

**АЛЕКСАНДР
СТЕПАНОВ**

СОБРАНИЕ СОЧИНЕНИЙ



Кутенков

АЛЕКСАНДР СТЕПАНОВ

СОБРАНИЕ СОЧИНЕНИЙ

Лекарства вокруг нас
(Лекарственные растения Нижнего Дона)
СПРАВОЧНИК

9/1

Волгодонск
2017

84 Рос 6

С 79

Степанов А.В.

Собрание сочинений. Т. 9/1: *Лекарства
вокруг нас. Лекарственные растения
Нижнего Дона. Справочник*

/ Александр Владимирович Степанов. –
Волгодонск: Самиздат, 2017. – 352 с.

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

К читателям

Предлагаемая читателям книга в первую очередь представляет собой справочное пособие по применению лекарственных растений, растущих на территории Ростовской области, а если точнее – по всему Нижнему Дону. Она содержит специальную часть, в которой приведены:

1. научные названия растений на русском и латинском языках;
2. принадлежность растений к тому или иному семейству;
3. сведения об их ядовитости;
4. наиболее употребительные синонимы на русском и латинском языках, а также народные названия растений;
5. географическое распространение растений в других регионах. Принадлежность растения к флоре Нижнего Дона специально не оговаривается;
6. фармакологическое действие растений и показания к их применению;

7. способы приготовления лекарственных препаратов из растений;

8. дозировка и методы лечения тем или иным препаратом.

В качестве приложения дан список использованной литературы, и глоссарий – краткий справочник специальных и медицинских терминов.

Хотя сразу надо признать, что автору не удалось в полном объёме собрать необходимые сведения обо всех растениях, включённых в данную книгу. Это связано лишь с техническими трудностями, которые могут быть устранены в процессе дальнейшей работы над справочником. Особенно это касается географического распространения растений, поскольку в связи с распадом СССР, изменением экономических реалий в независимых государствах данные о возделывании тех или иных лекарственных и технических культур вероятнее всего устарели.

В то же время автор сознательно не стал приводить в своей книге описания растений и указывать места их обитания, поскольку считает, что распознать растение по описанию его в травнике дело

проблематичное. Как правило, неспециалисты не в состоянии определить даже семейство, к которому принадлежит растение, не то, что род или его вид. Для того чтобы делать это квалифицированно, существуют множество самых различных определителей. Но лучше, обращаться за советом к знающим людям, чаще всего это краеведы, преподаватели биологии, работники аптек, лесники, нередко пчеловоды. К сожалению, медицинские работники о лекарственных растениях почти не осведомлены, поскольку официальная наука относит траволечение к народному знанию, а, следовательно, не подлежащему обязательному изучению. Чаще всего они знакомы с ними по учебнику фармакологии, и почти никогда не видели их в природе, наяву.

Не приводится в книге и химический состав растений, во-первых, потому, что многие из них до сих пор практически не изучены, во-вторых, потому, что химический состав их непостоянен, часто напрямую связан с географическим распространением и местами обитания. Приведение этих дополнительных сведений,

на мой взгляд, непомерно бы утяжелило книгу, увеличило её объём и вряд ли бы принесло пользу простому читателю.

Два слова о самолечении. Если вы точно знаете свой диагноз, уверены, что выбранное вами растение идентично указанному в справочнике, то в наиболее простых случаях можно начать лечение самостоятельно. Но если у вас возникает хоть малейшее сомнение, лучше не занимайтесь этим, а идите к врачу.

Автор-составитель

Примечание: дозировка сырья в рецептах, если это не оговаривается специально, указана в граммах.

АБРИКОС ОБЫКНОВЕННЫЙ –

Armeniaca vulgaris Lam., семейство розоцветные. Дерево, реже кустарник. Распространён в Средней Азии, в культуре – в тёплых районах земного шара, в СНГ северная граница: север Украины и Средняя Волга.

*** Эмульсию из измельчённых семян** принимают внутрь по 20,0 несколько раз в день при кашле и икоте. В сочетании с другими лекарственными растениями используют при коклюше, бронхитах, трахеитах, ларингитах.

*** Мякоть плодов** наносят тонким слоем на кожу лица на 15 – 20 минут при солнечных ожогах.

*** Свежие плоды, сок плодов, урюк** (сушёные плоды с косточкой), курагу (разрезанные сушёные плоды без косточек), кайсу (цельные сушёные плоды с выдавленной косточкой) употребляют в пищу при болезнях сердца (содержат калий), авитаминозах (витамины А, С, В15), анемиях (крововетворное действие).

*** Курагу, кайсу, урюк как питательное, общеукрепляющее средство** по 100,0-150,0 в сутки рекомендуют людям ослабленным, а

также выздоравливающим после тяжёлых болезней, страдающим хроническими заболеваниями (например, туберкулезом), беременным женщинам и детям. Благотворны они при железодефицитной анемии, гипо- и авитаминозах, сердечно-сосудистых и хронических почечных заболеваниях, таких как отеки, гипертония, нарушения сердечного ритма, инфаркт миокарда, когда необходимо питание, содержащее ограниченное количество натрия и повышенное — калия. Используются они и как легкое послабляющее средство.

Примечание. При заболеваниях печени и при гипофункции щитовидной железы абрикосы не назначают, так как провитамин А, содержащийся в них в большом количестве, при указанных заболеваниях не усваивается. В этой связи таким больным назначают чистый витамин А, ограниченно следует употреблять абрикосы больным сахарным диабетом.

АВРАН ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – *Gratiola officinalis* L., семейство норичниковые., Сильно ядовитое многолетнее растение.

Народные названия: *лихорадочная трава, коровник, мокрец, зажмурник, дрисливец*. Растёт в европейской части СНГ, Закавказье, Средней Азии, Западной Сибири.

* **Настой травы** применяется как сильное слабительное, противолихорадочное, мочегонное, противоглистное, антисептическое средство при водянке, желтухе, болезнях печени, ленточных глистах. Кроме того, его используют при психических заболеваниях.

* **Свежую траву или припарки** из сухой травы прикладывают к застарелым язвам, сыпям, ушибам с подкожными кровоизлияниями, к суставам – при подагре.

АГАВА АМЕРИКАНСКАЯ – *Agave americana* L., семейство амариллисовые. Многолетнее растение. Родина – Южная Америка, натурализовалась на Черноморском побережье Кавказа, у нас встречается как комнатная культура. В народе нередко принимается за алоэ.

* **Порошок сухих листьев** принимают внутрь по 0,2 – 0,5 г 3 раза в день, как желчегонное средство при болезнях печени.

* **Один средних размеров лист** измельчают, настаивают 6 часов в стакане холодной воды, пьют по столовой ложке 3 раза в день при болезнях желудка, лёгких в т. ч. туберкулёзе, как дезинфицирующее, противовоспалительное, болеутоляющее, жаропонижающее и отхаркивающее средство. В этих же случаях пьют сок листьев по 20 капель 3 раза в день.

* **Свежие измельчённые листья** прикладывают к ранам и гнойникам для их скорейшего очищения и заживления; при ишиасе — к болезненным точкам для обезболивания. Чувство жжения считается за положительную реакцию.

АДОКСА МУСКУСНАЯ — Adoxa moschatellina L., семейство адоксовые. Народные названия: *мускатница, пижмачка*. Многолетнее растение, распространенное в северных умеренных областях планеты.

* **Настой корней** используют в качестве антисептического и ранозаживляющего средства при лечении гнойных ран.

АДОНИС ВЕСЕННИЙ – Adonis vernalis
L., семейство лютиковые. Ядовитое растение. Народные названия: *горицвет весенний, стародубка, черногорка, желтоцвет.* Травянистый многолетник. Растёт в лесостепной зоне европейской части СНГ и Сибири, а также в Крыму и Предкавказье.

* **Настой травы 6,0:180,0** назначают взрослым по столовой ложке 3 раза в день, детям от 2 до 5 лет – по 5 капель, от 6 до 12 лет – по 15 капель, старше 12 лет – около двух чайных ложек.

Показания к применению: сердечная недостаточность, невроз сердца, эпилепсия, бессонница, алкогольный психоз, инфекционные болезни, протекающие с ослаблением сердечной деятельности, острые приступы глаукомы, эмфизема лёгких, пневмония, простудные болезни, болезни почек. Настой усиливает ударный и минутный объёмы сердца, устраняет застойные явления, успокаивает центральную нервную систему.

* **адонис, трава 8,0**
мята, листья 1,0

Всё количество смеси настаивают в стакане холодной воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при заболеваниях сердца.

* **адонис весенний, трава**

дурман обыкновенный, коробочки с семенами – по 4,0

Всё количество настаивают 30 минут в стакане кипятка в тёплом месте. Пьют по столовой ложке 3 раза в день до еды при злокачественных образованиях желудка. Иногда чередуют с приёмом настоя подорожника (1 столовую ложку листьев на стакан кипятка).

* **адонис, трава**

валериана, корни – по 1 части

мелисса, листья 2 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и выпивают за день в несколько приёмов при миокардите и гастрокардиальном симптомокомплексе.

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и выпивают за день в несколько приёмов при водянке.

* **адонис, трава**

тысячелистник, трава – по 1 части

хвощ полевой, трава

чистотел, трава – 2 части

Столовую ложку сбора отваривают в стакане воды и пьют по стакану 2 раза в день при гепатопатиях, сопровождающихся нарушениями кровообращения и отёками.

* **адонис, трава 2 части**

валериана лекарственная, корни

мята, листья

рута, трава – по 1 части

2 чайные ложки смеси настаивают 30 минут в стакане воды и выпивают за день в несколько приёмов при сердечной слабости.

* **адонис, трава**

бузина чёрная, цветы

можжевельник, плоды

петрушка, плоды – по 3 части

тмин, плоды

фенхель, плоды – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и пьют в течение дня как мочегонное средство.

Противопоказания к применению адониса: болезни желудочно-кишечного тракта (язвенная болезнь, гастриты), ранний детский возраст.

Примечание. При лечении адонисом возможны побочные явления в виде рвоты, тошноты и болей в животе.

АДОНИС ВОЛЖСКИЙ – *Adonis wolgensis* Stef., семейство лютиковые. Ядовитое растение. Синоним: *адонис пушистый*. Травянистый многолетник. Районы обитания: Дон, низовье Волги, юг Западной Сибири, Северный Кавказ, Северный Казахстан.

* Используется наравне с адонисом весенним, однако, биологическая активность его в 2 раза ниже.

АДОНИС ЛЕТНИЙ – *Adonis aestivalis* L., семейство лютиковые.. Слабо ядовитое растение. Однолетник. Растёт на юге европейской части СНГ, юге Западной Сибири, Кавказе, Средней Азии.

* **Столовую ложку травы** настаивают час в двух стаканах кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, неврозах сердца, одышке, водянке и воспалении почек.

АИР БОЛОТНЫЙ – *Acorus calamus L.*, семейство ароидные. Синонимы и народные названия: *ир, ирный корень, татарское зелье, лепеха, калмус, аир обыкновенный, тростниковый, тростинный, пахучий*. Прибрежное многолетнее растение, древняя культура. Растёт в Западной и Восточной Сибири, европейской части СНГ (одичало), Кавказе, Казахстане.

* **8,0 корневищ** настаивают в литре белого сухого вина, пьют по 20 граммов перед появлением рвотного рефлекса.

* **При пародонтозе порошок корневища** добавляют в зубной порошок или пасту, с которыми регулярно чистят зубы.

* **Порошком корневищ** присыпают раны и язвы.

* **10,0 корневищ** настаивают 8 дней в 50,0 водки, пьют по 20 капель 3 раза в день при болезнях желудочно-кишечного тракта, на ватке прикладывают к зубу для снятия боли.

* **Порошок корневища** принимают по 0,2—0,5 (не более) 3 раза в день при изжоге и повышенной кислотности желудочного сока.

* **15,0 сухих корневищ** настаивают в 0,5 – 0,75 литрах кипятка 2 – 3 часа (или 2 чайные ложки порошка корневища в стакане

кипятка), пьют по четверти стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Настой применяют при желтухе, малярии, гастрите, язвенной болезни, поносе, метеоризме, изжоге, гепатите, колите, угнетении ЦНС.

*** Препараты аира** назначают при гипосекреции желудка, отсутствии аппетита, метеоризме, язвенной болезни, поносе, глистах, рахите, отёках, болезнях почек, мочевого и желчного пузыря, желтухе, лихорадке, кашле, аменорее, импотенции. Пьют их также в качестве стимулирующего кровообразование, тонизирующего, обезболивающего и успокаивающего средства.

а) 2 чайные ложки измельчённого корневища настаивают в стакане кипятка, пьют по 1/4 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

б) 15,0 корневища отваривают в 3-х стаканах воды и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

в) 20,0 корневища настаивают 8 дней в тёплом месте в 100,0 водки и пьют по 20 капель 3 раза в день.

*** Для лечения язв, гнойных ран, абсцессов, кожных проявлений экссудативно-**

катарального диатеза настой и отвар корневища применяют наружно в виде примочек и обмываний, для лечения некоторых гинекологических заболеваний – в виде спринцеваний и местных ванн.

* **аир, корневище**

дуб, кора – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка, пьют по столовой ложке 5-6 раз в день как вяжущее средство.

* **аир, корневище**

лопух, корень – по 1 части

6 столовых ложек смеси кипятят 10-15 минут в литре воды, настаивают 4 часа, моют голову 3 раза в неделю при выпадении волос.

* **аир, корневище 8 частей**

ревень, корень 2 части

Неполную чайную ложку смеси настаивают 30 минут в стакане кипятка и выпивают в течение дня при геморрое.

* **аир, корневище**

бессмертник, цветы

золототысячник, трава – по 1 ч. л.

Всю смесь с вечера заливают двумя стаканами воды, а утром кипятят 5-7 минут. Один стакан выпивают утром натощак, а

второй – в течение дня за 4 приёма. Каждый приём - через час после еды. Показание: воспаление желчного пузыря.

* **аир, корневище 2 части**

вахта, листья

полынь горькая, трава – по 3 части

Столовую ложку смеси кипятят 10 минут в стакане воды, пьют по 1/2 стакана за 20 минут до еды при отсутствии аппетита.

* **аир, корневище**

дуб, кора

дягиль, корни – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка, пьют по 1/2- 1 стакану 3 раза в день при поносах.

* **аир, корневище 1 часть**

лопух, корень 2 части

хмель, шишки 2 части

60,0 смеси кипятят 15 минут в литре воды, моют голову не менее трёх раз в неделю при выпадении волос и перхоти.

* **аир, корневище**

вахта, листья

полынь горькая, трава

тмин, плоды – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по столовой

ложке за 10-15 минут до еды при отсутствии аппетита и метеоризме.

- * **аир, корневище**
дуб, кора
орех грецкий, листья
тимьян, трава – по 1 части

Чайную ложку смеси настаивают 6 часов в стакане холодной воды, после чего некоторое время кипятят и выпивают в течение дня при поносе.

- * **аир, корневище**
лопух, корни – по 4 части
ноготки, цветы 2 части
хмель, шишки 3 части

65,0 смеси заваривают в литре кипятка и смачивают настоем голову на ночь при выпадении волос.

- * **аир, корневище**
очанка, трава
душица, трава
полынь горькая, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка, пьют по 2-3 стакана в день для улучшения аппетита.

- * **аир, корневище**
валериана, корневище – по 1 части
крапива двудомная, листья

крушина, кора —по 3 части
мята, листья 2 части

2 столовые ложки сбора настаивают 20 минут (или кипятят 10 минут) в 2-х стаканах кипятка, пьют по 1/2 стакана утром и вечером как средство, регулирующее деятельность кишечника и улучшающее пищеварение.

* **аир, корневище 2 части**
брусника, листья 2 части
пижма, цветы 1 часть
пырей, корневища 2 части
репешок, трава 2 части
хвощ полевой, трава 1 часть

Столовую ложку смеси кипятят 15 минут в стакане воды и пьют по стакану утром и вечером при мочекаменной болезни.

* **аир, корневище 1 часть**
валериана, корни 1 часть
крапива двудомная, листья 2 части
крушина, кора 3 части
мята, листья 2 части
одуванчик, корни 1 часть

2 столовые ложки смеси кипятят 10 минут (или настаивают 20 минут) в 2-х стаканах воды, пьют по 1/2 стакана 2 раза в

день как средство, регулирующее деятельность кишечника.

- * **аир, корневища 1 часть**
валериана, корни 0,5 части
овёс, солома 3 части
тмин, плоды 2 части
тысячелистник, трава 2 части
укроп, плоды 1 часть

3 столовые ложки смеси кипятят 15 минут в 3-х стаканах воды и выпивают за день в несколько приёмов при метеоризме.

- * **аир, корневище**
лён, семена
липа, цветы
мята, листья
солодка, корневища
фенхель, плоды – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 4-5 раз в день при гастритах с повышенной кислотностью желудочного сока.

- * **аир, корневище**
душица, трава
мелисса, трава
мята перечная, трава
полынь горькая, трава

сосна, почки

тысячелистник, трава – по 20,0

Всю смесь варят 30 минут в закрытом сосуде в 10 литрах воды, используют для ароматических ванн, температура ванны 37-38 градусов, длительность ванны 15-20 минут. Назначают при нарушении обмена веществ и общем упадке сил в качестве укрепляющего средства.

*

аир, корневище

дымянка, трава

мята, листья

репешок, трава

тимьян, трава

тысячелистник, трава

фиалка трёхцветная, трава

шандра, трава – по 1 части

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

АИСТНИК ЦИКУТНЫЙ – *Erodium cicutarium* (L.) L"Herit., семейство гераниевые. Синонимы и народные названия: *журавельник, грабельки; Geranium cicutarum* L; *Erodium pulchellum* Karel. Однолетник. Растёт по всему СНГ, кроме тундры.

* **Две чайные ложки травы** настаивают 8 часов в стакане холодной воды и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день как кровоостанавливающее, противосудорожное и улучшающее обмен веществ средство, а также при простудных заболеваниях, пневмонии, плеврите, бронхиальной астме и гинекологических заболеваниях.

* **Измельчённые листья** смешивают с бараньим или свиным салом, полученной мазью лечат нарывы.

АЙВА ПРОДОЛГОВАТАЯ – *Cydonia oblonga* Mill., семейство розоцветные. Синонимы и народные названия: *айва обыкновенная, квитовое дерево, пизва; Pyrus cydonia* L. Дерево, иногда кустарник. В диком виде растёт в Средней Азии и на Кавказе, в культуре – на юге СНГ.

* **Сок из плодов по 200,0** на прием, а также плоды и компот из них применяют в качестве вяжущего и улучшающего аппетит средства при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Кроме того, они обладают кровоостанавливающим, мочегонным, спазмолитическим и противорвотным действием.

* При трещинах заднего прохода и выпадении прямой кишки на поражённую область делают припарки из свежего сока плодов.

* **20,0 цельных семян** отваривают в 200,0 воды, полученную слизь пьют по столовой ложке 3 раза в день при спастических колитах (обволакивающее – при поносах, слабительное – при запорах), заболеваниях верхних дыхательных путей (отхаркивающее), при ангинах используют для полоскания горла.

* **Плоды, очищенные от семян,** фаршируют сливочным маслом, запекают в золе, принимают в пищу при респираторных заболеваниях, хроническом и остром кашле, кровохарканье при туберкулёзе.

* **айва, семена (целые)**

можжевельник, плоды

шиповник, плоды – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и выпивают за день при хроническом нефрите.

АЙЛАНТ ВЫСОЧАЙШИЙ – Ailanthus altissima (Mill) Swgl., семейство

симарубовые. Синоним: *китайский ясень*. Дерево. Культивируют в Средней Азии, на Кавказе, в Крыму, на юге Украины.

* **Кора и листья** в китайской народной медицине используются как противоглистное средство.

* **В народной медицине листья** используются при лейшманиозе, свежая кора – при дизентерии и ленточных глистах.

* **20 частей коры и 10 частей жжёных квасцов** мелко растирают и пьют по 3,0-4,0 3-4 раза в день при сильном поносе. Корейское народное средство "чогынсан".

* **16,0 коры** отваривают в стакане воды, выпивают в течение дня при бактериальной дизентерии.

* **айлант, порошок коры**

девясил, порошок корня – по 1 части

Смесь порошков используют для лечения энтероколитов у детей. Назначают детям от 6 месяцев до 1 года по 0,5 – 1,0 на приём, от 1 года до 2-х лет – по 1 – 1,5, от 2-х до 3-х лет – по 1,5 – 2,0 3-5 раз в сутки.

АКВИЛЕГИЯ ОБЫКНОВЕННАЯ – *Aquilegia vulgaris* L., семейство лютиковые. Ядовитое растение. Синонимы

и народные названия: *водосбор, голубки, орлик, оксалит*. Травянистый многолетник. Родина – средняя и южная Европа, в европейской части СНГ, кроме крайнего севера и крайнего юга, растение одичало.

* **Настой травы** используют как мочегонное, потогонное, желчегонное, слабительное и кровоостанавливающее средство.

АКТИНИДИЯ КИТАЙСКАЯ – *Actinidia chinensis Planch.* Лиановидный кустарник. Родина Китай. Культивируется в Закавказье. Плоды в продаже под названием «киви».

* Плоды употребляют в пищу как витаминное средство.

АЛОЭ ДРЕВОВИДНОЕ – *Aloe arborescens Mill.*, семейство лилейные. Синонимы и народные названия: *алоэ истинное, столетник, алой, мозольное дерево*. Родина – Южная Африка, в культуре – Аджария, широко распространено как комнатное растение.

* **алоэ, сок листьев 150,0**
мёд 250,0
вино "Кагор" 350,0

Смесь настаивают 5 дней, пьют по столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды при потере аппетита, истощающих болезнях, реконвалесценции.

* **При остром насморке закапывают** по 5–8 капель свежего сока листьев в каждую ноздрю с промежутком в несколько часов.

* **При частых носовых кровотечениях** перед едой съедают по кусочку листа алоэ длиной 2 см. Лечение проводят в течение 10 – 15 дней.

* **Высушенный сок листьев** (сабур) принимают по 0,05 – 0,1 как слабительное средство при хронических запорах.

* **16,0 сабура** растворяют в 160,0 водки, принимают по 15 – 20 капель 2 раза в день в качестве слабительного средства.

* **150,0 измельченных листьев** заливают 300,0 горячего некипяченого мёда, настаивают 24 часа, после чего настой разогревают, размешивают и пьют по 5 – 10 граммов за час до еды при запорах.

* **В измельчённые листья** добавляют немного воды, ставят на огонь. Доведя до кипения, крышку кастрюли заменяют картонной воронкой, через которую дышат

парами при гриппе и респираторных болезнях.

* **50,0 сока листьев**, 100,0 мёда и 150,0 водки перемешивают и применяют в виде компресса на ночь при остеохондрозе.

* **Тампоны, смоченные соком листьев**, регулярно вводят во влагалище для лечения эрозии шейки матки.

* **сок листьев 15,0**

масло сливочное несолёное 100,0

жир гусиный или свиной 100,0

мёд свежий 100,0

порошок какао (не обязательно) 50,0

Смесь принимают 2 раза в день по столовой ложке в стакане горячего молока при туберкулёзе лёгких, хронических бронхитах.

* **При воспалительных процессах и раздражениях кожи** применяют примочки из свежего биостимулированного сока листьев 2 – 3 раза в неделю по 10 минут.

* **Одну часть биостимулированных листьев** измельчают и заливают пятью частями воды, настаивают час, кипятят 2 – 3 минуты, используют для полосканий и примочек при заболеваниях кожи, полости рта и горла. Внутрь этот настой принимают

по чайной ложке 3 раза в день при желудочно-кишечных заболеваниях.

* **Сок листьев** разводят водой в 10 раз и используют для примочек при гнойном воспалении глаз и начинающейся катаракте.

* **Гнойные раны, язвы, ожоги, гнойники, псориаз, экземы, нейродермиты** и другие поражения кожи лечат, накладывая повязки с соком листьев или же свежие листья, разрезанные вдоль.

* **К 8 частям сока листьев** добавляют 2 части спирта и пьют по 1 – 2 чайные ложки 2 – 3 раз в день при дифтерии, брюшном тифе, гастритах и хроническом запоре.

* **Метод лечения бородавок.** Вечером делают тёплую содовую ванночку (1 десертная ложка соды на литр воды), держат в ней руку 10 – 15 минут, после чего привязывают разрезанный лист алоэ на всю ночь. Повторяют эту процедуру 7 – 10 дней.

* **При хронических атонических запорах, задержке месячных, анацидном гастрите, язвенной болезни, хронических колитах, сопровождающихся запорами, истощении, а также в качестве желчегонного, противовоспалительного, бактерицидного и улучшающего аппетит средства** принимают

внутри сок листьев по чайной ложке 2-3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения от трёх недель до двух месяцев.

* **Ослабленным детям** рекомендуется смесь следующего состава по десертной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды:

алоэ, сок листьев 100,0
грецкий орех, ядра 500,0
лимон, сок 3-4 плодов
мёд свежий 300,0

* **Сок листьев по 5,0** на приём пьют за 20-30 минут до еды для улучшения пищеварения и возбуждения аппетита.

* **1/2 стакана измельчённых листьев** смешивают со стаканом сахара, настаивают 3 дня в тёмном месте, добавляют стакан красного виноградного вина, настаивают ещё сутки и пьют по столовой ложке 3 раза в день до еды в течение 1-2 месяцев при язвенной болезни.

* **алоэ, сухие листья 1 часть**

укроп, плоды

можжевельник, плоды – по 2 части

Чайную ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день при запорах.

* **алоэ, сухие листья**

верблюжья колючка, трава – по 1 части
бузина чёрная, корни
укроп, плоды – по 2 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день как мочегонное средство.

Примечание: биостимулированными называют листья, выдержанные в тёмном месте при температуре от 4 до 8 градусов тепла в течение двух недель.

Противопоказания: геморрой, месячные, гипертоническая болезнь, беременность, цистит, нефрит, тяжёлые сердечно-сосудистые заболевания, кровотечения, гепатиты, поносы.

АЛТЕЙ АРМЯНСКИЙ – *Althaea armeniaca* Ten., семейство мальвовые. Многолетнее растение, растёт на Кавказе, в Средней Азии, Казахстане, низовьях Дона и Волги.

* Используют наравне с алтеем лекарственным.

АЛТЕЙ КОНОПЛЁВЫЙ – *Althaea cannabina* L., семейство мальвовые.

Многолетнее растение. Растёт в Крыму, Закавказье, Средней Азии, северном Кавказе.

* Используют наравне с алтеем лекарственным.

АЛТЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – *Althaea officinalis* L., семейство мальвовые. Народные названия: *проскурняк, просвирник, мальва*. Многолетнее растение. Растёт в европейской части СНГ, Средней Азии, Западной Сибири, на Кавказе.

* **Корни и корневища, цветы и листья** растения используют как отхаркивающее, смягчительное, обволакивающее средство при респираторных заболеваниях, пневмонии, бронхитах, бронхиальной астме, гастритах, язвенной болезни, болезнях кишечника, болезнях мочевыводящих путей.

а) Настой корней: 10,0 на 200,0 воды, настаивают час, пьют по столовой ложке через каждые 2 часа.

б) Отвар корней: 6,0 на 180,0, взрослым назначают по столовой ложке через каждые 2 часа, детям – по чайной ложке 4 – 5 раз в день.

в) 4 чайные ложки корней настаивают 8 часов в двух стаканах холодной воды, пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

г) Чайную ложку цветов настаивают 1-2 часа в стакане кипятка, пьют тёплым по чайной ложке 3 раза в день.

д) Столовую ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и пьют по чайной ложке 3-4 раза в день.

*** 2 столовые ложки корней, листьев или цветов** отваривают в 2,5 стакана воды, настаивают 2 часа и используют для полосканий, компрессов, припарок и клизм при воспалительных процессах.

*** алтей, корни 25,0**
багульник, трава 10,0

Всю смесь заваривают литром кипятка, настаивают 10-15 минут и пьют по столовой ложке через каждые 2 часа при дизентерии.

*** алтей, корни 7,5**
коровяк обыкновенный, цветы 7,5

Всё количество смеси кипятят в 1,5 стакана воды, добавляют 200,0 сахара и вновь кипятят до получения густой сиропообразной массы. Назначают детям по чайной ложке 3-5 раз в день при кашле.

*** алтей, корни**

мать-мачеха, листья – по 1 части

Чайную ложку смеси настаивают в стакане кипятка и применяют для полоскания горла.

* **алтей, корни 3 части**
окопник, корни 2 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день до еды при гастритах.

* **алтей, корни**
солодка, корни – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют тёплым по 1/2 стакана через каждые 3 часа как отхаркивающее средство.

* **алтей, корни**
тимьян, трава – по 1 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.

* **алтей, корни 2 части**
анис, плоды 1 часть
солодка, корни 2 части

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2

стакана через каждые 3 часа как отхаркивающее средство.

* **алтей, корни 2 части**

багульник, трава 1 часть

мать-мачеха, листья 2 части

2 чайные ложки смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день как отхаркивающее средство.

* **алтей, корни**

девясил, корни

солодка, корни – по 1 части

2 столовые ложки смеси кипятят 10 минут в стакане воды и пьют тёплым по 1/4 стакана через каждые 3 часа как отхаркивающее средство.

* **алтей, корни 1 часть**

дуб, кора 6 частей

душица, трава 4 части

2 столовые ложки смеси настаивают 15-20 минут в стакане кипятка и применяют для полоскания горла.

* **алтей, корни 2 части**

душица, трава 1 часть

мать-мачеха, листья 2 части

2 чайные ложки смеси настаивают 15-20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день как отхаркивающее средство.

* **алтей, цветы 1 часть**
коровяк обыкновенный, цветы 1 часть

мальва, цветы 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в 2-х стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день как отхаркивающее средство.

* **алтей, корни 2 части**
лён, семена 1 часть
окопник, корни 1 часть

20,0 смеси отваривают в литре воды и пьют по 1/2 стакана 4 раза в день при энтеритах и поносах.

* **алтей, корни 2 части**
солодка, корни 2 части
фенхель, плоды 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 5 часов в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 4-5 раз в день как отхаркивающее средство. Вместо плодов фенхеля можно взять плоды укропа.

* **алтей, корни**

анис, плоды
мать-мачеха, листья
солодка, корни – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день как отхаркивающее средство.

* **алтей, корни 2 части**
анис, плоды 1 часть
солодка, корни 2 части
шалфей, листья 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана через каждые 3 часа как отхаркивающее средство.

* **алтей, цветы 1 часть**
бессмертник, цветы 1 часть
коровяк, цветы 1 часть
мальва, цветы 1 часть

2 столовые ложки смеси настаивают до охлаждения в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день после еды как отхаркивающее средство.

* **алтей, корни**
горец птичий, трава
ежевика, стебли
слива колючая, плоды – по 1 части

Столовую ложку смеси заваривают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 5-6 раз в день при поносах.

- * **алтей, корни**
донник, трава – по 1 части
лён, семена 3 части
ромашка аптечная, цветы 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 15-20 минут в стакане кипятка и применяют для полоскания горла.

- * **алтей, корни**
коровяк, цветы
мальва, цветы
мать-мачеха, листья – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 15-20 минут в стакане кипятка и применяют для полоскания горла.

- * **алтей, цветы**
коровяк обыкновенный, цветы
мальва, цветы
мать-мачеха, листья – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 30 минут в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день после еды как отхаркивающее средство.

- * **алтей, корни 25,0**
ромашка, цветы 25,0

солодка, корни 25,0
фенхель, плоды 25,0

1-2 столовые ложки смеси кипятят в стакане воды на водяной бане 30 минут и пьют по 1/2-2/3 стакана 3 раза в день до еды при хронических гастритах.

* **алтей, корни 2 части**
солодка, корни 2 части
окопник, корни 2 части
чистотел, трава 1 часть

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и пьют по 2-3 стакана в день при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки.

* **алтей, корни 2 части**
анис, плоды 1 часть
солодка, корни 2 части
сосна, почки 1 часть
шалфей, листья 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 5 часов в стакане кипятка и пьют по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день как отхаркивающее средство.

* **алтей, корни**
вахта, листья
копытень, корни
цетрария, слоевище

шандра, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане холодной воды, после чего варят несколько минут и пьют тёплым по стакану в день при кашле, трахеобронхите, остром и хронических бронхитах.

* **алтей, корни 1 часть**

донник, трава 1 часть

лён, семена 3 части

мальва, цветы 1 часть

ромашка аптечная, цветы 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 4-5 раз в день как отхаркивающее средство. Для полоскания горла столовую ложку смеси настаивают 15 минут в стакане кипятка.

* **алтей, корни 3 части**

дуб, кора 3 части

лапчатка прямостоящая, корневище 3 части

фенхель, плоды 1 часть

шалфей, листья 3 части

Чайную ложку смеси замачивают в стакане холодной воды, через 5 минут кипятят и используют для полоскания горла при ларингите.

- * **алтей, корни 8 частей**
 коровяк обыкновенный, цветы 2 части
 мать-мачеха, листья 6 частей
 солодка, корни 3 части
 фенхель, плоды 2 части

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане воды, после чего варят несколько минут и пьют тёплым по стакану в день при кашле, трахеобронхите, остром и хронических бронхитах.

- * **алтей, корни 2 части**
 крушина, кора 1 часть
 лён, целые семена 2 части
 солодка, корни 1 часть
 фенхель, плоды 1 часть

2 чайные ложки смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану на ночь при атонии кишечника.

- * **алтей, корни 2 части**
 мята, листья 2 части
 ромашка аптечная 1 часть
 солодка, корни 2 части
 фенхель, плоды 1 часть

2 столовые ложки смеси настаивают в двух стаканах кипятка и выпивают за день в несколько приёмов при метеоризме.

- * **алтей, корни 2 части**

пырей, корневища 2 части
ромашка аптечная, цветы 1 часть
солодка, корни 2 части
фенхель, плоды 1 часть

2 чайные ложки смеси кипятят 10 минут в стакане воды и пьют тёплым по столовой ложке 2-3 раза в день как успокаивающее средство для детей.

* **алтей, корни**
пырей, корневища
ромашка аптечная, цветы
солодка, корни
фенхель, плоды - по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по стакану на ночь при гастритах и язвенной болезни.

* **алтей, корни 8 частей**
анис, плоды 2 части
ирис германский, корневище 1 часть
коровяк обыкновенный, цветы 2 части
мать-мачеха, листья 4 части
солодка, корни 3 части

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день как отхаркивающее средство.

* **алтей, корни 5 частей**

анис, плоды 1 часть
коровяк, цветы 1 часть
мак самосейка, цветы 1 часть
мальва, цветы 1 часть
солодка, корни 15 частей

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане холодной воды, после чего варят несколько минут и пьют тёплым по стакану в день при кашле, трахеобронхите, острых и хронических бронхитах.

