за 20-30 минут до еды по схеме, прибавляя сколько положено капель в 50,0 холодного молока. Схема: в 1-ый день утром пьют 1 каплю, в обед – 2, вечером – 3, прибавляя за каждый прием по капле, доводят дозу до 15 капель (утро 6-го дня), после чего пьют

дальше, уменьшая за прием по одной капле. Вечером 10-го дня пьют 1 каплю. На 11-й день пьют по 25 капель утром, в обед и вечером. С 12-го дня всё начинают сначала. Лечение идёт до полного израсходования настойки. Курс лечения можно повторить через 5 лет.

* **2 килограмма** измельченного чеснока заливают литром 95-градусного спирта, добавляют 200 граммов 1% соляной кислоты, настаивают неделю. В трёх литрах воды разводят килограмм мёда и смешивают с процеженным настоем. Пьют по 10,0 3 раза в день как отхаркивающее средство при бронхитах и туберкулёзе лёгких и как желудочное средство при гастритах.

* **300,0 чеснока** измельчают, через 30 минут заливают двукратным объёмом 94-градусного спирта, настаивают 6-7 часов. Спирт сливают, оставив 1/4 часть раствора, снова заливают спиртом в 8-кратном объёме, настаивают 2 часа и снова сливают. Оба настоя перемешивают, добавляют 150,0 сахара и 0,2 ментола, доливают водой до 1000 мл. Используют как бактерицидное средство и противовоспалительное при

ОРВИ, пневмониях и воспалении кишечника. Пьют по 10,0-15,0 3 раза в день

Противопоказания: эпилепсия, нефрит, беременность.

ЧЕСНОЧНИЦА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – *Alliaria officinalis* Andrz., семейство крестоцветные. Растение ядовито. Синонимы: *чесночница черешковая, Alliaria petiolata (Bieb.) Cav. et Grand.* Двулетнее растение. Растёт в европейской части СНГ.

* **Чайную ложку листьев** настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при цинге, поносах, глистных инвазиях, бронхиальной астме.

* **При гнояниках, язвах, раке** кожи измельченные листья прикладывают к пораженным местам.

* **Истолченные семена** используют в качестве заменителя горчичников.

ЧЕЧЕВИЦА ПИЩЕВАЯ – *Lens culinaris* Medic., семейство бобовые. Однолетнее растение. Встречается только в культуре практически во всех районах земледелия.

* **Смесь чечевичной муки** и сливочного масла применяют наружно для лечения

ожогов. Смесью чечевичной муки и яичного желтка лечат раны. Отвар семян пьют при почечнокаменной болезни.

ЧИНА ВЕСЕННЯЯ – *Lathyrus vernus* L., семейство бобовые. Синонимы и народные названия: *сердечник, сочевичник, Orobus vernus* L. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, на Кавказе, культивируют в Московской и Воронежской областях.

* **Чайную ложку травы** настаивают 2 часа в двух стаканах кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день при болезнях сердечно-сосудистой системы и болях в области сердца.

* **Чайную ложку травы** настаивают 2 часа в двух стаканах кипятка и применяют наружно как ранозаживляющее средство при лечении свежих, гнойных ран, язв и как полоскание при ангине и стоматитах.

ЧИНА КЛУБНЕВАЯ – *Lathyrus tuberosus* L., семейство бобовые. Синонимы и народные названия: *чина клубненосная, душистый горошек*. Растёт в европейской

части СНГ, Западной Сибири, Западном Казахстане, Средней Азии, на Кавказе.

* **Отвар клубней** применяют при поносах (закрепляющее средство) различного происхождения, в том числе при дизентерии и колитах. Клубни растения съедобны.

ЧИНА ЛЕСНАЯ – *Lathyrus silvester* L., семейство бобовые. Травянистый многолетник. Растёт по многим областям СНГ.

* **Две чайные ложки** корней кипятят 15 минут в стакане воды, настаивают два часа и пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день при простудных заболеваниях, эпилепсии и болезнях, вызванных поднятием тяжестей.

ЧИНА ЛУГОВАЯ – *Latyrus pratensis* L., семейство бобовые. Синонимы народные названия: *чина жёлтая, стрелец-трава, журавка; Latyrus denudatus Gilib.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, в Сибири и Средней Азии.

* **Один грамм травы** настаивают 2-3 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке

через каждые три часа как отхаркивающее и противокашлевое средство при хронических и острых бронхитах, пневмонии, туберкулезе легких. Настой обладает также сердечным и вяжущим действием, кроме того, его применяют при бессоннице.

ЧИСТЕЦ БОЛОТНЫЙ – *Stachys palustris* L., семейство губоцветные. Травянистый многолетник. Растёт по всей Сибири до Байкала, в европейской части СНГ, Средней Азии.

* **Три чайные ложки травы** настаивают несколько дней в стакане водки и пьют по 15-20 капель несколько раз в день при истерии, обмороках, золотухе, слабости родовой деятельности и расстройстве месячных.

* **Наружно настой травы** используют для лечения ран, язв, золотухи, в виде полосканий – ангины.

ЧИСТЕЦ ЛЕСНОЙ – *Stachys sylvatica* L., семейство губоцветные. Растение ядовито. Народное название: *змеиная трава*. Растёт в европейской части СНГ, Сибири, Казахстане.

* **Чайную ложку травы** настаивают в двух стаканах кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день при истерии, обмороках, эпилепсии, подагре, болезнях желудка, печени, расстройстве месячных, кровотечениях в послеродовом периоде, связанных с воспалительными процессами, гипертонической болезни в начальной стадии, неврозах сердца и как успокаивающее средство.

* **Раны, язвы, мастит**, некоторые кожные заболевания лечат, прикладывая к пораженным местам свежие измельченные листья.

ЧИСТЕЦ ПРЯМОЙ – *Stachys recta* L., семейство губоцветные. Травянистый многолетник. Растёт в черноземной зоне СНГ.

* **Четыре столовые ложки** травы с цветами кипятят 10 минут в литре воды, настаивают 8 часов и используют для обмываний и примочек при угрях и для мытья головы при себорее.

ЧИСТОТЕЛ БОЛЬШОЙ – *Chelidonium majus* L., семейство маковые. Растение

ядовито. Народные названия: *чистуха, бородавочник, бородажник, желтомолочник, собачье мыло*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Сибири, Средней Азии.

* **Четыре столовые ложки** травы и цветов кипятят 5 минут в шести стаканах воды, настаивают 8 часов и применяют для ванн и обмываний при лечении некоторых кожных болезней, венерических ран и золотухи.

* **Один грамм травы** кипятят 10 минут в двух стаканах воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве спазмолитического, мочегонного и успокаивающего средства при гипертонической болезни, стенокардии, волчанке, подагре, болезнях печени и желчного пузыря, желтухе, водянке, ревматизме и малярии.

* **30-40 капель сока** свежей травы разбавляют в 1-2 столовых ложках воды и пьют 2-3 раза в день за 20-30 минут до еды при холециститах, панкреатите, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, полипозах желудка и кишечника, гипертонической болезни и неврозах. При этих же заболеваниях применяют настой

травы: столовую ложку настаивают в стакане кипятка и пьют от столовой ложки до 1/4 стакана 3 раза в день.

* **Столовую ложку травы** настаивают в 0,5 литра кипятка и выпивают за сутки при полипах мочевого пузыря и уретры. Курс лечения 1-2 месяца, через несколько месяцев курс повторяют. Одновременно можно применять тёплые сидячие ванночки (2 столовые ложки травы на литр кипятка).

* **20,0 травы** настаивают 2-3 часа в стакане кипятка, пьют по 1/3 столовой ложки 3 раза в день до еды при белях, кольпитах, патологическом климаксе. Одновременно делают ванночки и спринцевания настоем (30,0 травы настаивают 3-4 часа в литре кипятка).

* **Бородавки, веснушки мозоли, кондиломы,** сводят млечным соком растения, смазывая пораженные места 2 раза в день, до полного исчезновения болезненных проявлений. Так же лечат рак кожи, волчанку и туберкулез кожи.

* **Измельченные свежие листья** прикладывают к инфицированным ранам для скорейшего их заживления. Раны и язвы присыпают порошком сухих листьев.

* **Порошком травы**, смешанным в равных количествах с вазелином, лечат инфицированные раны. Для этих же целей применяют мазь из 1 части сока травы и 4-х частей вазелина

* **Лечение полипоза**, прямой кишки. Одну часть травы настаивают в 10 частях воды. На процедуру берут 15-60 граммов настоя в зависимости от веса больного и вводят его в прямую кишку на час. За три часа до лечения делают очистительную клизму. Курс лечения 6-10 процедур. За вегетационный период чистотела проводят два курса, а все лечение продолжается 2-3 года.

ЧИСТЯК ВЕСЕННИЙ – *Ficaria verna* Huds., семейство лютиковые. Народные названия и синонимы: *чистяк лютичный, жабник, Ficaria ranunculoides Roth.* Травянистый многолетник. Растёт по всей территории СНГ.

* **Столовую ложку корней** и листьев варят 2-3 часа в двух стаканах молочной сыворотки и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день в качестве слабительного и улучшающего обмен веществ средства.

Отвар используют также для полосканий при ангинах и стоматитах.

* **Измельчённые листья** смешивают со сливочным маслом и применяют наружно для лечения кожных болезней, геморроя, мелких трещин заднего прохода.

ШАЛФЕЙ МУСКАТНЫЙ – *Salvia sclarea* L., семейство губоцветные. Синоним: *Salvia vulgaris* Mill. Полукустарник. Растёт на Кавказе, в Крыму, Казахстане, Средней Азии. Культивируется в Крыму, Средней Азии, Краснодарском крае.

* **Растение применяют** при заболеваниях почек, в качестве дезинфицирующего и противовоспалительного средства, а также для улучшения пищеварения.