*** алтей, корни 4 части**

анис, плоды 4 части
коровяк обыкновенный, цветы 2 части
солодка, корни 3 части
сосна, почки 4 части
шалфей, листья 3 части

Столовую ложку смеси настаивают до охлаждения в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 3-4 раза в день после еды как отхаркивающее средство.

*** алтей, корни 2 части**

анис, плоды 1 часть
коровяк обыкновенный, цветы 1 часть
мак самосейка, лепестки 2 части
мальва, цветы 2 части
мать-мачеха, листья 1 часть
солодка, корни 5 частей

тимьян, трава 2 части

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане холодной воды, после чего кипятят несколько минут и пьют тёплым по стакану в день при кашле, трахеобронхите, острых и хронических бронхитах.

* **алтей, цветы 3 части**

бузина чёрная, цветы 2 части

гречиха, цветы 2 части

коровяк обыкновенный, цветы 3 части

липа, цветы 2 части

мак самосейка, цветы 3 части

мать-мачеха, цветы 2 части

медуница, трава 3 части

40,0 смеси настаивают 12 часов в литре кипятка и пьют по 1/4 стакана через каждые 2 часа как отхаркивающее средство.

* **алтей, корни**

девясил, корни

любисток, корни

мать-мачеха, листья

мята, листья

окопник, корни

репешок, трава

чистотел, трава - по 1 части

Столовую ложку смеси кипятят в стакане воды и пьют по 2-3 стакана в день при гастритах.

*** алтей, корни 2 части**

донник, трава 1 часть

мать-мачеха, листья 4 части

медуница, листья 4 части

мята, листья 1 часть

подорожник, листья 2 части

солодка, корни 2 части

тимьян, трава 1 часть

фенхель, плоды 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане холодной воды, после чего варят несколько минут и пьют тёплым по стакану в день при кашле, трахеобронхите, острых и хронических бронхитах.

АМАРАНТ БЕЛЫЙ – *Amaranthus albus* L., семейство амарантовые. Синоним: *щирца белая*.

*** Используется** наравне с амарантом колосистым.

АМАРАНТ ЖМИНДА – *Amaranthus blitus* L., семейство амарантовые. Синоним:

щирица Жминда. Однолетник. Растёт в Крыму, на Кавказе, в Средней Азии.

* Используется наравне с амарантом колосистым.

АМАРАНТ КОЛОСИСТЫЙ –

Amaranthus retroflexus L., семейство амарантовые. Синонимы и народные названия: *щирица запрокинутая, колосистая; цыганка, подсвекольник, краснуха, красный корень*. Однолетний сорняк, распространён по всему СНГ.

* **Настой травы** пьют при поносе, дизентерии, кишечных коликах, кровохарканье, обильных месячных, упорных геморроидальных кровотечениях. Отвар листьев – при головной боли, опухолях; отвар корней – против тошноты.

АМОРФА КУСТАРНИКОВАЯ –

Amorpha fruticosa L., семейство бобовые. Синоним: *крутик*. Кустарник. Родина восток Северной Америки, культивируется на юго-востоке и степной зоне СНГ, на Украине – повсеместно.

* **Семена обладают** кардиотоническим и седативным действием.

АНАБАЗИС БЕЗЛИСТНЫЙ – *Anabasis aphylla* L., семейство маревые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *итсегек*, *ульдюрук*, *ежовник безлистный*; *Anabasis tatarica* Pall. Кустарник. Растёт на Северном Кавказе, в Прикаспийской низменности, Азербайджане, Средней Азии, Казахстане. Культивируют в Казахстане.

* **Трава – сырьё** для получения витамина РР.

* **Отвар цветов** применяется при лечении чесотки, вшивости, лишаёв.

* **Отвар корней** применяют при туберкулёзе.

* **Порошком высушенных стеблей** присыпают раны.

АНИС ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Anisum vulgare* Gaertn., семейство зонтичные. Синоним: *Pimpinella anisum* L. Однолетник. Культивируется в основных районах европейской части России, Украины, Средней Азии.

* **Столовую ложку плодов** настаивают 20 минут в стакане кипятка, пьют по 0,25 – 0,5 стакана настоя 3 – 4 раза в день за 30 минут

до еды при желудочно-кишечных заболеваниях в качестве спазмолитического, усиливающего моторику кишечника, стимулирующего деятельность пищеварительных желёз средства, при других заболеваниях – как отхаркивающее, жаропонижающее, мочегонное, и молокогонное. В этих же случаях применяют:

а) настой (чайную ложку семян настаивают 20 минут в стакане кипятка) по 1/4 стакана за 30 минут до еды 3-4 раза в день;

б) отвар (4,0 семян отваривают в 200,0 воды) по 1/4 стакана 5-6 раз в день.

*** Чайную ложку мёда** и щепотку соли растворяют в стакане воды, добавляют 2 столовые ложки семян, доводят до кипения и дают детям, в том числе грудным, по чайной ложке каждые 2 часа при кашле.

*** 1 часть порошка плодов** смешивают с равным количеством порошка листьев чемерицы, добавляют 4 части свиного внутреннего жира, тщательно растирают. Полученную мазь используют как противовшивое средство.

*** анис, плоды 1 часть**
козлятник, трава 3 части

фенхель, плоды 1 часть

Чайную ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 1 стакану 2-3 раза в день при недостатке молока у кормящих матерей.

* **анис, порошок травы 0,5**

полынь, порошок листьев 2,0 - 3,0

солодка, порошок корня 2,0

Принимать натошак 1 раз в день в течение 5 дней при аскаридозе и энтеробиозе, заедать мякотью чернослива.

* **анис, плоды 100,0**

солодка, корни 50,0

цистозира бородастая, слоевище 100,0

2 столовые ложки смеси настаивают 30 минут в 1/2 литра кипятка и пьют по 1 стакану 3-4 раза в день при ожирении.

* **анис, плоды**

сосна, почки

шалфей, листья - по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют тёплым по 1/2 стакана через каждые 3 часа как отхаркивающее средство.

* **анис, плоды**

тысячелистник, трава

шалфей, листья - по 25,0

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды, дают по 1-3 стакана в день в течение 2-3 месяцев при ночных потах больным туберкулёзом.

* **анис, плоды**

укроп, плоды

фенхель, плоды - по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день через час после еды как молокогонное средство.

* **анис, плоды 1 часть**

бузина чёрная, цветы

крушина, кора

фенхель, плоды - по 2 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 1 стакану после обеда и ужина в качестве слабительного средства.

* **анис, корни 2 части**

валериана, корни 1 часть

мелисса, трава 1 часть

тысячелистник, трава 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 3 раза

в день при неврозах сердца и сердечной слабости.

- * **анис, плоды 20,0**
валериана, корни 30,0
пустырник, листья 30,0
тысячелистник, трава 20,0

1-2 столовые ложки смеси заливают стаканом кипятка, настаивают 15 минут на водяной бане, охлаждают, объём жидкости доводят кипячёной водой до 200,0. Пьют настой по 1/2 - 1/4 стакана 2-3 раза в день при болях в сердце.

- * **анис, плоды 2 части**
гвоздика, цветы 1 часть
крушина, кора 3 части
мята, листья 4 части

2 чайные ложки смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 1 стакану на ночь при запорах.

- * **анис, плоды**
душица, трава
укроп, плоды
фенхель, плоды - по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по стакану 2-3 раза в день как молокогонное средство для кормящих матерей.

* **анис, плоды**

ива, кора

малина, плоды

мать-мачеха, листья - по 1 части

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

* **анис, плоды 1 часть**

козлятник, трава 3 части

мелисса, листья 2 части

фенхель, плоды 4 части

Чайную ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану 2-3 раза в день при гипогалактии.

* **анис, плоды 1 часть**

крушина, кора 6 частей

солодка, корни 2 части

фенхель, плоды 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 1 стакану утром и вечером при запорах.

* **анис, плоды**

лён, плоды

тимьян, трава

фенхель, плоды - по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане холодной воды, после чего

кипятят в течение нескольких минут и выпивают за день в несколько приёмов при кашле, трахеобронхитах, острых и хронических бронхитах.

- * **анис, плоды 20,0**
мята перечная, листья 40,0
тмин, плоды 20,0
фенхель, плоды 20,0

1-2 столовые ложки смеси кипятят 15 минут в стакане воды на водяной бане, пьют по 1/3-1/4 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды при спазмах желудка и метеоризме.

- * **анис, плоды 2 части**
пажитник сенной, плоды 3 части
укроп, плоды 2 части
фенхель, плоды 3 части

Чайную ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану 2-3 раза в день при гипогалактии.

- * **анис, плоды 1 часть**
солодка, корни 2 части
сосна, почки 1 часть
шалфей, листья 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и выпивают за день в несколько приёмов как отхаркивающее средство.

- * **анис, плоды 20,0**
 брусника, листья 20,0
 липа, цветы 20,0
 малина, плоды 20,0
 мать-мачеха, листья 20,0

1-2 столовые ложки сырья кипятят 30 минут на водяной бане, пьют горячим по 1-1,5 стакана в качестве мочегонного и потогонного средства.

- * **анис, плоды 2 части**
 бузина чёрная, цветы 1 часть
 ива, молодая кора 1 часть
 мать-мачеха, листья 1 часть
 шиповник, плоды 2 части

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

- *

анис, плоды	2 части
вахта, листья	3 части
ива белая, кора	3 части
липа, цветы	3 части
полынь горькая, трава	2 части

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и пьют по 1-3 стакана горячего отвара при ревматической лихорадке.

- * **анис, плоды**
горчица, семена
крушина, кора - по 2 части
солодка, корень 3 части
тысячелистник, трава 2 части

2 чайные ложки сбора настаивают 20 минут (или кипятят 10 минут) в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана утром и вечером как средство, регулирующее деятельность кишечника.

- * **анис, плоды**
девясил, корни
мать-мачеха, листья
тимьян, трава
фиалка трёхцветная - по 1 части

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

- * **анис, плоды 1 часть**
жостёр, плоды 2 части
кассия, листья 3 части

крушина, кора 2 части
солодка, корни 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2- 1 стакану на ночь при запорах.

* **анис, плоды**

ива, кора

липа, цветы

малина, плоды

мать-мачеха, листья - по 1 части

Столовую ложку смеси кипятят 5 минут в двух стаканах воды и пьют по 1-1,5 стакана горячего отвара на ночь при простудных болезнях.

* **анис, корни**

орех грецкий, листья

первоцвет аптечный, корни

слива колючая, цветы

фиалка трёхцветная, трава - по 1 части

Столовую ложку смеси кипятят 30 минут в стане воды и пьют по 2 стакана в день при хронической кожной сыпи.

* **анис, плоды**

копытень, корни

солодка, корни

сосна, почки

тимьян, трава

фенхель, плоды - по 1 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 бронхите и коклюше.

* **анис, плоды 1 часть**

любисток, корни 4 части

можжевельник, плоды 4 части

петрушка, плоды 1 часть

стальник полевой, корни 4 части

фиалка трёхцветная, трава 2 части

Столовую ложку смеси настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и пьют в течение дня как мочегонное средство.

* **анис, плоды**

мать-мачеха, листья

первоцвет аптечный, корни

пикульник, трава

солодка, корни

фенхель, плоды

цетрария, слоевище - по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане холодной воды, варят несколько минут, пьют тёплым по стакану в

день при кашле, трахеобронхитах, острых и хронических бронхитах.

* **анис, плоды**
бузина чёрная, цветы
грыжник, трава - по 3 части
мальва, цветы
ноготки, цветы - по 2 части
солодка, корни
стальник колючий, корни

фиалка трёхцветная, трава - по 3 части

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

* **анис, плоды**
горец птичий, трава
зверобой, трава
кориандр, плоды
кукуруза, рыльца
одуванчик, корни
фиалка трёхцветная, трава
чистотел, трава - по 1 части

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и пьют по стакану 3 раза в день при желчнокаменной болезни.

АРБУЗ СЪЕДОБНЫЙ - *Citrullus edulus* Pang., семейство тыквенные. Синонимы:

арбуз обыкновенный, *Cucurbita citrullus* L.,
Citrullus vulgaris Schr. Однолетник.
Культивируется в тёплом поясе
повсеместно.

* **Нардек, или арбузный мёд:** сок мякоти
спелых плодов, выпаренный до
консистенции мёда. Принимают в пищу при
анемии, потере крови. Способствует
образованию гемоглобина.

* **80,0 – 100,0 сухой корки плодов**
настаивают в 500,0 кипятка и пьют по
полстакана 4 – 5 раз в день при хронических
и острых колитах. В тех же случаях
принимают порошок сухой корки плодов
по 5,0 3 раза в день до еды. Сухая корка
плодов обладает также сильным
мочегонным средством (столовая ложка
порошка в день).

* **Мякоть плодов** употребляют в пищу
как сильное мочегонное при почечных и
сердечных отёках, а также как
жаропонижающее, улучшающее
деятельность кишечной флоры средство.
Арбуз оказывает благотворное действие на
организм при болезнях печени,
атеросклерозе, желчнокаменной болезни,
почечнокаменной болезни.

*** Столовую ложку истолченных семян** растирают с 24 столовыми ложками холодной воды и пьют по 3 – 4 столовые ложки через каждые 2 часа при лихорадке. Семена, растёртые с молоком, используют как противоглистное средство, а также как кровоостанавливающее при маточных кровотечениях.

АРОНИЯ ЧЕРНОПЛОДНАЯ – *Aronia melanocarpa Elliot (Michx.)*, семейство розоцветные. Синонимы: *рябина черноплодная; Aronia nigra Koechne., Pyrus melanocarpa Willd.* Кустарник. Родина – Восток Северной Америки. Культивируется по всему СНГ.

*** Свежий сок ягод** применяют наружно в виде примочек для лечения ожогов. Сброженный сок для лечения не пригоден.

*** Показания для лечения аронией:** геморрой, гипертоническая болезнь, атеросклероз, анацидный гастрит, анемия, лучевая болезнь, капилляротоксикоз, гломерулонефрит, инсульт (для профилактики, укрепляет стенки кровеносных сосудов). Лечатся свежими плодами. Ежедневно пьют по 150,0 сока

или едят по 250,0 – 300,0 ягод за 2 – 3 приёма. Одновременно добавляют в рацион ягоды чёрной смородины, шиповника или других растений, содержащих витамин С. Курс лечения 10 – 30 дней. При необходимости его продлевают до 50 дней или же через 1 – 2 месяца повторяют.

Противопоказаны плоды при язвенной болезни, гастрите с гиперсекрецией.

АСПИДИСТРА ВЫСОКАЯ – *Aspidistra elata* Bl., семейство лилейные. Народное название: *"дружная семейка"*. Родина Япония, у нас разводится как комнатное растение.

*** Нейтрализует действие** вредных паров и газов в атмосфере комнаты.

*** Используется как астрагал мелкоголовчатый** для производства камеди.

АСТРАГАЛ ДАТСКИЙ – *Astragalus danicus* Rotz., семейство бобовые. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ.

*** Как тонизирующее средство** настой свежей травы (две столовые ложки сырья настаивают 4 часа в 1,5 стакана холодной

кипячёной воды) принимают по 1/4 стакана 3-5 раз в день при усталости и утрате работоспособности.

АСТРАГАЛ ШЕРСТИСТОЦВЕТКОВЫЙ

– ***Astragalus dasyanthus* Pall.**, семейство сложноцветные.

Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ.

*** Настой травы 1:10** принимают внутрь по столовой ложке 3-4 раза в день при хронической сердечной недостаточности, гипертонической болезни, сосудистых заболеваниях почек, стенокардии. Под влиянием лечения снижается венозное давление, повышается скорость кровотока, нормализуется артериальное давление, исчезает тахикардия, уменьшается дефицит пульса, усиливается диурез, уменьшается отёчность. Кроме того, настой применяют как потогонное, вяжущее и кровоостанавливающее средство, а также при нервных болезнях, болях в суставах и скрофулёзе.

БАЗИЛИК ОБЫКНОВЕННЫЙ - *Ocimum basilicum* L., семейство губоцветные. Синонимы: *базилик огородный, благородный, камфорный, рейган; Ocimum alatum* L. Многолетнее растение, в культуре однолетник. Растёт на юге европейской части СНГ, в Средней Азии, на Дальнем Востоке, широко культивируют.

*** 1-2 чайные ложки травы** заваривают в стакане кипятка и пьют небольшими порциями в течение дня как спазмолитическое, вяжущее, мочегонное, мягчительное, дезинфицирующее и противовоспалительное средство при метеоризме, хронических гастритах, циститах, нефритах, пиелитах, хронических колитах и энтеритах. Настой обладает также противолихорадочным действием. Наружно его применяют для полосканий при гингивитах и стоматитах, а также в виде примочек для лечения ран.

*** Запах сухой травы** раздражает слизистую оболочку полости носа и вызывает чихание. Этим пользуются для усиления защитной реакции организма при насморке.

БАКЛАЖАН ОБЫКНОВЕННЫЙ – **Solanum melongena** L., семейство паслёновые. Синонимы и народные названия: *синенькие*; *Solanum esculentum* Div. Многолетнее растение, в культуре на севере однолетник. Родина Индия, в странах СНГ культивируется широко.

*** Свежие плоды, а также баклажановую икру** рекомендуют употреблять в пищу больным, страдающим анемией, атеросклерозом, запорами, подагрой. Баклажаны обладают также мочегонным действием и применяются при заболеваниях почек и сердечно-сосудистой системы, сопровождающихся отёками.

Примечание: в кожуре перезревших плодов содержится много соланина, поэтому перед употреблением их необходимо очищать.

БАРБАРИС ОБЫКНОВЕННЫЙ – **Berberis vulgaris** L., семейство барбарисовые. Народное название: *кислица*. Кустарник. Растёт в европейской части СНГ от юга Ленинградской области до Крыма и Предкавказья. В культуре почти повсеместно.

* **30,0 листьев** настаивают в 100,0 спирта и пьют по 30 капель 3 раза в день как кровоостанавливающее средство при маточных кровотечениях и для ускорения инволюции матки в послеродовом периоде. Кроме того, настойку применяют при желчекаменной и мочекаменной болезнях, подагре, ревматизме, расстройствах пищеварения.

* **Кору растения и корни** используют как кровоостанавливающее средство при маточных кровотечениях, а также при заболеваниях печени, почек, отёках, желчнокаменной болезни, подагре, ревматизме и как жаропонижающее, седативное и противомикробное средство.

а) 30,0 корней или коры отваривают в стакане воды и пьют при кровотечениях по столовой ложке еже часно.

б) Половину чайной ложки корней или коры настаивают в стакане кипятка и пьют по полстакана 3-4 раза в день. Наружно используют для полосканий полости рта при стоматитах, для примочек – при экземе.

в) 25,0 корней или коры настаивают в 100,0 спирта и пьют по 30 капель 3 раза в день.

* **Плоды употребляют в пищу** как утоляющее жажду, усиливающее аппетит, укрепляющее сердечную мышцу, успокаивающее, жаропонижающее, противовоспалительное, вяжущее, желчегонное, мочегонное и улучшающее обмен веществ средство.

* **барбарис, кора 3 части**
боярышник, цветы 2 части
валериана, корни 2 части
мята, листья 3 части

2 чайные ложки смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану 2 раза в день при гепатитах.

* **барбарис, корни 2 части**
крушина, кора 1 часть
одуванчик, корни 2 части
цикорий, корни 2 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану вечером при холециститах и холангитах.

* **барбарис, плоды**
береза, листья
можжевельник, плоды
полынь горькая, трава
тысячелистник, трава по 1 части

Чайную ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану утром и вечером при холециститах и холангитах.

* **барбарис, кора**
золототысячник, трава
мелисса, листья
орех грецкий, листья
полынь горькая, трава
шандра, трава по 1 части

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

Противопоказания: настой листьев противопоказан при климактерических кровотечениях и задержке в матке оболочек и частей последа.

БАРВИНОК МАЛЫЙ – *Vinca minor* L., семейство кутровые. Растение ядовито. Вечнозелёный полукустарник. Растёт в европейской части СНГ, чаще на Украине, в Крыму и на Кавказе.

* **Препараты барвинка** применяют при кровотечениях, гипертонической болезни, колитах, энтеритах, бронхитах и в качестве средства, улучшающего обмен веществ.

а) 10,0 травы отваривают в 200,0 воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

б) 20,0 травы настаивают в 100,0 водки и пьют по пять капель 3 раза в день.

в) Чайную ложку травы настаивают 15-20 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке 2—3 раза в день.

*** Столовую ложку травы** настаивают 30 минут в стакане кипятка, полученным настоем обмывают пораженные зудящимися дерматозами места, гнойные раны, Настой обладает вяжущим и ранозаживляющим действием. Для этих же целей используют отвар травы 1:20 и настойку травы 1:10 которую перед употреблением разводят кипяченой водой в десять раз.

*** барвинок, листья 10,0**
боярышник, цветы 20,0
валериана, корни 20,0
омела, трава 30,0
тмин, плоды 20,0

1-2 столовые ложки смеси настаивают 15 минут на водяной бане в стакане воды и пьют по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день при нейроциркуляторной дистонии по гипертоническому типу.

- * **барвинок, листья 5 частей**
боярышник, цветы 5 частей
валериана, корни 20 частей
рута, трава 3 части
тмин, плоды 5 частей

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

- * **барвинок, листья 1 часть**
боярышник, цветы 1 часть
омела, трава 1 часть
тысячелистник, трава 2 части
хвощ полевой, трава 1 часть

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

- * **барвинок, листья 2 части**
боярышник, цветы 4 части
валериана, корни 3 части
мелисса, листья 3 части
омела, трава 6 частей
тмин, плоды 2 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 2 стакана в день

при атеросклерозе и гипертонической болезни.

БАРВИНОК ТРАВЯНИСТЫЙ – Vinca herbacea Wal. et Kit., семейство кутровые. Травянистый многолетник. Растёт в степной и на юге лесостепной зон европейской части СНГ.

* Используют наравне с барвинком малым. Некоторые источники отрицают возможность такого использования.

БАРХАТЦЫ МЕЛКОЦВЕТНЫЕ – Tagetes patula L., семейство сложноцветные. Синонимы: *бархатцы распростёртые, отклонённые*. Однолетник, Родина Мексика. Культивируется как декоративное растение повсеместно.

* Столовую ложку сухих цветочных корзинок настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 2 столовые ложки 3-4 раза в день в качестве мочегонного, потогонного и противовоспалительного средства.

БЕДРЕНЕЦ ОБЫКНОВЕННЫЙ – Pimpinella saxifraga L., семейство камнеломковые. Синоним: *бедренец* -

камнеломка. Многолетник. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, Казахстане.

*** При заболеваниях дыхательных путей и** голосовых связок, бронхиальной астме, коклюше, хронических гастритах, почечнокаменной болезни, скарлатине, ревматизме, подагре применяют препараты бедренца. Они обладают противокашлевым, отхаркивающим, седативным, противовоспалительным, обволакивающим, усиливающим кровообращение, мочегонным и потогонным эффектом.

а) 10,0 корней настаивают в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3-5 раз в день.

б) 15,0 корней отваривают в 0,5 литра воды, настаивают 4 часа и пьют по 1/2 стакана 3—4 раза в день до еды.

в) Чайную ложку корней настаивают 8 часов в стакане холодной кипяченой воды, затем настой сливают, а оставшиеся корни заваривают кипятком и настаивают 10 минут. Оба настоя смешивают и пьют по 1/2 стакана 4 раз в день до еды.

*** Соком свежих корней** смазывают пигментные пятна до их полного исчезновения.

*** При дифтерии через каждые 4 часа** больному дают по 1/10 чайной ложки порошка корней с медом.

*** Две части корней** настаивают в пяти частях водки и пьют при водянке по 30 капель 4-5 раз в день.

*** Настойку корней** на сухом виноградном вине 1:6 пьют по 15-20 капель 3-4 раза в день при запорах.

*** бедренец обыкновенный, корни 3 части**

вероника лекарственная, трава 1 часть

зверобой, трава 3 части

золототысячник, трава 1 часть

лапчатка гусиная, трава 3 части

можжевельник, плоды 1 часть

первоцвет аптечный, трава 2 части

плющ, листья 2 части

полынь горькая, трава 1 часть

рута пахучая, листья 2 части

Столовую ложку смеси настаивают несколько часов в 2-х стаканах кипятка и пьют по 3/4 стакана с молоком 2-3 раза в день при бронхиальной астме.

БЕЛЕНА ЧЕРНАЯ – *Hyoscyamus niger* L., семейство паслёновые. Растение сильно ядовито. Синонимы и народные названия: *блекота, бешеная трава, собачий мак, Hyoscyamus vulgaris* Neck. Многолетнее растение, встречается повсеместно, кроме севера и тропиков.

*** Растение обладает** болеутоляющим, спазмолитическим, успокаивающим и снотворным действием. Его применяют при истерии, судорогах, головной боли, невралгиях, дизентерии, кашле, бронхиальной астме, болезненных месячных.

а) 0,25 листьев заливают 100,0 воды и кипятят до тех пор, пока масса не станет густой. Пьют по 2 - 3 капли 3 раза в день.

б) Порошок листьев по 0,03 пьют 3 раза в день. Высшая разовая доза 0,04, высшая суточная – 0,2.

в) 15,0 листьев настаивают в 100,0 водки и пьют по 2- 3 капли 3 раза в день. Эту же настойку применяют как втирание при ревматизме, подагре, простреле, ушибах, невралгиях и радикулитах.

*** 15,0—30,0 толченых семян** настаивают 8 - 10 дней в 100,0 подсолнечного масла и

используют наружно для втираний как болеутоляющее средство при ушибах, подагре и ревматизме.

* **В металлический чайник** кладут горящие угли, на них насыпают семена, закрывают крышкой. Носик чайника, из которого пойдёт дым от сжигания семян, подносят к больному зубу, что позволяет быстро снять его боль.

* **Горячая ванна с травой** используется как болеутоляющее средство при опухлях суставов.

* **белена, листья 2,0**
дурман, листья 8,0

Смесь трав смачивают раствором калийной селитры (1,0 на 3,0 воды), сушат при температуре 40 градусов и курят при бронхиальной астме.

* **белена, листья 1,0**
дурман, листья 6,0
красавка, листья 2,0

Смесь трав смачивают раствором калийной селитры (1,0 на 3,0 воды), сушат при температуре 40 градусов и курят при бронхиальной астме. "Астматол".

БЕЛОКУДРЕННИК ЧЁРНЫЙ – *Ballota nigra* L., семейство губоцветные. Синонимы: *белокудренник сорный, чернокудренник*. Многолетник. Растёт в европейской части СНГ.

* **Пять граммов травы** настаивают в 100,0 кипятка и пьют по 1/2 стакана 2—4 раза в день при истерии, ипохондрии и подобных нервных заболеваниях, а также при стрессовых реакциях.

* **При болях в суставах и мышцах** принимают ванны с настоем травы.

БЕРЕСКЛЕТ ЕВРОПЕЙСКИЙ – *Euonymus europaea* L., семейство бересклетовые. Растение ядовито. Древовидный кустарник. Растёт в европейской части СНГ.

* **Плоды используются внутрь** как средство, стимулирующее половую деятельность, а также при запорах и малярии. Листья применяют наружно для лечения чесотки, парши и педикулёза.

БЕРЁЗА БОРОДАВЧАТАЯ – *Betula verrucosa* Ehrh., семейство березовые. Синонимы: *береза повислая, белая; Betula*

alba L., Betula pendula Roth. Распространена на большей части территории России, на восток доходит до Байкала.

*** В качестве мочегонного средства** при отеках почечного и сердечно-сосудистого происхождения, нефрозах, нефритах, мочекишлом диабете, в качестве потогонного – при простудных заболеваниях, а также при ревматизме, цинге, анемии, энтеробиозе, аскаридозе, лямблиозе и скудных выделениях при месячных применяют настой листьев весеннего сбора. Кроме того, их пьют при лёгких формах холецистита (уменьшаются боли, тошнота, рвота, улучшается общее состояние). Для его приготовления 20,0 листьев заваривают стаканом кипятка и настаивают шесть часов. Принимают по 1/2 стакана 2-4 раза в день. Перед употреблением в настой добавляют немного соды. При лямблиозе курс лечения 15-45 дней.

*** 100,0 измельчённых и хорошо промытых листьев** заливают двумя стаканами немного остуженного кипятка, настаивают 3-4 часа, процеживают и пьют по стакану 2-3 раза в день в качестве поливитаминного напитка.

*** При заболеваниях суставов** к больным местам прикладывают компрессы из распаренных листьев.

*** Почки применяют** при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, отсутствии аппетита, функциональных расстройствах желудка, атеросклерозе, подагре, остром ревматизме, артритах, болезнях мочевого пузыря, почечнокаменной болезни, отеках, кожных заболеваниях, простудных болезнях, болезнях печени и желчного пузыря.

а) Столовую ложку почек кипятят 15 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

б) Чайную ложку почек настаивают один час в стакане кипятка и выпивают за день в три приема.

в) 15,0 почек настаивают в 0,5 литра водки и пьют по 30-40 капель 3 раза в день.

г) 50,0 почек настаивают 10 суток в 500,0 водки и пьют по 1/2-1 чайной ложке за 15-20 минут до еды.

д) Столовую ложку почек настаивают в стакане кипятка 1-2 часа и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

* **Наружно настойка почек** 10,0 на 100,0 водки применяется как ранозаживляющее средство при вялых грануляциях, пролежнях, ссадинах, гнойной мацерации. На пораженные места накладывают повязку с настойкой, разбавленной холодной кипяченой водой.

* **Полбутылки почек** заливают водкой, (сколько войдет в бутылку), настаивают и пьют при холере по рюмке через каждый час, пока не прекратится рвота. Эту же настойку применяют наружно для втираний и компрессов при миозитах и артритах.

* **Сок берёзы**, содержащий большое количество витаминов, применяют для профилактики и лечения гипо- и авитаминозов, а также в качестве общеукрепляющего средства при различных заболеваниях. Он оказывает стимулирующее влияние на кислотообразующую функцию желудка, поэтому его пьют при болезнях органов пищеварения, сопровождающихся пониженной кислотностью. Сок действует мочегонно и способствует выведению из организма вредных веществ при солевом диатезе, хроническом калькулёзном пиелонефрите, после оперативного удаления

камней из почек и мочевыводящих путей. Пьют его также при анемии, туберкулёзе лёгких, подагре, ревматизме, фурункулёзе. Обычная доза сока 3 стакана в день. Но можно пить его, не дозируя, как хорошо утоляющий жажду напиток. При ангинах, незаживающих ранах берёзовый сок нередко применяют наружно и для полосканий.

*** При экземе применяют** горячие ванны с добавлением в воду настойки почек. Одновременно настойку применяют и внутрь.

*** 1,5 берёзового дёгтя** смешивают с 15,0 парафина или вазелина и используют наружно для лечения кожных болезней и ран.

*** 1,5 дёгтя, 10,0 парафина и 40,0** вазелинового масла тщательно перемешивают и используют наружно в качестве антисептической, инсектицидной и местнораздражающей мази для лечения различных кожных заболеваний. Вызывает улучшение кровообращения, стимулирует регенерацию эпителия при экземе, псориазе и т.д. Применяется и для лечения чесотки.

* **5,0-10,0 дёгтя, 10,0-20,0 касторового масла, 100,0 этилового спирта** перемешивают и втирают в кожу головы за 3-5 часов до мытья волос для лечения жирной себореи, сопровождающейся перхотью и зудом.

* **1,0 дёгтя смешивают с 30,0 воды** и оставляют настаиваться при частом взбалтывании несколько дней. Затем жидкость фильтруют через бумагу, смоченную водой. Дегтярную воду применяют наружно в качестве антисептического, фунгицидного и инсектицидного средства для лечения экзем, псориаза, чесотки и пр.

* **Берёзовый дёготь** по 5-10 капель 3 раза в день пьют при болезнях горла и лёгких (бронхиты, туберкулёз и др.).

* **берёза, листья**

хвощ полевой, трава – по 1 части

2 столовые ложки смеси настаивают до охлаждения в 2-х стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день как мочегонное средство. Сбор противопоказан при беременности и остром нефрите.

* **берёза, листья 4 части**

ива, кора 5 частей

крушина, кора 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 2 стакана в день при ревматизме.

* **берёза, листья 3 части**

лён, семена 4 части

стальник полевой, корни 3 части

Столовую ложку смеси настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и пьют по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день при нефритах.

* **берёза, листья или почки**

можжевельник, плоды

одуванчик, корни – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают до охлаждения в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день как мочегонное средство.

* **берёза, листья 2 части**

стальник полевой, корни 1 часть

шиповник, плоды 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и пьют по 1/2-1/4 стакана 3-4 раза в день как мочегонное средство при водянке и асците.

* **береза, листья**

крапива, листья
крушина, кора
лен, семена – по 1 части

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и выпивают за день при кожных сыпях, вызванных запорами.

* **берёза, листья 10 частей**
берёза, почки 5 частей
копытень, трава и корни 3 части
солодка, корни 5 частей

Столовую ложку смеси заваривают в стакане кипятка и пьют по стакану утром и вечером при мочекаменной болезни.

* **берёза, листья 1 часть**
брусника, листья 4 части
козлятник, трава 4 части
крушина, кора 1 часть

Чайную ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану 3 раза в день до еды при сахарном диабете.

* **берёза, листья**
бузина чёрная, цветы
крапива двудомная, трава
слива колючая, цветы – по 1 части

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и пьют по 1-2 стакана в день как мочегонное средство.

* **берёза, почки**

вахта, листья

мята, листья

одуванчик, корни – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/4-1/2 стакана 2-3 раза в день до еды как желчегонное средство.

* **береза, листья 1 часть**

вереск, цветы 4 части

ежевика, листья 4 части

мать-мачеха, листья 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают несколько часов в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день в качестве мочегонного средства.

* **береза, листья 1 часть**

вереск, цветы 4 части

малина, листья 4 части

мать-мачеха, листья 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают несколько часов в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день в качестве мочегонного средства.

* **берёза, листья**

дрок красильный, трава

крапива двудомная, листья

фиалка трёхцветная, трава – по 25,0

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 2 стакана в день при ревматизме.

* **берёза, листья**

крапива двудомная, листья

крушина, кора

лён, семена – по 1 части

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и выпивают за день при кожных сыпях, вызванных хроническими запорами.

* **береза, листья**

крапива, листья

мелиса, листья

шалфей, листья – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка, пьют утром и вечером по стакану при угревой сыпи.

* **береза, листья 5 частей**

любисток, листья 2 части

можжевельник, плоды 5 частей

петрушка, плоды 2 части

Столовую ложку смеси настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и выпивают в течение дня при

циститах. Особенно эффективно лечение при щелочной реакции мочи.

- * **береза, листья 1 часть**
марена, корни 2 части
можжевельник, плоды 1 часть
шиповник, плоды 1 часть

Чайную ложку смеси настаивают 10 часов в стакане холодной воды, кипятят 5 минут и пьют по 1/3 -1/4 стакана 3-4 раза в день при почечнокаменной болезни.

- * **береза, листья**
вероника лекарственная, трава
горец птичий, трава
дрок, трава
репешок, трава – по 1 части

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

- * **береза, листья 2 части**
ежевика, листья 1 часть
земляника, листья 1 часть
крапива двудомная, листья 1 часть
лен, семена 5 частей

Столовую ложку смеси настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и выпивают за день при нефрите.

- * **береза, листья 6 частей**
ландыш, цветы 6 частей
можжевельник, плоды
петрушка, плоды
фенхель, плоды – по 1 части

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

- * **береза, листья 8 частей**
ластовень, корни 4 части
любисток, корни 3 части
можжевельник, плоды 2 части
стальник полевой, корни 5 частей

Чайную ложку смеси отваривают в 2 стаканах воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день при отеках сердечного происхождения.

- * **береза, листья**
бузина черная, цветы
крушина, кора
солодка, корни
фенхель, плоды
фиалка трехцветная, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и выпивают за день при

кожных сыпях, вызванных хроническими запорами.

- * **береза, листья 3 части**
валериана, корни 10 частей
вереск, цветущие ветви 4 части
крушина, кора 3 части
мята, листья 10 частей
ромашка, цветы 10 частей

Столовую ложку смеси настаивают в 250,0 кипятка и выпивают за день в несколько приемов при болезненных месячных.

- * **береза, листья**
валериана, корни
ежевика, листья
крушина, кора
мята, листья
тысячелистник, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и выпивают за день при дисменорее.

- * **береза, листья 3 части**
золотарник, трава
крапива, листья
стальник полевой, корни
тысячелистник, трава
фенхель, плоды – по 1 части

хвощ полевой, трава 2 части

Столовую ложку смеси настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и пьют по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день как мочегонное средство.

* **береза, листья**

лапчатка гусиная, трава

можжевельник, плоды

пырей, корневище

рута, трава

стальник полевой, корни

чистотел, трава – по 1 части

4 столовые ложки смеси заваривают в литре кипятка и выпивают за 1 прием при цистите. Через некоторое время принимают горячую ванну.

* **береза, листья 1 часть**

золотарник, трава 1 часть

лапчатка гусиная, листья 2 части

можжевельник, плоды 1 часть

пырей, корневища 1 часть

рута, листья 2 части

стальник полевой, корни 1 часть

тимьян, трава 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 6 часов в стакане кипятка и пьют по 1/3

стакана 3 раза в день через час после еды при мочекаменной болезни.

- * **берёза, листья 2 части**
бессмертник, цветы 1 часть
боярышник, плоды 2 части
буквица, трава 2 части
душица, трава 1 часть
зверобой, трава 3 части
лапчатка гусиная, трава 1 часть
лён, семена 0,5 части
мята, трава 0,5 части
ортосифон, листья 2 части
шиповник, плоды 1 часть

2-3 столовые ложки смеси (в зависимости от веса больного) настаивают в 0,5 литра кипятка (лучше в термосе). Выпивают за день в 3 приёма за 20-40 минут до еды в тёплом виде при атеросклерозе.

- * **берёза, листья 10,0**
бессмертник песчаный, цветы 40,0
земляника, плоды 20,0
кукуруза, рыльца 30,0
можжевельник, плоды 10,0
ноготки, трава 10,0
одуванчик, корни 30,0
роза белая, лепестки 20,0
ромашка аптечная, цветы 20,0

сушеница, трава	10,0
укроп, плоды	10,0
хвощ полевой, трава	30,0
шиповник, плоды	30,0

Примечания. а) При болезнях почек (функциональной недостаточности) берёзовые почки, как мочегонное средство, применять не рекомендуется из-за раздражающего влияния на больной орган, содержащейся в них смолы.

б) Зимой, когда нет почек, вместо них можно употреблять молодые свежесрезанные и мелко посечённые ветки.

в) Дёготь – продукт сухой перегонки древесины. Принятый в избытке внутрь вызывает гастроэнтерит и другие явления, характерные для отравления карболовой кислотой.

БЕССМЕРТНИК ПЕСЧАНЫЙ – **Helichrysum arenarium L.**, семейство сложноцветные. Синонимы и народные названия: *цмин, сухоцвет, золотистка, жёлтые кошачьи лапки, сушеница песчаная, жёлтые кошечки, мороз-трава, полевые овечьи лапки; Gnaphalium arenarium L.* Многолетник. Растёт в Западной и

Восточной Сибири, европейской части СНГ, Средней Азии, Казахстане.

* **Растение** обладает желчегонным, противовоспалительным, мочегонным, кровоостанавливающим и слабительным действием. Оно уменьшает концентрацию желчных кислот, содержание билирубина в желчи, усиливает тонус желчного пузыря, стимулирует секреторную деятельность желудка и поджелудочной железы, уменьшает тошноту и боли в области печени и желчного пузыря, дезинфицирует желчные протоки и мочеточники. Применяют препараты бессмертника при заболеваниях печени и желчных ходов (холециститы, холангиты, гепатохолециститы, цирроз печени, желчнокаменная болезнь), болезнях мочевого пузыря, желудочно-кишечного тракта, ревматизме, подагре, водянке, метеоризме, болезненном мочеиспускании, невралгиях, ишиасе, почечнокаменной болезни.

а) Столовую ложку не вполне распустившихся высушенных цветочных корзинок кипятят 30 минут в закрытом сосуде в двух стаканах воды и пьют теплым по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до

еды в течение 10—15 дней. Как правило, улучшение самочувствия наблюдается уже на третий день. Этот же отвар применяют для спринцеваний при женских заболеваниях и наружно при кожных болезнях.

б) 10,0 цветочных корзинок заливают 200,0 кипятка, нагревают на водяной бане, постоянно помешивая, 30 минут. Пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 10—15 минут до еды.

в) 20,0 цветочных корзинок настаивают в 200,0 кипятка, добавляют 60,0 70-градусного спирта и пьют по 1/2 чайной ложки 2—3 раза в день за 30 минут до еды. Перед употреблением настой разбавляют ста граммами подогретой до 30-40 градусов воды.

*** бессмертник песчаный, цветы 3 части**

зверобой, трава 2 части

4 столовые ложки смеси настаивают 12 часов в литре воды, кипятят 5-10 минут и пьют по 1/2 стакана 4 раза в день через час после еды при заболеваниях печени.

*** бессмертник песчаный, цветы
копытень, корни – по 1 части**

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве желчегонного средства.

- * **бессмертник, цветы 30,0**
зверобой, трава 20,0
крушина, кора 20,0

Всё количество смеси заваривают в литре кипятка, настаивают 10 минут и выпивают за день в пять приёмов при заболеваниях печени. Крушина добавляется при наличии запоров.

- * **бессмертник, цветы**
золототысячник, трава
пижма, цветы – по 1 части

15,0 смеси настаивают в 200,0 кипятка, пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при энтеробиозе.

- * **бессмертник, цветы 3 части**
кукуруза, рыльца 2 части
льнянка, трава 3 части

40,0 смеси настаивают в литре кипятка, пьют по 1/2 стакана 4 раза в день через час после еды при заболеваниях печени и почек.

- * **бессмертник, цветы**
одуванчик, корни
цикорий, корни – по 1 части

Столовую ложку смеси кипятят 5 минут в стакане воды и выпивают за день в 3 приёма как желчегонное средство.

- * **бессмертник, цветы 3 части**
 ревень, корень 2 части
 тысячелистник, трава 5 частей

Столовую ложку смеси настаивают 30 минут в стакане кипятка и выпивают вечером в один приём при желчнокаменной болезни.

- * **бессмертник, цветы 4 части**
 вахта, листья 3 части
 кориандр, плоды 1 часть
 мята, листья 2 части

2 столовые ложки смеси кипятят 20 минут в двух стаканах воды и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды в качестве желчегонного средства.

- * **бессмертник, цветы 2 части**
 лапчатка прямостоящая, корневище 2 ч.

тимьян, плоды 1 часть
шалфей, листья 5 частей

2 чайные ложки смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды при поносах.

- * **бессмертник, цветы 3 части**

мята, листья	2 части
полынь горькая, трава	2 части
фенхель, плоды	2 части

2 чайные ложки смеси настаивают 8 часов в стакане холодной воды и выпивают в течение дня, как желчегонное средство.

- * **бессмертник, цветы 3 части**
 вахта, листья 3 части
 жостер, плоды 1 часть
 ромашка аптечная, цветы 3 части
 укроп, плоды 1 часть

3-4 столовые ложки смеси настаивают 20 минут в 3-х стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день после завтрака и перед сном как слабительное средство.

- * **бессмертник, цветы 3 части**
 мята, листья
 полынь горькая, трава
 тысячелистник, трава
 фенхель, плоды – по 2 части

2 чайные ложки смеси настаивают 8-12 часов в стакане холодной воды и пьют по 1/2 стакана 4 раза в день за 15-20 минут до еды в качестве желчегонного средства.

- * **бессмертник, цветы**
 крушина, кора – по 1 части
 марена, корни 4 части

мята, листья
одуванчик, корни
полынь горькая, трава – по 1 части

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

* **бессмертник, цветы 2 части**
крушина, кора 1 часть
фенхель, плоды 1 часть
мята, листья 2 части
тысячелистник, трава 2 части
полынь горькая, трава 2 части

Отвар: 2 столовые ложки смеси отваривают в стакане воды и пьют по одному стакану утром и вечером при желчнокаменной болезни.

Настой: Столовую ложку смеси настаивают несколько часов в стакане кипятка, пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день при почечнокаменной болезни.

* **бессмертник, цветы**
вахта, листья
горец птичий, трава – по 3 части
зверобой, трава 8 частей
золототысячник, трава 3 части
одуванчик, корни 8 частей

ромашка аптечная, цветы 3 части
3 чайные ложки смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по стакану утром и вечером при холециститах.

* **бессмертник, цветы 4 части**
горец птичий, трава 2 части
зверобой, трава 4 части
крушина, кора 3 части
ноготки, цветы 4 части
ромашка аптечная, цветы 1 часть
цикорий, трава 3 части

20,0 смеси настаивают 12 часов в 3-х стаканах воды, кипятят 5 минут, пьют по 1/2 стакана 4 раза в день через час после еды как желчегонное средство.

Примечания: При длительном применении может вызвать застойные явления в печени; обладает кумулятивными свойствами (может накапливаться в организме).

БИОТА ВОСТОЧНАЯ - *Biota orientalis* Endl., семейство кипарисовые. Синонимы: *туя восточная; Thuja orientalis* L. Дерево. Растёт в Средней Азии, Крыму, на Кавказе, юге Украины.

* **Отвар и порошок ядер семян** принимают внутрь как укрепляющее и тонизирующее

средство, при бронхите и бронхиальной астме – как отхаркивающее. Разовая доза сырья 6,0.

* **3-6,0 листьев отваривают** в 1/2 стакана воды и выпивают за раз как вяжущее и кровоостанавливающее средство при кровохарканье, кишечном и маточном кровотечениях, дизентерии.

БИРЮЧИНА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Ligustrum vulgare* L., семейство маслиновые. Кустарник. Растёт на юге Европейской части СНГ.

* **Две чайные ложки листьев и цветов** заваривают в стакане кипятка, настаивают 1-2 часа и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при цинге, поносах и лихорадке. При заболеваниях полости рта настой используют для полосканий.

БЛОШНИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Pulicaria vulgaris* Gaert., семейство сложноцветные. Однолетник. Растёт в средней и южной полосе СНГ, на Алтае.

* **Дымом горячей травы** окуривают помещения для уничтожения насекомых.

БОДЯК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Cirsium vulgare* **Airy-Shaw.**, семейство сложноцветные. Синонимы: *бодяк колючий, осот ланцетолистный*. Двулетнее растение, растёт почти повсеместно.

* **Две чайные ложки корней** отваривают в стакане воды, настаивают два часа и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 30 минут до еды в качестве обезболивающего, бактерицидного, противовоспалительного и потогонного средства, а также при кишечных, почечных, печеночных и прочих коликах.

* **Измельченный корень** применяют наружно для лечения опухолей, ран, фурункулов, абсцессов.

БОДЯК ПОЛЕВОЙ – *Cirsium arvense* (L.) **Scor.**, семейство сложноцветные. Синонимы: *бодяк розовый, осот розовый*. Растёт почти повсеместно, злостный корневищный сорняк.

* **2-3 столовые ложки травы** обваривают кипятком, заворачивают в марлю и применяют для припарок при геморрое. Отвар травы пьют при желудочных и кишечных коликах.

БОЛИГОЛОВ ПЯТНИСТЫЙ – *Conium maculatum* L., семейство зонтичные. Растение сильно ядовито. Синонимы: *омег, болиголов крапчатый.* Двулетник. Растёт в европейской части СНГ, Средней Азии, Западной Сибири.

* **Сок травы по 2-10 капель** в столовой ложке воды принимают 2-3 раза в день в качестве болеутоляющего, противосудорожного и противовоспалительного средства при заболеваниях предстательной железы, раковых язвах, раке грудной железы, фибромиоме тела матки, кашле.

* **Болеутоляющий пластырь:** свиное сало 5 частей, желтый воск 10 частей, терпентин 1 часть, порошок травы 4 части.

* **При ревматизме и подагре** в качестве обезболивающего средства применяют припарки из свежих листьев.

БОРОДАВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Lapsana communis* L., семейство сложноцветные. Народное название: *бородавочная трава.* Однолетник. Растёт в европейской части СНГ.

* **Столовую ложку травы** настаивают 2-3 часа в стакане кипятка и пьют по 1-2 столовые ложки 3 раза в день в качестве легкого слабительного, противовоспалительного, и обезболивающего средства.

* **Свежие измельченные листья** прикладывают к гнойным ранам и воспаленным участкам кожи. Свежие или сухие листья, обваренные кипятком, прикладывают в виде компрессов к больным местам при ревматизме.

БОРЩЕВИК СИБИРСКИЙ – *Heracleum sibiricum* L., семейство зонтичные. Многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Средней Азии, на Кавказе.

* Иногда используют наравне с борщевиком рассечённым.

* **Чайную ложку корней** кипятят 15-20 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день при эпилепсии и поносе. Наружно отвар применяют для лечения чесотки и опухолей.

БОЯРЫШНИК КОЛЮЧИЙ – *Crataegus oxiacantha* L., семейство розоцветные. Синоним: *боярышник обыкновенный*. Дерево, в дикой природе в Закарпатье, в культуре – широко в европейской части СНГ, имеются садовые формы.

* Используют наравне с боярышником кроваво-красным.

БОЯРЫШНИК КРОВАВО-КРАСНЫЙ – *Crataegus sanguinea* Pall., семейство розоцветные. Синонимы и народные названия: *боярышник сибирский, кроваво-красный, боярка, глог, глуд*. Дерево, растёт на востоке европейской части России, в Сибири, Средней Азии. Самый распространённый вид боярышника в стране.

* **Препараты боярышника** показаны в качестве кардиотонического и седативного средства при функциональных расстройствах сердечной деятельности, нервных заболеваниях, неврозе сердца, гипертонической болезни, ангионеврозах, мерцательной аритмии, пароксизмальной тахикардии, атеросклерозе, болезнях щитовидной железы, сопровождающихся сердцебиениями, бессоннице,

климактерических расстройствах, а также при общей слабости организма.

а) Отвар плодов из расчета 20,0 на стакан воды пьют несколько раз в день вместо чая, или же 2 столовые ложки сухих растёртых плодов заливают 1,5 стакана кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

б) 25,0 плодов кипятят в 100,0 воды, пока первоначальный объем жидкости не уменьшится наполовину, и пьют по 20-40 капель 3 раза в день до еды.

в) Настойку плодов 25,0 на 100,0 водки или спирта пьют по 50-60 капель (водочную) и по 30-40 капель (спиртовую) 3 раза в день до еды.

г) Одну часть сока из свежих цветов смешивают с двумя частями 90-градусного спирта, настаивают 15 дней и пьют по 40 капель 3 раза в день.

д) Столовую ложку цветов настаивают 7 суток в стакане водки и пьют по 20-25 капель 3-4 раза в день до еды.

е) Столовую ложку цветов настаивают два часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день до еды.

ж) 2 столовые ложки сухих цветов кипятят 10 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

Препараты боярышника понижают артериальное давление, улучшают сон у больных сердечно-сосудистыми заболеваниями, понижают возбудимость центральной нервной системы, усиливают кровообращение в коронарных сосудах и сосудах головного мозга, понижают возбудимость миокарда, снижают болевые ощущения в области сердца.

* **Настойку плодов** (25,0 на 100,0 водки) смешивают в равных объёмах с настойкой корней валерианы (20,0 на 100,0 водки) и пьют по 30 капель 3-4 раза в день до еды при болезнях сердца.

* **боярышник, цветы 5 частей**
горец птичий, трава 3 части
хвощ полевой, трава 2 части

2 чайные ложки смеси настаивают 30 минут в стакане кипятка и выпивают за день в несколько приёмов при сердечной слабости.

* **боярышник, цветы**
мята, листья
чистотел, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и выпивают в течение дня в качестве желчегонного средства.

* **боярышник, плоды и цветы**
3 части

валериана, корни 2 части

зверобой, трава 3 части

тысячелистник, трава 3 части

Столовую ложку смеси заливают стаканом кипятка, настаивают 5-6 часов, пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день за 20-30 минут до еды при нервном возбуждении.

* **боярышник, цветы**

омела, листья

пустырник, трава

сушеница, трава – по 1 части

4 столовые ложки смеси настаивают 6 часов в литре кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день через час после еды при гипертонической болезни.

* **боярышник, плоды 4 части**

пустырник, трава 4 части

ромашка, трава 1 часть

сушеница, трава 4 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день как сердечное средство.

* **боярышник, цветы 4 части**

пустырник, трава 6 частей

хмель, цветы 3 части

шандра, трава 3 части

2 чайные ложки смеси настаивают 30 минут в стакане воды и выпивают за день в несколько приемов при сердечной слабости.

* **боярышник, цветы 2 части**

ежевика, листья 5 частей

пустырник, трава 4 части

сушеница, трава 3 части

ясменник, трава 4 части

4 столовые ложки смеси настаивают в литре кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день через час после еды при климаксе.

* **боярышник, цветы**

вереск, цветы

любисток, корни

пустырник, трава

слива колючая, цветы

тысячелистник, трава – по 1 части

2 чайные ложки смеси кипятят 20 минут в стакане воды и выпивают за день в несколько приемов при хронических воспалительных заболеваниях миокарда.

* **боярышник, плоды 15,0**

заманиха, корни 20,0

зверобой, трава 10,0
крапива, трава 15,0
радиола, корни 20,0
шиповник, плоды 20,0

1-2 столовые ложки смеси заливают стаканом кипятка, настаивают 15 минут на водяной бане, доливают кипяченой водой до 200,0 и пьют по 1/3-1/2 стакана 2-3 раза в день как тонизирующее, повышающее иммунорезистентность организма средство.

* **боярышник, цветы 10,0**
вероника длиннолистная, трава 10,0
воробейник лекарственный, 15,0
донник лекарственный, трава 10,0
золотарник, трава 8,0
лапчатка ползучая, корневище 20,0
лещина, листья 10,0
подмаренник цепкий, трава 10,0
стальник, корневище 20,0
шандра, трава 10,0
ясень, листья 12,0

Столовую ложку смеси настаивают час в 1/2 литра кипятка, выпивают в течение дня в 4 приёма (между приёмами пищи) при аденоме предстательной железы. Курс лечения 25-30 дней, повторный курс через 2-3 недели.

Примечание: препараты из цветов более эффективны, чем из плодов.

БОЯРЫШНИК ОДНОПЕСТИЧНЫЙ – *Crataegus monogyna Jacq.*, семейство розоцветные. Дерево или кустарник, растёт на юге европейской части СНГ, Кавказе и в Крыму. Садовые формы распространены в основном в Прибалтике, Крыму, Средней Азии и на Украине.

* Используют наравне с боярышником кроваво-красным.

БОЯРЫШНИК СОГНУТОСТОЛБИКОВЫЙ – *Crataegus kyrtostila Fingerh.*, семейство розоцветные. Дерево, растёт в центре, юго-западе и западе европейской части СНГ, в горах Кавказа.

* Используют наравне с боярышником кроваво-красным.

БРЮКВА – *Brassica napobrassica Mill.*, семейство крестоцветные. Двулетнее растение. Овощ, широко распространенный в СНГ.

* **Сырую брюкву (корнеплод)** употребляют в пищу при запорах, а также как мочегонное и отхаркивающее средство.

* **Свежим соком корнеплода** смазывают ожоговые поверхности, для скорейшего заживления.

Противопоказание: употребление корнеплодов в пищу не рекомендуется при острых желудочно-кишечных заболеваниях.

БУДРА ПЛЮЩЕВИДНАЯ – *Glechoma hederacea* L., семейство губоцветные. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *кошачья мята, котовник, собачья мята*. Многолетник. Растёт повсюду, кроме Крайнего Севера, полупустынь и пустынь.

* **Растение обладает** обезболивающим, общеукрепляющим, отхаркивающим, регулирующим деятельность желудка, почек, печени, мочевого пузыря, улучшающим аппетит действием. Применяется при простудных заболеваниях, туберкулёзе лёгких, болезнях почек и мочевого пузыря, пневмонии, бронхитах, бронхиальной астме, болезнях печени, селезенки, воспалениях слизистой желудка и кишечника, болях после родов.

а) Чайную ложку свежей травы настаивают 8 часов в стакане кипятка и пьют теплым по 1/4 стакана 3-4 раза в день.

б) Столовую ложку травы отваривают в стакане кипятка и пьют по 2-3 столовые ложки 4 раза в день.

* **Столовую ложку листьев** заваривают в термосе в стакане кипятка и выпивают за день в несколько приёмов при болях в желудке, отрыжке, густом белом налёте на языке.

* **Настойку листьев на уксусе** втирают в поражённые чесоткой места 2 раза в день.

* **Для профилактики свинцовых отравлений** пьют настойку свежей травы (15,0 : 100,0 спирта) по 15 капель 3 раза в день.

* **Свежую измельчённую траву** прикладывают к абсцессам для ускорения их нагноения, очищения от гноя и уменьшения боли.

* **Свежий сок травы** закапывают в нос при головной боли.

* **Столовую ложку травы** кипятят 15 минут в 1,5 стаканах воды и применяют наружно в виде ванн и обмываний при подагре, гнойниках, язвах, сыпях, в виде компрессов

из отвара – как средство, способствующее регенерации костной ткани при переломах.

* **будра, трава 1 часть**

вероника лекарственная, трава 1 часть

2 столовые ложки смеси кипятят 10 минут в 1/2 литра воды, настаивают 4 часа и применяют для примочек и обмываний при угрях и сыпях.

* **будра, листья 2 части**

бузина чёрная, листья или цветы 1 часть

тополь, почки 2 части

5 столовых ложек смеси заваривают в 3-х стаканах кипятка и выпивают за день в 5 приёмов при пневмонии.

* **будра, трава 1 часть**

вербена лекарственная, трава 1 часть
фиалка трёхцветная, цветы 2 части

20,0 смеси варят 10 минут в 100,0 подсолнечного масла, настаивают 8 часов и смазывают золотушную сыпь и струпья несколько раз в день.

* **будра, листья**

дурнишник, трава
копытень, листья и корни – по 1 части

3 столовые ложки смеси настаивают в 3-х стаканах кипятка и выпивают в течение дня за 5 приёмов как отхаркивающее средство.

БУЗИНА КИСТИСТАЯ - Sambucus racemosa L., семейство жимолостные. Синонимы и народные названия: *бузина красная, обыкновенная, бучкан, пицальник, бузинник*. Кустарник или деревце. Растёт в Верхнеднепровье, одичала на западе европейской части СССР, в культуре широко, некоторые формы декоративные.

* **Две чайные ложки цветов** настаивают 10-15 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день как потогонное, слабительное, противовоспалительное средство при простудных заболеваниях, ревматизме, болезнях органов дыхания, в том числе бронхиальной астме, кашле, запорах. В качестве слабительного средства используются также листья и кора растения, а также кисель из плодов.

* **Столовую ложку цветов** кипятят 5 минут в стакане воды, дают немного остыть и применяют для полосканий при ангинах и стоматитах.

* **бузина кистистая, цветы**

дуб, кора
мальва, цветы
шалфей, листья – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 15-20 минут в стакане кипятка и применяют для полоскания горла.

БУЗИНА ЧЕРНАЯ – *Sambucus nigra* L., семейство жимолостные. Синонимы и народные названия: *базовник, буз, баз, бузок, пусторосль; Sambucus vulgaris Du Ham.* Кустарник или деревце. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири. Культивируется там же.

*** 20,0 цветов настаивают** в 200,0 кипятка и пьют по 1/4 стакана (лучше с мёдом) 3-4 раза в день за 15 минут до еды как жаропонижающее (потогонное), противовоспалительное, успокаивающее, мочегонное, вяжущее, желчегонное и улучшающее обмен веществ средство. Используют при простудных заболеваниях, болезнях мочевого пузыря, невралгиях, кашле, ревматизме, подагре, артритах, гриппе, отеках, болезнях печени, почек, сыпях, угрях и фурункулах. При стоматитах

и гингивитах настой применяют для полоскания полости рта.

*** 10,0 корней или коры** кипятят 15 минут в 200,0 воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день при сахарном диабете и в качестве мочегонного средства при заболеваниях почек, мочевого пузыря и водянке.

*** 6,0-8,0 измельчённой коры** (а порошка из коры 4,0-5,0) отваривают в 2-х стаканах воды, парят в духовке 5-6 часов (а порошок 2-3 часа) и пьют по 1/2 стакана 5-6 раз в день при начинающейся водянке.

*** 20,0 корней, листьев и цветов** отваривают в 200,0 воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день при нарушенном обмене веществ (кожные болезни).

*** Свежие молодые листья**, обваренные кипятком или молоком, прикладывают в качестве противовоспалительного средства к пролежням, ожогам, рожистому воспалению, фурункулам, геморроидальным шишкам.

*** 5-6 штук измельчённых листьев** настаивают в стакане кипятка, добавляют немного мёда и шалфея лекарственного, пьют по 1/4 стакана в день в течение 4-5 недель при геморрое.

*** 2,5 чайных ложек плодов** настаивают 12 часов в 3/4 стакана воды и выпивают теплым за раз в качестве слабительного средства при упорных запорах.

*** Свежие плоды,** принятые внутрь, оказывают помощь при ревматизме, невралгиях и запорах. Кисель из сухих плодов – средство, помогающее при упорных запорах. Настой листьев применяется как мочегонное, потогонное, слабительное и кровоочистительное средство. Ванны из отвара корней и веток показаны при ревматизме.

*** Одну часть конопляного семени** (см. Конопля посевная) предварительно хорошо растертого, заливают двумя частями кипящей воды и отжимают под прессом, полученным горячим конопляным молоком обваривают кору бузины, которую затем прикладывают несколько раз в день в качестве противорожистого средства.

*** бузина чёрная, цветы 1 часть**
жостёр, плоды 1 часть

Столовую ложку смеси кипятят в стакане воды и пьют по 1 стакану утром и вечером в качестве слабительного средства.

*** бузина чёрная, цветы 1 часть**

липа, цветы 1 часть

2 столовые ложки смеси кипятят 5-10 минут в стакане воды и выпивают горячим за один приём как потогонное средство при простудных заболеваниях.

* **бузина чёрная, цветы**

ромашка аптечная, цветы — по 1 части

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

* **бузина чёрная, цветы**

василёк синий, цветы

льнянка обыкновенная, трава — по 1 части

60,0 смеси настаивают 8 часов в 2-х стаканах кипятка и применяют в виде примочек для глаз или глазных капель при конъюнктивитах и гноетечении из глаз.

* **бузина чёрная, цветы 3 части**

каштан конский, семена 1 часть

липа, цветы 3 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 2 стакана в день при ревматизме.

* **бузина чёрная, цветы 4 части**

коровяк, цветы 3 части
липа, цветы 3 части

2 столовые ложки смеси кипятят в 2-х стаканах воды 5 минут и выпивают горячим за один приём при простудных заболеваниях в качестве потогонного средства.

* **бузина чёрная, цветы**
липа, цветы
мята, листья – по 1 части

Столовую ложку смеси кипятят 10 минут в стакане воды, выпивают на ночь горячим за один приём в качестве потогонного средства при простудных заболеваниях.

* **бузина чёрная, цветы**
мальва, цветы
шалфей, листья – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и используют для полоскания горла.

* **бузина чёрная, цветы**
валериана, корни
липа, цветы
мята, листья – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 3-4 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день при метеоризме.

* **бузина чёрная, цветы**

дуб, кора
мальва, цветы
шалфей, листья – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 15-20 минут в стакане кипятка и применяют для полоскания горла.

* **бузина чёрная, цветы**
дымянка, трава
крушина, кора – по 30,0
фукус пузырчатый (или цистозира
бородатая) 10,0

Столовую ложку смеси настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 3 стакана в день при климаксе.

* **бузина чёрная, цветы**
зверобой, трава
золотарник обыкновенный, трава
липа, цветы – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 2 стакана в день при ревматизме.

* **бузина чёрная, цветы**
ива, кора
крапива двудомная, листья
петрушка, корни – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 2 стакана в день при ревматизме.

- * **бузина чёрная, цветы 15,0**
имбирь, корневище 1,5
мята, трава 15,0
тысячелистник, трава 15,0

Всё количество сбора варят на медленном огне в 1,5 литра воды и пьют по 1/2 стакана 6 раз в день с мёдом (столовая ложка на стакан отвара) при спазмах желудочно-кишечного тракта.

- * **бузина чёрная, цветы**
липа, цветы
мята, листья
ромашка аптечная, цветы — по 1 части

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

- * **бузина, цветы**
подорожник большой, листья
росянка, трава
фиалка трёхцветная, трава — по 1 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 бронхите и коклюше.

* **бузина, цветы**
зверобой, трава
золотарник, трава
окопник, корни
фиалка трёхцветная, трава – по 1 части

2 столовые ложки смеси настаивают в 2-х стаканах кипятка и выпивают за день как мочегонное средство.

* **бузина черная, цветы**
лапчатка гусиная, трава
сосна, почки
чистотел, трава
шандра, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане холодной воды, кипятят несколько минут и пьют теплым по стакану в день при кашле, трахеобронхите, хронических бронхитах.

* **бузина, цветы**
крушина, кора
ромашка аптечная, цветы
слива колючая, цветы
яснотка, цветы – по 1 части

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

- * **бузина черная, цветы 1 часть**
липа, цветы 2 части
пажитник сенной, семена 1 часть
фенхель, плоды 1 часть
фиалка трехцветная, трава 2 части

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане холодной воды, кипятят несколько минут и пьют теплым по стакану в день при кашле, трахеобронхите, острых и хронических бронхитах.

- * **бузина черная, цветы**
ива, кора
коровяк обыкновенный, цветы
липа, цветы
ромашка, цветы
слива колючая, цветы – по 1 части

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

- * **бузина черная, цветы**
коровяк обыкновенный, цветы
липа, цветы
мать-и-мачеха, листья
окопник, корень

пырей, корневища – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 8 часов в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день как отхаркивающее средство.

* **бузина черная, цветы 4 части**

липа, цветы 3 части

мелиса, листья 3 части

мята, листья 6 частей

ромашка, цветы 2 части

фенхель, плоды 2 части

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане кипятка, пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день после еды при гастритах, сопровождающихся болезнями печени.

* **бузина черная, цветы**

ежевика, листья

зверобой, трава

конопля, семена

липа, цветы

лен, семена – по 2 части

ромашка, цветы 1 часть

тыква, семена 2 части

4 столовые ложки смеси настаивают 30 минут в 0,5 литра кипятка и пьют теплым по 1/2 стакана 4 раза в день как

жаропонижающее средство при простудных болезнях.

- * **бузина черная, цветы 2 части**
ива, кора 3 части
коровяк обыкновенный, цветы 1 часть
липа, цветы 2 части
мята, листья 1 часть
пион, цветы 1 часть
ромашка, цветы 1 часть
солодка, корни 1 часть

2 столовые ложки смеси настаивают в 0,5 литра кипятка и выпивают теплым в течение дня как потогонное средство.

БУКАШНИК ГОРНЫЙ – *Jasione montana* L., семейство колокольчиковые. Двулетник. Растёт в европейской части СНГ.

* **Столовую ложку травы** настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при одышке и обмороках.

БУКВИЦА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – *Betonica officinalis* L., семейство губоцветные. Синонимы и народные названия: *буквица черная, золотушник, сорокозуб, золотник.*

Многолетнее растение. Распространено в умеренной и тёплой полосах СНГ.

*** Трава обладает** отхаркивающим, седативным, желчегонным, усиливающим кровообращение, слабительным, улучшающим аппетит, обезболивающим, антисептическим, кровоостанавливающим, регулирующим пищеварение действием. Применяется при болезнях печени, простудных заболеваниях, параличах, гипертонической болезни, воспалительных заболеваниях мочевых путей, гастритах с повышенной кислотностью, бронхиальной астме, коклюше, трахеите, туберкулёзе легких с кровохарканьем, упорном кашле с гнойной мокротой, подагре, ревматизме.

а) 5,0 травы настаивают в 200,0 кипятка и пьют по 1/3 стакана три раза в день.

б) Столовую ложку травы настаивают 2 часа в двух стаканах кипятка и пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 в день перед едой.

*** Две столовые ложки травы** кипятят 15 минут в стакане воды, добавляют две столовые ложки крепкого портвейна, настаивают 2 часа и пьют по 2 столовые ложки (60,0) 4 раза в день при кровохарканье.

* **Порошок сухой травы** пьют по 1-3 грамма 3 в день в качестве отхаркивающего, лёгкого слабительного и отчасти мочегонного средства при болезнях печени, плохом пищеварении, при кашле (отхаркивающее средство), при простуде, параличе, подагре.

* **Свежие измельченные листья** прикладывают к ранам для скорейшего их заживления.

* **Порошок из сухих листьев** вдувают в нос при хронических ринитах.

* **Сок, полученный из свежей травы**, пьют по чайной ложке 3 раза в день при желтухе и водянке, запивают медовой водой.