а) Одну часть травы настаивают в 10 частях спирта и пьют по 20 капель 3 раза в день.

б) 10,0 листьев настаивают 20 минут в стакане кипятка и выпивают за день в несколько приемов.

ШАЛФЕЙ ЭФИОПСКИЙ – *Salvia aethiopsis* L., семейство губоцветные.

Народные названия: *медвежье ухо*, *ключ-трава*. Растёт в Грузии.

* **При изнуряющих потах** у туберкулезных больных и кровохарканье пьют настойку травы 1:10 70-градусного спирта по 20 капель 3 раза в день.

ШЕЛКОВИЦА БЕЛАЯ – *Morus alba L.*, семейство тутовые. Синонимы и народные названия: *тута*, *тутовник*; *Morus indica L.*, *Morus tatarica L.* Дерево. Родина Китай. Растёт почти везде в тёплом и жарком климате Земли. В СНГ – юг европейской части, Курская, Воронежская области, доходит до Москвы, Кавказ – одичало, Средняя Азия.

* **Две столовые ложки свежих протертых ягод** настаивают 4 часа в стакане воды и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день до еды в качестве потогонного и мочегонного средства.

* **Две столовые ложки порошка коры** настаивают в 1-1,5 стакана подсолнечного масла и смазывают места ушибов, порезы, небольшие раны и язвы. Кора, принимаемая внутрь, действует как мочегонное средство и применяется при заболеваниях сердечно-

сосудистой системы, в том числе гипертонической болезни.

* **2-4 чайные ложки сока ягод** разводят стаканом кипяченой воды и пьют без дозировки как отхаркивающее, слабительное, мочегонное и потогонное средство, а также используют для полосканий 2-3 раза в день при катаральных ангинах и стоматитах.

* **Для улучшения аппетита** съедают 200,0-300,0 свежих спелых плодов, для лечения пороков сердца и миокардиодистрофии едят спелые ягоды по 200,0-250,0 4-5 раз в день в течение 3-4 недель, при поносах принимают такое же количество незрелых плодов.

* **Порошок сухих листьев** добавляют в пищу больным сахарным диабетом, так как растение обладает свойством несколько снижать уровень сахара в крови. Отвар листьев применяется при простудных заболеваниях в качестве жаропонижающего средства. Незрелые плоды обладают вяжущим действием, что позволяет принимать их при поносах. Настойкой из собранных зимой почек лечат болезни сердечно-сосудистой системы и ожирение; настоем коры корня – бронхиты,

бронхиальную астму (отхаркивающее действие) и гипертоническую болезнь.

ШИПОВНИК КОРИЧНЫЙ – *Rosa cinnamomea* L., семейство розоцветные. Народное название: *дикая роза*. Кустарник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири.

* **Плоды применяют** при анемиях, общем упадке сил, язвенной болезни, гипацидном гастрите, болезнях печени (желчегонное), почек, мочевого пузыря, атеросклерозе, а также как укрепляющее стенки кровеносных сосудов средство при гемофилии и маточных кровотечениях. Как хорошее витаминное средство плоды употребляют при авитаминозах и пониженной сопротивляемости организма к инфекционным заболеваниям.

а) 20,0 плодов, предварительно очищенных от семян, заливают 400,0 крутого кипятка, кипятят 10-20 минут. После остывания плоды протирают через сито или марлю. Настой-пюре принимают по 1/2 стакана в день.

б) 20,0 плодов с семенами заливают 1-2 стаканами кипятка, кипятят 20 минут,

настаивают сутки и пьют по 0,5-1 стакану в день. Настой получается более активным, если плоды, залит кипятком, выдерживать 10-12 часов в термосе.

* **При экземе измельченные свежие листья** прикладывают к пораженным местам. Настой листьев пьют при сниженной моторной функции желудка и как болеутоляющее средство. При язвах во рту назначают в виде полосканий.

* **При малярии, почечнокаменной болезни** и заболеваниях желудочно-кишечного тракта (регулирует его деятельность) применяют отвар корня (2 столовые ложки на стакан воды) по 1/2 стакана 3 раза в день. При параличах и ослаблении мышц ног этот отвар используют для ванн и втираний.

* **Ложку измельченных семян** кипятят в стакане воды, настаивают 2 часа и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день перед едой как желчегонное и противовоспалительное средство, а также при мочекаменной болезни.

* **Сироп шиповника** (витаминное средство): промытые плоды заливают кипятком на 3/4 емкости эмалированной

кастрюли и, помешивая, кипятят 20 минут. Затем чуть охлажденную массу отжимают через 2-3 слоя марли. Полученный отвар отстаивают в течение суток, сливают верхний слой, добавляют в него сахар 1:5 и варят до получения густого сиропа.

* **Ликёр из шиповника:** стакан измельчённых плодов, 1,5 стакана сахара и три стакана водки настаивают 5 дней на солнце, затем добавляют ещё 2 стакана водки. Пьют по 15-20,0 после еды как общеукрепляющее средство.

* **100,0 лепестков варят** в течение длительного времени в стакане воды и применяют для промывания глаз при их заболеваниях.

* **Масло из семян шиповника** применяют наружно при трещинах (неглубоких) и ссадинах сосков у кормящих женщин, пролежнях, трофических язвах голеней, дерматозах, озене, при неспецифическом язвенном колите (в клизмах). Наружно назначают для смачивания марлевых салфеток, которые накладывают на пораженные участки кожи. При озене смачивают тампоны и вводят их в полость носа 2 раза в день. При лечении

неспецифического язвенного колита масло шиповника вводят при помощи клизмы по 50 мл ежедневно или через день (15 - 30 клизм). При дерматозах наряду с местным лечением препарат принимают внутрь по 1 чайной ложке 2 раза в день.

ШИПОВНИК МОРЩИНИСТЫЙ – *Rosa rugosa* Thunb., семейство розоцветные. Синоним: *шиповник ребристый*. Кустарник. Растёт на Дальнем Востоке.

* Используется наравне с шиповником коричневым.

ШИПОВНИК СОБАЧИЙ – *Rosa canina* L., семейство розоцветные. Синонимы и народные названия: *шиповник обыкновенный, дикая роза, собачья роза*. Кустарник. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе, в Казахстане, Средней Азии, Сибири.

* Используется наравне с шиповником коричневым.

ШЛЕМНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Scutellaria galericulata* L., семейство

губоцветные. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ.

* **Чайную ложку травы** настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день как кровоостанавливающее, снижающее артериальное давление, успокаивающее, вяжущее, отхаркивающее средство, а также при малярии и в качестве мочегонного средства при водянке.

ШПАЖНИК ГИБРИДНЫЙ – *Gladiolus hybridus hort.*, семейство касатиковые. Синоним: *гладиолус культурный*. Травянистый многолетник. Широко распространён как декоративное растение.

* **Две чайные ложки корнелуковиц** настаивают час в 1,5 стакана кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при золотухе, почечнокаменной болезни, а также в качестве средства, усиливающего лактацию у кормящих матерей.

* **Мелко измельченные корнелуковицы** прикладывают к ранам и язвам в качестве ранозаживляющего средства.

ШПИНАТ ОГОРОДНЫЙ – *Spinacia oleracea* L., семейство маревые. Синоним: *Spinacia domestica* Borkh. Однолетник. Широко распространён как овощное растение.

* **Столовую ложку свежей травы** или листьев кипятят 10 минут в стакане воды, настаивают не менее часа и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день при анемии, запорах, метеоризме, болезнях нервной системы, легких, горла и цинге.

ШТОКРОЗА РОЗОВАЯ – *Alcea rosea* L., семейство мальвовые. Синонимы: *мальва*; *Althaea rosea* Cav. Травянистый многолетник или двулетник. В культуре по всей Европе.

* **10,0 цветов** настаивают в 100,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве отхаркивающего средства.

ЩАВЕЛЬ ВОДЯНОЙ – *Rumex aquaticus* L., семейство гречишные. Синоним: *щавель водный*.

* Используется наравне со щавелем густым.

ЩАВЕЛЬ ГУСТОЙ – *Rumex confertus Willd.*, семейство гречишные. Синонимы и народные названия: *щавель конский, лягушачья кислица*. Травянистый многолетник. Растёт в Западной Сибири, на Дальнем Востоке.

* **20,0 корней** кипятят 15 минут в 200,0 воды, настаивают 4 часа и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день, как вяжущее средство при поносах и желчегонное при заболеваниях печени. Для этих же целей применяют порошок корня по 0,25 3 раза в день.

* **Как вяжущее средство** при поносах пьют отвар семян 20,0:200,0 по столовой ложке 3 раза в день или же порошок семян по 0,5-2,0 на прием. Компрессами из отвара семян лечат ожоги.

* **При хронических спастических колитах**, атонических запорах, геморрое ежедневно на ночь принимают по 0,5 порошка корней.

* **Сок свежих корней** применяют наружно для лечения чесотки и в качестве средства, ускоряющего созревание гнойников.

Противопоказания: болезни почек, беременность.

ЩАВЕЛЬ КУРЧАВЫЙ – *Rumex crispus* L., семейство гречишные. Травянистый многолетник. Родина – Япония. Растёт во многих областях СНГ.

* Используется наравне со щавелем густым.

ЩАВЕЛЬ МАЛЫЙ – *Rumex acetosella* L., семейство гречишные. Травянистый многолетник. Встречается повсеместно.

* **Настой** травы пьют при поносах, задержке мочи, в качестве кровоостанавливающего средства при чрезмерных менструациях.

ЩАВЕЛЬ ТУПОЛИСТНЫЙ – *Rumex obtusifolius* L., семейство гречишные.

* Используется наравне со щавелем густым.

ЩАВЕЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Rumex acetosa* L., семейство гречишные. Синоним: *щавель кислый*. Травянистый многолетник. растёт почти повсеместно.