* **Столовую ложку травы и корней** заливают двумя стаканами кипятка, дают остыть, фильтруют и выпивают за день в несколько приёмов при повышенной кислотности желудочного сока, кишечных и желчных коликах, воспалении почек и мочевого пузыря, бронхиальной астме, бронхитах, коклюше, ревматизме, подагре, головных болях, головокружениях, эпилепсии.

* **буквица лекарственная, порошок** травы

копытень, порошок корня
рута, порошок травы – по 10,0

Порошки тщательно смешивают и нюхают при насморке однократно на кончике пальца.

БУРАЧОК ГОРНЫЙ - *Alisum montanum auctron* L., семейство крестоцветные. Синонимы: *бурачок сибирский, алиссум горный; Alyssum sibiricum Willd.,* Многолетник. Растёт в южной и средней полосе европейской части СНГ, юге Сибири.
* **В народной медицине** используется мочегонное и слабительное действие травы. Свежую траву, растёртую с мёдом, втирают в кожу лица как косметическое средство для выведения веснушек.

ВАЛЕРИАНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – *Valeriana officinalis* L., семейство валериановые. Народные названия: *маун, кошачий корень, кошачья трава.* Многолетник. Растёт почти по всей европейской части СНГ, в Сибири, Средней Азии, на Дальнем Востоке, введена в промышленную культуру, нередко встречается на приусадебных участках.

***** **Корни и корневища применяют** как успокаивающее и спазмолитическое средство при бессоннице, неврозе сердца, неврастении, спазмах желудочно-кишечного тракта, мигрени, судорогах, ипохондрии, истерии, климактерическом синдроме и ангиоспазмах. Кроме того, валериану используют при поносах, пневмонии, глистных инвазиях (солитер) и в качестве противорвотного средства.

а) 6,0-10,0 корней кипятят 30 минут в 180,0 воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

б) Порошок из корня пьют по 1-2 грамма 3 раза в день.

в) 50,0 корней настаивают 7 дней в стакане водки и пьют по 15-30 капель 3 раза в день.

г) 5,0 корней заваривают 250,0 кипятка, настаивают два часа в теплом месте и пьют по 100,0 2 раза в день. Вечером рекомендуется пить с медом.

д) 10,0 корней кипятят 15 минут в 300,0 воды и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день.

***** **валериана, отвар корней 10,0:200,0**
ортосифон, настой листьев 6,0:200,0

Оба настоя перемешивают и пьют по столовой ложке 3 раза в день до еды как мочегонное средство.

* **валериана, корни**
рута, трава – по 1 части

2 чайные ложки сбора настаивают в стакане кипятка и выпивают за день в 5-8 приёмов при судорогах и истерии.

* **валериана, корни 3 части**
вахта, листья 4 части
мята, листья 3 части

Столовую ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день за 30 минут до еды как успокаивающее средство при неврастении, бессоннице, сердцебиениях и головной боли.

* **валериана, корни 3 части**
вереск, трава 1 часть
мелисса, листья 1 часть

2 столовые ложки сбора настаивают 15 минут в стакане кипятка и выпивают в течение дня при бессоннице.

* **валериана, корни**
девясил, корни
цикорий, корни – по 5,0

Десертную ложку сбора кипятят 20 минут в 1,5 стакана воды, настаивают 2 часа и пьют по 1/4 стакана 3 раза в день после еды при сахарном диабете.

- * **валериана, корни 2 части**
дуб, кора 5 частей
хвощ полевой, трава 2 части

3 столовые ложки сбора настаивают в литре кипятка и применяют для ванн и припарок на анальную область при геморрое.

- * **валериана, корни**
зверобой, трава
слива колючая, цветы – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану настоя перед сном при олигоменорее.

- * **валериана, корни**
лапчатка гусиная, трава
тысячелистник, трава – по 1 части

2 чайные ложки сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по 2 стакана в день при обильных месячных.

- * **валериана, корни 3 части**
мелисса, листья 3 части
тысячелистник, трава 10 частей

2 чайные ложки сбора настаивают 3 часа в стакане холодной воды, варят и выпивают за день в несколько приёмов при нервном сердцебиении, сопровождающемся бессонницей.

* **валериана, корни 3 части**

мята, листья 4 части

ромашка аптечная, цветы 4 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана горячего настоя 2 раза в день при скудных месячных и как успокаивающее средство.

* **валериана, корни**

мята, листья

фенхель, плоды – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 2 столовые ложки 3-4 раза в день при метеоризме.

* **валериана, корни 2,0**

омела белая, листья 1,0

омела белая, плоды 1,0

Растения тщательно измельчают, перемешивают, пьют порошок из смеси по 0,5 3 раза в день при круглых глистах. Лекарство запивают водой и заедают свежей морковью.

- * **валериана, корни 20,0**
ромашка аптечная, цветы 30,0
тмин, плоды 50,0

1-2 столовые ложки сбора заливают стаканом кипятка, настаивают 15 минут на водяной бане, остужают, объём доводят кипячёной водой до 200,0 и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день при нервном возбуждении, раздражительности и бессоннице.

- * **валериана, корни 4 части**
ромашка аптечная, цветы 6 частей
тмин, плоды 1 часть

Столовую ложку сбора настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день при метеоризме.

- * **валериана, корни 1 часть**
хвощ полевой, трава 1 часть
шалфей листья 8 частей

Столовую ложку сбора настаивают 2 часа в 1,5 стакана кипятка и пьют по 1/2 стакана холодного настоя 1-2 раза в день как средство, уменьшающее выделение пота.

- * **валериана, корни 3 части**
вахта, листья 2 части
дягиль, корни 3 части
мята, листья 2 части

Столовую ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день как успокаивающее средство.

- * **валериана, корни 1 часть**
вахта, трава 2 части
мята, листья 2 части
хмель, шишки 1 часть

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день или по 1/3 стакана 3 раза в день при бессоннице и повышенной нервной возбудимости.

- * **валериана, корни 1 часть**
вереск, трава 4 части
пустырник, трава 3 части
сушеница, трава 3 части

4 столовые ложки сбора настаивают 12 часов в литре кипятка и пьют по столовой ложке 4 раза в день при повышенной нервной возбудимости и бессоннице.

- * **валериана, корни 3 части**
зверобой, трава 3 части
мелисса, листья 2 части
тысячелистник, трава 3 части

Столовую ложку сбора настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по столовой

ложке 5-6 раз в день при неврозе сердца и сердццебиениях.

* **валериана, корни**

золотарник, трава

калина, кора

пустырник, трава – по 1 части

2 чайные ложки сбора варят 20 минут в стакане воды и выпивают в течение дня при хронических воспалительных заболеваниях миокарда.

* **валериана, корни**

крушина, кора

лапчатка гусиная, трава

мелисса, листья – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и выпивают в течение дня при дисменорее. Лечение начинают за 3-5 дней до ожидаемых месячных и заканчивают в первые дни их появления.

* **валериана, корни 2 части**

лапчатка гусиная, трава 3 части

мелисса, листья 2 части

рута, трава 3 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и выпивают за один приём при спазмах мочевого пузыря, затруднённом мочеиспускании.

* **валериана, корни 4 части**

ландыш, цветы 1 часть

мята, листья 3 части

фенхель, плоды 2 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и выпивают за день при миокардите и гастрокардиальном синдроме.

* **валериана, корни 2 части**

манжетка, трава 3 части

мелисса, листья 2 части

яснотка белая, цветы 3 части

2 чайные ложки сбора настаивают в стакане кипятка и выпивают за день при белых.

* **валериана, корни 3 части**

мелисса, листья 3 части

тысячелистник, трава 2 части

хмель, шишки 2 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и выпивают за день при неврозах сердца.

* **валериана, корни**

мята, листья

ноготки, цветы

ромашка аптечная, цветы – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают 3 часа в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 3

раза в день через 30 минут после еды при метеоризме.

* **валериана, корни 20,0**

мята, листья 30,0

пустырник, трава 30,0

хмель, шишки 20,0

1-2 столовые ложки сбора заливают стаканом кипятка, подогревают на водяной бане 15 минут, охлаждают. Объём настоя доводят кипячёной водой до 200,0. Пьют по 1/2 стакана 3 раза в день при нервном возбуждении, раздражительности и бессоннице.

* **валериана, корни**

мята, листья

тмин, плоды

фенхель, плоды – по 25,0

1-2 столовые ложки сбора кипятят 15 минут в стакане кипятка и пьют по стакану 2 раза в день при метеоризме.

* **валериана, корни**

шалфей, листья

орех грецкий, зелёная кожура плодов – по 25,0

хвощ, трава 50,0

Столовую ложку сбора отваривают в стакане воды и пьют по 1-3 стакана в день в

течение 2-3 месяцев при ночных потах у туберкулёзных больных.

- * **валериана, корни**
пустырник, трава
тмин, плоды
фенхель, плоды – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день при сердцебиениях и как успокаивающее средство.

- * **валериана, корни 1 часть**
жостёр, плоды 1 часть
крушина, кора 2 части
кукуруза, рыльца 1 часть
ромашка аптечная, цветы 1 часть

2 столовые ложки сбора кипятят на слабом огне 20 минут в стакане воды и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день после завтрака и на ночь при запорах.

- * **валериана, корни 2 части**
зверобой, трава 3 части
мята, листья 2 части
полынь обыкновенная, трава 2 части
хмель, соплодия 1 часть

3 чайные ложки сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану утром и вечером при холециститах и холангитах.

* **валериана, корни 4 части**

ландыш, цветы 1 часть

мята, листья 3 части

ромашка аптечная, цветы 1 часть

фенхель, плоды 2 части

2 чайные ложки сбора настаивают 3 часа в стакане холодной воды, кипятят и выпивают в течение дня при неврозе сердца в сочетании с нарушением пищеварения и бессонницей.

* **валериана, корни**

одуванчик, корни

пырей, корневища

ромашка аптечная, цветы

шандра, трава – по 1 части

2 столовые ложки сбора настаивают 6 часов в 0,5 литра воды, кипятят несколько минут, применяют для клизм по 250,0 на одну процедуру при запорах. Если позывы на дефекацию не появились, через 5 минут клизму можно повторить.

* **валериана, корни**

крушина, кора – по 3 части

морковь посевная, плоды 5 частей

мята, листья

пижма, цветы

полынь горькая, трава – по 3 части

2 столовые ложки сбора отваривают в стакане воды и пьют по 200,0 утром и вечером при цестодозе (цепень). Курс лечения 3 дня.

- * **валериана, корни 2 части**
мята, листья 2 части
ромашка аптечная, цветы 2 части
сушеница, трава 1 часть
тмин, плоды 1 часть
фенхель, плоды 1 часть

2 чайные ложки сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по 1 стакану утром и вечером при метеоризме.

- * **валериана, корни**
вахта, листья
зверобой, трава
мята, листья
ромашка аптечная, цветы
рута, трава
тысячелистник, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и выпивают за день при дисменорее.

- * **валериана, корни**
крушина, кора
мелисса, листья
ноготки, цветы

ромашка аптечная, цветы

рута, трава

яснотка белая, цветы – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и выпивают за день при дисменорее.

ВАСИЛЕК ЛУГОВОЙ – *Centaurea jacea* L., семейство сложноцветные. Народные названия: *лоскутница, волошка, горькуша, медвежьи головки.* Многолетник. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе.

*** Две чайные ложки травы** заваривают в стакане кипятка, настаивают 1-2 часа и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 15 минут до еды в качестве желчегонного, мочегонного, противовоспалительного и обезболивающего средства при водянке, желтухе, задержке месячных и других заболеваниях. Настой корней используют при поносах.

*** Припарки из свежей травы** применяют в качестве болеутоляющего средства при ломоте.

ВАСИЛЕК СИНИЙ - *Centaurea cyanus* L., семейство сложноцветные. Народные

названия: *волошка, синюшка*. Однолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, Дальнем Востоке, предгорьях Средней Азии.

*** Чайную ложку краевых синих цветов** настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 3 раза в день за 10-15 минут до еды как потогонное, мочегонное, желчегонное, улучшающее аппетит, противовоспалительное, спазмолитическое и обезболивающее средство при простудных заболеваниях, запоре, болезнях почек, мочевого пузыря, печени, желудка и кашле. Этот же настой в виде примочек применяют для лечения конъюнктивита.

*** 50,0 листьев** настаивают в литре белого сухого вина, добавляют несколько ложек мёда и пьют по стакану перед обедом и ужином в качестве средства, улучшающего аппетит.

*** Свежие измельченные листья** употребляют в качестве ранозаживляющего средства, накладывая их с повязкой на пораженные места, а измельченными семенами выводят бородавки.

*** василёк синий, цветы 3 части**
дягиль, корни 3 части

можжевельник, плоды 4 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.

* **василек, цветы 3 части**
вероника лекарственная, трава 2 части

крапива жгучая, листья 2 части

ноготки, цветы 2 части

орех грецкий, листья 2 части

фиалка трёхцветная, трава 4 части

хвощ полевой, трава 2 части

череда, трава 3 части

4 столовые ложки сбора настаивают 12 часов в литре воды, кипятят 5 минут, пьют по 1/2 стакана 4-5 раз в день в течение 6 недель при кожных заболеваниях обменного характера и предрасположенности к ним.

ВАСИЛЕК ШЕРОХОВАТЫЙ – *Centaurea scabiosa* L., семейство сложноцветные. Многолетник. Растёт в европейской части СНГ, в Западной Сибири и Средней Азии.

* **Две чайные ложки травы** настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при желтухе, болях в

пояснице, задержке месячных и зудящихся сыпях. К сыпям одновременно прикладывают свежую измельчённую траву.

ВАСИЛИСТНИК ЖЁЛТЫЙ – *Thalictrum flavum* L., семейство лютиковые. Растение ядовито. Народное название: *золотушник*. Многолетник. Растёт почти на всей территории СНГ.

*** Настой и отвар корней** пьют при заболеваниях печени, желудочно-кишечного тракта, женских и нервных заболеваниях, эпилепсии. Они обладают противовоспалительным, жаропонижающим, мочегонным, слабительным, антисептическим действием. Порошок корня, сваренный в квасе, пили как слабительное и мочегонное средство.

*** Настой листьев** используют в качестве кровоостанавливающего средства при кровохарканье и маточных кровотечениях.

*** Отвар листьев** применяют наружно для обмываний при кожных заболеваниях. Свежей травой в бане натирали ноги "от ломоты".

ВАСИЛИСТНИК МАЛЫЙ – *Thalictrum minus* L., семейство лютиковые. Растение ядовито. **Синоним:** *василистник обыкновенный*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Сибири, Средней Азии, на Дальнем Востоке.

*** Настой травы** в народной медицине используют при нервных расстройствах, эпилепсии, малярии, туберкулёзе лёгких, гинекологических болезнях, желтухе, нарушениях обмена веществ. *** Припарки из травы** делают для лечения нарывов, при ревматических болях и ушибах.

*** Наружно свежую траву** используют в качестве кровоостанавливающего и ранозаживляющего средства.

ВАСИЛИСТНИК ПРОСТОЙ – *Thalictrum simplex* L., семейство лютиковые. Растёт в европейской части СНГ, Сибири, Средней Азии, на Дальнем Востоке.

*** Отвар и настой травы** используют при женских заболеваниях, как общеукрепляющее средство в послеродовый период, при дизентерии, в виде полосканий – при ангине.

*** Наружно свежие** листья используются для лечения ран.

ВАХТА ТРЕХЛИСТНАЯ – *Menyanthes trifoliata* L., семейство вахтовые. Синонимы и народные названия: *трифоль, трилистник водяной, бобовник водяной, трёхлапник, третина, лихорадочник*. Многолетнее растение, распространено в СНГ повсеместно, кроме Крыма и Средней Азии.

*** Препараты из листьев** возбуждают аппетит, усиливают секрецию желудка и кишечника, улучшают пищеварение, усиливают образование крови, поднимают настроение и работоспособность, улучшают общее состояние. Они обладают также желчегонным, легким слабительным, противоглистным, противосудорожным и обезболивающим действием. Применяют их при отсутствии аппетита, нарушении пищеварения, болезнях печени и желчного пузыря, малярии, простудных заболеваниях, кашле, водянке, отеках, малокровии, ревматизме, глистных инвазиях.

а) Чайную ложку листьев настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день перед едой.

б) Чайную ложку листьев настаивают 8 часов в двух стаканах холодной воды и пьют по 1/2 стакана 2-4 раза в день за 30 минут до еды.

в) Порошок сухих листьев принимают по одному грамму 2 раза в день за 30 минут до еды.

* **10,0 листьев** кипятят 15 минут в 200, 0 воды, разводят водой в 1,5 раза, используют для клизм как слабительное средство при запорах.

* **Отвар листьев** применяют наружно для лечения золотухи и долгозаживающих ран.

* **вахта, листья**

полынь горькая, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке за 20 минут до еды в качестве аппетитного средства.

* **вахта, листья** **1 часть**

золототысячник, трава 3 части

можжевельник, плоды 1 часть

Столовую ложку сбора настаивают 4 часа в 1,5 стакана кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды как средство, улучшающее пищеварение.

* **вахта, листья**

золототысячник, трава

полынь горькая, трава – по 1 части

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

* **вахта, листья**

мята, листья

полынь горькая, трава – по 1 части

2 столовые ложки сбора кипятят в стакане воды и пьют по 3-5 столовых ложек за 30 минут до еды в качестве желчегонного средства при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

* **вахта, листья**

одуванчик, корни

полынь горькая, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и выпивают за день в несколько приёмов до еды при отсутствии аппетита.

* **вахта, листья 1 часть**

пустырник, трава 2 части

ромашка аптечная, цветы 1 часть

Столовую ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день за 30 минут до еды как

успокаивающее средство при неврастении, бессоннице, сердцебиениях и головной боли.

* **вахта, листья**

ромашка аптечная, цветы

чистотел, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают 4 часа в стакане кипятка и пьют по стакану 2 раза в день при болезнях печени.

* **вахта, листья 3 части**

горечавка жёлтая 3 части

мята, листья 4 части

одуванчик, корни 4 части

2 столовые ложки сбора отваривают в стакане воды и пьют по стакану 2 раза в день при холецистопатии.

* **вахта, листья 2 части**

донник, трава 2 части

крушина, кора 5 частей

тмин, плоды 1 часть

Столовую ложку сбора настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2-3/4 стакана на ночь при запорах.

* **вахта, листья 1 часть**

золототысячник, трава 1 часть

мята, листья 2 части

ромашка аптечная, цветы 2 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и выпивают в течение дня в три приёма перед едой как желчегонное средство.

* **вахта, листья**

золототысячник, трава

одуванчик, корни

полынь горькая, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день перед едой при отсутствии аппетита.

* **вахта, листья 2 части**

крушина, кора 6 частей

тмин, плоды 1 часть

тысячелистник, трава 2 части

Столовую ложку сбора настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2-1 стакану на ночь при запорах.

* **вахта, листья**

мята, листья

одуванчик, корни

цикорий, корни – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день перед едой при отсутствии аппетита.

* **вахта, сок листьев**

настурция, сок травы

одуванчик, сок листьев
щавель обыкновенный, сок листьев –
по 1 части

20,0 смеси заливают 200,0 молочной сыворотки, доводят до кипения (не кипятить!) и пьют по 2-6 столовых ложек 3 раза в день при цинге.

* **вахта, листья 2,0**
зверобой, трава 30,0
мята, листья 15,0
тысячелистник, трава 15,0
укроп, плоды 15,0

2 столовые ложки сбора настаивают 2 часа в 2-х стаканах кипятка и пьют по 1/4 стакана 4-6 раз в день при повышенной кислотности желудочного сока.

* **вахта, листья**
золототысячник, трава
мелисса, листья
хмель, цветы
шандра, трава – по 1 части

2 чайные ложки сбора кипятят в стакане воды и пьют по 2-4 столовые ложки за 30 минут до еды при гастрокардиальном синдроме.

* **вахта, листья**
золототысячник, трава

мята, листья
тысячелистник, трава
фенхель, плоды – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день до еды при воспалительных процессах желудочно-кишечного тракта, для улучшения пищеварения и при гиперацидных состояниях.

* **вахта, листья**
горечавка жёлтая, корни
крушина, кора
мята, листья
одуванчик, корни
чистотел, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора отваривают в стакане воды и пьют по стакану 2 раза в день до еды для поддержания регулярного стула при гепатитах.

* **вахта, листья**
донник, трава
дягиль, корни
кникус бенедиктинский, трава
тимьян, трава
фиалка трёхцветная, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 4-5 раз в день при гастритах с повышенной кислотностью желудочного сока.

* **вахта, листья 1 часть**
крушина, кора 2 части
одуванчик, корни 1 часть
фенхель, плоды 1 часть
цикорий, корни 1 часть

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

Примечания: Курс лечения вахтой 10 дней, после чего делается перерыв на 5-6 дней, и курс снова повторяется. При появлении болей в желудке лечение на 1-2 дня прекращают.

Противопоказания: обострение желчнокаменной болезни, холециститы с резкими болями и повышением температуры.

ВЕРБЕЙНИК МОНЕТЧАТЫЙ –
Lysimachia nummularia L., семейство первоцветные. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе.

*** Столовую ложку травы** настаивают два часа в стакане кипятка и пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день до еды в качестве вяжущего, обезболивающего, антисептического, противовоспалительного, витаминного средства при дизентерии, поносах, цинге. В качестве ранозаживляющего средства настой применяют в виде примочек, а в виде ванн – для лечения ревматического поражения суставов.

ВЕРБЕЙНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ - *Lysimachia officinalis* L., семейство первоцветные. Травянистый многолетник. Растёт практически на всей территории СНГ.

*** Растение применяют** при поносах, желтухе, цинге, судорогах, кровохарканье, кровотечениях, а также в качестве тонизирующего и антисептического средства.

а) Столовую ложку травы настаивают 3 часа в стакане кипятка и пьют по две столовые ложки 3 раза в день до еды.

б) Две столовые ложки травы настаивают несколько дней в стакане водки и пьют по 20 капель 3 раза в день до еды.

* **Настой травы** из расчета столовую ложку травы на стакан кипятка используют в виде полосканий при молочнице и стоматитах.

* **Как кровоостанавливающее средство** измельченные листья прикладывают к кровоточащим ранам, а также закладывают в нос при носовых кровотечениях.

ВЕРБЕНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – *Verbena officinalis* L., семейство вербеновые. Травянистый многолетник. Растёт почти повсеместно, однако, не образуя заросли.

* **15,0 листьев настаивают** в 200, 0 кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при лихорадке, общей слабости, болезнях печени, селезенки, атеросклерозе, сопровождающемся головными болями, закупорке вен. Этим же настоем, применяя его в виде примочек и обмываний, лечат различные сыпи, прыщи, фурункулы, скрофулез.

* **вербена, листья**
дуб, кора
ежевика, листья

ноготки, цветы

роза, лепестки

хвощ полевой, трава – по 1 части

6 столовых ложек сбора кипятят 15 минут в литре воды и используют для примочек и обмываний при воспалении кожи.

ВЕРБЛЮЖЬЯ

КОЛЮЧКА

ОБЫКНОВЕННАЯ – *Alhagi pseudalhagi* (M.B.) Desv., семейство бобовые. Народное название: *яндык, янтак ложный; Alhagi camelorum Fisch.* Полукустарник. Растёт в юго-восточных районах европейской части СНГ, на Кавказе, в Западной Сибири и Средней Азии.

* **Отвар корней** 20,0: 200,0 применяют в качестве слабительного средства по 4-5 столовых ложек на прием. При мочекаменной болезни как мочегонное средство этот отвар пьют по столовой ложке 3 раза в день. Настой травы используется как слабительное средство, отвар травы – как желчегонное. Настой веток с листьями пьют при кашле и различных кожных заболеваниях.

ВЕРОНИКА ДЛИННОЛИСТНАЯ – **Veronica longifolia L.**, семейство норичниковые. Народное название: *грудная трава*. Травянистый многолетник. Растёт во многих областях России.

* Используется наравне с вероникой седой.

ВЕРОНИКА ДУБРАВНАЯ – **Veronica chamaedrys L.**, семейство норичниковые. Народное название: *дубровка*. Травянистый многолетник. Растёт почти повсеместно.

* Используется наравне с вероникой седой.

ВЕРОНИКА ПОРУЧЕЙНАЯ – **Veronica beccabunga L.**, семейство норичниковые. Травянистый многолетник. Растёт почти повсеместно в европейской части СНГ.

* **Чайную ложку свежей травы** настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 2-3 раза в день в качестве мочегонного, желчегонного и обезболивающего средства при желтухе, болях в суставах, а также цинге и различных кожных сыпях.

ВЕРОНИКА СЕДАЯ – **Veronica incana L.**, семейство норичниковые. Синоним:

вероника беловойлочная. Травянистый многолетник. Растёт в черноземной и степной зонах СНГ.

*** Чайную ложку травы** настаивают два часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана за час до еды в качестве противовоспалительного, обезболивающего, жаропонижающего средства. Применяют при головной боли, ревматизме, хронических кожных заболеваниях, простудных болезнях, кашле бронхиальной астме, туберкулезе легких, болезнях почек, мочевого пузыря. При грибковых заболеваниях кожи, угрях, зудящихся сыпях, ожогах, ранах, гнойниках настой травы применяют наружно в виде примочек.

*** Свежие измельченные листья** прикладывают к ступням при их потливости.

*** Две чайные ложки сока** растения смешивают с таким же количеством козьего молока и принимают натошак при заболеваниях почек.

*** Одну часть свежей травы** настаивают 10 дней в одной части спирта, затем приливают еще одну часть спирта, после чего настойку фильтруют. На каждые 75,0 фильтрата добавляют один грамм перуанского

бальзама (можно обойтись и без него), настойку применяют для смазывания пораженных участков при различных заболеваниях кожи.

* **вероника седая, трава**

короставник, трава – по 1 части

2 столовые ложки сбора кипятят 5 минут в 6 стаканах воды, настаивают 4 часа и моют голову при пиодермии волосистой части головы.

* **вероника, трава 3 части**

горец птичий, трава 3 части

репешок, трава 4 части

Столовую ложку сбора настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и выпивают за день при хроническом нефрите.

* **вероника, трава 6 частей**

истод, корни 1 часть

подорожник большой, листья 2 части

фиалка трёхцветная, трава 8 частей

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

- * **вероника, листья 12 частей**
 кассия, листья 3 части
 недотрога бальзаминовая, листья 3 части
 солодка, корни 2 части

Чайную ложку сбора кипятят 20 минут в стакане воды и выпивают за 5 минут до еды как отхаркивающее и улучшающее аппетит средство.

- * **вероника, трава 4 части**
 лопух, корни 6 частей
 пырей, корневища 4 части
 фиалка трёхцветная, трава 6 частей
 40,0 сбора кипятят 15 минут в литре воды и пьют по 1/2 стакана 5 раз в день через час после еды при подагре.

- * **вероника, трава**
 первоцвет аптечный, цветы
 подорожник большой, листья
 шандра, трава – по 1 части

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

ВЕРОНИКА ШИРОКОЛИСТВЕННАЯ – **Veronica teucrium L.**, семейство норичниковые. Народное название: *змеиная трава*. Травянистый многолетник. Растёт почти по всей территории СНГ.

* Используется наравне с вероникой седой.

ВЕТРЕННИЦА ЛЮТИКОВАЯ – **Anemone ranunculoides L.**, семейство лютиковые. Растение ядовито. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ.

* **Настой листьев** применяют при болях в желудке, коклюше, подагре, водянке, параличах, обладает наркотическим действием.

ВЕХ ЯДОВИТЫЙ – **Cicuta virosa L.**, семейство зонтичные. Растение сильно ядовито. Синоним: *цикута ядовитая*. Травянистый многолетник. Распространен в странах СНГ повсеместно.

* **Настойка травы и мазь** из неё применяются наружно при хронических кожных болезнях. Сок растения способствует рассасыванию бельма.

ВИНОГРАД ВИННЫЙ – *Vitis vinifera* L.,
семейство виноградные. Синонимы:
виноград культурный, настоящий,
евразийский. Культивируется по всему свету
в умеренно тёплом поясе.

*** Виноградолечение (ампелотерапия)** –
лечение свежими плодами винограда –
показано больным с функциональными
нарушениями сердечно-сосудистой системы,
с гипертонической болезнью, хроническими
заболеваниями дыхательных путей, в том
числе сухими и экссудативными
плевритами, туберкулезом легких,
хроническими бронхитами, бронхиальной
астмой. Виноград также применяют при
почечнокаменной болезни, хронических
нефритах, нефрозо-нефритах без отеков и
гипертензии, хронических уретритах и
уроциститах, гастритах, спастических и
атонических запорах, геморрое,
желчнокаменной болезни, анемии, подагре,
нарушениях обмена веществ, истощении.
Виноград назначают за час до еды 2-3 раза в
день. Примерное распределение порций: 6
часов утра - 800,0, 12 часов дня - 600,0, 5
часов вечера - 600,0. Суточная доза не
должна превышать двух килограммов.

Начинают лечение с малых доз (200,0 - 300,0 в сутки). Курс лечения 1-1,5 месяца. Во время лечения необходимо строгое соблюдение некоторых правил. Пища должна быть легкой: белый хлеб, яйца, сыр, масло, отварные рыба и мясо. Молоко, минеральные воды, фрукты, овощи и спиртные напитки из рациона исключают. Лечение виноградом должно обязательно сочетаться с ежедневными неустойчивыми прогулками. Если же больной по каким-либо причинам не может жевать виноград, то назначают виноградный сок по стакану 2 раза в день утром и вечером за час до еды. При назначении ампелотерапии необходимо учитывать сорта винограда, например, сорта Мадлен и Шасла применяют в тех случаях, когда у больного повышена кислотность желудочного сока, нарушен обмен веществ; сорта Чауш и Каталон – при гастритах с пониженной кислотностью; сорта Изабелла и мускаты - при заболеваниях верхних дыхательных путей и т.д.

Противопоказания: сахарный диабет, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, ожирение, сердечная недостаточность с отеками и

гипертензией, уремическое состояние, хронические нагноительные процессы в легких, бронхоэктатическая болезнь, поносы.

*** При внутренних и маточных кровотечениях** применяют внутрь порошок сухих листьев по 2,0-4,0 3 раза в день. При болезнях дёсен свежие виноградные листья жуют несколько раз в день. Настоем листьев лечат ангины и кожные заболевания.

*** 100,0 измельченных сухих плодов** (изюма) кипятят 10 минут в 200,0 воды и выпивают за день при хронических атонических и спастических запорах, которые возникают на фоне функциональных неврозов, при нарушениях обменных процессов, анемии, болезнях легких и бронхов.

*** Сухое виноградное вино** в дозах от 1/4 до двух стаканов в день обладает тоническими, диуретическими и витаминными свойствами. Оно способствует снижению уровня холестерина в крови, обезвреживает токсины в кишечнике и оказывает бактерицидное действие. Четверть стакана сухого вина, принятого на ночь, обеспечивает нормальный сон у пожилых

лиц, страдающих бессонницей, несколько глотков холодного "шампанского" останавливает рвоту.

При назначении винолечения – энотерапии, необходимо также учитывать марку вина. Например, при нервных заболеваниях хорошее лечебное действие оказывает вино "каберне", "шампанское" благотворно влияет на регуляцию дыхания и кровообращения, увеличивает желудочную секрецию. Нередко его применяют для улучшения аппетита у лихорадящих туберкулезных больных. "сапавери" и "каберне" назначают больным с склонностью к поносам. Белые столовые вина тонизируют, и их чаще всего рекомендуют при атеросклерозе. При гриппе же, пневмониях и бронхопневмониях применяют красное горячее вино с сахаром.

Примечание. Применение вина в больших дозах, а так же вин, приготовленных из гибридных сортов винограда, может стать причиной болезненного пристрастия к спиртным напиткам – алкоголизма.

ВИШНЯ КУСТАРНИКОВАЯ – *Cerasus fruticosa* (Pall.) G.Woron., семейство

розоцветные. Синонимы и народные названия: *вишня полевая, степная, вишенник, вишарник; Prunus fruticosa Pall.* Растёт в европейской части СНГ, Казахстане, Северном Кавказе, Западной Сибири.

* **Свежие плоды** используют в пищу при заболеваниях желудка, мочевых путей и желчнокаменной болезни. Масло из косточек способствует удалению почечных и печёночных камней.

ВИШНЯ ПТИЧЬЯ – *Cerasus avium (L.) Moench.*, семейство розоцветные. Синонимы: *черешня птичья, сладкая, дикая; Cerasus nigra Mill., Prunus avium L.* Дерево. Культивируется в южных районах СНГ.

* **Свежие плоды** и сок из них употребляют в пищу при желчнокаменной болезни, заболеваниях мочевых путей, желудка и в качестве слабительного средства при запорах.

ВИШНЯ САДОВАЯ – *Cerasus vulgaris Mill.*, семейство розоцветные. Синонимы: *вишня обыкновенная; Prunus cerasus Ldb., Prunus (Cerasus) acida Ehrh. Prunus acida*

C.Koch. Культивируется в европейской части СНГ, Средней Азии, Казахстане, Кавказе.

*** Плоды и вишневый сок**, употребляемые в пищу, улучшают аппетит и пищеварение, утоляют жажду, оказывают легкое слабительное и желчегонное действие, применяются при лечении лихорадочных состояний, продолжительных запоров, гастритов с пониженной кислотностью, бескаменных холециститов.

*** Чайную ложку плодоножек** кипятят 15 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день как сильное мочегонное средство при отеках, кровоостанавливающее – при обильных месячных и вяжущее – при поносах и дизентерии. Такое же применение находит настой плодоножек: 10,0 сырья настаивают в стакане кипятка и выпивают в течение дня.

*** Свежие измельчённые листья** закладывают в виде тампона в носовую полость для остановки носового кровотечения.

ВОДОКРАС ОБЫКНОВЕННЫЙ –
Hydrocharis morsus- ranae L., семейство

водокрасовые. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, на юге Западной Сибири.

* **Две чайные ложки травы** настаивают 1-2 часа в стакане кипятка и пьют по 1-2 столовые ложки 3 раза в день при поносах, белях, сперматорее. Настой подавляет чрезмерную половую деятельность, служит успокаивающим средством при кошмарных сновидениях.

* **Измельченные листья** прикладывают к болезненно измененным участкам кожи в качестве противовоспалительного средства.

ВОДЯНОЙ ОРЕХ ПЛАВАЮЩИЙ – *Trapa natans* L., семейство водноореховые. Народное название: *чили́м*. Растёт в водоёмах Европы, реже Азии.

* **Плоды используют** в пищу для стимуляции половой деятельности, при дизентерии, укусах ядовитых животных и как мочегонное средство.

ВОЛОВИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – *Anchusa officinalis* L., семейство бурачниковые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *румянка*

лекарственная, воловий язык, лазорик, блекота. Двулетнее растение. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе.

* **Настой травы** применяют при болезнях органов дыхания, сопровождающихся кашлем. Настой травы и корней наружно для лечения ран, в виде полосканий при зубной боли.

ВОЛОДУШКА ЗОЛОТИСТАЯ – ***Bupleurum aureum Fisch.***, семейство зонтичные. Многолетнее травянистое растение. Растёт в европейской части СНГ, на Урале, в Сибири, большей частью в лесостепной зоне и юге лесной.

* **Препараты володушки** золотистой усиливают деятельность желудка, поджелудочной железы, печени, увеличивают количество выделяемой желчи, изменяют ее химический состав, повышая количество пигментов, кислот и холестерина. Они обладают также тонизирующим, антисептическим, слабительным и Р-витаминным действием. Вследствие этого их применяют при лечении болезней печени и желчного пузыря, а также лихорадочных

состояний, головной боли, нервных заболеваний и запоров.

а) Три чайные ложки травы настаивают 4 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день до еды в течение 20-25 дней.

б) 5,0-10,0 травы заливают стаканом воды, уваривают до половины первоначального объема и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день до еды в течение 3-4 недель.

*** Наружно настой травы** применяют в качестве ранозаживляющего средства, а также в виде примочек для лечения зудящихся сыпей и гнойничковых заболеваний кожи.

Противопоказание: желчнокаменная болезнь.

Примечание: препараты из свежей травы эффективнее, чем из сухой.

ВОРОБЕЙНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – Lithospermum officinale L., семейство бурачниковые. Травянистый многолетник. Растёт в южных и средних областях СНГ.

*** Две чайные ложки травы с семенами** настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день, как

обезболивающее и мочегонное средство при головной боли, боли в желудке и мочекаменной болезни. Кроме того, настой обладает слабительным действием, помогает при неправильных менструациях, тяжелых родах.

*** Порошком сухих листьев** засыпают небольшие раны, измельченные свежие листья прикладывают к порезам и ушибам.

ВОРОНИЙ ГЛАЗ ЧЕТЫРЁХЛИСТНЫЙ

– **Paris quadrifolia L.**, семейство лилейные. Растение сильно ядовито. Народные названия: *вороньи ягоды, ранник, ногтеедная трава.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, кроме Крыма и юго-востока, в Сибири, на Кавказе.

*** Свежую траву используют** при головной боли, головокружении, невралгиях, мигрени, бронхите, ревматизме, расстройствах пищеварения, сердечной недостаточности. Действие подобно действию наперстянки.

*** Сок травы** применяют наружно для лечения фурункулов и длительно незаживающих ран.

ВЬЮНОК ПОЛЕВОЙ - *Convolvulus arvensis* L., семейство вьюнковые. Растение ядовито. Народное название: *берёзка*. Травянистый многолетник. Встречается повсеместно как злостный сорняк.

*** Для лечения ран и язв** используют свежий сок растения или настойку из одной части свежей травы на десяти частях водки. Для примочек используют и более концентрированные настойки, например 1:2. Однако перед употреблением их разводят кипяченой водой (столовую ложку на стакан воды).

*** 2 части травы или цветов** настаивают 2 недели в четырёх частях спирта или водки. Столовую ложку полученной настойки разводят в 1/2 стакана кипячёной воды и используют для примочек при ранах и язвах.

*** Столовую ложку травы** настаивают в стакане кипятка, выпивают в течение двух дней как слабительное средство.

*** Одну часть свежей травы** настаивают в 5 частях 70-градусного спирта, пьют по 1/2-1 чайной ложке 2-3 раза в день как слабительное средство.

*** Настойку из двух частей свежей травы** на четырех частях спирта применяют как

сильное слабительное средство по несколько капель в день. Для этой же цели используют порошок корневища, который принимают по одному грамму в день.

* **3,0-4,0 семян** в сутки принимают как мочегонное, сильное слабительное при сердечной и почечной недостаточности, отёке лёгких, асците, затруднённом мочеиспускании, стойких запорах.

Примечание. Вьюнок противопоказан при беременности. Для ослабленных больных не допустимы большие дозы и длительный курс.

ВЯЖЕЧКА ГЛАДКАЯ - *Furritis glabra* L., семейство крестоцветные. Однолетнее и двулетнее растение. Растёт во многих областях СНГ.

* **Как мочегонное средство** при водянке применяют настой травы (2 чайные ложки настаивают не менее часа в стакане кипятка) по столовой ложке 3 раза в день перед едой.

ВЯЗ ГЛАДКИЙ – *Ulmus laevis* Pall., семейство вязовые. Синонимы: *ильм, караич, вяз обыкновенный; Ulmus effusa*

Willd. Дерево. Растёт в европейской части СНГ.

* **20,0 коры отваривают** в 200,0 воды и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при водянке, хроническом ревматизме, лихорадке и простудных заболеваниях.

* **20,0 коры отваривают** в 200,0 воды, сгущают до половины объёма, смешивают с равным количеством сливочного масла, применяют наружно, как противовоспалительное средство и для лечения ожогов.

ВЯЗ РАВНИННЫЙ – *Ulmus campestris L.*, семейство ильмовые. Народные названия: *вяз листоватый, берест, карагач; Ulmus foliacea Gilib.* Дерево. Растёт в средней полосе Европейской части СНГ, на Кавказе, в Крыму.

* **Настой коры** обладает вяжущим, мочегонным, кровоочистительным, обезболивающим, кровоостанавливающим, противовоспалительным действием. Он применяется при поносах, лихорадке, ломоте в суставах, циститах, воспалительных процессах в матке, водянке, ревматизме, подагре. В виде обмываний

настой используют при чесотке, лишаях, сыпях и для лечения ран и язв.

* **Свежие листья** применяют в качестве ранозаживляющего и обезболивающего средства. Порошок сухих листьев пьют при кишечных и почечных коликах.

ВЯЗЕЛЬ ПЁСТРЫЙ – *Coronilla varia* L., семейство бобовые. Растение ядовито. Синонимы: *вязель обыкновенный*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Средней Азии.

* **Растение используют** как сердечное и мочегонное средство. Действие на организм подобно действию препаратов наперстянки.

ГВОЗДИКА ГОЛЛАНДСКАЯ – *Dianthus caryophyllus* L., семейство гвоздичные. Синоним: *гвоздика садовая*. Травянистый многолетник. Комнатное растение, на юге разводят в открытом грунте как декоративное.

* **Две чайные ложки** свежих с красными лепестками и сильным запахом цветов настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день

за 10-15 минут до еды в качестве потогонного, успокаивающего и кровоостанавливающего средства. Настояем лечат головную боль, головокружения, обмороки, эпилепсию, параличи, нервные болезни. Кроме того, он улучшает питание сердечной мышцы, усиливает ее деятельность.

Примечание. Махровые формы цветов для лечебных целей не используют.

ГВОЗДИКА ПОЛЕВАЯ – *Dianthus campestris* М.В., семейство гвоздичные. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ и в Сибири.

*** Растение применяется** в качестве кровоостанавливающего средства при послеродовых, особенно атонических маточных, и геморроидальных кровотечениях, а также в качестве вяжущего, угнетающего моторику кишечника, спазмолитического, противовоспалительного и обезболивающего средства при поносах.

Отвар травы 15,0:200,0 пьют по столовой ложке 3 раза в день.

ГВОЗДИКА ТРАВЯНКА – *Dianthus deltoides* L., семейство гвоздичные. Синоним: *гвоздика полевая*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке.

*** Столовую ложку травы** настаивают 2 часа в стакане кипятка и применяют внутрь по столовой ложке 3 раза в день для остановки кровотечений при атонии матки, метрорагиях, кровотечениях в родах. Гвоздика повышает тонус матки, не вызывая побочных явлений. Кроме того, она обладает противовоспалительным и обезболивающим действием и находит применение при лечении некоторых женских и желудочно-кишечных заболеваний, геморроя, суставного ревматизма. Наружно настой используют при скрофулезе.

*** Измельчённую траву** применяют наружно в виде обезболивающих припарок.

ГЕЛИОТРОП ЕВРОПЕЙСКИЙ – *Heliotropium europaeum* L., семейство бурачниковые. Растение ядовито. Народное название: *лишаёва трава*. Однолетник.

Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе и в Средней Азии.

* **Измельчённые листья** используют наружно для лечения доброкачественных опухолей и выведения бородавок. Внутрь настой листьев применяют при почечнокаменной болезни и как противоглистное средство.

ГЕРАНЬ БОЛОТНАЯ – *Geranium palustre* L., семейство гераниевые. Травянистый многолетник. Встречается широко.

* Используется наравне с геранью луговой.

ГЕРАНЬ КРОВЯНО-КРАСНАЯ – *Geranium sanguineum* L., семейство гераниевые. Синоним: *герань кроваво-красная*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Крыму, на Кавказе.

* Используется наравне с геранью луговой.

* **герань кроваво-красная, трава крапива двудомная, листья** – по 1 части

3 столовые ложки смеси настаивают 4 часа в шести стаканах кипятка и моют голову при выпадении волос 2-3 раза в неделю.

ГЕРАНЬ ЛУГОВАЯ – *Geranium pratense* L., семейство гераниевые. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, кроме Крыма, в Средней Азии, Западной и Восточной Сибири.

*** Герань обладает** кровоостанавливающим, вяжущим, обезболивающим, противовоспалительным, антисептическим и успокаивающим действием. Назначают её при поносах, дизентерии, подагре, ревматизме, болезнях почек (растворяет камни при почечнокаменной болезни), маточных и геморроидальных кровотечениях, бессоннице, эпилепсии.

а) Две чайные ложки травы настаивают 8 часов в двух стаканах холодной кипяченой воды и пьют по 1/4 стакана 4-6 раз в день.

б) Пять столовых ложек травы настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 5-6 раз в день.

*** Настой травы** в виде полосканий, обмываний и спринцеваний применяют для лечения гнойников, гнойных ран, язв, экзем, сопровождающихся зудом, ангин, женских заболеваний.

* **Распаренную** измельчённую траву прикладывают к сухим мозолям.

ГЕРАНЬ СИБИРСКАЯ – **Geranium sibiricum** L., семейство гераниевые. Травянистый многолетник. Сорное растение.

* Используют наравне с геранью луговой.

ГЛАУКС ПРИМОРСКИЙ – **Glaux maritime** L., семейство первоцветные. Народные названия: *млечник, морская трава, приморская трава, молочник*. Травянистый многолетник. Растёт по всему СНГ, кроме Крайнего Севера и пустынь.

* **Столовую ложку травы** настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день перед едой в качестве молокогонного средства.

ГЛЕДИЦИЯ ТРЕХКОЛЮЧКОВАЯ – **Gleditschia triacanthas** L., семейство бобовые. Синонимы и народные названия: *гледичия обыкновенная, рожки*. Дерево. Родина – Северная Америка. В культуре на юге СНГ.

*** 10,0 створок бобов** настаивают в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день как спазмолитическое средство при запорах, бронхиальной астме, гипертонической болезни.

ГНЕЗДОВКА НАСТОЯЩАЯ – *Neottia nidus avis* L., семейство орхидные. Синонимы и народные названия: *младенчица гнездичная, детская трава, приворотень, гнездовник.* Травянистый незелёный многолетник. Растёт в европейской части СНГ, в Крыму и на Кавказе.

*** Свежие измельчённые листья** прикладывают к гнойным ранам, при зубной боли – к больному зубу. Настой травы обладает жаропонижающим действием, настой корня – глистогонным.

ГОРЕЦ ЗЕМНОВОДНЫЙ – *Polygonum amphibium* L., семейство гречишные. Синонимы и народные названия: *гречиха водяная, щучья трава.* Травянистый многолетник. Растёт почти по всей территории СНГ.

* **Чайную ложку свежих корней** и корневищ варят 10 минут в 1,5 стакана воды, настаивают 2 часа и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день до еды при ревматизме, подагре и в качестве мочегонного средства.

* **Две чайные ложки** сухих листьев настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день до еды при почечнокаменной болезни, невралгиях и в качестве мочегонного средства.

ГОРЕЦ ЗМЕИНЫЙ – *Polygonum bistorta* L., семейство гречишные. Народные названия: *змеевик, раковые шейки, горлянка, султанка, сердечная трава, горлец, гречиха-змеевик, гречишник змеиный.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке.

* **Корневища как сильное вяжущее,** кровоостанавливающее, мочегонное, противовоспалительное и желчегонное средство применяют внутрь при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, дизентерии, желчно- и мочекаменной болезнях, желудочных

кровотечениях, холециститах, поносах, энтеритах, циститах, обильных месячных.

а) 6,0 корневищ заваривают в 180,0 кипятка и выпивают в течение дня в три приема за 30 минут до еды.

б) Две столовые ложки корневищ кипятят около 20 минут в стакане воды, пьют по столовой ложке 3 раза в день за полчаса до приема пищи.

в) 15,0 корневищ отваривают в 200,0 воды, сгущают до половины объёма и пьют по 30-40 капель 3 раза в день.

* **При дизентерии** принимают внутрь порошок корневища по 0,5-1,0 3 раза в день.

* **Настой корневищ** используют наружно как ранозаживляющее, кровоостанавливающее, противовоспалительное и обезболивающее средство для лечения ран, язв, гнойников, фурункулов, гингивитов, стоматитов, а также при белях и зубной боли. В тех же случаях используют в виде присыпки порошок из корневища.

* **горец змеиный, корневище**
крохлёбка, корневище – по 1 части

Столовую ложку сбора заваривают в стакане кипятка и пьют по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день при поносах.

* **горец змеиный, корневище**
лапчатка прямостоячая, корневище –
по 1 части

Столовую ложку сбора заваривают в стакане кипятка и пьют по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день при поносах.

* **горец змеиный, корневище 5,0**
лён, семена 5,0

Все количество смеси заливают стаканом кипятка, настаивают и пьют по столовой ложке через каждые два часа при кровотечениях из желудка и кишечника.

* **горец змеиный, корневище 1 часть**
ольха, "шишки" 2 части

2 чайные ложки сбора настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 1/4-1/3 стакана 3-4 раза в день при поносах.

* **горец змеиный, корневище**
щавель густой, корни – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день при поносах.

* **горец змеиный, корневище**
копеечник забытый, корневище

кровохлёбка, корневище – по 1 части
2 чайные ложки сбора настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой как вяжущее средство.

* **горец змеиный, корневище 1 часть**
кровохлёбка, корневище 1 часть
лапчатка прямостоячая, корневище 1 часть
ольха серая, измельчённые плоды 2 части

Столовую ложку сбора кипятят 20 минут в стакане воды, доливают до первоначального объёма и пьют по 2 столовые ложки 3-4 раза в день при поносах от нескольких дней до 3-4 недель (до появления оформленного стула).

* **горец змеиный, корневище 3 части**
лапчатка гусиная, трава 2 части
лапчатка прямостоячая, корневище 3 части
мята, листья 2 части
пастушья сумка, трава 6 частей
ромашка аптечная, цветы 2 части

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

ГОРЕЦ ПЕРЕЧНЫЙ – Polygonum hydropiper L., семейство гречишные.

Синонимы и народные названия: *водяной перец, лягушачья трава, гирчак женский, собачий перец, горец водяной, горчак, брылена, женская геморройная трава; Persicaria hydropiper Opiz.* Однолетник. Растёт в европейской части СНГ, южнее 65° с.ш., на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, Средней Азии, на Дальнем Востоке.

*** Настой и настойку травы** применяют при различных кровотечениях, в том числе и маточных, при язвенной болезни, малярии, поносах, задержке месячных, а также как мочегонное средство при заболеваниях мочевого пузыря.

а) 10,0-20,0 травы настаивают в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день. Наружно настой травы применяют для обмываний и примочек при кожных сыпях, ранах, абсцессах, опухолях как обезболивающее средство. При геморрое сидячие ванны из настоя сочетают с приемом настоя внутрь.

б) 25,0 травы настаивают 5-7 дней в стакане водки и принимают по 30-40 капель 3 раза в день.

* **Измельченную свежую траву** применяют наружно как нарывное и отвлекающее (вместо горчичников) средство, при сыпях, абсцессах, ранах (обезболивающее). Свежие раздавленные листья прикладывают к затылку при насморке или головной боли.

* **При зубной боли** применяют сок растения, разведенный водой в соотношении 1:10, для полоскания полости рта.

* **Смесь травы горца** перечного, коры дуба и цветов льнянки, взятых в равных количествах, выдерживают 12 часов в растопленном свином сале, изредка помешивая. Полученной мазью смазывают небольшой кусочек марли и вводят в задний проход на 4-5 часов при геморрое и трещинах заднего прохода. Мазь успокаивает боль, уменьшает воспалительные явления, способствует остановке кровотечения.

* **горец перечный, трава 5 частей**
манжетка обыкновенная, листья 2
части
ромашка аптечная, цветы 2 части

яснотка белая или
стеблеобъемлющая, цветы 1 часть

2 столовые ложки смеси кипятят в 3-х стаканах воды пока объём жидкости не уменьшится на 1/3 и пьют тёплым по 3/4 стакана 2 раза в день при болезненных месячных.

Примечания: при болезнях почек и мочевого пузыря лечение водяным перцем противопоказано; заготавливают траву до покраснения стеблей.

ГОРЕЦ ПОЧЕЧУЙНЫЙ – *Polygonum persicaria* L., семейство гречишные. Растение ядовито. Народные названия: *геморроидальная трава, почечуйная трава, блошная трава, почечуйка, горчак, горькая рябинка, гусятник, почечуйник*. Однолетник. Растёт на всей территории СНГ, кроме северной части.

*** Траву применяется** как слабительное, противовоспалительное, обезболивающее, мочегонное, усиливающее деятельность сердечно-сосудистой системы, гипотензивное, кровоостанавливающее средство. Она суживает кровеносные сосуды, повышает свертываемость и вязкость

крови. Назначают препараты горца при геморрое, запорах, в том числе атонических и спастических, гипертонической болезни, дизентерии, остром нефрите, варикозном расширении вен. Кроме того, они оказывают тонизирующее влияние на матку, чем обусловлено их положительное действие при маточных кровотечениях.

а) Настой травы 1:10 принимают по столовой ложке 3-4 раза в день до еды, в тяжелых случаях разовую дозу настоя доводят до 100 граммов.

б) Отвар травы 1:20 принимает по столовой ложке 3-4 раза в день до еды.

в) Чайную ложку травы варят 15 минут в 1,5 стакана воды, настаивают 2 часа и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день.

*** При геморрое,** отеках нижних конечностей, флюсе, ревматизме к больным местам в качестве обезболивающего и противовоспалительного средства прикладывают припарки из травы.

*** При ранах, язвах** и лишаях отвар применяют наружно в виде примочек, в этих же случаях пользуются соком свежей травы.

ГОРЕЦ ПТИЧИЙ – *Polygonum aviculare* L., семейство гречишные. Синонимы и народные названия: *птичья гречиха, спорыш, конопь, мурава, гусятница, горлец, гусятник, топтун, придорожник, куроед*. Однолетник. Растёт в северных и умеренных областях Евразии.

*** Отвар и настой травы** применяют, как укрепляющее после перенесенных тяжелых заболеваний и тонизирующее в старческом возрасте средство, при нервном истощении. Кроме того, настой и отвар действуют как мочегонное, повышающее свертываемость крови, отхаркивающее и противовоспалительное средство. Препараты спорыша назначают при коклюше, маточных кровотечениях после абортов и родов при недостаточной инволюции матки, гипертонической болезни, малярии, опухолях, туберкулезе легких, болезнях печени и желчного пузыря, желчно- и мочекаменной болезнях, цистите, поносах, лихорадке, дизентерии и язвенной болезни.

а) 20,0 травы кипятят 10 минут в 500,0 воды и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

б) 20,0 травы настаивают в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

* **Сок свежей травы** используют наружно для лечения чистых и гнойных ран, внутрь принимают при геморрое. При желтухе, сопровождающейся повышением температуры, народные целители предлагали выпить за один приём с небольшими перерывами 1,8 литра сока свежей травы.

* **При опухолях и болезнях обмена**, включая ожирение, настой травы (чайная ложка на полтора стакана кипятка) принимают по 1/2 стакана 3 раза в день.

* **горец птичий, трава 1 часть**
лапчатка гусиная, трава 2 части
подорожник большой, листья 2 части
Столовую ложку смеси настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день при поносах.

* **горец птичий, трава**
омела, трава
пастушья сумка, трава – по 1 части
Столовую ложку смеси настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют при обильных месячных по стакану настоя утром и вечером.

* **горец птичий, трава 2 части**

пикульник, трава 1 часть

хвощ полевой, трава 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и выпивают за день в качестве мочегонного средства.

* **горец птичий, трава**

дрок, трава – по 1 части

хвощ полевой, трава 2 части

шиповник, плоды 1 часть

4 столовые ложки смеси заваривают в литре кипятка и выпивают за один приём при цистите. Через некоторое время принимают горячую ванну.

* **горец птичий, трава 5 частей**

дуб, кора 1 часть

крапива двудомная, листья 3 части

ромашка аптечная, цветы 1 часть

2 столовые ложки смеси отваривают в литре воды и применяют для спринцеваний и вагинальных тампонов при белях.

* **горец птичий, трава 1 часть**

золототысячник, трава 3 части

лапчатка гусиная, трава 1 часть

хвощ полевой, трава 5 частей

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и выпивают за день в несколько приёмов при дисменорее.

- * **горец птичий, трава 1 часть**
козлятник, трава 2 части
лопух, корни 1 часть
окопник, корни 1 часть
омежник водяной, плоды 1 часть

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и пьют по стакану 2-3 раза в день при сахарном диабете.

- * **горец птичий, трава**
овёс, трава
тимьян, трава
цикорий, трава и корни
шиповник, плоды – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 4 часа в 2-х стаканах кипятка и пьют по 3/4 стакана 1-2 раза в день при болезнях мочевого пузыря.

ГОРЕЧАВКА ЛЕГОЧНАЯ – *Gentiana pneumonanthe* L., семейство горечавковые. Синоним: *синий зверобой*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири.

*** Чайную ложку травы с корневищами** или одних корневищ заливают стаканом воды и кипятят 10 минут, пьют по ½ стакана 3 раза в день за 30 минут до еды при нервных заболеваниях, общем упадке сил, обмороках, отсутствии аппетита, лихорадке, подагре, болезнях желудочно-кишечного тракта, обильных месячных и глистных инвазиях.

ГОРЕЧАВКА

ПЕРЕКРЕСТНОЛИСТНАЯ – *Gentiana cruciata* L., семейство горечавковые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *горечавка крестообразная, соколий перелёт*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе, в Западной Сибири и Казахстане.

*** Препараты горечавки** применяют при отсутствии аппетита, нарушениях пищеварения, ахилии, запорах, артритах, ревматизме, подагре, бледной немочи у девушек.

а) 5,0 корней отваривают 7-10 минут в 200,0 воды, пьют по стакану 3 раза в день.

б) 2 чайные ложки корней настаивают в стакане водки 3 недели, пьют по 2 столовые ложки перед едой.

в) Измельчённый в муку корень пьют по 1-2 щепотки 3 раза в день, запивая водой.

* **Гнойные раны** засыпают порошком из корня.

* **горечавка перекрёстнолистная,**
корни 1 часть

дуб, кора 3 части

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды. Полотном, намоченным в этом отваре, обёртывают на ночь ноги при их повышенной потливости.

ГОРИЧНИК РУССКИЙ – *Peucedanum ruthenicum* М.В. семейство зонтичные. Народное название: *адамово ребро*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе.

* **Растение обладает** болеутоляющим, отхаркивающим, усиливающим секреторную деятельность желудка и кишечника, мочегонным, потогонным, возбуждающим, антисептическим и улучшающим обмен веществ действием. Препараты из него используют при простудных заболеваниях, кашле, бронхите, бронхиальной астме, атеросклерозе, ревматизме, подагре и малярии.

а) 25,0 травы и корней настаивают в 100,0 спирта и пьют по 25 капель 3 раза в день.

б) 20,0 корней и травы настаивают в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

в) Чайную ложку корней настаивают 8 часов в двух стаканах холодной кипяченой воды и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

ГОРОХ ПОСЕВНОЙ – *Pisum sativum* L., семейство бобовые. Однолетник. В культуре по всему свету.

* **Отвар семян и травы** применяют при мочекаменной болезни, как мочегонное и растворяющее камни средство.

* **Фурункулы и карбункулы** присыпают гороховой мукой.

ГОРОШЕК МЫШИНЫЙ – *Vicia crassa* L., семейство бобовые. Синонимы и народные названия: *синель, воробыные стручки, журавник, горошек синий.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Предкавказье, Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке, в Средней Азии.

* **Свежая измельченная** или сухая размоченная в воде трава используется наружно в качестве нарывного средства. Припарки из травы применяют при опухолях.

ГОРЧАК ПОЛЗУЧИЙ – *Acroptilon picris* С.А.М., семейство сложноцветные. Растение ядовито. Синоним: *Acroptilon repens* (L.) D.C. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ.

* **Настой травы** в народной медицине Средней Азии и Кавказа применяют при малярии и эпилепсии.

ГОРЧИЦА БЕЛАЯ – *Sinapis alba* L., семейство крестоцветные. Синоним: *горчица английская*. Однолетник. Растёт по всей Европе и в Сибири. Культивируется в северной зоне России.

* **Горчичное семя** в небольших дозах улучшает пищеварение, усиливает деятельность желудочно-кишечного тракта при его вялости и склонности к запорам. Для этого ежедневно принимают натошак по 10 размолотых семян, постепенно дозу увеличивают, и доводят ее до 20 семян в

день. Можно применять горчичный порошок, лечение им начинают с 1/4 чайной ложки и доводят разовую дозу до полной ложки.

* **Чайную ложку** горчичной муки настаивают в 10 чайных ложках водки 8 дней и принимают по 20-30 капель перед едой в качестве средства, улучшающего аппетит и пищеварение.

* **Третью часть** чайной ложки порошка из семян принимают натошак как послабляющее при запорах средство. Порошок рекомендуется запивать молоком.

* **При простудных заболеваниях** пьют три раза в день по рюмке водки, в которую добавляют 1/4 чайной ложки горчичного порошка и щепотку соли.

* **При простудных заболеваниях**, а также для их предотвращения после переохлаждения на ночь надевают носки, в которые насыпают сухой горчичный порошок.

* **Горчичный порошок** разводят теплой водой до получения тестообразной массы. Через 20-30 минут ее наносят тонким слоем на бумагу или чистую ткань и закрывают сверху куском марли. В таком виде

самодельный горчичник прикладывают к телу. Применяют при простудных заболеваниях, плевритах, болезнях легких, ревматизме, невритах и радикулитах.

*** Для профилактики простудных заболеваний и лечения их** применяют горячие ножные ванны с горчицей. На ведро воды берут две столовые ложки горчичного порошка.

*** Для возбуждения кровообращения и облегчения отхаркивания** иногда применяют общие горчичные ванны. На одну ванну требуется 200,0 горчичного порошка, детям в зависимости от возраста – в 2-10 раз меньше.

Противопоказания для приема внутрь: туберкулез легких и нефрит.

ГОРЧИЦА ЧЕРНАЯ – *Sinapis nigra* L., семейство крестоцветные. Синонимы: *французская чёрная горчица; Brassica nigra* (L.) Koch. Однолетник. Растёт (редко) в европейской части СНГ и Закавказье.

*** Применяются** наряду с горчицей белой.

ГРАВИЛАТ ГОРОДСКОЙ – *Geum urbanum* L., семейство розоцветные.

Синоним: *звездичный корень*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ и в Западной Сибири.

*** Столовую ложку травы** или корневищ с корнями настаивают 2 часа в стакане кипятка в закрытом сосуде и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день до еды. Настой используется как вяжущее и противовоспалительное средство при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, сопровождающихся повышением температуры, при метеоризме, кишечных коликах, рвоте, раздражающем кашле, заболеваниях печени и желчного пузыря, малярии, различных кровотечениях. Иногда настой рекомендуют как успокаивающее средство.

*** При маточных кровотечениях** 2 столовые ложки измельчённых корней и корневищ заливают 1,5 стакана кипятка, выпаривают до половины первоначального объёма и пьют по столовой ложке через каждый час.

*** Столовую ложку травы** или корневищ с корнями настаивают 2 часа в стакане кипятка в закрытом сосуде. Настой применяют для полосканий при

кровотечении из дёсен, воспалительных процессах в полости рта, горла и для подмываний при белях.

*** В некоторых местах** водочную настойку корней и корневищ применяли при неоперабельных формах рака желудка. Для этого десертную ложку сырья настаивали 3 дня в 1/2 литра водки и пили по столовой ложке 3-4 раза в день до еды в течение 1-2 месяцев. После недельного перерыва курс повторяли.

*** Порошок из сухой** измельченной травы (на кончике ножа) принимают при кашле. Запивают медовой водой (чайная ложка мёда на 1/4 стакана воды). Порошок рекомендуется пить и при бронхиальной астме во время приступов.

ГРЕЧИХА ПОСЕВНАЯ – *Fagopyrum sagittatum* Gilib., семейство гречишные. Синонимы: *гречиха обыкновенная; Polygonum fagopyrum L.* Однолетник. Широко известная культура.

*** При простудных заболеваниях,** болезнях органов дыхания, кашле, атеросклерозе, особенно в сочетании с высоким кровяным давлением, повышенной

хрупкости и проницаемости кровеносных сосудов применяют листья и цветы растения.

а) 25,0 - 30,0 цветов и листьев кипятят в литре воды в течение пяти минут и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день.

б) 15,0 цветков настаивают в 0,5 литра кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

*** Измельченные свежие листья** прикладывают к чистым и гнойным ранам для скорейшего их заживления. Сухие листья гречихи перетирают в порошок, просеивают через частое сито и применяют как детскую присыпку. В качестве хорошей детской присыпки можно использовать просеянную муку тонкого помола. Настой цветов и листьев заваривают кипятком и пьют вместо чая при атеросклерозе, особенно в сочетании с высоким артериальным давлением.

*** гречиха, цветы**
мак дикий, цветы
мальва лесная, цветы
мать-мачеха, листья
медуница, трава – по 1 части

50,0 смеси настаивают в 5 стаканах воды и пьют по стакану 5 раз в день при заболеваниях гортани, трахеи и лёгких.

Примечание: свежие листья гречихи и цветки внутрь не употребляются, так как в некоторой степени обладают ядовитыми свойствами.

ГРУДНИЦА МОХНАТАЯ – *Linosyris villosa* DC. семейство сложноцветные. Народные названия: *чахница, степной чай, дикий шалфей*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, юге Западной Сибири, в Средней Азии.

*** Две чайные ложки травы** настаивают два часа в стакане кипятка, пьют по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день за 20 минут до еды при заболеваниях органов дыхания и пищеварения в качестве вяжущего, обезболивающего, противовоспалительного, антисептического и противокашлевого средства. Свежую траву наружно используют как обезболивающее средство.

ГРУША ОБЫКНОВЕННАЯ – *Pyrus communis* L., семейство розоцветные.

Дерево. Растёт в средней и южной полосах европейской части СНГ.

* **Свежие плоды** употребляют в пищу как средство, регулирующее пищеварение, вареные и печеные плоды – при кашле, удушье и туберкулезе легких. Сок плодов обладает мочегонным и антибактериальным действием.

* **Стакан сухих плодов** отваривают в 1/2 литра воды, настаивают 4 часа и пьют натошак по 1/2 стакана 4 раза в день в качестве мочегонного и антисептического средства при бактериурии, мочекаменной болезни, закрепляющего – при поносах. Кроме того, отвар применяют при кашле и лихорадке и в качестве обезболивающего средства.

* **груша, сухие плоды 1/2 стакана**
овёс, овсяная крупа
3 столовые ложки

Всё количество смеси отваривают в 2-х стаканах воды, настаивают 1 час и пьют по 1/2-1/4 стакана 4 раза в день до еды при поносах.

Примечание: для лекарственных целей используют культурные формы растения.

ГРЫЖНИК ВОЛОСИСТЫЙ – *Herniaria hirsuta* L., семейство гвоздичные. Однолетнее или многолетнее растение. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе и в Средней Азии.

* Используют наравне с грыжником гладким.

ГРЫЖНИК ГЛАДКИЙ – *Herniaria glabra* L., семейство гвоздичные. Синонимы и народные названия: *грыжник голый, собачье мыло, остудник, кильная трава, метла, грим.* Однолетник. Растёт в европейской части СНГ, кроме Арктики и Закавказья, в Западной Сибири, Казахстане, Средней Азии.

* Траву применяют для лечения заболеваний мочевого пузыря, острого нефрита и других заболеваний почек, венерических болезней, ревматизма, подагры, артритов, водянки, болезней легких, а также для снятия спазмов органов брюшной полости.

а) 30,0 – 50,0 травы настаивают в литре кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день до еды.

б) Две чайные ложки травы настаивают в стакане кипятка, принимают по столовой ложке 3-5 раз в день.

в) Свежий сок травы пьют по 2 столовые ложки 3-4 раза в день.

* **грыжник гладкий, трава**

марь благовонная, трава – по 1 части
2 чайные ложки смеси настаивают в стакане кипятка и выпивают за день в качестве мочегонного средства.

* **грыжник, трава 5 частей**

любисток, корни 1 часть

можжевельник, плоды 1 часть

стальник полевой, корни 1 часть

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и пьют по 2-3 стакана в день при мочекаменной болезни.

ГРЫЖНИК МНОГОВРАЧНЫЙ –
***Herniaria polygama* J.Goy.**, семейство
гвоздичные. Растение ядовито. Синонимы и
народные названия: *грыжник душистый*,
собачье мыло, *грыжная трава*; *Herniaria*
odorata Andrz. Однолетник. Растёт в степях
европейской части СНГ, Западной Сибири,
Средней Азии.

*** Трава обладает** сильным мочегонным, вяжущим, противовоспалительным и обезболивающим действием, вследствие чего применяется для лечения заболеваний почек, мочевого пузыря и мочевыводящих путей с явлениями альбуминурии, водянки, гонореи, подагры, ревматизма, артритов и воспалительных заболеваний легких. Три чайные ложки свежей травы настаивают в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 2-4 раза в день.

ГУЛЯВНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – **Sisymbrium officinale L.**, семейство крестоцветные. Народные названия: *колючка, усовная трава, редюха лесная, уразная трава*. Однолетник или двулетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке и Кавказе.

*** Столовую ложку травы** настаивают два часа в стакане кипятка, добавляют по вкусу мёд и пьют по столовой ложке 4-5 раз в день. Применяют как хорошее отхаркивающее средство при заболеваниях органов дыхания, главным образом при туберкулезе легких, при охриплости,

простудных заболеваниях, а также цинге и в качестве мочегонного средства при водянке.