* **Столовую ложку свежих листьев** кипятят 15 минут в двух стаканах воды настаивают два часа и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день за 15 минут до еды при

геморроидальных кровотечениях, кровохарканье, а также в качестве желчегонного и улучшающего обмен веществ средства. При цинге, ангине и стоматитах отвар применяют для полоскания, при цинге, кроме того, свежие листья употребляют в пищу. Наружно растёртые листья применяют для лечения застарелых ран и язв. Для этих же целей используют отвар листьев (столовую ложку листьев кипятят 15 минут в стакане воды, настаивают 2 часа).

* **Столовую ложку** свежих или высушенных сразу же после сбора корней кипятят 15 минут в 1,5 стакана воды, настаивают 2 часа и пьют по 2 столовые ложки 3-4 раза в день до еды как вяжущее, противогнилостное и обезболивающее средство при поносах, дизентерии, ревматизме, радикулите и общей слабости организма (общеукрепляющее).

* **Отваром травы 20,0:200,0** по столовой ложке 3-5 раз в день лечат поносы. Отвар уменьшает гнилостные процессы в кишечнике, улучшает пищеварение.

* **1-2 чайные ложки** сока из листьев, растворенного в 1/2-1 стакане сладкой воды,

пьют 2-3 раза в день как желчегонное средство при желтухе и болезнях печени.

* **1 килограмм** свежей травы кипятят 2 часа в литре воды. В полученный отвар добавляют 10-20,0 сахара, упаривают до объёма от 200,0 до 50,0. Полученный отвар делят на 5-6 равных частей и выпивают его в течение суток. Глистогонное средство при инвазии гельминтами, паразитирующими в 12-перстной кишке и аскаридозе.

ЩИТОВНИК МУЖСКОЙ – *Dryopteris filix mas* Schott., семейство настоящие папоротники. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *папоротник мужской, аптечный; чёртова борода; Aspidium filix mas Sw.* Травянистый многолетник, растёт в европейской части СНГ, в Средней Азии, Сибири, на Кавказе и Дальнем Востоке.

* **10,0 корневищ** настаивают в 200,0 воды, уваривают до половины объёма и пьют с медом по 4-5 мл натошак при ленточных глистах (солитер, бычий, свиной, карликовый цепни). Для этой же цели используют порошок корневища по 20,0-30,0 в 2-4 приема с молоком или компотом.

*** 100,0 свежих или 50,0 сухих корневищ** кипятят 2 часа в трех литрах воды, используют для ванн, обмываний и влажных повязок при судорогах ног, ревматизме, гнойных ранах и язвах. Температура ванн 28-30 градусов.

Противопоказания: некомпенсированные пороки сердца, болезни печени, почек, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, острые желудочно-кишечные заболевания, лихорадочные болезни, беременность, истощение, малокровие, туберкулез.

Примечание. Применяя папоротник мужской в качестве глистогонного средства, необходимо соблюдение некоторых правил предварительного лечения. За два дня до употребления глистогонного средства назначают молочную или же легкую мясную диету. Дают также и слабительное. Накануне лечения, вечером, вместо ужина принимают лук, селедку, чеснок или огуречный рассол. Лекарство пьют утром натощак. После чего дают кофе, кусочки льда и рекомендуют лежать на спине. Через час-два дают слабительное и делают клизму. Ни в коем случае нельзя применять в

качестве слабительного средства касторовое и другие масла.

ЯБЛОНЯ КУЛЬТУРНАЯ – **Malus domestica Borkh.**, семейство розоцветные. Синонимы: *яблоня домашняя, обыкновенная; Pyrus malus L.; Malus communis Lam.* Дерево. Растёт во всех странах света как культурное растение.

* **Три мелко нарезанных средних размеров яблока** кипятят 10 минут в литре воды и пьют как чай при мочекаменной болезни, подагре, ревматизме, кашле, охриплости, колите, функциональном расстройстве деятельности желудка.

* **Свежие яблоки** употребляют в пищу при анемиях, острых и хронических колитах (при поносах сок и протертые яблоки), ожирении (специальная диета: 2-3 килограмма яблок в день, 1-2 дня в неделю), гипертонической болезни, атеросклерозе, болезнях печени и почек, подагре, гастритах с пониженной секреторной деятельностью желудка (лучше неосветленный сок). Как свежие яблоки, так и яблочный сок обладают противовоспалительным и антимикробным действием, поэтому свежие

протертые яблоки находят применение при лечении трещин сосков у кормящих матерей, ссадин и ожогов. Печеные яблоки особенно полезны при задержке стула.

* **При охриплости** и простудных заболеваниях пьют настой листьев 1:10 по 1/2 стакана через каждые 2 часа.

ЯБЛОНЯ ЛЕСНАЯ – *Malus silvestris* (L.) Mill., семейство розоцветные. Синоним: *яблоня дикая, Malus praecox (Pall.) Borkh., яблоня ранняя.* Дерево, растёт в европейской части СНГ.

* **Плоды применяют** при поносе, метеоризме, подагре, ревматизме, водянке.

* Используется наравне с яблоней культурной.

ЯКОРЦЫ СТЕЛЮЩИЕСЯ – *Tribulus terrestris* L., семейство парнолистниковые. Синоним: *якорцы приземистые.* Растут на Кавказе, в Средней Азии и Даурии.

* **Плоды курят** при гонорее, сифилисе, затруднённом мочеиспускании. Настой семян пьют при почечных коликах, после приёма настоя назначают тепло и покой. Корни варят в молоке и пьют при малярии

как общеукрепляющее средство. Семена регулируют месячные. 10% настой травы обладает мочегонным действием. Трава применяется при дизентерии и для лечения ран. Кроме того, растение применяют при запорах, гипо- и анацидных гастритах, геморрое и в качестве мочегонного средства при отёках

ЯРУТКА ПОЛЕВАЯ – *Thlaspi arvense* L., семейство крестоцветные. Народные названия: *денежник, копеечник*. Однолетник. Растёт почти повсеместно.

* **1,5 столовые ложки травы** настаивают 4 часа в стакане кипятка и пьют по 1 чайной ложке через каждые 3-4 часа 4-5 раз в день при малярии, стенокардии, импотенции, задержке месячных, цинге, гонорее, маточных кровотечениях, лихорадке, желтухе, сифилисе, а также как мочегонное, отхаркивающее и вяжущее средство. При скарлатине, кроме того, полощут горло этим настоем.

* **Порошок травы** пьют по 0,3 г 4 раза в день при атеросклерозе, гипертонии, сахарном диабете и в качестве общеукрепляющего

средства. Листья и плоды с семенами пьют по 0,3 - 0,5 3 - 4 раза в день при импотенции.

* **Порошок семян** по 0,3 пьют 3 - 4 раза в день при инфекционных болезнях (сибирская язва, чума), отравлениях ядами, ревматизме.

ЯСЕНЕЦ КАВКАЗСКИЙ – *Dictamnus caucasicus* Fisch. et Mey. семейство рутовые. Травянистый многолетник. Растёт в степной и лесостепной зонах европейской части России и на Кавказе.

* **Отвар корня** назначают при поносах, задержке месячных, лихорадке, эпилепсии, меланхолии, желтухе, а также в качестве противоглистного средства.

* **Наружно отвар корня** используют для лечения чесотки, крапивницы и выпадения волос на голове.

ЯСЕНЬ ВЫСОКИЙ – *Fraxinus excelsior* L., семейство маслиновые. Растение ядовито. Синоним: *ясень обыкновенный*. Дерево. Растет в европейской части СНГ и на Кавказе.

* **20,0 молодых побегов**, листьев и коры настаивают в 200,0 кипятка и пьют по

столовой ложке 3 раза в день в качестве противохолерического средства при малярии и хронических заболеваниях дыхательных путей.

* **Свежую кору**, снятую с не очень старой ветки, применяют при свежих порезах для быстрого затягивания раны (прикладывают к ране сочной стороной). Меняют кору 2-3 раза в день.

ЯСНОТКА БЕЛАЯ – *Lamium album* L., семейство губоцветные. Народное название: *глухая крапива, притул-трава, драголюб, пчелососка, волшебная крапива, крапивный цвет.* Травянистый многолетник. Встречается почти по всей Евразии.

* **Столовую ложку цветов** заваривают в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 4-5 раз в день при легочных, маточных, геморроидальных кровотечениях, альгоменорее, нефрите, пиелите, цистите, уретрите, желтухе, малярии, бессоннице, острых респираторных заболеваниях (отхаркивающее), анемии, диспепсии, дизентерии (вяжущее), болезнях селезенки, а также как средство, улучшающее обмен веществ при фурункулезе и экземе.

* **Примочками и обмываниями** из настоя цветов или травы лечат зудящиеся сыпи, раны, язвы, абсцессы, геморрой. При ангинах настой используют для полоскания. При белях одновременно со спринцеванием настой применяют и внутрь.

ЯСНОТКА СТЕБЛЕОБЪЕМЛЮЩАЯ – *Lamium amplexicaule* L., семейство губоцветные. Однолетник. Встречается почти повсеместно.

* **Настой цветов** используют при хронических болезнях бронхов, бронхиальной астме, воспалении печени, почек, желтухе, малярии, болезнях селезёнки и как успокаивающее средство при болезнях нервной системы, бессоннице.

ЯСТРЕБИНКА ВОЛОСИСТАЯ – *Hieracium pilosella* L., семейство сложноцветные. Растение ядовито. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, в Западной Сибири.

* **10,0 травы и корней** настаивают в двух стаканах кипятка, пьют по 2 столовые ложки 3-4 раза в день (до 1/4 стакана 2-3 раза в день) в качестве мочегонного средства при

мочекаменной болезни, болезнях почек, печени, туберкулёзе, анемии, водянке, пониженной кислотности, язвенной болезни, кровотечениях, малярии, непроизвольной эякуляции.

* **Порошок из травы** пьют по 3,0 3 раза в день при желтухе.