* **Сок свежих листьев** по 50,0-100,0 в день пьют при болезнях органов дыхания, простудных заболеваниях и как мочегонное средство при водянке.

ГУСИНЫЙ ЛУК ЖЕЛТЫЙ – *Gagea lutea* L., семейство лилейные. Народные названия: *жёлтый подснежник, гадючий лук, малый тоблак.* Травянистый многолетник. Растёт почти по всему СНГ.

* **Столовую ложку свежих луковиц** варят пять минут в 1,5 стакана воды, настаивают 1-2 часа и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при желтухе, водянке, бронхиальной астме. Свежие луковицы используют также наружно в качестве ранозаживляющего средства. Отваром луковиц в молоке лечат спазмофилию.

ДЕВЯСИЛ БРИТАНСКИЙ – *Inula britannica* L., семейство сложноцветные. Народные названия: *лесная желтуха, золотушник, золотарник, горькуша, кровянка, боровник.* Травянистый

многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири.

*** Столовую ложку травы** настаивают не менее часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве вяжущего, потогонного, мочегонного и антисептического средства при кровотечениях, поносах и простудных заболеваниях.

*** Измельченные свежие листья** растения прикладывают к кровоточащим, гнойным ранам и язвам для остановки кровотечения, скорейшего их очищения и заживления.

ДЕВЯСИЛ ВЫСОКИЙ – *Inula helenium* L., семейство сложноцветные. Синонимы и народные названия: *девясил Елены, оман, девятисил, дивосил.* Травянистый многолетник. Растёт почти повсеместно в средней полосе и юго-восточной части Евразии.

*** Растение стимулирует обмен веществ,** регулирует месячные, обладает отхаркивающим, тонизирующим, улучшающим аппетит, пищеварение, общеукрепляющим, противоглистным (по

действию близок к сантонину), мочегонным, желчеобразующим и желчегонным, антисептическим, противовоспалительным и вяжущим действием. Оно находит применение при геморрое, острых респираторных заболеваниях, бронхитах, анемии, метеоризме, болезнях суставов, в том числе ревматизме, маточных кровотечениях, туберкулезе легких, гриппе, коклюше, болезнях желудочно-кишечного тракта, сопровождающихся понижением кислотности желудочного сока и поносами, болезненных месячных, аменорее, опущении матки, гипертонической болезни и сахарном диабете.

а) 20,0 корневищ кипятят в стакане воды, настаивают 4 часа и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 20 минут до еды.

б) 25,0 корневищ настаивают в 100,0 водки и пьют по 25 капель 3 раза в день до еды.

в) Две чайные ложки корневищ настаивают 8 часов в двух стаканах холодной воды и пьют по 1/2 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды.

г) Порошок корневища по 0,2-0,5 принимают 2 раза в день до еды.

* **Девясилковое вино:** столовую ложку свежих корневищ варят 10 минут в 500,0 кагора или портвейна, добавляют столовую ложку меда и пьют по 50,0 после еды при энтеритах, гастритах с пониженной кислотностью желудочного сока, а также как общеукрепляющее и тонизирующее средство.

* **100,0 свежих корневищ** кипятят в литре воды, после чего настаивают 4 часа и применяют для обмываний и местных ванн при экземе, чесотке, лишаях, золотухе, нейродермитах, сыпях, при этих же заболеваниях применяют мазь из одной части порошка корневищ и двух частей свиного сала, сливочного масла или вазелина.

* **10,0 корневищ** кипятят 10 минут в 100,0 несоленого топленого свиного сала. Полученной мазью один раз в день на ночь смазывают пораженные экземой участки кожи.

* **Несколько столовых ложек корневищ** варят 15 минут в равном количестве свиного сала, процеживают горячим и добавляют две столовые ложки березового дегтя и немного серы. Этой мазью в течение нескольких

дней смазывают пораженные чесоткой участки кожи, затем обмывают тело отваром этого корневища (20,0:200,0).

* **Две столовые ложки корневищ** девясила и корневищ щавеля густого, взятых в таком же количестве, смешивают со стаканом сливочного масла и применяют для лечения экзем.

* **девясил, корневища**

лопух, корни – по 1 столовой ложке

Всё количество смеси отваривают 20 минут в литре воды, настаивают в термосе 4 часа и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день до еды при отложении солей, остеохондрозе, ревматизме.

* **девясил, корневища**

мать-мачеха, листья

первоцвет аптечный, корни – по 1 части

2 чайные ложки смеси кипятят 5 минут в стакане воды, настаивают 15 минут и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день при бронхитах и фибринозной пневмонии.

* **девясил, корневища**

зверобой, трава

лопух, корни

орех грецкий, листья – по 1 части

Столовую ложку смеси отваривают в стакане кипятка и пьют по 2-3 стакана в день при обыкновенных угрех.

* **девясил, корневища 20,0**
мята, листья 10,0
ромашка, цветы 10,0
сосна, почки 15,0
тимьян, трава 10,0
шалфей, листья 20,0
эвкалипт, листья 15,0

Столовую ложку смеси заливают стаканом воды, доводят до кипения на водяной бане и вдыхают пары отвара перед сном по 15-25 минут при хронических заболеваниях дыхательных путей.

Противопоказания: болезни почек и беременность.

ДЕВЯСИЛ ИВОЛИСТНЫЙ – *Inula salicina* L., семейство сложноцветные. Народные названия: *жёлтый глаз, сердечная трава, воловьи очи, чистец.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири.

***** **Растение** **обладает**
кровоостанавливающим, потогонным,
мочегонным, антисептическим, вяжущим,
противовоспалительным и успокаивающим
действием. Применяется оно при
кровотечениях, поносах, спазмофилии,
эпилепсии, ангинах.

а) Столовую ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день перед едой.

б) Столовую ложку травы кипятят пять минут в стакане воды, настаивают один час и пьют по столовой ложке 4 раза в день за 15 минут до еды.

***** **Свежие измельченные листья**
прикладывают к гнойным ранам и язвам для
скорейшего их заживления.

ДЕВЯСИЛ ШЕРШАВЫЙ – *Inula hirta* L.,
семейство сложноцветные. Народные
названия: *дивуха, нашатырка, ворохия,*
чайная трава. Травянистый многолетник.
Растёт в европейской части СНГ.

***** **Столовую ложку травы** настаивают 1-2
часа в стакане кипятка и пьют по столовой
ложке 3-4 раза в день перед едой в качестве
мочегонного, потогонного, вяжущего и

антисептического средства. При рахите и золотухе детей купают в этом настое. Свежие измельченные листья используют как ранозаживляющее средство.

ДЕСКУРАЙНИЯ СОФИИ – *Descurainia Sophia* (L.) Schur., семейство крестоцветные. Синонимы и народные названия: *кудрявец, гулявник струйчатый, Софии; декурения, Софиева трава, усовная трава, вишивая трава, огородные веники; *Sisymbrium Sophia* L..* Растение ядовито. Однолетник. Растёт по всей Европе, в Сибири, на Дальнем Востоке, в Средней Азии, на Кавказе.

*** Две чайные ложки семян** кипятят в стакане воды, настаивают час и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день как слабительное средство при атонических запорах, а также при болезнях желудка, сердечно-сосудистой системы, водянке и в качестве жаропонижающего и противоглистного средства.

*** Свежими растертыми листьями** лечат гнойные раны и язвы, прикладывая кашицу к пораженным местам.

* **При гипотонии, поносах, водянке, почечно- и желчнокаменной болезнях, глистных инвазиях, маточных кровотечениях и кровохарканье** применяют настой травы. Для его приготовления чайную ложку сырья заваривают в 1,5 стакана кипятка, настаивают два часа и пьют по столовой ложке 3 раза в день до еды.

ДОННИК БЕЛЫЙ – *Melilotus albus* Desr., семейство бобовые. растение ядовито. Синонимы и народные названия: *белый буркун, каменица, кропило; Melilotus vulgaris Willd.* Однолетник. Растёт в европейской части СНГ, в Сибири до Якутии, на Дальнем Востоке, Кавказе и Средней Азии.

* **Трава используется** для лечения простудных заболеваний, лихорадки, как молокогонное средство при недостатке молока у женщин, как мочегонное средство при водянке. Мазь из листьев и цветов на топлёном коровьем масле в соотношении 1:1 используется при небольших ранах.

ДОННИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – *Melilotus officinalis* L., семейство бобовые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия:

донник жёлтый, жёлтый буркун, дикая греча, женский донник, донец, жёлтый цвет, заячий холодок, седаш, мольная трава, хрестовник, чемирник, воргун, милот; *Trifolium officinalis* Willd., *Melilotus macrorhiza* Pers. Двулетник. Растёт в европейской части СНГ, в Азии до Западного Китая, в Средней Азии.

*** 2 чайные ложки травы** настаивают в 1,5 стакана кипятка и пьют по 1/2 стакана 2-3 раза в день как успокаивающее, спазмолитическое, противосудорожное, отхаркивающее и болеутоляющее средство. Настой применяют при хронических бронхитах, бессоннице, мигрени, климактерических расстройствах месячных, геморрое, метеоризме, неврастении, истерии, меланхолии, повышенной возбудимости. Он также способствует выделению молока у кормящих матерей.

*** 2 столовые ложки травы** настаивают в 2-х стаканах кипятка, применяют наружно для ванн, компрессов, обмываний, примочек при гнойных ранах, мастите, отите, фурункулёзе.

*** При фурункулах, абсцессах, мастите, суставном ревматизме** к пораженным

местам прикладывают свежие измельченные листья.

*** 2 столовые ложки цветов** растирают с 2-3 столовыми ложками сливочного масла и используют наружно в качестве нарывного средства при фурункулёзе, абсцессах, мастите и для втираний при суставном ревматизме.

*** К одной части измельчённой травы** добавляют по 3 части жёлтого пчелиного воска, канифоли и подсолнечного масла. Всё тщательно перемешивают и используют как мягчительное средство (мелилотно́й пластырь).

*** При подагре настой травы** (чайную ложку на стакан кипятка) принимают внутрь по 1/2 стакана 2-3 раза в день и одновременно обкладывают пораженные места свежими измельченными листьями.

*** При простудных заболеваниях** теплый донниковый чай (чайная ложка травы на стакан кипятка) пьют с медом по стакану за раз.

*** донник лекарственный, трава**
мать-мачеха, листья – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 3-4 столовые

ложки 5 раз в день при воспалении яичников. Курс лечения 2-3 недели. Во время лечения рекомендуется воздерживаться от половой жизни.

* **донник, трава**

ромашка аптечная, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день при метеоризме.

* **донник, трава**

ромашка аптечная, цветы – по 1 части

3-5 столовых ложек смеси заваривают небольшим количеством кипятка, чтобы образовалась кашицеобразная масса, заворачивают в ткань и прикладывают в горячем виде к больному месту (припарки).

* **донник, трава 1 часть**

крапива двудомная, листья 1 часть

крушина, кора 3 части

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2-1/3 стакана на ночь в качестве слабительного средства.

Примечание: при длительном и неумеренном употреблении возможны осложнения в виде головной боли,

головокружения, рвоты, бессонницы и параличей.

ДРЕМА БЕЛАЯ – *Melandrium album* (Mill.) Garcke., семейство гвоздичные. Народные названия: *запорная трава, зубная трава, зубник, белоголовица, лесной куколь, огурешник, щелкун, хлопнушки*. Двулетник. Растёт почти по всему СНГ.

*** Столовую ложку травы** настаивают 1-2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день как противовоспалительное, мягчительное, обезболивающее, кровоостанавливающее, успокаивающее, слабое снотворное и спазмолитическое средство при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. При бессоннице настой пьют по 1/2 стакана на ночь. Этим же настоем полощут рот при зубной боли.

*** Из измельченной травы** делают припарки к воспалительным инфильтратам для ускорения процесса созревания, к геморроидальным шишкам – для снятия болей.

ДРОК КРАСИЛЬНЫЙ – *Genista tinctoria* L., семейство бобовые. Растение ядовито. Кустарник. Растёт в средней и южной зонах европейской части СНГ, Западной Сибири.

*** 10,0 травы настаивают** в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день, или столовую ложку травы настаивают в двух стаканах кипятка и выпивают за день. Настой действует как тонизирующее средство при астении и гипотонии, истощении; как мочегонное и противовоспалительное – при сердечно-сосудистой недостаточности, цистите, остром и хроническом пиелонефрите, а также как лёгкое послабляющее и при болезнях печени, и гипотиреозе. В последнем случае он действует подобно тиреоидину. Наружно настоями и отварами травы лечат лишай, золотуху и гнойники.

*** 15,0 травы** кипятят в 0,5 литра воды, пока объем жидкости не уменьшится на 2/3, и пьют через каждые два часа по две столовые ложки. Лечение проводят через день до выздоровления: нормализации деятельности кишечника или почек.

*** Столовую ложку семян настаивают в стакане кипятка, выпивают за день в качестве слабительного средства.**

*** дрок красильный, трава 4 части**
лён, семена 4 части
можжевельник, плоды 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 6 часов в стакане холодной воды, кипятят 15 минут и выпивают за день при подострых нефритах.

*** дрок красильный, трава 10,0**
дубровник, трава 10,0
зимолубка зонтичная, трава 10,0
истод, трава 5,0
конопля, семена 12,0
купена лекарственная, листья 10,0
лещина, кора 15,0
синеголовник, трава 10,0
стальник, корни 20,0
хвощ полевой, трава 10,0

Столовую ложку смеси настаивают час в 1/2 литра кипятка, выпивают в течение дня в 4 приёма (через час после еды) при простатитах. Курс лечения 25-30 дней, повторный курс через 2-3 недели.

ДУБ ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Quercus robur* L., семейство буковые. Синонимы: *дуб черешчатый, летний.* Дерево. Растёт в европейской части СНГ.

*** Одну часть коры** кипятят 30 минут в 10 частях воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве вяжущего, противовоспалительного, противогнилостного и кровоостанавливающего средства при дизентерии, желудочных, маточных и кишечных кровотечениях, гематурии, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, энтероколитах, язвенных колитах, малярии, цистите. Листья дерева также обладают вяжущими свойствами, вследствие чего применяются при поносах.

*** 40,0 коры** отваривают в 200,0 воды и используют наружно для мытья ног при их потливости; для спринцевания – при женских заболеваниях, в том числе и трихомонадных кольпитах; для сидячих ванн – при выпадении прямой кишки и кровоточащем геморрое; для обмываний и примочек – при пролежнях, кожных проявлениях экссудативно-катарального диатеза, отморожениях, наружных

кровотечениях; для полосканий – при воспалительных заболеваниях слизистой оболочки полости рта и ангинах; для общих ванн – при рахите.

* **К стакану отвара** дубовой коры (без дозировки) добавляют чайную ложку мёда, перемешивают. За час до мытья головы смесь втирают в корни волос при жирной себорее.

* **10,0 коры** отваривают в стакане воды, добавляют 2,0 квасцов и 15,0 глицерина, используют для полоскания полости рта при лечении стоматитов, гингивитов, глоссита.

* **Высушенные жёлуди** поджаривают, измельчают и заваривают как кофе, пьют без дозировки («жёлудевый кофе») при энтеритах и колитах (катаре кишок). Тёплый настой желудей и коры на красном виноградном вине используют при грыже в виде компрессов.

* **дуб, кора**

ива, кора – по 1 части

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

* **дуб, кора 2 части**

лапчатка прямостоячая, корневище –
3 части

2 чайные ложки сбора настаивают 6 часов в стакане воды, после чего кипятят. Остуженный отвар используют для промывания носовой полости или тампонов в нос при кровотечении. Внутрь принимают по столовой ложке 5-6 раз в день при поносах.

* **дуб, кора 2 части**
липа, цветы 1 часть

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

* **дуб, кора 2 части**
орех грецкий, листья 3 части

Чайную ложку сбора отваривают в 2-х стаканах воды и выпивают за день в несколько приёмов при поносе.

* **дуб, кора 3 части**
лен, семена 3 части
ромашка аптечная, цветы 4 части

2 чайные ложки сбора настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану на ночь в качестве слабительного средства при геморрое.

* **дуб, кора 5 частей**
каштан конский, плоды с кожурой 3
части

ромашка аптечная, цветы 3 части
шалфей, листья 2 части

3 столовые ложки сбора настаивают в
литре кипятка и применяют для ванн и
припарок на анальную область при
геморрое.

* **дуб, кора**
лапчатка прямостоячая, корневище
пастушья сумка, трава
тысячелистник, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают 30
минут в стакане кипятка и пьют по стакану
утром и вечером при обильных месячных.

* **дуб, кора**
земляника, листья
лапчатка гусиная, трава
малина, листья
тысячелистник, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора настаивают 4-6
часов в стакане воды, кипятят и пьют по
стакану в день в течение 5-8 дней при
меноррагии и воспалении слизистой
кишечника.

* **дуб, кора 2 части**

мальва, цветы 2 части
орех грецкий, листья 5 частей
ромашка аптечная, цветы 5 частей
шалфей, листья 3 части

2 столовые ложки сбора отваривают в литре воды и применяют для спринцеваний и вагинальных тампонов при белях.

* **дуб, очищенные желуди 3 части**
овёс, семена 1 часть
одуванчик, корни 1 часть
рожь, семена 2 части
цикорий, корни 2 части
ячмень, семена 2 части

Зерно и желуди предварительно поджаривают до покраснения, затем измельчают в муку. Сбор применяют как суррогат кофе, пьют его с молоком и сахаром при золотухе и судорогах у детей, а так же в качестве общеукрепляющего средства.

ДУДНИК ЛЕСНОЙ – *Angelica silvestris* L.,
семейство зонтичные. Синонимы и народные названия: *дягиль лесной, волчья дудка, рева, кукотина, ангелика, купырь.*

* **Три грамма корней** отваривают в 100,0 воды и принимают по 1/2 стакана 2-3 раза в

день (или же 15,0 корней отваривают в стакане воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день). Отвар назначают при отсутствии аппетита, нерегулярных месячных, поносах, а также в качестве спазмолитического, мочегонного, дезинфицирующего, седативного, отхаркивающего и болеутоляющего средства.

*** При подагре, ревматизме, радикулитах** применяют ванны с настоем корней из расчета 50 граммов сырья на ведро воды.

*** дудник лесной, семена 1 чайная ложка**

чемерица, корни 1 столовая ложка

Всё количество травы смешивают с несолёным свиным жиром (1 часть смеси и 4 части жира). Полученной мазью натирают тело при бельевых вшах.

Примечание: Свежий корень и его сок иногда вызывают контактную аллергию.

ДУРМАН ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Datura stramonium* L., семейство пасленовые. Многолетнее сильно ядовитое растение. Синоним: *дурман вонючий*. Растёт в южной и средней полосе европейской части СНГ, в

Средней Азии, Западной Сибири, на Дальнем Востоке, Кавказе, в Крыму.

*** Растение обладает** седативным, спазмолитическим, болеутоляющим и противосудорожным действием. Его используют при невралгии, бронхиальной астме, хоре, ревматизме, нервных заболеваниях, в том числе неврозах, спазмах желудочно-кишечного тракта, судорогах, эпилепсии, коклюше, нимфомании (чрезмерном половом влечении у женщин) и приапизме (болезненной и продолжительной эрекции без либидо). Для этого одну часть листьев или плодов настаивают в пяти частях спирта и пьют по 2 капли 4-5 раз в день. Такое же действие оказывает порошок листьев, принимаемый по 0,1 три раза в день.

*** 20,0 листьев и семян** настаивают в ведре кипятка и используют для сидячих ванн при частичном выпадении матки и прямой кишки, и общих ванн при ревматизме, протекающем длительное время.

*** дурман, листья 15,0**
красавка, листья 5,0

Всю смесь смачивают раствором калийной селитры (4,0 на 10,0 воды),

высушивают при температуре 40° и используют для курения при бронхиальной астме.

* **дурман, листья 63,0**
лобелия, трава 12,0

Всю смесь смачивают раствором калийной селитры (25,0 на 50,0 воды), высушивают при температуре 40°, добавляют 4 капли лавандового масла и используют для курения при бронхиальной астме.

ДУРНИШНИК КОЛЮЧИЙ – *Xanthium spinosum* L., семейство сложноцветные. Растение ядовито. Народные названия: *страхополох, холерная трава*. Однолетник. Растёт как сорняк в средней и южной части СНГ, на Кавказе.

* Используют наравне с дурнишником обыкновенным.

ДУРНИШНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Xanthium strumarium* L., семейство сложноцветные. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *страхополох обыкновенный, репяшок, овечий репях, репей колкий, зобник*.

Однолетник. Растёт в европейской части СНГ, юге Западной Сибири, в Средней Азии, Туве, Забайкалье, Приамурье, на Северном Кавказе.

* **Столовую ложку травы** кипятят в стакане воды 10 минут и пьют по стакану 3 раза в день при заболеваниях щитовидной железы (растении богато йодом), болезнях желудочно-кишечного тракта, поносах, геморрое, ревматизме и венерических болезнях.

* **Сок свежей травы** пьют при крапивнице по 15-20 капель несколько раз в день, детям дозу уменьшают до 2-10 капель в зависимости от возраста.

* **Столовую ложку семян** или корней кипятят 10 минут в стакане воды и пьют по стакану 3 раза в день при поносах и дизентерии. При зубной боли используют для полоскания полости рта.

* **Экзему, лишай, золотуху, сыпи, грибковые заболевания кожи** лечат свежими, очищенными от колючек листьями, кашицу из которых прикладывают к пораженным местам. При этих же заболеваниях используют отвар травы (3-4 столовые

ложки травы кипятят 15 минут в 0,5 литра воды) наружно и внутрь.

ДУШИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ – **Origanum vulgare L.**, семейство губоцветные. Синонимы и народные названия: *душка, ладанка, телолоб, зеновка, материнка, чеборок, костоломная трава, лебёдка, душица боровая*. Травянистый многолетник. Растёт по всей территории СНГ, кроме Крайнего Севера и нижней Волги.

* **Растение употребляют** в качестве потогонного, отхаркивающего, мочегонного и успокаивающего средства при простудных заболеваниях, кашле, туберкулезе легких, атонии кишечника, поносах, гипо- и анацидных гастритах, болезнях печени, нервных заболеваниях, сопровождающихся бессонницей, половом перевозбуждении, эпилепсии, задержке и болезненных месячных.

а) 15,0 травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

б) Настойку травы 1:10 70-градусного спирта пьют по 30-40 капель 3-4 раза в день до еды.

* **При рахите, золотухе, судящихся сыпях, гнойниках и фурункулах** настой травы применяют в виде примочек, обмываний и ванн.

* **При головной боли** и насморке нюхают порошок листьев. Отваром травы моют голову при головной боли и бессоннице.

* **Горсть мелко** изрезанной свежей травы настаивают в полулитре подсолнечного или прованского масла, пьют его по 2-3 капли на прием при икоте, наружно применяют при зубной боли, закапывая по 1-2 капли в кариозную полость.

* **душица, трава**
ромашка аптечная, цветы – по 1 части
2 чайные ложки смеси кипятят в стакане воды и пьют по стакану 2 раза в день при метеоризме.

* **душица, трава**
ива, кора
мать-мачеха, листья – по 1 части
2 столовые ложки смеси кипятят 5-10 минут в 2-х стаканах воды, выпивают за один приём перед сном при гриппе.

- * **душица, трава 1 часть**
 малина, плоды 2 части
 мать-мачеха, листья 2 части

2 столовые ложки смеси кипятят в 2-х стаканах воды 5 минут и выпивают горячим за один раз как потогонное средство. Этот сбор обладает и мочегонным действием.

- * **душица, трава 25,0**
 ромашка аптечная, цветы 50,0
 тмин, плоды 25,0

1-2 столовые ложки смеси настаивают до охлаждения в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 4-5 раз в день при метеоризме.

- * **душица, трава**
 мята, листья
 тимьян, трава
 шалфей, листья – по 1 части

300,0-500,0 (иногда до килограмма) смеси настаивают в кипятке, выливают в ванну, добавляют 250-300 литров воды. Принимают ванну 10-30 минут в зависимости от возраста и самочувствия больного при ревматизме и невралгиях. Для местных ванн количество воды и лекарственного сбора уменьшают в соответствующих пропорциях.

Противопоказание: беременность.

ДЫМЯНКА АПТЕЧНАЯ – *Fumaria officinalis* L., семейство маковые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *дым-трава, печёночная трава, грудянка, житничка, рута полевая, ягница, дымянка лекарственная.* Однолетник. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири.

*** Дымянка усиливает** деятельность печени, желудочно-кишечного тракта, улучшает аппетит, повышает общий тонус организма, благоприятно влияет на работу сердечно-сосудистой системы, сужает кровеносные сосуды, тонизирует гладкую мускулатуру матки, регулирует обмен веществ, а также обладает укрепляющим, мочегонным, отхаркивающим и потогонным действием. Применяется при атонии кишечника, геморрое, туберкулезе легких, желтухе, диспепсии, водянке, хроническом поносе, бронхитах, почечнокаменной болезни, цистите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, хронических женских заболеваниях.

а) 10,0 травы настаивают в стакане кипятка и пьют по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день до еды.

б) Настойку травы 25,0 на 100,0 водки пьют по 30 капель 3 раза в день.

в) 10,0 сока травы заливают половиной стакана молочной сыворотки и пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 2 раза в день.

г) Две чайные ложки травы настаивают 8 часов в двух стаканах холодной воды и пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 2-3 раза в день.

д) 15,0 травы отваривают в 300,0 воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

* **Столовую ложку** сухой травы тщательно перемешивают с 50,0 вазелина, полученной мазью лечат фурункулы, сыпи, угри, лишай, экзему.

* **Пол-литровую ёмкость** заполняют резаной травой и заливают доверху 70-градусным спиртом, настаивают 5-7 дней. Пьют по 20-30 капель 3-4 раза в день за 30 минут до еды при кожных заболеваниях. Одновременно используют разведённую водой настойку наружно.

*** 10,0 травы кипятят 7-10 минут в 400,0 пива и пьют по 1/2 стакана 5 раз в день при гастритах с пониженной кислотностью желудочного сока.**

*** Для лечения чесотки, лишая, кожных сыпей применяют наружно настой травы (3 столовые ложки настаивают два часа в 500,0 кипятка) и мазь: 1 часть сока на 4 части сливочного масла или вазелина. Вместо сока можно взять крепкий отвар травы.**

*** дымянка аптечная, трава**
можжевельник, плоды
одуванчик, корни
цикорий, корни – по 1 части

3 чайные ложки смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану утром и вечером при холециститах.

ДЫМЯНКА ШЛЕЙХЕРА – *Fumaria schleicheri* Soe-Wil., семейство маковые.

*** Отвар травы используют внутрь при болезнях желудка, туберкулёзе, общей слабости, а наружно, как противочесоточное, кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство.**

ДЫНЯ ОБЫКНОВЕННАЯ – *Cucumis melo* L., семейство тыквенные. Однолетнее растение. Культивируется почти повсеместно в южных и средних зонах.

* **Мякоть плодов** употребляют в пищу как мочегонное, слабительное, успокаивающее и витаминное средство при цинге, ревматизме, подагре, болезнях почек, печени, кишечника, сердечно-сосудистой системы и анемии.

* **Сок из мякоти плодов** (без особой дозировки) пьют при хроническом кашле, болезнях горла и как противоглистное средство. Настой семян принимают внутрь при болезнях почек в качестве мочегонного средства. Отвар мякоти плодов используется наружно для удаления пигментных пятен, веснушек, угрей.

Примечание: при передозировке плодов возможны осложнения в виде поносов и резей в животе.

ЕЖЕВИКА СИЗАЯ – *Rubus caesius* L., семейство розоцветные. Народные названия: *ожина, куманика, куманиха, каманика, ежика, росяника*. Распространена в Европе,

Сибири, Средней Азии и Кавказе. Известна в культуре.

* **Четыре чайные ложки листьев** настаивают 4 часа в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 4 раза в день в качестве вяжущего, потогонного, кровоостанавливающего, жаропонижающего, обезболивающего, противогнилостного, улучшающего обмен веществ, антисептического средства при поносах, дизентерии, атеросклерозе, гипертонической болезни, пищевых отравлениях, желудочных и маточных кровотечениях, гастритах, язвенной болезни.

* **20,0 корней** настаивают в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке через каждые два часа или же по 1/2 стакана 3-4 раза в день в качестве мочегонного и противовоспалительного средства.

* **50,0 листьев** настаивают 15-20 минут в литре кипятка и используют наружно в виде примочек, ванн, обмываний и полосканий при кожных заболеваниях, в том числе экземах, гнойных ранах, стоматитах и ангинах.

* **Настойку плодов** на водке 1:10 пьют по 2-3 рюмки при сильном ознобе.

* **Свежие ягоды и сок** употребляют для утоления жажды, при лихорадочных состояниях. Перезрелые ягоды нередко используют как легкое слабительное при запорах, а незрелые, наоборот, - как закрепляющее средство. Детям при поносах дают внутрь незрелые и сухие плоды по 1/2 чайной ложке 3 раза в день.

* **100,0 корней** варят в 500,0 воды, уваривают до половины объёма, процеживают и смешивают с равным количеством выдержанного вина. Применяют при кровотечениях и слабости пищеварения.

* **ежевика, листья**
крапива двудомная, листья – по 1 части

Столовую ложку смеси заваривают в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день при дизентерии.

* **ежевика, листья** 2 части
ноготки, цветы 1 часть

4 чайные ложки смеси заваривают в стакане кипятка и пьют по 1/2 - 2/3 стакана 3 раза в день до еды при энтероколитах.

* **ежевика, листья**
медуница, трава

пикульник, трава

полынь горькая, трава

тысячелистник, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане холодной воды, затем кипятят и выпивают за день в несколько приёмов при отсутствии аппетита.

* **ежевика, листья** 5 частей

ясменник, трава 4 части

пустырник, трава 4 части

сушеница, трава 3 части

тимьян, трава 2 части

4 столовые ложки смеси настаивают 2-3 часа в литре кипятка и пьют по 1/2 стакана 4 раза в день через час после приёма пищи при повышенной нервной возбудимости и истерии.

ЕЛЬ ОБЫКНОВЕННАЯ – *Picea excelsa* Link., семейство сосновые. Синонимы: *ель европейская, Picea abies (L.) Karst.* Дерево. Распространена, главным образом, в северной и средней полосе европейской части России.

* **30,0 молодых побегов или молодых шишек** варят в литре молока и пьют по 300,0 3 раза в день в качестве мочегонного,

желчегонного и обезболивающего средства, а также при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей и цинге.

* **25,0-30,0 хвои** кипятят в 120,0-180,0 воды в закрытой посуде 20-30 минут, добавляют по вкусу сахар и пьют по стакану 2-3 раза в день при цинге, а также как повышающее сопротивляемость организма средство (благодаря высокому содержанию витамина С).

* **Еловую смолу, воск, мед и подсолнечное масло**, взятые в равных количествах, разогревают, перемешивают, остужают. Полученную мазь используют для лечения ран, язв, гнойников.

* **В качестве дезинфицирующего средства** и облегчения дыхания при болезнях дыхательных путей используют ингаляции отвара почек.

* **Почки и шишки 1: 5** кипятка, кипятят 30 минут, пьют как антимикробное, спазмолитическое и десенсибилизирующее средство.

* **Сухой измельчённой смолой** присыпают раны и язвы.

ЖАБНИК ПОЛЕВОЙ – *Filago arvensis* L., семейство сложноцветные. Народные названия: *горлянка, золотушная трава, грудная трава.* Однолетник. Растёт по всему СНГ.

*** Настой травы** используют наружно при зубной боли, золотухе, чесотке, ранах, внутрь – при поносе и лихорадке.

ЖАБРИЦА ОДНОЛЕТНЯЯ – *Seseli annuum* L., семейство зонтичные. Народные названия: *журавлиная трава, сузик, морковник.* Однолетник. Растёт в европейской части СНГ.

*** Одну часть измельченного корня** смешивают с десятью частями свиного сала, полученной мазью смазывают пораженные места при чесотке и некоторых других кожных заболеваниях.

ЖЕЛТОФИОЛЬ САДОВАЯ – *Cheiranthus cheiri* L., семейство крестоцветные. Растение ядовито. Синоним: *лакфиоль.* Двулетнее или многолетнее растение. Растёт в Крыму и на Кавказе.

*** Чайную ложку цветов** настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по столовой

ложке 3 раза в день в качестве мочегонного, желчегонного, слабительного, обезболивающего и противосудорожного средства при водянке, желтухе, головной боли, судорогах, параличах, нарушениях деятельности сердца, кроме того, настой вызывает и усиливает месячные при их задержке.

* **Свежие цветы**, настоянные на подсолнечном масле, используют для втираний при ревматических и подагрических болях.

* **Листья и цветы** в виде припарок применяют как обезболивающее средство.

* **Отвар листьев и цветов** используется для промывания глаз при конъюнктивитах.

ЖЕЛТУШНИК СЕРЫЙ – *Erysimum canescens* Roth., семейство крестоцветные. Растение сильно ядовито. Синонимы и народные названия: *желтушка, свиреница, желтушник сероватый; Erysimum diffusum Ehrh; Erysimum andrzejovskianum Bess.* Двулетник. Распространён в европейской части СНГ, в Сибири, на Дальнем Востоке, в Крыму, на Северном Кавказе, в Средней Азии, Казахстане. Культивируют на

Украине, в Латвии, Московской, Новосибирской областях и Краснодарском крае.

* **Желтушник** применяют при острой и хронической сердечно-сосудистой недостаточности с нарушениями кровообращения, гипертонической болезни, ревматических пороках сердца, стенокардии, водянке (мочегонное действие), бессоннице (успокаивающее действие), туберкулезе легких (отхаркивающее).

а) Отвар всех частей растения 10,0: 200,0 пьют по чайной ложке 3 раза в день.

б) 20,0 травы настаивают в 100,0 водки и пьют по 10-20 капель 3 раза в день.

в) Столовую ложку травы настаивают два часа в стакане кипятка и принимают по столовой ложке 3-5 раз в день.

Противопоказания: резкие органические изменения сердца и сосудов, острый миокардит, эндокардит, сильный атеросклероз.

ЖЕЛТУШНИК ЛЕВКОЙНЫЙ –
Erysimum cheiranthoides L., семейство
крестоцветные. Растение ядовито.

Однолетник. Растёт по всей территории Сибири.

* Используется наравне с желтушником серым.

* **В народной медицине** настой травы (1-2 столовые ложки на стакан кипятка, пьют по столовой ложке 4-5 раз в день с сахаром) используют при болезнях сердца, водянке, отёках, одышке, бронхиальной астме, цинге.

ЖЕЛТУШНИК ПРЯМОЙ – *Erysimum marschallianum* Andrz., семейство крестоцветные. Растение ядовито. Синоним: *желтушник Маршалла*.

* Действие подобно желтушнику серому и желтушнику левкойному. Активность выше, чем у левкойного и других видов, произрастающих в Сибири.

ЖЕРУХА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – *Nasturtium officinale* (L.) R.Br., семейство крестоцветные. Народные названия и синонимы: *настурция водяная, бункресс, кресс водяной*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Средней Азии и на Кавказе.

*** Свежий сок травы** принимают по чайной ложке три раза в день при желчнокаменной и мочекаменной болезнях, острых и хронических нефритах, всех формах гастритов, цинге, анемии. Кроме того, его используют в качестве легкого слабительного средства и для улучшения обмена веществ при кожных заболеваниях. При этих же заболеваниях применяют отвар свежей травы (20,0-40,0:1000,0) по стакану 3 раза в день.

*** 1-2 столовые ложки** сока травы смешивают с 50 граммами сливочного масла, тщательно перемешивают и полученной мазью смазывают ожоги.

ЖИВУЧКА ЖЕНЕВСКАЯ – *Ajuga genevensis* L., семейство губоцветные. Народные названия: *горькуша, горлянка, трава грыжная, трава лихорадочная, трава сердечная, трава живучая, одногубка, живучка мохнатая.* Травянистый многолетник. Растёт в черноземной полосе.

*** Используется** наравне с живучкой ползучей.

ЖИВУЧКА ПАЛЬЧАТОЛИСТНАЯ – *Ajuga chia* (Poir.) Schreb., семейство губоцветные. Синонимы: *живучка хиосская*.

* **Цветущая трава** – сильное потогонное и мочегонное средство, применяется при ломоте в теле, ревматизме и золотухе.

ЖИВУЧКА ПОЛЗУЧАЯ – *Ajuga reptans* L., семейство губоцветные. Многолетнее растение распространено в европейской части СНГ.

* **Две чайные ложки травы** настаивают два часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день. Настой обладает вяжущим, мочегонным, потогонным, улучшающим обмен веществ, кровоостанавливающим, антисептическим, противовоспалительным и отхаркивающим действием. Назначают его при лихорадке, поносах, в том числе и дизентерии, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, воспалении придатков, кровохарканье, ревматизме, болезнях печени, калькулезном холецистите и простудных заболеваниях.

* **Пять столовых ложек травы** настаивают 4 часа в литре кипятка и применяют в виде

полосканий, примочек, обмываний для лечения ожогов, ран, язв, стоматитов, ангин. Для улучшения роста волос этим настоем моют голову.

* **Гнойные раны и язвы** лечат свежими листьями, для чего их измельчают и прикладывают к пораженным местам.

ЖИМОЛОСТЬ КАПРИФОЛЬ – *Lonicera caprifolium* L., семейство жимолостные. *Синонимы: жимолость козья, душистая.* Вьющийся кустарник, распространён на Кавказе.

* **Чайную ложку стеблей и листьев** настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве мочегонного средства, а также при болях в желудке и кишечнике.

* **Свежие измельчённые листья** прикладывают к ранам в качестве ранозаживляющего и антисептического средства.

ЖОСТЕР СЛАБИТЕЛЬНЫЙ – *Rhamnus catharticus* L., семейство крушиновые. *Синонимы: жестер, крушина слабительная, корушатник, чернаягодник, проскурина,*

крушина игольная, колючая. Кустарник, реже дерево, произрастает в европейской части СНГ, Западной Сибири, Казахстане, Средней Азии, на Кавказе.

* **Плоды жостера** как слабительное средство применяют при атонических и спастических запорах.

а) 15,0-20,0 плодов кипятят 10-15 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

б) Столовую ложку плодов настаивают два часа в стакане кипятка (или 12 часов в холодной воде) и пьют по 1/2 стакана на ночь.

в) В отвар плодов 20,0:200,0 воды добавляют 20,0 сиропа ревеня или же сахарного сиропа, тщательно перемешав, пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

* **жостёр, плоды**

крушина, кора – по 2 части

фенхель, плоды 1 часть

Сбор тщательно измельчают, перемешивают и пьют по 1/2-1 чайной ложке порошка 2-3 раза в день при хронических запорах.

* **жостёр, плоды 3 части**

крушина, кора 2 части

солодка, корни 3 части

фенхель, плоды 2 части

2 чайные ложки смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану утром и вечером при запорах.

ЗАРАЗИХА ВЕТВИСТАЯ – *Orobanchе ramosa* L., семейство заразиховые. Народные названия: *волчок, волчец, сосун, многоцветный корень*. Паразитическое незелёное растение. Встречается в европейской части СНГ и на Кавказе.

* **Чайную ложку травы** настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день перед едой при спазмах желудка и кишечника.

* **Измельченную свежую траву** прикладывают к ранам для скорейшего их заживления.

ЗВЁЗДЧАТКА ЗЛАКОВАЯ – *Stellaria graminea* L., семейство гвоздичные. Ядовитое растение. Народные названия: *мыльная трава, пьяная трава, мыловник, конобой, конеубийца*. Травянистый многолетник. Произрастает в европейской части СНГ, Средней Азии и на Кавказе.

* **Настойка травы** используется при кашле, и как болеутоляющее средство при резах в желудке.

* **Припарки из травы** применяют в качестве нарывного средства (для ускорения созревания гнойников).

ЗВЁЗДЧАТКА ЛАНЦЕТОЛИСТНАЯ – *Stellaria holostea* L., гвоздичные.

Ядовитое растение. Синонимы и народные названия: *сердечная трава, звёздчатка лесная*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, в Западной Сибири и на Кавказе.

* **Настой травы** применяют при болезнях сердечно-сосудистой системы, как противовоспалительное и обезболивающее средство при кашле, болях в суставах, простудных заболеваниях, ревматизме и болях в желудке.

* **3-4 столовые ложки свежей или сухой травы** обваривают кипятком, заворачивают в марлю и используют как обезболивающие припарки.

* **4 столовые ложки травы** отваривают в литре воды, настаивают 2 часа и используют для обмываний и примочек при чесотке и

других кожных заболеваниях. Для этих же целей используют сок травы.

ЗВЁЗДЧАТКА СРЕДНЯЯ – *Stellaria media* L., семейство гвоздичные. Ядовитое растение. Народное название: *мокрица*. Однолетник. Злостный сорняк. Растёт по всей территории СНГ.

*** Звездчатку как противовоспалительное, антисептическое, тонизирующее и общеукрепляющее средство** используют при лечении цинги, малокровия, болезней печени и легких, болезней щитовидной железы, в том числе тиреотоксикоза.

а) Столовую ложку травы настаивают 4 часа в стакане кипятка и пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день.

б) Сок травы подслащивают медом и принимают по чайной ложке 4-6 раз в день.

*** При лечении ран,** в том числе гнойных и труднозаживающих, угрей, кожных болезней настоем травы, приготовленный из расчета 10 столовых ложек травы на литр кипятка, используют в виде ванн и обмываний.

ЗВЕРОБОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ – **Hypericum perforatum L.**, семейство зверобойные. Многолетнее травянистое растение. Синонимы и народные названия: *зверобой пронзённый, пронзённолистный, обыкновенный, заячья кровь, кровавчик, хворобой*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Средней Азии и на Кавказе.

*** Растение применяют** как антибактериальное, кровоостанавливающее, противовоспалительное, вяжущее и тонизирующее средство при острых и хронических колитах, гастритах с пониженной секрецией желудочного сока, геморрое, туберкулезе легких с кровохарканьем, гинекологических заболеваниях, хронических нефритах, желчнокаменной болезни, циститах.

а) 20,0 травы настаивают в 200,0 кипятка и выпивают за день в три приема перед едой.

б) Столовую ложку травы кипятят 10 минут в стакане воды и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

в) 15,0-20,0 травы настаивают 10 дней в стакане водки и пьют по 30 капель 3 раза в день после еды.

*** Столовую ложку травы** варят 15 минут в стакане воды и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день при ревматизме, воспалении женских половых органов, гриппе, ангине, ночном недержании мочи, головной боли, геморрое, болезнях сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, печени, мочевого пузыря, почек.

*** Столовую ложку травы** настаивают в 1/2 литра водки и пьют вместе с водой по 30 капель 3 раза в день при колитах, гастроэнтеритах, других болезнях желудочно-кишечного тракта, желчнокаменной болезни, хроническом воспалении почек.

*** Наружно растение** применяют для лечения ран, язв, ушибов, абсцессов, фурункулов, карбункулов, ожогов, флегмон, маститов, трещин сосков, пародонтозов, стоматитов, гингивитов и тонзиллитов.

а) Полстакана цветов настаивают 3 недели в стакане подсолнечного или оливкового масла, используют для масляных повязок. Зверобойное масло, принятое в

небольших дозах внутрь, оказывает лечебное действие при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки и гастритах.

б) Для полосканий применяют отвар травы 20,0:200,0 и настойку травы, которую предварительно разбавляют водой (30-40 капель на полстакана воды).

*** Столовую ложку травы** настаивают в 1/2 литра водки и используют для смазывания дёсен и полосканий при пародонтозе, стоматитах и гингивитах, дурном запахе изо рта.

*** звербой, трава 1 часть**
золототысячник, трава 1 часть

2 столовые ложки смеси наст в 1/2 литра кипятка и пьют по 1/2 стакана 4-5 раз в день при хронических заболеваниях кишечника и желудка с повышенной кислотностью желудочного сока.

*** звербой, трава 1 часть**
слива колючая, цветы 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 3/4 стакана ежедневно вечером при скудных месячных.

* **зверобой, трава** **1 часть**

золототысячник, трава 1 часть

сушеница, трава 1 часть

3 столовые ложки сбора настаивают в литре кипятка, пьют по 1/2 стакана 4-5 раз в день при болях в желудке.

* **зверобой, трава** **1 часть**

крапива двудомная, листья 1 часть

лабазник вязолистный, цветы 1 часть

3 столовые ложки смеси настаивают в двух стаканах кипятка в течение 4-6 часов, пьют по 1/2 стакана 5 раз в день при болях в желудке и спазмах желудочно-кишечного тракта.

* **зверобой, трава** **1 часть**

тимьян, трава 1 часть

чистотел, трава 1 часть

4 столовые ложки смеси настаивают до остывания в литре кипятка, выпивают за один приём. Через некоторое время принимают горячую ванну. Лечение показано при мочекаменной болезни.

* **зверобой, трава**

тысячелистник, трава – по 40,0

цистозира бородатая, слоевище 20,0

повышенной кислотностью желудочного сока.

- * **зверобой, трава**
тысячелистник, трава
хвощ, трава
цикорий, корень – по 1 части

2 столовые ложки смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану утром и вечером при гепатитах.

- * **зверобой, трава**
кникус, трава
крушина, кора
тмин, плоды
тысячелистник, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 2-3 стакана в день при циррозе печени.

- * **зверобой, трава 6 частей**
кориандр, плоды 3 части
крушина, кора 2 части
мята, листья 2 части
чистотел, трава 3 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 2-3 стакана в день (через день) при желчнокаменной болезни.

- * **зверобой, трава**

можжевельник, плоды

рута, трава

солодка, корни

тысячелистник, трава – по 1 части

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

*	звербой, трава	10,0
	мята перечная, лист	20,0
	подорожник большой, лист	20,0
	репешок, трава	10,0
	ромашка аптечная, цветы	20,0

5,0-6,0 сбора настаивают 30 минут в 500,0 кипятка, пьют по 75,0 тёплым через каждый час. После рвоты пьют снова маленькими глотками. Показания: острый гастрит, пищевые токсикоинфекции, холерина. Лечение проводят на фоне покоя и полного отказа от еды. Настой пьют до исчезновения всех симптомов, промываний желудка, клизм и рвотных средств не применяют.

*	звербой, трава 2 части
	мята, листья 2 части
	ромашка аптечная, цветы 1 часть
	солодка, корень 1 часть
	чистотел, трава 2 части

Столовую ложку смеси кипятят в стакане воды и пьют по 3 стакана в день при нерегулярном стуле вследствие гепатита и колита.

- * **зверобой, трава**
окопник, корень
пустырник, трава
фиалка трёхцветная, трава
хвощ, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и пьют по 2-3 стакана в день как мочегонное средство.

- * **зверобой, трава**
золототысячник, трава
крапива двудомная, листья
можжевельник, плоды
подорожник, листья – по 2 части
полынь горькая, трава 1 часть
тысячелистник, трава 2 части
хвощ полевой, трава 3 части
шалфей, трава 1 часть

4 столовые ложки смеси настаивают 12 часов в литре воды, кипятят 5 минут, пьют по 1/2 стакана 4-5 раз в день в течение 6 недель при кожных болезнях обменного характера и предрасположенности к ним.

- * **зверобой, трава 40,0**

календула, трава 10,0
подорожник, листья 40,0
полынь полевая, трава 20,0
репешок обыкновенный, трава 20,0
роза белая и красная, лепестки 10,0
ромашка аптечная, цветы 10,0
сушеница болотная, трава 10,0
тысячелистник, трава 70,0
укроп, семена 30,0
хвощ полевой, трава 10,0
шиповник, плоды 30,0

6,0 смеси томят 30 минут в 500,0 кипятка, пьют по 100,0 4 раза в день за 15-20 минут до еды при хроническом гастрите. При склонности к поносам в данный сбор добавляют траву зверобоя 10,0 (итого 50,0) и кору дуба 10,0. При склонности к запорам добавляют сенну, крушину, ревень в индивидуальных дозах. Сбор действует и на поджелудочную железу.

*** К предыдущему сбору** добавляют семена льна 10,0 или салепа 10,0. 6,0 этой смеси томят 30 минут в 500,0 кипятка, пьют по 100,0 4 раза в день за 15-20 минут до еды при язвенной болезни. При сопутствующем неврастеническом синдроме этот сбор чередуют со следующим чаем:

валериана, корень 10,0
вероника лекарственная, трава 10,0
ежевика, цветы и листья 30,0
зверобой, трава 40,0
подорожник большой, лист 40,0
пустырник, трава 20,0
чабрец, трава 20 ,0
шиповник, плоды 40,0

Готовят и пьют его как основной чай.

ЗЕМЛЯНИКА ЛЕСНАЯ – *Fragaria vesca* L., семейство розоцветные. Синонимы и народные названия: *Fragaria silvestris* Duch., *Fragaria vulgaris* Ehrh., суничка, половница, земляничник. Многолетнее растение, обитает по всей Европе, в Сибири до Байкала, в Средней Азии, на Кавказе.

*** Плоды используют в пищу** при анемии, болезнях печени, сердечно-сосудистой системы, атеросклерозе, гипертонической болезни, запорах, поносах, язвенной болезни, подагре, почечно- и желчнокаменной болезнях. Наружно свежие плоды применяют для лечения экзем, сыпей, небольших ран, для сведения веснушек, угрей, лишаев, родимых пятен.

* **Две столовые ложки плодов** настаивают в стакане кипятка и выпивают за день в три приема, настой оказывает мочегонное и общеукрепляющее действие.

* **Столовую ложку листьев** долго настаивают или кипятят в двух стаканах воды и пьют ежедневно по 1/2 стакана при бронхиальной астме, маточных кровотечениях, в том числе чрезмерных месячных, гипертонической болезни, подагре, анемии, заболеваниях печени.

* **20,0 корневищ и листьев** отваривают в 200,0 воды и пьют по 1-2 столовые ложки 3 раза в день при дизентерии, колите, гастритах, энтерите, этот же отвар применяют для полоскания горла при ангине.

* **Свежие предварительно распаренные листья** прикладывают к ранам в качестве ранозаживляющего средства.

* **земляника, листья**
тимьян, трава
ясменник пахучий, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 30 минут в двух стаканах кипятка и пьют по 2

столовые ложки через каждые 3 часа как отхаркивающее средство.

* **земляника, листья 10 частей**

мелиса, листья 4 части

тимьян, трава 1 часть

ясменник, трава 5 частей

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в 1,5 стаканах кипятка, пьют по 1/2 стакана 3 раза в день при гастритах.

ЗМЕЕГОЛОВНИК МОЛДАВСКИЙ – ***Dracoscephalum moldavica* L.**, семейство губоцветные. Синоним: *Moldavica punctata Moench*. Травянистый многолетник. Растёт в Западной и Восточной Сибири (редко), европейской части СНГ, Средней Азии, на Дальнем Востоке.

* **Столовую ложку травы** настаивают 10-15 минут в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день за 15 минут до еды как вяжущее, аппетитное, спазмолитическое, обезболивающее и противовоспалительное средство при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, простудных болезнях, невралгиях. При зубной боли настой применяют для полоскания полости рта.

* **Свежие измельчённые листья** прикладывают к гнойным ранам.

ЗМЕЕГОЛОВНИК

ТИМЬЯНОЦВЕТНЫЙ – *Dracosephalus thymiflorum* L., семейство губоцветные.

Синоним: *змееголовник тимьяноцветковый*.
Однолетник. Растёт в Западной Сибири (редко).

* **Столовую ложку травы** настаивают два часа в стакане кипятка и пьют по две столовые ложки за 30 минут до еды в качестве спазмолитического, вяжущего и противовоспалительного средства при желудочно-кишечных заболеваниях. Этим же настоем обмывают кожные сыпи.

ЗОЛОТАРНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ –

***Solidago virgaurea* L.**, семейство сложноцветные, растение ядовито.

Синонимы: *золотая розга, Solidago virgaurea* L. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, на Дальнем Востоке и Кавказе.

* **Растение обладает** мочегонным, вяжущим, противовоспалительным и растворяющим камни действием,

применяется при болезнях почек, мочевого пузыря, моче- и желчнокаменной болезнях, альбуминурии, гематурии, водянке, ревматизме, подагре, бронхиальной астме, туберкулезе легких.

а) Столовую ложку травы настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в течение двух недель.

б) Две чайные ложки травы настаивают 4 часа в стакане холодной воды и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день до еды.

*** Столовую ложку травы** настаивают 2 часа в стакане кипятка, используют для полосканий при ангине, стоматите, гингивите и для примочек при лечении переломов, гнойных ран и язв.

*** золотарник, трава**
можжевельник, плоды – по 2 части
орех грецкий, листья 1 часть
пырей, корневище
стальник колючий, корень – по 2 части

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

ЗОЛОТОТЫСЯЧНИК МАЛЫЙ – **Centaurium minus Moench.**, семейство горечавковые. Синонимы и народные названия: *золототысячник зонтичный, красный, обыкновенный; золотуха, центурия, сердулиник, семисильник, центаврий, земляная трава, малый василёк, горычка, желчь, красноцветник, сердечник; Centaurium erythraea Rafn., Centaurium umbellatum Gilib.* Одно- или двулетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Средней Азии, на Кавказе.

*** Трава применяется** при отсутствии аппетита, пониженной деятельности органов пищеварения с болями и вздутием кишечника, при глистных инвазиях, туберкулезе легких, кишечника, скрофулезе, гриппе, запорах (усиливает перистальтику кишечника), при заболеваниях печени и желчного пузыря, а также в качестве средства, регулирующего кислотность желудочного сока и восстанавливающего нарушенный обмен веществ.

а) Чайную ложку травы настаивают 10 минут в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

б) Чайную ложку травы кипятят 10 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке за 15 минут до еды.

в) 25,0 травы настаивают в 100,0 водки и принимают по 15-20 капель 3 раза в день за 30 минут до еды.

г) Порошок из травы пьют по 1,0-2,0 3-4 раза в день до еды.

* **золототысячник, трава 1 часть**
мята, листья 4 части

2 чайные ложки смеси заваривают стаканом кипятка, пьют по стакану за 30 минут до еды при гастритах с расстройствами функции печени.

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

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день при хроническом алкоголизме.

* **золототысячник, трава 1 часть**
тысячелистник, трава 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 2 часа в стакане воды и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день до еды при воспалительных процессах в желудочно-кишечном тракте, для улучшения пищеварения и при гиперацидных состояниях.

- * **золототысячник, трава**
фенхель, плоды – по 50,0

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 1-2 стакана в день при диспепсии.

- * **золототысячник, трава**
кникус, трава

полынь горькая, трава – по 1 части

Чайную ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по стакану в день при ахилии желудка.

- * **золототысячник, трава**

полынь горькая, трава – по 1 части

тимьян, трава 4 части

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

- * **золототысячник, трава**

шандра, трава

тимьян, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 1-2 стакана в день при гастрокардиальном симптомокомплексе.

- * **золототысячник, трава 2 части**

мелисса, листья 1 часть

мята, листья 2 части

полынь горькая, трава 2 части

шандра, трава 1 часть

2 столовые ложки смеси отваривают в стакане воды и пьют по стакану утром и вечером при субацидном гастрите и недостаточном выделении желчи.

* **золототысячник, трава**

медуница, трава

подорожник большой, листья

полынь горькая, трава

шалфей, трава – по 1 части

Столовую ложку сбора кипятят в стакане воды, добавляют ложку мёда и пьют по столовой ложке 3 раза в день до еды при болезнях лёгких.

* **золототысячник, трава**

крушина, кора

мята, листья – по 2 части

тмин, плоды 1 часть

тысячелистник, трава 2 части

фенхель, плоды 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и выпивают за день дробными дозами для поддержания регулярного стула при гепатитах.

ЗОЛОТОТЫСЯЧНИК КРАСИВЫЙ – *Centaureum pulchellum* (Sw.) Druce.,
семейство горечавковые. Одно- или
двулетник. Растёт в европейской части СНГ.
* Используется наравне с золототысячником
малым.

ЗОПНИК КЛУБНЕНОСНЫЙ – *Phlomis tuberosa* L.,
семейство губоцветные.
Травянистый многолетник. Растёт в
европейской части СНГ, на Кавказе, в
Западной и Восточной Сибири, Приморье,
Казахстане, Тянь-Шане.

* **Растение обладает** вяжущим,
желчегонным, противовоспалительным,
успокаивающим, противолихорадочным
действием. Применяется при поносах,
пневмонии, туберкулезе легких, бронхитах,
желтухе, язвенной болезни, холецистите,
женских заболеваниях, геморрое. При
гастритах регулирует кислотность
желудочного сока.

а) Столовую ложку травы настаивают 4
часа в стакане кипятка и пьют по столовой
ложке 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

б) 2-4 столовые ложки травы отваривают
в двух стаканах воды и пьют по 1/2 стакана

3 раза в день за 30-40 минут до еды при заболеваниях желудка. Курс лечения два месяца.

* **Свежие листья и корни**, растёртые в кашицу, используют наружно как ранозаживляющее средство.

ЗОПНИК КОЛЮЧИЙ – *Phlomis pungens* Willd., семейство губоцветные. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ.

* Используется наравне с зопником клубненосным.

* **Траву томят с водой** в печи до превращения в густую массу, разбавляют наполовину молоком и пьют как чай с сахаром при туберкулёзе лёгких и анемиях.

ЗУБЧАТКА ПОЗДНЯЯ – *Odontites serotina* (Lam.) Dum., семейство норичниковые.

* **1 часть травы** настаивают 5 часов в 6 частях водки, используют как кардиотоническое и гипотензивное средство (увеличивает амплитуду сердечных сокращений), при болезнях печени и желчевыводящих путей (увеличивает

желчеобразование и желчевыделение), оказывает на ЦНС действие подобное малым транквилизаторам.

ЗЮЗНИК ЕВРОПЕЙСКИЙ – *Lycopus europaeus* L., семейство губоцветные. Народные названия: *шандра водяная, дикий маточник, крапива болотная*. Травянистый многолетник. Встречается на большей части территории СНГ.

* **При нарушениях сердечного ритма**, в том числе экстрасистолиях, базедовой болезни, эндокардитах, других болезнях сердечно-сосудистой системы, эндемическом зобе, туберкулезе, болезнях желудка, маточных кровотечениях, лихорадочных состояниях, неврозах, бессоннице применяют настой травы по 1/4 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды. Готовят его из чайной ложки сырья, которое в течение двух часов настаивают в стакане кипятка.

ИВА БЕЛАЯ – *Salix alba* L., семейство ивовые. Синонимы и народные названия: *ива серебристая, ветла, белолоз*. Кустарник. Растёт почти по всей территории СНГ,

кроме Крайнего Севера, северной лесной зоны и востока Сибири.

*** Растение обладает** потогонным, жаропонижающим, успокаивающим, мочегонным, противовоспалительным, вяжущим, кровоостанавливающим, глистогонным и желчегонным действием. Применяют при лихорадочных состояниях, подагре, ревматизме, тифе, малярии, туберкулезе, поносах, воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей, желудочных и маточных кровотечениях, обильных месячных, коклюше и диспепсии.

а) Порошок коры принимает по одному грамму 3 раза в день перед едой.

б) Столовую ложку коры кипятят 15 минут в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день перед едой.

в) Чайную ложку коры настаивают четыре часа в двух стаканах холодной воды, принимают по 1/2 стакана 2-4 раза в день до еды.

*** Отваром коры** (чайная ложка на стакан воды) моют голову при выпадении волос. Его же используют в качестве наружного средства при лечении ран, гнойников,

воспалительных заболеваний слизистых оболочек.

*** При пузырьковой экземе** попеременно через день делают ванночки из отвара коры ивы (чайная ложка на стакан воды) и отвара березовых почек (см. Береза бородавчатая). Лечение продолжают до выздоровления.

*** ива, кора 3 части**
липа, цветы 2 части

2 столовые ложки смеси настаивают 15-20 минут в стакане кипятка и используют для полоскания горла.

*** ива, кора**
лопух, корни – по 1 части
60,0 смеси кипятят 15 минут в литре воды и моют голову 3 раза в неделю при выпадении волос и перхоти.

*** ива, кора**
мыльнянка, корни – по 1 части
2 чайные ложки смеси кипятят 10 минут в 2-х стаканах воды, настаивают час, в отвар добавляют 1/2 стакана настоя шиповника (см.) и пьют по 1/2 стакана 4 раза в день при ревматизме, желтухе и после перенесённых инфекционных заболеваний для скорейшей реабилитации. При болезнях селезёнки 40,0

этой смеси кипятят 15 минут в литре воды и пьют по 1/2 стакана 4-5 раз в день.

* **ива, кора**
мыльнянка, корни
паслён сладко-горький, побеги
стальник колючий, корни –
по 1 части

3 столовые ложки смеси отваривают в 1/2 литра воды и пьют по стакану горячего отвара через каждые 2 часа при ревматизме.

* **ива белая, кора 1 часть**
одуванчик, листья 2 части
полынь обыкновенная, трава 2 части
тысячелистник, трава 3 части

Столовую ложку сбора настаивают в 1,5 стакана кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день за 10-15 минут до еды в качестве общеукрепляющего и нормализующего обмен веществ средства.

ИВА КОЗЬЯ – *Salix caprea* L., семейство ивовые. Синонимы и народные названия: *бредина, ракита, верба козья, красная лоза, тала*. Кустарник. Растёт по все Европе за исключением тундры.

* Используют наравне с ивой белой.

ИВА ЛОМКАЯ – *Salix fragilis* L., семейство ивовые. Народные названия: *ракита, верба, чернотал*. Кустарник. Растёт повсеместно, за исключением Крайнего Севера.

* Используют наравне с ивой белой.

ИВА ОСТРОЛИСТНАЯ – *Salix acutifolia* Willd., семейство ивовые. Народные названия: *шелюга красная, красная верба, краснотал, верболоз*. Кустарник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, Средней Азии.

* Используют наравне с ивой белой.

ИВА ПЕПЕЛЬНАЯ – *Salix cinerea* L., семейство ивовые. Синоним: *ива серая*. Кустарник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, на равнинах Средней Азии, в Западном Закавказье.

* Используют наравне с ивой белой.

ИВА ПЯТИТЫЧИНКОВАЯ – *Salix pentandra* L., семейство ивовые. Народные названия: *чернолаз, чернотал*. Кустарник. Растёт по всему СНГ, кроме Арктики, Крыма и юга Средней Азии.

* Используют наравне с ивой белой.

ИВА ПУРПУРНАЯ – *Salix purpurea* L., семейство ивовые. Народные названия: *краснотал, красноцвет, желтолозник.* Кустарник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Средней Азии.

* Используют наравне с ивой белой.

ИВА РУССКАЯ – *Salix viminalis* L., семейство ивовые. Синонимы и народные названия: *ива корзиночная, прутьевидная, конопляная; белотал, верболоз, чернотал, лоза, кузовица.* Кустарник. Растёт почти повсеместно.

* Используют наравне с ивой белой.

ИВА ТРЕХТЫЧИНКОВАЯ – *Salix triandra* L., семейство ивовые. Синонимы и народные названия: *ива миндалелистная, миндальная, лоза, лозина, белотал, белолоз, тальник, заплатник; *Salix amygdalina* L.* Дерево или кустарник. Растет повсеместно за исключением севера и Камчатки.

* Используют наравне с ивой белой.

ИВАН-ЧАЙ УЗКОЛИСТНЫЙ –

Chamaenerion angustifolium (L.) Scop.,

семейство онагриковые. *кипрей*

узколистный, копорский чай, капорка, дикая конопля, дикий лён, боровое зелье, пуховик.

Травянистый многолетник. Растёт в полярно-арктической, лесной и лесостепной зонах СНГ.

*** Листья применяют** в качестве болеутоляющего и противовоспалительного средства при воспалительных заболеваниях слизистых оболочек, а также в качестве седативного (действие подобно аминазину), противосудорожного и витаминного средства (по содержанию витаминов не уступает плодам черной смородины). Чаще всего их используют для лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта (гастриты, энтероколиты, поносы, язвенная болезнь), женских болезней и нервных расстройств, сопровождающихся бессонницей.

а) Столовую ложку листьев (обязательно измельченных) настаивают 1-2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

б) Отвар измельченных листьев 1:10 пьют по столовой ложке 3 раза в день перед едой.

в) Столовую ложку листьев настаивают 6 часов в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

* **Свежие измельченные листья** прикладывают к ранам в качестве ранозаживляющего средства. Таким же действием обладает и порошок из высушенных листьев.

* **иван-чай, трава**

копытень, корни

лопух, листья

ромашка аптечная, цветы – по 20,0

Всё количество смеси варят в 4-х стаканах воды, добавляют столовую ложку сливочного масла и 2 стакана крепкого отвара сенной трухи, вновь варят на водяной бане до густоты клейкой тягучей массы. Процедив её, смешивают в равных долях с глицерином и используют наружно для лечения экзем.

ИКОТНИК СЕРЫЙ – *Berteroa incana* DC.,
семейство крестоцветные. Синонимы:
икотник серо-зеленый, икотная трава.

Двулетник. Растёт в европейской части СНГ, Сибири.

* **Столовую ложку травы** настаивают два часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день в качестве мочегонного и успокаивающего средства, наружно настой травы используют как ранозаживляющее средство, а также для купания детей при спазмофилии.

* **Столовую ложку цветов** настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке через каждые два часа при поносах.

ИНДАУ ПОСЕВНОЙ – *Eruca sativa* Garsault., семейство крестоцветные. Синоним: *миндау*. Однолетнее растение. Культивируется в Закавказье и Средней Азии.

* **Семена** используются в качестве аппетитного средства, наружно их применяют для лечения ран. Маслом семян лечат чесотку.

ИНЖИР ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Ficus carica* L., семейство тутовые. Синонимы и народные названия: *фикус инжир*, *винная ягода*, *смоква*, *смоковница*, *фига*, *фиговое*

дерево. Растёт в Крыму, Закавказье, горах Туркменистана, Памиро-Алае. Культивируют в Крыму, Закавказье, Средней Азии. В торговой сети вяленые плоды.

*** Две столовые ложки плодов** отваривают в стакане молока (хуже в воде) и пьют теплым по 1/2 стакана 2-4 раза в день в качестве смягчительного, потогонного, жаропонижающего и отхаркивающего средства при простудных заболеваниях, кашле, коклюше, отеке голосовых связок, болезнях почек и мочевыводящих путей, гастритах, запорах и почечнокаменной болезни.

Противопоказания: оксалурия, подагра и другие нарушения минерального обмена (плоды содержат много щавелевой кислоты), сахарный диабет (большое количество сахаров), острые болезни кишечника (значительное содержание клетчатки).

ИРГА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Amelanchier vulgaris Moench.* семейство розоцветные. Синоним: *ирга круглолистная, овальная, шомпольник, чашковое дерево; Amelanchier*

ovalis Medic., *Amelanchier rotundifolia* (Lam.) Dum.-Cours. Кустарник. Растёт в Крыму, на Кавказе, в Западной Сибири, на Дальнем Востоке.

* **Свежие плоды** используют как витаминное средство при гиповитаминозах "А", "С", "Р", они полезны также как противовоспалительное средство при расстройстве функции желудочно-кишечного тракта, колитах, энтероколитах, сопровождающихся поносами.

* **Сок плодов** используют для полоскания горла при ангинах.

* **Одну часть листьев и коры** отваривают в 100,0 воды и применяют для лечения болезней желудочно-кишечного тракта в качестве вяжущего средства.

ИРИС АИРОВИДНЫЙ – *Iris pseudacorus* L., семейство ирисовые. Синонимы: *ирис желтый*, *болотный*. Травянистый многолетник. Встречается в европейской части СНГ, на Кавказе.

* **Чайную ложку** корней и корневищ отваривают в стакане воды и принимают внутрь по две столовые ложки 4 раза в день в качестве противовоспалительного,

отхаркивающего и мочегонного средства при гастритах, спазмах желудочно-кишечного тракта, бронхитах, пневмонии и водянке. Этот же отвар используют и наружно для полосканий при ангине и зубной боли, а также для спринцеваний при трихомонадном кольпите и белях иного происхождения.

ИРИС БЛЕДНЫЙ – *Iris pallida* Lam. (non Ten.), семейство ирисовые. Синоним: *касатик*. Травянистый многолетник. Декоративное растение.

* **10,0-15,0 корневищ** настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 5-6 раз в день при водянке. При зубной боли и цинге настоем полощут рот.

* Растение, дающее **фиалковый корень**, который применяется в лечебных сборах при кашле.

ИРИС ГЕРМАНСКИЙ – *Iris germanica* L., семейство ирисовые. Синоним: *касатик*. Травянистый многолетник. Декоративное растение.

* Используется наравне с ирисом бледным.

ИРИС ЖЕЛТЕЙШИЙ – *Iris flavissima* Pall., семейство ирисовые. Синонимы: *ирис жёлтый*, *низкий*. *Iris humilis* Georgi. Травянистый многолетник. Растёт на юге европейской части СНГ, в Западной и Восточной Сибири.

* **Корневище** используют как средство, регулирующее месячные.

ИРИС СИБИРСКИЙ – *Iris sibirica* L., семейство ирисовые. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, кроме Крайнего Севера, Крыма и юго-востока, на Кавказе и Западной Сибири.