ЯТРЫШНИК ДРЕМЛИК – *Orchis morio* L., семейство орхидные. Травянистый многолетник. Растёт на западе европейской части СНГ.

Примечание. Полноценный салеп, кроме различных видов ятрышника, дают растения других родов семейства орхидных: анакамптис пирамидальный, кукушник кумарниковый, любка двулистная, любка зеленоцветная.

Добавление. Приготовление салапа: молодые корнеклубни очищают от земли, моют и на короткое время погружают в кипяток, после чего сушат на печах или на свежем воздухе в тени или в тёплом помещении. Салеп должен иметь желтоватый цвет и некоторую стекловидность, прозрачность. При

заготовке корнеклубней отдают предпочтение круглым шишкам.

ЯЧМЕНЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Hordeum vulgare* L., семейство злаковые. Однолетнее растение. Только в культуре. Возделывают повсеместно.

* **20,0 семян** настаивают в стакане воды 4-5 часов, варят 10 минут, пьют по столовой ложке 4-6 раз в день как общеукрепляющее, смягчительное и обволакивающее средство при болезнях желудочно-кишечного тракта и при сильном кашле. Можно использовать вместо семян ячневую и перловую крупы.

* **Две столовые ложки** солодовой муки настаивают 4 часа в литре кипятка и пьют по 1/2 стакана 4-6 раз в день с сахаром при геморрое, золотухе, кашле, болезнях желудка, мочевого пузыря, мочевыводящих путей и почечнокаменной болезни.

* **1,5 килограмма ячменного солода** заворачивают в марлю, кладут в ванну, заливают 2-3 литрами кипятка, настаивают 30 минут, добавляют воды и используют для ванн при воспалительных заболеваниях кожи.

ГЛОССАРИЙ

Аборт – прерывание беременности.

Аборт угрожающий – начальная стадия самопроизвольного прерывания беременности.

Абсентизм – форма алкоголизма, вызванная чрезмерным употреблением полынной водки.

Абсцесс – гнойник, нарыв.

Абсцесс лёгких – гнойник, развивающийся в лёгком, как самостоятельная болезнь или осложнение воспаления.

Авитаминоз – болезнь, вызванная отсутствием в потребляемой пище тех или иных витаминов.

Адаптоген – лекарственное средство, позволяющее усиливать сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям на него различных факторов окружающей среды.

Аднексит – воспаление придатков матки.

Азотемия – избыточное содержание в крови азотсодержащих продуктов белкового обмена.

Аллергия – реакция организма на повторное внедрение в него чужеродных веществ.

Аллергия контактная – аллергия к веществам, попадающим в организм в естественных условиях через кожу и слизистые оболочки.

Альбинурия – повышенное содержание белков в моче.

Альгодисменорея – нарушение менструаций, проявляющееся резкими болями внизу живота и пояснице.

Амёбиаз – см. Дизентерия амёбная.

Аменорея – отсутствие месячных в течение длительного срока.

Анальгезирующие средства – обезболивающие средства.

Ангioneвроз – см. Вегетативно-сосудистая дистония.

Ангиохолит – см. Холангит.

Анемия – пониженное содержание в крови гемоглобина, часто и эритроцитов, малокровие.

Анемия железодефицитная – анемия вследствие недостаточности железа в организме.

Анкилостомидозы – гельминтозы, вызываемые нематодами семейства

анкилостомид и характеризующиеся развитием анемии.

Антигистаминные средства – лекарства, блокирующие действие гистамина, используемые для лечения аллергических состояний.

Антисептические средства – лекарства, убивающие микробов и применяющиеся в основном наружно.

Антитоксические средства – лекарства, нейтрализующие в организме яды различного происхождения.

Анус – заднепроходное отверстие.

Апоплексия – быстро развивающееся кровоизлияние в какой-либо орган, апоплексический удар.

Аппликация – физиотерапевтическая процедура, заключающаяся в наложении на пораженный участок тела лечебных препаратов (грязи, парафина, воска, трав и др.).

Аритмия – нарушение ритма сердечных сокращений.

Артрит – воспаление сустава.

Аскаридоз – заболевание, вызванное паразитированием в организме аскарид.

Астения – состояние нервной и психической слабости, характеризующееся быстрой утомляемостью, вегетативными расстройствами, бессонницей слезливостью.

Астма бронхиальная – болезнь, характеризующаяся приступами одышки.

Асцит – скопление жидкости в брюшной полости.

Атеросклероз – заболевание, характеризующееся отложением в стенках артерий холестерина и разрастанием соединительной ткани, вследствие чего нарушается питание тканей организма.

Атония – отсутствие тонуса гладкой и скелетной мускулатуры.

Ахилия – отсутствие соляной кислоты и фермента пепсина в желудочном соке.

Базедова болезнь – см. *Зоб диффузный токсический*.

Бактериурия – наличие бактерий в моче.

Бактерицидные средства – вещества, убивающие бактерии.

Бели – патологические выделения из половых путей женщины.

Билирубин – пигмент (красящее вещество) желчи.

Блефарит – воспаление век.

Болезнь гипертоническая – заболевание, характеризующееся стойким повышением артериального давления.

Боткина болезнь – вирусный гепатит (воспаление печени), желтуха.

Брадикардия – пониженная частота сердечных сокращений.

Бронхит – воспаление бронхов.

Бронхоэктатическая болезнь – заболевание, характеризующееся стойким расширением бронхов.

Ванночки влагалищные – лечебная процедура, при которой жидкая лекарственная форма вводится непосредственно во влагалище. где некоторое время удерживается.

Ванны – лечебные или гигиенические процедуры, при которых тело человека погружается до уровня шеи (за исключением области сердца).

Ванны сидячие – местные ванны, при которых вода или лечебный раствор покрывают нижнюю часть живота и верхнюю треть бёдер больного. В домашних

условиях для этого можно использовать глубокий таз.

Варикоз – см. *Варикозное расширение вен.*

Варикозное расширение вен – патологическое изменение вен, характеризующееся образованием их извитости, узлов, нарушением кровотока.

Вегетативная нервная система – отдел нервной системы, регулирующий деятельность внутренних органов, гладких мышц, желез, кровеносных и лимфатических сосудов.

Вегетодистония – см. *Вегетативно-сосудистая дистония.*

Вегетативно-сосудистая дистония – общее название расстройств системы кровообращения, обусловленных нарушением высших уровней нервной регуляции сосудистого тонуса.

Венерические болезни – инфекционные заболевания, передающиеся преимущественно во время половых контактов.

Верльгофа болезнь – пурпура тромбоцитопеническая, заболевание, характеризующееся уменьшением числа

тромбоцитов в крови и трудно останавливаемыми кровотечениями.

Ветрогонные средства – лекарства, способствующие отхождению кишечных газов.

Водянка – скопление жидкости в полостях и тканях тела.

Волчанка – разновидность туберкулёза кожи.

Втирание – введение лекарственного вещества в организм через здоровую, неповреждённую кожу. Для втирания выбирают места кожи, не покрытые волосами, а также наиболее нежные и тонкие. Перед втиранием кожу обмывают с мылом, также моют руки. Пальцами захватывают небольшое количество мази или наливают лекарство на ладонь (если оно жидкое), наносят его на кожу и круговыми и продольными движениями втирают до тех пор, пока оно не втрётся в кожу.

Вульвовагинит – воспаление наружных половых органов женщины в сочетании с воспалением влагалища.

Вяжущие средства – лекарственные средства, вызывающие при нанесении на кожу, слизистые оболочки или раневую

поверхность эффект обезвоживания или частичное свёртывание белков и обладающие местным противовоспалительным и слабым анестезирующим действием.

Гайморит – воспаление слизистой оболочки верхнечелюстной (гайморовой) пазухи.

Гангрена – омертвление тканей.

Гангрена спонтанная – облитерирующий эндартериит. Нарушение периферического кровообращения вплоть до развития некроза (омертвления) соответствующих частей тела.

Гастрит – воспаление слизистой оболочки желудка.

Гастрит анацидный - хронический гастрит, характеризующийся отсутствием свободной соляной кислоты в желудочном соке.

Гастрит гиперсекреторный – хронический гастрит с повышенным выделением желудочного сока.

Гастрит гипосекреторный – хронический гастрит с пониженным содержанием желудочного сока.

Гастрокардиальный – желудочно-сердечный, относящийся одновременно к желудку и сердцу.

Гельминтозы – заболевания, вызванные паразитическими червями – гельминтами.

Гематурия – наличие эритроцитов в моче.

Гемоглобин – дыхательный пигмент, содержащийся в эритроцитах крови, осуществляющий перенос кислорода.

Геморрагии капиллярные – кровотечения из мелких сосудов – капилляров.

Геморрой – болезнь, обусловленная расширением вен прямой кишки; проявляется кровотечениями и болями.

Гемофилия – наследственная болезнь, проявляющаяся повышенной кровоточивостью.

Гепатит – воспаление печени.

Гепатопатия – общее название заболеваний печени.

Гепатохолецистит – сочетание воспаления печени и желчного пузыря.

Гингивит – воспаление и разрыхление дёсен.

Гипергликемия – повышенное содержание сахара в крови.

Гиперменорея – обильные менструации.

Гипертензия – повышенное давление жидкости в сосудах, полостях тела.

Гипертиреоз – повышение активности щитовидной железы, проявляющееся ее

увеличением, повышением основного обмена, тахикардией.

Гипертрофия – увеличение органа или его части.

Гиповитаминоз – недостаток витаминов в организме.

Гипогалактия – сниженная секреторная деятельность молочных желез в период лактации.

Гипогликемия – низкое содержание сахара в крови.

Гипосекретия – пониженное выделение секрета какой-либо железой.

Гипостения – см. *Астения*.

Гипотензивные средства – лекарства, способствующие снижению артериального давления.

Гипотония – пониженное гидростатическое давление в сосудах, полых органах или в полостях организма.

Гипотония артериальная – пониженное кровяное давление.

Гипофункция – пониженная деятельность какого-либо органа, ткани или системы органов.

Гистамин – гормоноподобное вещество, действующее на гладкую мускулатуру,

секрецию желёз, кровеносные сосуды, раздражающее болевые рецепторы.

Гладкая мускулатура – мускулатура стенок внутренних органов.

Глаукома – болезнь глаз, характеризующаяся повышенным внутриглазным давлением.

Гломерулонефрит – двустороннее воспаление почек.

Глоссит – воспаление языка.

Гонорея – венерическая болезнь, вызываемая особыми микроорганизмами гонококками.

Грануляция – постепенное зарастание молодой соединительной тканью раны, а также сама эта ткань.

Грыжа – выпячивание органа или его части через отверстия в анатомических образованиях под кожу, в межмышечные пространства или во внутренние карманы и полости.

Дезинфицирующие средства – препараты, уничтожающие микроорганизмы в окружающей среде.

Декомпенсация – недостаточность или срыв механизмов восстановления

функциональных нарушений и структурных дефектов организма.

Депрессия – угнетённое, подавленное психическое состояние организма.

Дерматит – воспаление кожи.

Десенсибилизирующие средства – лекарства, предупреждающие или подавляющие проявления аллергии.

Дефицит пульса – меньшая по сравнению с частотой сердечных сокращений частота пульса.

Диабет – общее название группы болезней, характеризующихся избыточным выделением из организма мочи.

Диабетическое мочеизнурение – диабет, вызванный отсутствием или снижением секреции антидиуретического гормона или нечувствительностью к нему эпителия почечных канальцев. Несахарный диабет.

Диабет сахарный – диабет, обусловленный недостаточностью инсулина, вызывающей нарушения углеводного обмена.

Диатез – предрасположенность к некоторым болезням или неадекватные реакции на обычные раздражители.

Диатез геморрагический – общее название состояний, характеризующихся повышенной кровоточивостью.

Диатез лимфатико-гипопластический – диатез, характеризующийся предрасположенностью к развитию аллергических реакций.

Диатез мочекислый – заболевание, характеризующееся нарушением обмена мочевой кислоты.

Диатез экссудативно-катаральный – диатез, характеризующийся предрасположенностью к затяжным воспалительным процессам и развитию аллергических реакций.

Дизентерия – бактериальное поражение толстой кишки с явлениями интоксикации.

Дизентерия амёбная – заболевание, вызванное простейшими, характеризуется язвенным поражением толстого кишечника.

Дисменорея – нарушение менструального цикла.

Диспепсия – расстройство пищеварения. Дистрофия – нарушения обмена веществ и питания тканей, органов и организма в целом.

Диурез – процесс образования мочи, а также количество мочи, выделенное за какой-либо промежуток времени.

Диуретический – мочегонный.

Дифтерия – острое инфекционное заболевание, большей частью детское, характеризующееся поражением зева и тяжёлой интоксикацией.

Диэнцефалит – энцефалит с преимущественным поражением промежуточного мозга.

Желчнокаменная болезнь – заболевание, характеризующееся образованием конкрементов в желчном пузыре или желчных протоках.

Жизненная ёмкость лёгких – объем воздуха, выходящего из дыхательных путей при максимальном выдохе, произведенном после максимального вдоха.

Зоб – патологически увеличенная щитовидная железа.

Зоб диффузный токсический – болезнь, характеризующаяся диффузным увеличением щитовидной железы и повышением ее функции; проявляется нарушением обмена веществ, часто экзофтальмом, похуданием, тахикардией.

Зоб эндемический – болезнь, характеризующаяся возникновением зоба, поражающая население определенных географических районов с недостаточностью йода в окружающей среде.

Золотуха – см. *скрофулёз*.

Импетиго – гнойничковое кожное заболевание.

Импотенция – половое бессилие.

Инвазия – заражение организма глистами.

Инволюция – обратное развитие.

Ингаляция – метод введения в организм лекарственных средств с током вдыхаемого воздуха.

Инсульт – острое нарушение мозгового кровообращения, «удар».

Интоксикация – отравление.

Инфаркт – острое нарушение кровообращения, прекращение тока крови в артериях, омертвление ткани в результате этого.

Инфильтрат – уплотнение и увеличение объёма ткани вследствие скопления в ней жидкости и клеточных элементов крови.

Инфицированный – заражённый микроорганизмами.

Ипохондрия – заболевание, характеризующееся болезненной мнительностью.

Истерия – невроз, характеризующийся различными психическими, неврологическими и соматическими расстройствами.

Ишиас – воспаление седалищного нерва.

Каверна – полость в каком-либо органе, образующаяся в результате отмирания тканей.

Калькулёзный – характеризующийся камнеобразованием.

Капилляротоксикоз – см. *Васкулит геморрагический*.

Карбункул – гнойное воспаление кожи и подкожной клетчатки, центром которого являются волосяные мешочки и сальные железы.

Кардиосклероз – хроническое заболевание (склероз) сердечной мышцы.

Кардиотонические средства – лекарственные средства, улучшающие деятельность сердечной мышцы.

Кариес – разрушение твёрдых тканей зубов.

Катар – воспаление слизистой оболочки органа.

Кислоты желчные – органические кислоты, входящие в состав желчи.

Клизма – введение жидкости в толстую кишку через задний проход с лечебной или диагностической целью.

Климакс – период угасания половой функции в связи с приближением старости.

Коклюш – детское инфекционное заболевание, характеризующееся безудержным кашлем.

Колика – боли, вызываемые спазмами полых органов.

Колит – воспаление слизистой оболочки толстого кишечника.

Колит спастический – расстройство моторики толстой кишки, проявляющееся чередованием поносов и запоров в сочетании с болями в животе.

Кольпит – воспаление слизистой оболочки влагалища.

Кольпит трихомонадный – воспаление слизистой оболочки влагалища, вызванное инфекционным началом – мочеполовой трихомонадой.

Компресс – лечебная и согревающая повязка.

Кондиломы – болезненные разрастания кожи или слизистых оболочек в виде сосочков.

Консистенция – степень густоты, плотности чего-либо.

Конъюнктивит – воспаление слизистой оболочки глаза.

Корневище – подземный побег многолетних травянистых растений.

Корь – детское инфекционное заболевание.

Крапивница – заболевание, характеризующееся кожными высыпаниями и зудом.

Кровоизлияние – кровотечение в толщу тканей или в полости организма.

Кровохарканье – легочное кровотечение.

Круп ложный – острый ларингит или ларинготрахеит (воспаление гортани и трахеи), сопровождающиеся спазмом гортани, причина которого недифтерийной природы.

Лактация – выделение молока молочными железами.

Лактогонные средства – молокогонные средства, лекарства, способствующее увеличению выработки молока молочной железой кормящей матери.

Ларингит – воспаление гортани.

Лейшманиозы – инфекционные заболевания, характеризующиеся кожными проявлениями и тяжёлыми поражениями внутренних органов.

Лимфаденит – воспаление лимфатических узлов.

Лимфатическая система – система, состоящая из лимфатических сосудов и расположенных по их ходу лимфатических узлов.

Лихорадка – болезненное состояние, при котором повышается температура и возникает озноб.

Лихорадка перемежающаяся – лихорадка, характеризующаяся чередованием в течение дня периодов повышенной температуры тела с периодами нормальной или пониженной температуры.

Лихорадка ревматоидная – клинически выраженный приступ ревматизма с высокой температурой.

Лихорадка сенная – см. *Поллиноз*.

Лишай – общее название дерматозов, основным проявлением которых являются поверхностные шелушащиеся пятна или папулы.

Лишай чешуйчатый – см. *Псориаз*.

Лоханки почечные – полости в почках, в которые собирается моча.

Люмбаго – прострел, резкая приступообразная боль в пояснице.

Лямблиоз – протозойная инвазия, характеризующаяся нарушением функции тонкой кишки, а чаще бессимптомным носительством возбудителя.

Малокровие – см. *Анемия*.

Малярия – инфекционная болезнь, характеризующаяся приступами лихорадки, анемией, увеличением селезёнки и печени.

Масло прованское – оливковое масло.

Мастит – воспаление молочной железы.

Мацерация – размягчение и распад тканей.

Меланхолия – болезненно-угнетённое состояние.

Меноррагия – менструация, характеризующаяся большой кровопотерей, продолжительностью до 12 дней.

Мерцательная аритмия – нарушение ритма сердечных сокращений, характеризующееся нерегулярностью интервалов между сердечными сокращениями и силы сокращений желудочков сердца.

Метаболизм – обмен веществ.

Метеоризм – вздутие кишечника.

Метроррагия – маточное кровотечение, повторяющееся через нерегулярные промежутки времени.

Мигрень – приступы боли в одной половине головы.

Микроспория – грибковое заболевание кожи, при котором поражается волосистая часть головы.

Минутный объём сердца – объём крови, выбрасываемой желудочком за 1 минуту.

Миозит – воспаление мышц.

Миокард – сердечная мышца.

Миокардиодистрофия – общее название заболеваний сердечной мышцы не воспалительного характера.

Миокардит – воспаление миокарда.

Миома – мышечная опухоль.

Митральный клапан – двустворчатый клапан сердца, располагающийся между левым желудочком и левым предсердием.

Молочница – грибковое заболевание слизистой полости рта, влагалища и других органов.

Моторика – двигательная активность организма, его органов и их частей.

Мочекаменная болезнь – заболевание, характеризующееся образованием твёрдых конкрементов в почках и мочевыводящих органах.

Мягчительные средства – лекарственные средства, повышающие эластичность кожи и слизистых оболочек и защищающие их от вредных внешних воздействий.

Мякина – остатки колосьев, стеблей и другие отходы при молотье некоторых сельскохозяйственных культур.

Нарывные средства – лекарственные средства, способствующие при наружном применении ускорению созревания гнойников.

Настой – водный экстракт растения.

Настойка – спиртовой экстракт растения.

Невралгия – приступы острых болей по ходу какого-либо нерва.

Неврастения – невроз, при котором сочетаются повышенная возбудимость, с быстрой утомляемостью, раздражительностью и нарушениями сна.

Невроз – расстройство деятельности центральной нервной системы.

Невроз сердца – см. *Вегетативно-сосудистая дистония*.

Нейродермит – заболевание кожи, связанное с нервно-психическим состоянием больного.

Некроз – омертвление в живом организме органов, тканей или клеток.

Нематоды – класс низших червей, часть которых являются паразитами человека.

Нефрит – воспаление почки.

Нефроз – заболевание почек, развивающееся как осложнение некоторых хронических болезней.

Никотинизм – хроническое отравление никотином.

Никтурия - выделение большей части суточного количества мочи ночью, а не днем.

Нимфомания – болезненное усиление полового влечения у женщин.

Обволакивающие средства – лекарственные средства, защищающие ткани от раздражающего действия физических и химических факторов.

Одышка – затруднение дыхания.

Оксалурия – повышенное содержание в моче оксалатов; наблюдается, например, при мочекаменной болезни.

Олигоменорея – уменьшение срока менструации.

Отвар – жидкая лекарственная форма, представляющая собой водное извлечение из лекарственного растительного сырья, получаемое нагреванием на водяной бане; отличается от настоя режимом экстракции (более длительным термическим воздействием и менее длительным охлаждением).

Отвлекающие средства – раздражающие средства, лекарственные вещества, оказывающие местное раздражающее действие на кожу и слизистые оболочки с целью лечения воспалительных заболеваний и ослабления болевых ощущений.

Отит – воспаление среднего уха.

Парапроктит – воспаление клетчатки, располагающейся около прямой кишки.

Парез – неполный паралич.

Паренхима – ткань какого-либо органа, выполняющая его основную функцию.

Паркинсона болезнь – хроническая прогрессирующая болезнь головного мозга неясной этиологии.

Паркинсонизм – заболевание, характеризующееся дрожанием и скованностью мышц.

Пародонтоз – хроническое дистрофическое заболевание костной ткани зубных луночек, приводящее в итоге к выпадению зубов.

Пароксизмальная тахикардия – учащённое сердцебиение в виде внезапно начинающихся и так же внезапно прекращающихся приступов.

Паротит – воспаление околоушной железы; свинка.

Парша – грибковое заболевание кожи.

Педикулёз – вшивость.

Перикардит – воспаление перикарда, околосердечной сумки.

Периостит – воспаление надкостницы.

Перистальтика – волнообразные сокращения стенок полых органов.

Перитонит – воспаление брюшины.

Перифлебит – воспаление клетчатки, окружающей вену.

Пигмент – окрашенное вещество в организме.

Пиелит – воспаление почечных лоханок.

Пиелонефрит – сочетанное воспаление почечных лоханок и некоторых тканей почек.

Пиодермия – гнойное заболевание кожи.

Пиорея альвеолярная – см. *пародонтоз*.

Плеврит – воспаление плевры.

Плеврит сухой – плеврит, характеризующийся отложением фибрина на поверхности плевры при незначительном количестве выпота.

Плеврит экссудативный – плеврит, характеризующийся скоплением жидкости в плевральной полости.

Пневмония – воспаление лёгких.

Пневмония фибринозная – воспаление лёгких, характеризующееся скоплением в легочных пузырьках (альвеолах) большого количества серозной жидкости с примесью белка фибрина.

Пневмоцистоз – пневмония, вызываемая особыми простейшими организмами; наблюдается чаще у ослабленных детей первых месяцев жизни, характеризуется тяжелым течением.

Подагра – болезнь суставов, вызванная нарушением обмена веществ.

Полиневрит – множественное воспаление периферических нервов.

Полип – болезненное разрастание из эпителия слизистых оболочек.

Полипоз – наличие множества полипов.

Поллиноз – аллергическая болезнь, вызываемая пылью растений.

Поллюция – произвольное семяизвержение у мужчин, не связанное с половым актом.

Почечнокаменная болезнь – болезнь, характеризующаяся образованием в почках камней.

Приапизм – болезненная длительная эрекция полового члена, не связанная с половым возбуждением.

Придатки матки – общее название яичников, маточных труб и связочного аппарата.

Пролежень – омертвление кожи и других мягких тканей, подверженных длительному давлению.

Простатит – воспаление предстательной железы.

Прострел – острая боль в пояснице.

Противопаразитарные средства – препараты, способствующие изгнанию из организма паразитов.

Протромбин – белок крови, предшественник фермента тромбина, участвующего в свёртываемости крови.

Психастения – невроз, характеризующийся неуверенностью в себе, страхами, навязчивыми идеями.

Психоз – психическое заболевание.

Психотропные средства – лекарства, оказывающие влияние на психические процессы.

Псориаз – хроническое заболевание кожи с характерными в виде бляшек высыпаниями.

Пурины – азотсодержащие вещества, продукт обмена веществ растительных и животных организмов.

Радикулит – воспаление корешков спинномозговых нервов.

Рахит – гиповитаминоз D, развивающийся у маленьких детей.

Ревматизм – инфекционно-аллергическое поражение суставов, сердца и некоторых других органов.

Ревмокардит – ревматическое поражение сердца.

Регенерация – восстановление утраченных клеток, тканей и органов.

Реконвалесценция – выздоровление.

Респираторные заболевания – заболевания верхних дыхательных путей простудного характера.

Рецидив – возврат болезни.

Ринит – насморк, воспаление слизистой оболочки носа.

Рожа – см. *Рожистое воспаление*.

Рожистое воспаление – гнойное инфекционное заболевание кожи и слизистых оболочек.

Сбор – смесь нескольких видов лекарственного растительного сырья.

Свищ – болезненный или искусственно созданный в тканях организма канал.

Себорея – перхоть.

Седативные средства – успокаивающие средства.

Секрет – вещество, вырабатываемое и выделяемое железистыми клетками.

Сикоз – хроническое воспаление волосяных мешочков в области усов и бороды у мужчин.

Симптом – признак заболевания.

Синдром – совокупность признаков, характерных для какого-либо заболевания.

Синовит – воспаление синовиальной оболочки, выстилающей полость сустава, сухожильного влагалища или синовиальную сумку.

Систола – сокращение сердечной мышцы.

Сифилис – инфекционное венерическое заболевание.

Скарлатина – преимущественно детская инфекционная болезнь, проявляющаяся сыпью, поражением горла и интоксикацией.

Склероз – заболевание, при котором ткани органов замещаются плотной соединительной тканью.

Скрофулёз – золотуха общее название лимфатико-гипопластического и экссудативно-катарального диатезов.

Скрофулодерма – туберкулёз кожи.

Слоевище – тело низших растений (лишайники, мхи) и грибов, не расчленённое на стебель, листья, корни.

Солитёр – см. *Цепень*.

Соматический – относящийся к телу человека.

Сосуды коронарные – собственные сосуды сердца.

Спазм – произвольное сокращение поперечнополосатых или гладких мышц,

не сопровождающееся немедленным расслаблением.

Спазмолитические средства – лекарственные средства, способные устранять спазмы.

Спазмофилия – детское заболевание, характеризующееся спазмами и судорогами.

Сперматорея – непроизвольное истечение семенной жидкости.

Спринцевание влагалища – введение лечебных препаратов во влагалище с помощью кружки Эсмарха. Проводится в положении лёжа на гинекологическом кресле или на постели с приподнятым тазом. Количество жидкости – 1 литр, температура 37-38 градусов. Наконечник кружки вводится почти до отказа. Под больную ставят подкладное судно. По окончании процедуры больной предоставляется покой на 45-60 минут. Лучше всего спринцевания делать перед сном.

Стенокардия – форма ишемической болезни сердца, поражение сосудов сердца.

Стоматит – воспаление слизистой оболочки полости рта.

Стресс – ответная реакция организма на чрезмерно сильное воздействие внешней среды.

Субацидный – характеризующийся пониженной секреторной функцией желудка.

Тахикардия – повышенная частота сердечных сокращений.

Терпентин – смолистый сок хвойных деревьев.

Тиреотоксикоз – патологическое состояние, обусловленное поступлением в организм чрезмерного количества гормонов щитовидной железы.

Тифы – острые инфекционные болезни, сопровождающиеся лихорадкой и потерей сознания.

Токсины – ядовитые вещества.

Тонзиллит – воспаление небных миндалин.

Тонизирующие средства – лекарственные средства, возбуждающие центральную нервную систему.

Тонический – относящийся к тону, обусловленный тоническим сокращением.

Тонус – длительная, не сопровождающаяся утомлением активность организма и его отдельных органов.

Трахеит – воспаление трахеи.

Трахеобронхит – одновременное воспаление трахеи и бронхов.

Трипсин – пищеварительный фермент.

Трихофития – стригущий лишай, грибковое поражение кожи и её придатков.

Тромб – кровяной сгусток.

Тромбин – один из ферментов плазмы крови, способствующий её свёртываемости.

Тромбоцитопеническая пурпура – см. *Верльгофа болезнь*.

Тромбофлебит – воспаление вен с закупоркой их тромбами.

Тромбоцитопения – пониженное содержание тромбоцитов в периферической крови.

Тромбоциты – клетки крови, участвующие в её свертывании.

Трофика – влияние нервной системы на обмен веществ в тканях и органах живого организма.

Трофический – относящийся к нервной трофике.

Ударный объём сердца – объём крови (в мл), выбрасываемый желудочком сердца за одну систолу.

Ураты – соли мочевой кислоты, могут откладываться в тканях и органах, чем вызывать ряд заболеваний.

Уремия – отравление организма веществами, накапливающимися в организме при заболеваниях почек.

Уретра – мочеиспускательный канал.

Уретрит – воспаление уретры.

Уроцистит – воспаление уретры и мочевого пузыря.

Фермент – белок, способствующий ускорению биохимических реакций в организме.

Фибрифермент – см. *Тромбин*.

Фибромиома – доброкачественная опухоль из соединительной и мышечной тканей.

Фитонциды – летучие вещества, выделяемые высшими растениями, обладающие антимикробным действием.

Флебит – воспаление вен.

Флегмона – разлитое гнойное воспаление подкожной клетчатки.

Флюс – воспаление надкостницы челюсти, сопровождающееся отёком щеки.

Фригидность – половая холодность у женщин.

Функциональные расстройства – нарушения деятельности и свойств клеток, органов и систем организма, проявляющиеся как болезненный процесс или совокупность процессов.

Фурункул – гнойное воспаление фолликула волоса и окружающей его ткани.

Фурункулёз – заболевание, характеризующееся появлением множественных фурункулов.

Хейлит – воспаление красной каймы, слизистой и кожи губ.

Холангит – воспаление слизистой желчевыводящих протоков.

Холестерин – вещество животного происхождения из группы стероидов, с нарушением обмена которого связывают возникновение атеросклероза, желчнокаменной болезни и др.

Холецистит – воспаление желчного пузыря.

Холецистопатия – общее название заболеваний желчного пузыря

Хорея – нервное заболевание, характеризующееся произвольным сокращением мышц, подёргиванием конечностей.

Цепень (солитёр) – общее название некоторых глистов.

Цестодозы – гельминтозы, возбудителями которых являются плоские черви подкласса цестод.

Цинга – гиповитаминоз, вызванный недостатком витамина С.

Цирроз – разрастание соединительной ткани в плотном органе, сопровождающееся перестройкой его структуры и сморщиванием.

Цистит – воспаление мочевого пузыря.

Чай – настой лекарственных трав.

Чесотка – болезнь кожи, вызываемая клещами и сопровождающаяся сильным зудом.

Шизофрения – психическая болезнь, характеризующаяся изменением личности.

Эякуляция – семяизвержение.

Экзема – дерматоз, характеризующийся развитием серозного воспаления кожи и проявляющийся зудящей сыпью.

Эссенциальная тромбопения – ложная гемофилия, обусловленная уменьшением протромбина при циррозе печени.

Экстрасистолия – вид аритмии, внеочередной удар сердца.

Эмульсия – жидкость со взвешенными частицами в ней другой жидкости.

Эмфизема лёгких – патологическое состояние легких, характеризующееся увеличенным содержанием в них воздуха.

Эндемия – постоянное наличие в данной местности какого-либо заболевания.

Эндокардит – воспаление внутренней оболочки сердца и его клапанов.

Эндоцервицит – воспаление слизистой оболочки канала шейки матки.

Энтерит – воспаление слизистой оболочки тонкого кишечника.

Энтеробиоз – глистное заболевание, вызываемое острицами.

Энтероколит – воспаление слизистой тонкого и толстого кишечника.

Эпилепсия – болезнь головного мозга, характеризующаяся судорожными припадками.

Эпителий – ткань, выстилающая поверхность и полости тела.

Эрозия – поверхностный дефект слизистой оболочки или эпидермиса.

Этиология – причина возникновения заболевания.

Энцефалит – воспаление головного мозга.

Язвенная болезнь - хроническая болезнь, характеризующаяся нарушением функции и образованием язвенного дефекта стенки желудка или двенадцатиперстной кишки.

Язвы трофические – язвы, возникающие в результате нарушения питания тканей.

Ячмень – гнойное воспаление желез возле корней ресниц.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

- АЛЕКСАНДРОВ Б.А. В мире целебных трав. "Московский рабочий", 1966.
- АЛЕКСАНДРОВ Б.А. Зелёные спутники. "Московский рабочий", 1969.
- АЛЕКСАНДРОВ Б.А. Копилка витаминов. "Просвещение", Москва, 1966.
- АЛЕКСАНДРОВА М.С. Рододендроны природной флоры СССР. "Наука", Москва, 1975.
- АЛИЕВ Р.К., ПРИЛЕПКО Л.И. и другие. Лекарственные растения Азербайджана. Азербайджанское государственное издательство, Баку, 1972.
- АЛТЫМЫШЕВ А.А. Природные целительные средства. Профиздат, Москва, 1992.
- АНДРЕЕВ С., БАРИНОВ В. Аптека у нас дома. "Московский рабочий", 1976.
- АСТАХОВА В.Г. Клады на болотах. "Лесная промышленность", Москва, 1976.
- БАРТНОВСКИЙ Г.И. Лекарственно-техническое сырьё, грибы и пчелопродукция. Куйбышев, 1949.
- БАХТЕЕВ Ф.Х. Важнейшие плодовые растения. "Просвещение", Москва, 1970.

- БЕРЕЗНЕГОВСКАЯ Л.Н., БЕРЕЗОВСКАЯ Т.П., ДОЩИНСКАЯ Н.В. Лекарственные растения Томской области. Издательство Томского университета, Томск, 1972.
- БОТАНИКО-ФАРМАКОГНОСТИЧЕСКИЙ СЛОВАРЬ. Под редакцией Блиновой К.Ф. и Яковлева Г.П. "Высшая школа", Москва, 1990.
- БРЕХМАН И.И. Элеутерококк. Ленинград, 1968.
- ВАЛЬЦОВА И.А. Яд – как лекарство. "Природа" №8, 1965.
- ВАСИЛЬЕВА З.А., ЛЮБИНСКАЯ С.М. Резервы здоровья. "Медицина", Москва, 1984.
- ВАСИЛЬЧЕНКО Г.В., ПРОЦЕНКО В.И. Черноплодная рябина. "Колос", Москва, 1967.
- ВЕРШИНИН Н.В. Фармакология как основа терапии. Томск, 1926.
- ВЛАДЫШЕВСКИЙ Д.В., ШИШИКИН А.С., ШИШИКИНА О.Э. Таёжные трофеи. "Наука", Новосибирск, 1991.
- ВОГРАЛИК В.М., ВЯЗЕМСКИЙ Э.С. Очерки китайской медицины. Медгиз, Москва, 1961.

- ВОЛКИНД И.В., ГУРЕВИЧ И.Я., УРЮПОВ О.Ю. Рецептурный справочник для врачей и фармацевтов. "Медицина", Ленинград, 1976.
- ВОЛОДАРСКИЙ Л.И. Практическое руководство по сбору и заготовке дикорастущих лекарственных растений. Медгиз, 1959.
- ВУЛЬФ Е.В., МАЛЕЕВА О.Ф. Мировые ресурсы полезных растений. Ленинград, 1969.
- ГАММЕРМАН А.Ф., КАДАЕВ Г.Н. и др. Лекарственные растения (Растения-целители). Москва, 1975.
- ГАММЕРМАН А.Ф., ГРОМ И.И. Дикорастущие лекарственные растения СССР. Москва, 1976.
- ГАММЕРМАН А.Ф. Курс фармакогнозии. Медгиз, Ленинград, 1960.
- ГАММЕРМАН А.Ф., ШУПИНСКАЯ М.Д., ЯЦЕНКО-ХМЕЛЕВСКИЙ А.А. Растения-целители. "Высшая школа", Москва, 1963.
- ГАРМАЕВ Р.Б., НИКОЛАЕВ С.М., МАЙДАКОВА У.А. Зубчатка поздняя. "Наука", Новосибирск, 1982.
- ГЛЕЗИН В.М. Растительные лекарственные средства Иркутской области. Иркутск, 1948.

ГЛУХОВ М.М. Медоносные растения. "Колос", Москва, 1974.

ГРАНКИНА В.П. Целебные свойства овощных растений. Новосибирск, 1990.

ГРОМ И.И., ШУПИНСКАЯ М.Д. Дары природы. "Медицина", Москва, 1973.

ДГ (составитель). Пособие и справочное руководство в фармацевтической практике. Москва, 1907.

ДОМАШНЯЯ ФИЗИОТЕРАПИЯ, или как избавиться от болезней и укрепить здоровье без лекарств. "Беларусь". Минск, 1993.

ЕВСТИГНЕЕВ Г.М., ЛИВШИЦ Ю.А., СИНЧАЕВСКИЙ О.Н. Тайны продуктов питания. "Пищевая промышленность", Москва, 1972.

ЕВСТИГНЕЕВА Г.В., СМЕТОВА А.М. Лекарственные растения Горьковской области. Горький, 1978.

ЗЕЛЁНАЯ АПТЕКА. Статьи под одноимённой рубрикой в газете "Сельская жизнь".

ЗУДИН Б.И. Кожные и венерические болезни. "Медицина", Москва, 1990.

МЕДИЦИНСКИЙ СПРАВОЧНИК ДЛЯ ФЕЛЬДШЕРОВ. Под редакцией проф.

- Н.В.Колесникова и доц. А.Н. Шабанова,
"Медгиз", Москва, 1949.
- ИБРАГИМОВ Ф.И., ИБРАГИМОВА В.С.
Основные лекарственные средства
китайской медицины. Медгиз, Москва, 1960.
- ИВАНЧЕНКО В.А. Как быть здоровым. АО
"Комплект", С-Петербург, 1994.
- ИВАШИН Д.С., КАТИНА З.Ф., РЫБАЧУК
И.З., ИВАНОВ В.С., БУТЕНКО Л.Т.
Лекарственные растения Украины.
"Урожай", Киев, 1975.
- ИВЕНСКИЙ Я.Г. Применение растительных
лекарственных средств. Москва, 1949.
- ИЛИЕВА С. Лекарственные культуры.
Земиздат, София, 1971.
- ИОЙРИШ Н.П. Лечебные свойства мёда и
пчелиного яда. Медгиз, 1956.
- ЙОРДАНОВ Д., НИКОЛАЕВ П.,
БОЙЧИКОВ А. Фитотерапия. "Медицина и
физкультура", София, 1970.
- КАДАЕВ Г.Н., ФРУЯНТОВ Н.К.
Дикорастущие лекарственные растения
Приамурья. Хабаровское книжное
издательство, 1968.
- КАЗЬМИН В.Д. Морская чудесница.
"Знание", Москва, 1968.

- КАЙЯС АЛЕН. Пыльца: сбор, свойства, применение. "Апимондия", Бухарест, 1968.
- КАРЕВ Ф.И. (составитель). Растения, применяемые в быту (плодовые, ягодные и декоративные). Издательство московского университета, 1966.
- КАРПОВИЧ В.Н., БЕСПАЛОВА Е.И. Фармакогнозия. Москва, 1977.
- КАЧАЛОВ А.А. Деревья и кустарники. Москва, 1970.
- КЛОБУКОВА-АЛИСОВА Е.Н. Дикорастущие полезные и вредные растения Башкирии. Издательство АН СССР, Москва-Ленинград, 1960.
- КОВАЛЁВА Н.Г. Лечение растениями. "Медицина", Москва, 1971.
- КОРОЛЕВА А.С., КРАСНОБОРОВ И.М., ПЕНЬКОВСКАЯ Е.Ф. Определитель растений Новосибирской области. "Наука", Новосибирск, 1973.
- КРАСНОКУТСКАЯ С.В. Приготовление соков и натуральных вин в домашних условиях. "Колос", Москва, 1967.
- КРЫЛОВ Г.В. Травы жизни и их искатели. Новосибирск, 1969.
- КРЫЛОВ Г.В. Травы жизни и их искатели. 2-е изд., Новосибирск, 1972.

КРЫЛОВ Г.В., КАЗАКОВА Н.Ф., ЛАГЕРЬ А.А. Растения здоровья. Новосибирск, 1989.

КУЛИКОВ В.В. Лекарственные растения Алтайского края. Барнаул, 1975.

ЛАДЫНИНА Е.А., МОРОЗОВА Р.С. Фитотерапия. "Медицина", Ленинград, 1987.

ЛЕЖАНКИНА З.С. Хрен и ревеня. "Московский рабочий", 1969.

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ СССР (Культивируемые и дикорастущие). "Колос", 1967.

ЛИФЛЯНДСКИЙ В.Г., ЗАКРЕВСКИЙ В.В., АНДРОНОВА М.Н. Лечебные свойства пищевых продуктов. "ТЕРРА – TERRA", Москва, 1996.

ЛИХАРЁВ В.С. Лекарства с огорода. "КУБК-а", Москва, 1997.

МАХЛАЮК В.П. Лекарственные растения в народной медицине. Приволжское книжное издательство, Саратов, 1967.

МАШКОВСКИЙ М.Д. Лекарственные средства. Медгиз, 1960.

МИНАЕВА В.Г. Лекарственные растения Сибири. "Наука", Новосибирск, 1970.

МИНАЕВА В.Г. Лекарственные растения Сибири. Новосибирск, 1951.

МИЧУРИН И.В. Дополнения к сведениям о жень-шене. Сочинения, т. IV. Государственное издательство сельскохозяйственной литературы, Москва, 1948.

МЛАДЕНОВ Ст. Мёд и мёдолечение. София, 1969.

МОЛОДОЖНИКОВА Л.М., РОЖДЕСТВЕНСКАЯ О.С., СОТНИК В.Ф. Лесная косметика. "Экология", Москва, 1991.

МУРАВЬЁВА Д.А., ГАММЕРМАН А.Ф. Тропические и субтропические лекарственные растения. "Медицина", Москва, 1974.

НОВЫЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ СИБИРИ. Вып. IV, Томск, 1953.

ПАШИНСКИЙ В.Г. Лечение травами. Томское книжное издательство, 1989.

НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОСТРЫХ ОТРАВЛЕНИЯХ. Под редакцией Голикова С.Н. "Медицина", Москва, 1977.

ПЕТРОВ В.В. Лесные тайны. "Лесная промышленность", Москва, 1989.

ПЕТРОВ В.В. Чудеса наших субтропиков. "Наука", Москва, 1976.

ПОКРОВСКИЙ А.А. Беседы о питании. "Экономика", 1968.

ПОЛЕЗНЫЕ РАСТЕНИЯ СССР. т.1, Издательство АН СССР, Москва-Ленинград, 1951.

ПОЛЕТИКО О.М. и МИШЕНКОВА А.П. Декоративные травянистые растения открытого грунта. "Наука", Ленинград, 1967.

ПОЛУДЕННЫЙ Л.В., СОТНИК В.Ф., ХЛАПЦЕВ Е.Е. Эфирномасличные и лекарственные растения. "Колос", Москва, 1979.

ПОПОВ А.П. Лекарственные растения в народной медицине. "Здоров'я", Киев, 1969.

ПОПОВ А.П. Траволечебник Алексея Попова. Кемеровское книжное издательство, 1993.

РАСТИТЕЛЬНОЕ СЫРЬЁ. Выпуск 9. Растительность и полезные растения Центральных Саян. 1961.

РОМАНОВ Н.Е. Природа лечит. "Знание", Москва, 1981.

РОМАШОВ Ф.Н., ФРОЛОВ В.А. Жить без лекарств. "Советская Россия", Москва, 1978.

РЫЧИН Ю.В. Древесно-кустарниковая флора. "Просвещение", Москва, 1972.

- САВЕЛЬЕВ А.Т., ШИМАНЮК А.П. Дикорастущие плодовые, ягодные и орехоплодные растения наших лесов. "Лесная промышленность", Москва, 1970.
- САРАТИКОВ А.С. Золотой корень (Родиола розовая). Издательство Томского университета, Томск, 1973.
- САХАБИДДИНОВ С.С. Дикорастущие лекарственные растения Средней Азии. Госиздат УзССР, Ташкент, 1948.
- СЕРЕДИН Р.М., СОКОЛОВ С.Д. Лекарственные растения и их применение. Ставрополь, 1969.
- САЛО В.М. Зелёные друзья человека. "Наука", Москва, 1975.
- СКЛЯРЕВСКИЙ Л.Я. Целебные свойства пищевых растений. Россельхозиздат, Москва, 1975.
- СКЛЯРЕВСКИЙ Л.Я., ГУБАНОВ И.А. Лекарственные растения в быту. Россельхозиздат, Москва, 1971.
- СЛАДОВСКИЙ М.И. Жень-шень, хуан-ци, пин-бей-му, хэй-му-эр и другие лекарственные растения и грибы советского Дальнего Востока. "Внешторгиздат", Москва-Ленинград, 1935.

- СОКОЛОВ С.Я., ЗАМОТАЕВ И.П. Справочник по лекарственным растениям. "Медицина", Москва, 1988.
- СПРАВОЧНИК ПО ЛЕКАРСТВЕННЫМ РАСТЕНИЯМ. Задорожный А.М., Кошкин А.Г., Соколов С.Я и др. "Лесная промышленность", Москва, 1988.
- СПРАВОЧНИК ЦВЕТОВОДА. "Колос", Москва, 1971.
- СТАНКОВ С.С., КОВАЛЕВСКИЙ Н.В. Наши лекарственные растения и их врачебное применение. Горьковское областное издательство, 1945.
- ТАЛЫЗИН Ф.Ф. Секреты природы. «Мысль», Москва, 1973.
- ТОКИН В.П. Целебные яды растений. Лениздат, 1974.
- ТРАВНИК. Информационно-рекламный справочник по лекарственным травам. Составитель Поберей Л.Е. Волгоград, 1990.
- ТРИНУС Ф.П. Фармако-терапевтический справочник. "Здоров'я" Киев, 1972.
- ТУРОВА А.Д. Лекарственные растения СССР и их применение. "Медицина", Москва, 1967.

ТУРОВА А.Д. Лекарственные растения СССР и их применение. Изд. 2-е. Москва, 1974.

ТЮРИНА Е.В., ИЗРАИЛЬСОН В.Ф., ГУСЬКОВА И.Н., ТРИЛЬ В.М. Выращивание лекарственных растений в саду. Новосибирское книжное издательство, 1992.

УГЛОВ Ф.Г. Сердце хирурга: автобиографическая повесть. «Детская литература», Ленинград, 1981.

ФЛОРА НИЖНЕГО ДОНА. Ред. Зозулин Г.М., Федяева В.В. Изд. Ростовского университета, 1985.

ХАЛМАТОВ Х.Х. Дикорастущие лекарственные растения Узбекистана. Ташкент, 1964.

ЦЗИНЬ-СИНЬ-ЧЖУН. Китайская народная медицина. Москва, 1958

ЧХВЕ ТХЭСОП. Лекарственные растения. Перевод с корейского. «Медицина», Москва, 1987.

ШАПИРО Д.К., МИХАЙЛОВСКАЯ В.А., МАНЦИВОДО Н.И. Дикорастущие плоды и ягоды. «Урожай», Минск, 1969.

ШАСС Е.Ю. Фитотерапия. Издательство АМН СССР, Москва, 1952.

ЯКУБОВА А.И., МИНАЕВА В.Г.,
КОСТРОМИНА М.М., ГОРБАЛЕВА Г.Н.
Патриния. "Наука", Новосибирск, 1967.
J.МАСКУ, J.КРЕЈСА. Atlas liecivych rastlin.
Bratislava, 1975.
L'.THURSOVA и др. Maly atlas liecivych
rastlin. "Osveta", 1975.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Л	5
М	45
Н	82
О	88
П	112
Р	161
С	178
Т	215
У	231
Ф	232
Х	240
Ц	252
Ч	254
Ш	275
Щ	283
Я	289
Глоссарий	297
Исп. литература	335