* **Настой корневищ** используют как сердечное и мочегонное средство при водянке. Он обладает также кровоостанавливающим, глистогонным, противоцинготным и противоанемическим действием.

* **Чай из корневища** применяют для ускорения прорезывания зубов.

ИРИС ФЛОРЕНТИЙСКИЙ – *Iris florentina* (L.) Ker-Gawl., семейство ирисовые. Синонимы: *касатик*, *Iris pallida* Ten. Травянистый многолетник.

Распространён широко, как декоративное растение.

* Используется наравне с ирисом бледным.

ИСТОД СИБИРСКИЙ – *Polygala sibirica* L., семейство истодовые. Синоним: *сенега сибирская*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Сибири, на Дальнем Востоке.

*** Растение используют как** противовоспалительное, смягчительное и отхаркивающее средство при острых и хронических заболеваниях органов дыхания (бронхиальная астма, абсцесс легкого, бронхиты, кровохарканье), при болезнях желудочно-кишечного тракта (поносы, энтероколит, гастрит).

а) Чайную ложку корней настаивают четыре часа в двух стаканах кипяченой холодной воды, принимают по 1/2 стакана 3-4 раза в день до еды.

б) 8,0 корней отваривают в стакане воды, настаивают один час и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день до еды. Наружно отвар в виде примочек применяют при абсцессах и карбункулах.

КАЛАНХОЕ ДЕГРЕМОНА – *Kalanchoë daigremontiana* Ham. et Perril., семейство толстянковые. Синонимы и народные названия: *бриофиллум, живое дерево, Bryophyllum daigremontianum* Ham. et Per. Травянистый многолетник. Разводится повсеместно как комнатное растение.

*** Слегка раздавленные свежие листья** применяют наружно для лечения ран, язв, ожогов и порезов, сок листьев обладает сильным бактерицидным действием, поэтому его закапывают в нос по несколько капель в каждую ноздрю при насморке.

КАЛАНХОЕ ПЕРИСТОЕ – *Kalanchoë pinnata* (Lam.) Pers., семейство толстянковые. Синонимы: *бриофиллум перистый; Bryophyllum pinnata* Lam. Травянистый многолетник. Комнатная культура.

*** Сок из свежих листьев и травянистой части стебля** обладает противовоспалительным действием, способствует быстрому очищению ран и язв от некротических тканей, быстрой эпителизации их. Применяют при лечении гнойно-некротических процессов,

трофических язв голени, пролежней. Техника лечения. Производят туалет кожи вокруг раны и наносят на неповреждённую кожу тонкий слой вазелина, орошают рану соком (1-3 мл) из шприца через иглу, затем накладывают марлевую салфетку (4-5 слоёв), обильно смоченную соком и бинтуют. Повязки до очищения раны или язвы от некротических масс меняют ежедневно, а затем через день. Кроме полной смены повязки, один раз в день дополнительно обильно смачивают соком (через шприц) нижние слои марли; верхние при этом снимают. При сильном жжении в ране сок можно слегка развести 1-2% новокаином. Средняя продолжительность лечения 15-20 дней.

* **При трещинах сосков** после каждого кормления на соски наносят пипеткой 1-3 капли сока на протяжении нескольких дней. Сок должен быть комнатной температуры.

* **Сок из свежих листьев** и травянистой части стебля применяют при гингивитах (острый диффузный катаральный гингивит, подострые и хронические формы гипертрофического катарального

гингивита); при воспалительно-дистрофической форме пародонтоза II – III степени; при рецидивирующем хроническом афтозном стоматите. Применяют в виде аппликаций (марлевые салфетки или вата, смоченные соком) после тщательного удаления местных раздражителей. Аппликации применяют 3-4 раза в день по 15-20 минут. Курс лечения от 8 до 15 дней. Сок должен быть температурой 37 градусов.

КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Viburnum opulus* L., семейство жимолостные. Народные названия: *снежки, каленица*. Кустарник или невысокое деревце. Растёт почти повсеместно.

*** Кора обладает** кровоостанавливающим, успокаивающим, отхаркивающим и вяжущим действием. Применяется при внутренних, маточных и геморроидальных кровотечениях, простудных заболеваниях, дисменорее, угрожающем аборте (для предупреждения выкидыша), истерии, бессоннице.

а) 10,0-20,0 коры настаивают два часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

б) 30,0-40,0 коры настаивают 15 минут в стакане кипятка и выпивают за день в несколько приемов.

* **Лишай, прыщи, угри, гнойники** смазывают 10-20-процентным соком ягод до полного исчезновения сыпи.

* **Столовую ложку ягод** настаивают (или отваривают) в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана 2 раза в день как потогонное, слабительное, общеукрепляющее и успокаивающее средство при простудных заболеваниях, хрипоте, бронхите, атеросклерозе, язвенной болезни, колите.

* **При авитаминозах, язвенной болезни, запорах, геморрое, гипертонической болезни, а также в качестве мочегонного и общеукрепляющего средства** пьют сок ягод по несколько столовых ложек в день.

* **Настой ягод на горячем меду** в течение 6-7 часов пьют при бронхитах, пневмонии и болезнях печени.

* **Ягоды калины, протёртые с сахаром** пьют по несколько столовых ложек в день при гипертонической болезни.

* **Отвар цветов** применяют для лечения кашля, хрипоты, простудных заболеваний, бронхитов в качестве отхаркивающего

средства, при поносах – как вяжущее и спазмолитическое. Отвар цветущих побегов пьют при золотухе и болезненных месячных.

* **Семена высушивают**, измельчают, готовят и пьют как кофе при запорах.

* **калина, кора**

крушина, кора

пырей, корневища – по 1 части

Столовую ложку сырья настаивают час в стакане кипятка и назначают как молокогонное средство по 2 стакана 2 раза в день через час после еды.

КАЛИСТЕГИЯ ЗАБОРНАЯ – *Calystegia sepium* (L.) R.Br., семейство вьюнковые. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *повой заборный, вьюнок призаборный, повилица*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Забайкалье, на Дальнем Востоке, в Средней Азии.

* **Чайную ложку травы** настаивают 30 минут в 1,5 стакана кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве слабительного – при запорах, мочегонного – при водянке, слабого снотворного средства – при бессоннице.

* **Свежие измельченные листья** прикладывают к ранам для скорейшего их заживления.

* **В качестве сильного слабительного** средства принимают смолу растения по 0,5-1,0 на прием.

* **В качестве ранозаживляющего** средства при лечении водянистых ран и ожогов используют присыпку из порошка сухой травы.

КАЛУЖНИЦА БОЛОТНАЯ – *Caltha palustris* L., семейство лютиковые. Растение ядовито. Народные названия: *курослеп болотный, куриная слепота*. Травянистый многолетник. Растёт в северной и умеренной зонах северного полушария.

* **Измельченные свежие листья**, обваренные кипятком, прикладывают в качестве бактерицидного средства к ожогам, воспаленным участкам кожи и ранам.

КАМФОРΟΣМА МАРСЕЛЬСКАЯ – *Camphorosma monspeliacum* L., семейство маревые. Народное название: *камфарница*. Полукустарник. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе, в Сибири и Средней Азии.

*** Столовую ложку травы** настаивают 1-2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при нервных заболеваниях, как возбуждающее центральную нервную систему средство, при водянке, как мочегонное средство, а также при коклюше, простудных заболеваниях (потогонное средство), хроническом рините и отсутствии месячных. Наружно настой применяют в виде примочек и повязок для лечения небольших ран.

КАНАТНИК ТЕОФРАСТА – *Abutilon theophrastii* Medic., семейство мальвовые.

Синонимы: *грудник Авиценны, Abutilon avicennae Gaertn.* Однолетник.

Культивируют в умеренно тёплом поясе обоих полушарий, на территории СНГ – в Средней Азии, Казахстане, Поволжье.

*** Отвар корней** используют в качестве отхаркивающего средства.

КАПУСТА ОГОРОДНАЯ – *Brassica oleracea* L., семейство крестоцветные.

Синоним: *капуста кочанная.* Двулетник.

Огородный овощ, культивируется повсеместно.

* **Свежий капустный сок** принимают по 5-6 стаканов в день в 3-4 приема за 40-60 минут до еды при язвенной болезни, язвенном колите, гастрите с пониженной кислотностью желудочного сока, холециститах, спастических колитах, атонии кишечника, желтухе, а также как общеукрепляющее и улучшающее пищеварение средство. Сок, разведённый водой, используют для полоскания горла при ангинах.

* **Свежий сок с сахаром** пьют в качестве общеукрепляющего, улучшающего пищеварение средства, а также при острых респираторных инфекциях, желтухе, головной боли, бессоннице, кашле, атонии кишечника. Начинают лечение с 1/2 стакана на приём 3 раза в день за час до еды и доводят до 2-х — 5 стаканов 3 раза в день. Курс лечения 3-4 недели.

* **При геморрое**, сопровождающемся запорами и сильными кровотечениями, болезнях печени, авитаминозах, отсутствии аппетита и общей слабости пьют капустный рассол по 1-1,5 стакана в день до или во

время еды. Квашеная капуста нормализует пищеварение, уменьшает гнилостные процессы в кишечнике.

* **Для лечения туберкулеза легких, кашля, других заболеваний органов дыхания** применяют сок краснокочанной капусты по чайной ложке несколько раз в день.

* **Листья, отваренные в молоке,** применяют наружно для лечения золотухи и мокнущих экзем. Кашицей из листьев, смешанных с яичным белком, лечат гнойные раны, язвы, ожоги. Свежие листья прикладывают к ожогам, ушибам, воспалённым участкам кожи.

* **капуста, сок листьев 150,0**
картофель, сок клубней 50,0
морковь, сок корнеплодов 50,0
свёкла, сок корнеплодов 50,0

Смесь соков пьют по 100,0 3 раза в день при язвенной болезни желудка с нулевой кислотностью желудочного сока.

* **капуста, сок листьев 50,0**
картофель, сок клубней 50,0
морковь, сок корнеплодов 150,0
свёкла, сок корнеплодов 25,0

Смесь соков пьют по 50,0 в день до еды при язвенной болезни желудка с

повышенной кислотностью желудочного сока и при гиперацидных гастритах.

КАРАГАНА ГРИВАСТАЯ – *Caragana jubata* Pall., семейство бобовые. Народное название: *верблюжий хвост*. Кустарник. Растёт в Средней и Восточной Сибири, Забайкалье, горах востока Средней Азии.

* **10,0-20,0 травы** настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют при простудных заболеваниях, ревматизме, воспалительных болезнях женской половой сферы.

* **10,0-20,0 травы кипятят** 15 минут в стакане воды, используют в качестве примочек, обмываний, полосканий при гнойных ранах, сыпях, ангине, гингивитах.

КАРДАРИЯ КРУПКОВАЯ – *Cardaria draba* (L.) Desv., семейство крестоцветные. Растение ядовито. Синонимы: *перечник крупковый, клоповник крупковый, *Lepidium draba* L.* Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Средней Азии.

* **Отвар побегов** (верхушки с плодами) используют для обмываний при

доброкачественных опухолях. Отвар плодов применяют при лихорадке.

КАРТОФЕЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Solanum tuberosum* L., семейство пасленовые. Синоним: *паслён клубненосный*. В культуре почти космополит.

* **Сок клубней** пьют по 1/2 стакана 2-3 раза в день до еды при гипертонической болезни, язвенной болезни, язвах кишечника, запорах, гиперацидном гастрите (регулирует кислотность желудочного сока), а также в качестве мочегонного средства при заболеваниях почек и сердечно-сосудистой системы. Сок обладает также спазмолитическим действием, для профилактики указанных заболеваний применяют половинные дозы.

* **Пары варенных неочищенных клубней** вдыхают несколько минут подряд перед сном при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей.

* **Кусочек сырого клубня**, вырезанный в виде свечи, вставляют в задний проход на ночь при геморрое, курс лечения 10 дней.

* **Картофельный крахмал** используют как присыпку при ожогах для предупреждения

образования пузырей. При расстройстве деятельности желудочно-кишечного тракта в качестве противовоспалительного и обволакивающего средства его принимают внутрь. Разовая доза 10-30 граммов крахмала, предварительно разваренного в кипятке.

* **Отваренный в мундире** мучной ("рассыпчатый") клубень растирают со сметаной. Тёплую кашицу наносят на пересушенное или обожжённое солнцем лицо. Питательная маска.

* **Несолёное картофельное пюре** принимают в пищу до килограмма в день в качестве мочегонного средства. Во время лечения воду почти не пьют (не более стакана в день).

* **Сырую картофелину** трут на тёрке, стараясь в основном стереть кожуру. Полученную массу, кладут на компрессную бумагу или целлофан (чтоб влага держалась) и привязывают к тем местам, где есть бородавки. Лучше всего это делать на ночь через день. Курс 3-4 процедуры. Эффект от лечения наступает через 3-5 недель.

* **Очищенные сырые клубни** трут на тёрке. К 100,0 кашицы добавляют чайную ложку мёда, перемешивают. Смесь наносят на салфетку слоем не менее 1 см, прикладывают к поражённому участку на 2 часа, после чего повязку меняют. В течение дня процедуру повторяют несколько раз. Показания к лечению: экзема, ожоги, язвы, воспалившиеся угри, пиодермия, болезненные мозоли.

* **50,0 свежих цветов** отваривают 10-15 минут в 100,0 воды и выпивают в течение дня как средство понижающее артериальное давление и возбуждающее дыхание.

КАЧИМ МЕТЕЛЬЧАТЫЙ – *Gipsophila paniculata* L., семейство гвоздичные. Растение ядовито. Народные названия: *мухомор, кучерявка, катун*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной Сибири, Средней Азии.

* **Настой травы** – слабительное, рвотное и обезболивающее средство (боли в области печени). Иногда используется как инсектицид для уничтожения мух.

КАШТАН КОНСКИЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ

– *Aesculus hippocastanum* L., семейство конскокаштановые. Синонимы: *лжекаштан*, *ложный каштан*. Дерево. Родина Балканы, в культуре – на Украине, в России до Архангельска, в Туркмении.

* **Сок из свежих цветов** пьют по 25 капель 3 раза в день при тромбофлебите, геморрое, а также при гипертонической болезни. При варикозной болезни, геморрое и тромбофлебитах сок цветов, разведённый двумя частями спирта, пьют по чайной ложке 3-4 раза в день.

* **50,0 коры** варят 15 минут в литре воды, настаивают восемь часов и применяют для сидячих ванн (процедура длится 15 минут) при наружном геморрое с кровотечениями.

* **50,0 цветов** настаивают две недели в 0,5 литра 50- градусной водки и применяют в виде втирания при ревматизме, подагре, артритях.

* **При маточных кровотечениях** 5,0 кожуры семян кипятят 15 минут в 200,0 воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день. Одновременно с другим отваром (15,0 кожуры семян отваривают в двух стаканах

воды, настаивают четыре часа) делают влагалищные спринцевания.

* **Чайную ложку коры** настаивают восемь часов в двух стаканах холодной воды и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день до еды в качестве противовоспалительного, обезболивающего, противосудорожного и кровоостанавливающего средства при малярии, ревматизме, подагре, ишиасе, поносах, маточных и геморроидальных кровотечениях, хронических кишечных заболеваниях и болезнях дыхательных путей.

* **50,0 плодов или цветов** настаивают в 0,5 литра водки и применяют наружно и во внутрь по 30-40 капель 3-4 раза в день при варикозном расширении вен, трофических язвах на почве варикоза, геморрое и тромбозах. Курс лечения 3-4 недели.

КАШТАН НАСТОЯЩИЙ – *Castanea sativa* Mill., семейство буковые. Синонимы: каштан съедобный, благородный, сладкий; *Castanea vulgaris* Lam., *Fagus castanea* L. Дерево, растёт в Крыму и на Кавказе, культивируется на Кавказе и в Средней

Азии. Плоды нередко продаются в гипермаркетах.

* **При заболеваниях** органов дыхания, в том числе кровохарканье, хронических поносах и отеках почечного происхождения пьют отвар сухих орехов 1:10 по две столовые ложки 3-6 раз в день.

КЕРВЕЛЬ ОГОРОДНЫЙ – *Anthriscus cerefolium* (L.) Hoffm., семейство зонтичные. Синоним: *купырь длинноносиковый*. Однолетнее растение. Растёт на западе и юге европейской части СНГ, Туркменистане, Сибири, на Урале. Культивируется как овощное и пряное растение.

* **Растение применяется** для лечения лихорадки, головокружений, желтухи, в качестве отхаркивающего средства при туберкулёзе и мочегонного средства при водянке. Наружно используют при золотухе, лишаях, кожном зуде, геморрое.

КЕРМЕК ГМЕЛИНА – *Limonium gmelini* Ktze., семейство свинчатковые. Синонимы: *кермек лиловый*; *Statice gmelini* Willd. Травянистый многолетник. Растёт в

Западной и Восточной Сибири, Северном Казахстане, европейской части СНГ, Средней Азии, Крыму.

* **Чайную ложку корней** отваривают в 2-х стаканах воды, настаивают 2 часа, пьют по 1-2 столовые ложки 2-3 раза в день в качестве кровоостанавливающего средства при маточных и других внутренних кровотечениях, а также при острых болезнях желудочно-кишечного тракта, в том числе дизентерии и простых поносах.

* **Столовую ложку корней** отваривают в стакане воды, настаивают два часа и пьют по 1/3-1/4 стакана 3 раза в день перед едой в качестве противовоспалительного, вяжущего и кровоостанавливающего средства при дизентерии, поносах.

КЕРМЕК ШИРОКОЛИСТНЫЙ –
***Limonium latifolium* (Sm.) Moench.**,
семейство свинчатковые. Синоним:
Limonium platyphyllum Lincz. Растёт на юге европейской части СНГ, на Кавказе.

* Используют наравне с кермеком Гмелина.

КИЗИЛ НАСТОЯЩИЙ – ***Cornus mas* L.**,
семейство кизилковые. Синоним: *дерен*

обыкновенный, съедобный; *Cornus flava Steud.* Кустарник или дерево. Растёт на юге СНГ, где и культивируется.

* **Отвар сухих плодов** 5,0-10,0 на стакан воды пьют по 1/4 стакана 4 раза в день при поносах. Свежие плоды, употребляемые в пищу, повышают аппетит.

* **Столовую ложку облиственных побегов** настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день в качестве вяжущего, желчегонного и мочегонного средства.

КИЗИЛЬНИК ЧЕРНОПЛОДНЫЙ – *Cotoneaster melanocarpa Lodd.*, семейство розоцветные. Синонимы: *кизильник обыкновенный; Cotoneaster vulgaris Ledeb.* Кустарник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири.

* **Столовую ложку побегов** настаивают два часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 3-4 раза в день в качестве мочегонного, желчегонного и вяжущего средства при желтухе, водянке и расстройстве деятельности желудочно-кишечного тракта.

КИРКАЗОН ЛОМОНОСОВИДНЫЙ – *Aristolochia clematitis L.*, семейство

кирказоновые. Растение ядовито. Народные названия: *финовник, лихорадочная трава*. Травянистый многолетник. Растёт в большинстве областей СНГ.

*** Растение обладает** успокаивающим, мочегонным, потогонным, улучшающим обмен веществ, обезболивающим, желчегонным и сердечным действием. Применяется при гипертонической болезни, подагре, хроническом кашле, водянке, малярии, простудных заболеваниях, желтухе, анемии, туберкулезе легких, цинге. Кроме того, препараты кирказона снижают тонус и силу маточных сокращений, усиливают кровянистые выделения при месячных, регулируют пищеварение.

а) 3,0 листьев настаивают в 100,0 водки семь дней и пьют по 20 капель 3-4 раза в день.

б) 3,0 листьев и корней кипятят 15 минут в 200,0 воды, принимают по столовой ложке 3-4 раза в день.

в) 1/4 чайной ложки травы настаивают 8 часов в стакане холодной воды и пьют по 1/4 стакана 2-3 раза в день.

*** Две столовые ложки травы** кипятят 10 минут на слабом огне в стакане воды,

применяют наружно для ванночек, обмываний и повязок при лечении ран, гнойников, фурункулов, зудящихся сыпей и золотухи. Процедуры проводят не дольше 10-20 минут из-за возможности всасывания ядов через раневую поверхность в организм.

КЛЕВЕР БЕЛЫЙ – *Trifolium repens* L., семейство бобовые. Синоним: *клевер ползучий*. Травянистый многолетник. Растет повсеместно.

* **Три чайные ложки травы** настаивают в течение часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 4 раза день за 20 минут до еды как общеукрепляющее, тонизирующее, обезболивающее и антисептическое средство при простудных и женских заболеваниях, подагре, туберкулезе легких, гриппе и отравлениях.

КЛЕВЕР КРАСНЫЙ – *Trifolium pratense* L., семейство бобовые. Синонимы и народные названия: *клевер луговой, посевной, конюшина, дятлина*. Двулетник или многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Сибири, Казахстане.

*** Цветы как отхаркивающее, потогонное, противокашлевое и дезинфицирующее средство** применяют при простудных заболеваниях легких, бронхиальной астме и коклюше. Кроме того, цветы применяют для лечения анемии, малярии, поносов, болезненных месячных, золотухи и гипертонической болезни в начальной стадии.

а) Отвар цветов 20,0:200,0 принимают в зависимости от возраста и состояния от 2-3 столовых ложек до 1/2 стакана 3 раза в день.

б) Три чайных ложки цветочных головок настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день за 20 минут до еды.

*** 40,0 цветов** настаивают 10 суток в бутылке водки и пьют по 20 граммов перед обедом или перед сном при атеросклерозе, сопровождающемся шумом в ушах, головокружениями, но без гипертензии. Курс лечения 3 месяца с перерывом на десять дней. В случае необходимости курс лечения можно повторить через шесть месяцев.

КЛЕВЕР ПОЛЕВОЙ – *Trifolium arvense* L., семейство бобовые. Синоним: *клевер*

пашенный, котики. Однолетник. Растёт почти повсеместно.

*** Три чайных ложки травы** настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день за 20 минут до еды как вяжущее, противовоспалительное, обезболивающее и антисептическое средство при поносах, коликах желудочно-кишечного тракта, гематурии, болезнях органов дыхания, кашле, дизентерии, сахарном диабете. Наружно настой трав применяют для лечения гнойных ран и язв.

КЛЕВЕР СРЕДНИЙ – *Trifolium medium* L., семейство бобовые. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе, в Сибири, Средней Азии, кроме пустынь.

*** Три чайные ложки травы** настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день за 20 минут до еды как противодиарейное, обезболивающее, противовоспалительное и антисептическое средство при головной боли, простудных заболеваниях, ревматизме и невралгии. Настой обладает также легким слабительным и мочегонным действием.

*** В качестве нарывного средства к фурункулам и абсцессам прикладывают свежие измельченные листья.**

КЛЕН ПЛАТАНОВИДНЫЙ – *Acer platanoides* L., семейство кленовые.

Синоним: *клён остролистный*. Дерево. Растёт в европейской части СНГ, на Кавказе.

*** Столовую ложку листьев** заливают стаканом кипятка и настаивают в теплом месте 30 минут (ни в коем случае не кипятят). Пьют настой по 1/4 стакана 3-4 раза в день в качестве мочегонного, желчегонного, антисептического, противовоспалительного и тонизирующего средства при различных заболеваниях, в том числе и при почечнокаменной болезни.

КЛЕЩЕВИНА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Ricinus communis* L., семейство

молочайные. Растение ядовито. Народные названия: *рицинка, касторник*. Однолетник. Культивируют на юге европейской части СНГ, на Кавказе, в Средней Азии.

*** Растёртые свежие листья и стебли** прикладывают к гнойникам для скорейшего их созревания.

* **Касторовое масло**, полученное из семян путем выжимания на холоде, назначают по 15,0-30,0 на прием как слабительное средство при хронических заболеваниях желудочно-кишечного тракта (в том числе колитах), запорах у лихорадящих больных и беременных. Слабительный эффект наступает через 4-6 часов. Доза для детей – 5,0 -10,0 на прием. При слабости родовой деятельности роженице дают однократно 40,0-50,0 касторового масла.

* **Для профилактики** выпадения волос используют смесь из 10,0 касторового масла и 100,0 спирта, которую регулярно втирают в волосистую часть головы. Втирание в кожу головы подогретого касторового масла за 30 минут до мытья головы способствует укреплению волос и придаёт им живой блеск.

* **Касторовое масло** втирают утром и вечером в течение 10-20 минут в бородавки. Курс лечения 2-3 месяца.

* **При раздражении** и покраснении слизистой глаза капают 1 каплю касторового масла в каждый глаз, это снимает или уменьшает раздражение.

* При белях касторовое масло вводят во влагалище по 30,0 через день.

КЛОПОВНИК СОРНЫЙ – *Lepidium rudera* L., семейство крестоцветные. Растение ядовито. Однолетник. Растёт почти повсеместно.

* Растение обладает противолихорадочным, мочегонным, ранозаживляющим и инсектицидным действием. В народной медицине его применяли при малярии и для уничтожения клопов.

КЛУБНИКА ЛЕСНАЯ – *Fragaria viridis* Duch., семейство розоцветные. Синонимы и народные названия: *земляника лесная, полуница, поленица.* Травянистый многолетник. Растёт почти повсеместно в степной и лесостепной зонах.

* Свежие и сухие плоды употребляют в пищу как витаминное, легкое слабительное и потогонное (чай из высушенных плодов) средство при лихорадке, цинге, гиповитаминозах и запорах.

* клубника, листья
тимьян, трава

ясменник пахучий, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси настаивают 30 минут в двух стаканах кипятка, пьют по 2 столовые ложки через каждые 3 часа как отхаркивающее средство.

КЛЮКВА ЧЕТЫРЕХЛЕПЕСТНАЯ – ***Oxycoccus quadripetalis Gilib.***, семейство брусничные. Синонимы и народные названия: *клюква болотная, обыкновенная, журавлиха, журавина, подснежница; Oxycoccus palustris Pers., Vaccinium oxycoccus L.* Полукустарник. Растёт в тундре, лесотундре, лесной зоне Евразии. Плоды повсеместно в гипермаркетах.

*** Свежие плоды, сок и морс** применяют при цинге, простудных заболеваниях, отравлении угарным газом, инфекционных заболеваниях, пониженном аппетите, лихорадке, пиелонефрите, болезнях мочевых путей, глаукоме и для профилактики мочекаменной болезни. Приготовление морса: клюкву перебирают, промывают, разминают деревянной ложкой или деревянным пестиком в неокисляющейся посуде (стеклянной, эмалированной). Затем

отжимают через марлю сок и ставят его на холод. Отжимки заливают горячей водой, кипятят 5-10 минут, в процеженный отвар добавляют отжатый сок, сахар или мед, размешивают и охлаждают. На литр морса 125,0 клюквы, 120,0 сахара или 75,0 меда и 900,0 воды. При сильном простудном кашле и ангине помогает клюквенный сок с мёдом. Клюквенный сок вместе со свекольным пьют при гипертонии и сосудистых спазмах.

Противопоказания: гастрит с гиперсекрецией, язвенная болезнь, болезни печени.

КОВЫЛЬ ПЕРИСТЫЙ – *Stipa pennata* L., семейство злаковые. Травянистый многолетник. Растёт в степной зоне СНГ.

* **Отвар травы в молоке** пьют при зобе, одновременно применяют припарки из разваренной травы на область щитовидной железы. Отвар корня назначают при параличах.

КОЗЛЯТНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ – *Galega officinalis* L., семейство бобовые. Растение ядовито. Синонимы: *галега, Galega vulgaris Lam.* Травянистый многолетник.

Растёт в южных районах европейской части СНГ.

*** Препараты козлятника** применяют при сахарном диабете, глистных инвазиях, геморрое, укусах змей, недостатке молока у кормящих женщин, а также в качестве мочегонного и потогонного средства.

а) Чайную ложку травы настаивают в стакане кипятка и принимают по столовой ложке 4-5 раз в день.

б) Настой семян 1:20 пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

в) Сухую измельченную траву принимают внутрь по полграмма 3 раза в день.

*** козлятник, семена**

козлятник, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси кипятят 15 минут в стакане воды, настаивают 10 минут и пьют при сахарном диабете по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой.

*** козлятник, семена 4 части**

фенхель, плоды 1 часть

Столовую ложку смеси размешивают в небольшом количестве воды и выпивают перед едой при сахарном диабете.

КОЛОКОЛЬЧИК ЖЕСТКОВОЛОСЫЙ –
Campanula cervicaria L., семейство
колокольчиковые. Двулетник. Растёт в
лесной и лесостепной зонах СНГ.

* **Столовую ложку травы** настаивают 3
часа в стакане кипятка и пьют по столовой
ложке 3-4 раза в день при болях в желудке,
радикулите и зобе, при лишаях настой
применяют наружно.

КОЛОКОЛЬЧИК КРАПИВОЛИСТНЫЙ
– **Campanula trachelium L.**, семейство
колокольчиковые. Народное название: *синий*
зверобой. Травянистый многолетник. Растёт
в лесной и лесостепной зонах СНГ.

* **Настой травы** в виде полосканий
применяют при воспалительных процессах в
горле, полости рта. Свежие листья
используют в виде припарок при ломоте в
костях.

КОЛОКОЛЬЧИК СКУЧЕННЫЙ –
Campanula glomerata L., семейство
колокольчиковые. Синоним и народное
название: *колокольчик сборный, примочная*
травя. Травянистый многолетник. Растёт
почти повсеместно.

*** Две чайные ложки** травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день до еды в качестве противовоспалительного обезболивающего и кровоостанавливающего средства при головной боли, лихорадке и маточных кровотечениях. При ангине и других заболеваниях горла, а также при охриплости одновременно с приемом настоя внутрь назначает его и для полосканий. Для лечения рожистых воспалений применяет компрессы и примочки из настоя.

КОНОПЛЯ ПОСЕВНАЯ – *Cannabis sativa* (Serebr.) L., семейство коноплевые. Однолетнее растение. В странах СНГ встречается почти повсеместно, как культурное, одичавшее или дикорастущее растение.

*** 5,0-10,0 измельченных семян** настаивают в 200,0 воды и выпивают в течение дня. Применяют при кашле, гипогалактии, водянке, золотухе, геморрое, желтухе, цистите, воспалении яичников, болезнях мочеиспускательного канала, бронхиальной астме, плеврите, перикардите. При

импотенции едят поджаренные семена с солью.

*** При ревматизме,** ушибах и подагре к больным местам прикладывают припарки из семян и мякины, при нарывах – толченое семя. Для выведения мозолей наружно используют смесь конопляного масла с мелом. При болезнях глаз делают примочки из отвара семян (20:200). Масло конопляное втирают в поясницу при радикулите, им же смазывают ожоги. Маститы лечат смесью масла и крахмала.

*** 25,0 соцветий** или соплодий настаивают в 100,0 водки и пьют по 25 капель 3 раза в день в качестве успокаивающего, снотворного, болеутоляющего и противосудорожного средства.

*** 2 столовые ложки семян** мелко толкут, заливают стаканом горячей кипячёной воды, настаивают 30-40 минут, выпивают полстакана за 2 часа до сна, потом через час – остальное вместе с осадком (обязательно тёплым). Курс лечения при бессоннице 2 недели.

КОНСОЛИДА ПОЛЕВАЯ – *Consolida regalis* S.F.Gray., семейство лютиковые,

Синонимы и народные названия: *Consolida arvensis* (L.) Opiz., *Delphinium consolida* L., *рогатые васильки*, *шпорник посевной*, *дельфиниум*. Растение ядовито. Однолетник. Растёт в европейской части СНГ, Сибири.

* **20,0 травы** настаивают в литре кипятка и пьют по стакану 3 раза в день при желтухе и болезнях мочеполовой сферы. При конъюнктивитах с настоем делают примочки.

КОПЫТЕНЬ ЕВРОПЕЙСКИЙ – *Asarum europaeum* L., семейство кирказоновые. Растение ядовито. Народные названия: *рвотный корень*, *грыжник*, *зимник*, *подорешник*, *белокопытник*, *блакотник*, *волосатик*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, кроме крайнего севера и юга, в Крыму и на Алтае.

* **Свежие истолчённые листья** прикладывают к гнойникам для скорейшего их созревания. Настойку травы на уксусе втирают в поражённые места при чесотке.

* **Один грамм листьев** настаивают в 200,0 кипятка (1/5 чайной ложки на стакан) и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день при легочно-сердечной недостаточности первой

и второй степени. Настой регулирует сердечную деятельность, повышает артериальное давление, сужает кровеносные сосуды, обладает мочегонным действием.

*** Корневище применяют** как отхаркивающее, желчегонное, улучшающее пищеварение и глистогонное средство при заболеваниях печени и желчного пузыря, болезнях дыхательных путей, диспепсии, гастритах, энтероколитах и глистных инвазиях. Кроме того, его используют при водянке и скудных месячных.

а) 2,0 корневищ настаивают 2 часа в 200,0 кипятка и пьют по столовой ложке 3-5 раз в день.

б) Отвар корневищ 2,0:200,0 воды или козьего молока пьют по столовой ложке 3-4 раза в день. При головной боли и экземе отвар применяют наружно в виде примочки.

*** Столовую ложку отвара** (5,0 корневищ на стакан воды) вливают в стакан водки и дают выпить алкоголику. Отвар вызывает отвращение к спиртному.

*** При расстройстве месячных** пьют порошок корневища по 0,2-0,5 на прием, запивают молоком.

Противопоказание: беременность.

КОРИАНДР ПОСЕВНОЙ – *Coriandrum sativum* L., семейство зонтичные.

Синонимы и народные названия: *клоповник, кишинец посевной, кинза*. Однолетник. Растёт по всей территории Евразии.

* **Чайную ложку плодов** настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день как желчегонное, обезболивающее, улучшающее пищеварение, антисептическое, отхаркивающее, ветрогонное средство и как слабительное – при геморрое.

* **Настой семян** обладает желчегонным, обезболивающим, улучшающим пищеварение, отхаркивающим, антисептическим и слабительным действием. Чаще всего его применяют внутрь при болезнях печени, дыхательных путей, геморрое, метеоризме, запорах и других желудочно-кишечных заболеваниях. Наружно настой используют как ранозаживляющее средство. При роже у детей поражённую поверхность покрывают соком из семян.

а) Чайную ложку измельченных семян настаивают в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день.

б) 3 чайные ложки семян настаивают 15 минут в стакане кипятка, принимают по 2 столовые ложки за 30 минут до еды.

* **кориандр, плоды 1 часть**
крушина, кора 8 частей
солодка, корни 1 часть

Столовую ложку смеси кипятят 10 минут в стакане воды, пьют по 1/2-1 стакану на ночь, как слабительное средство.

* **кориандр, плоды 1 часть**
крушина, кора 8 частей
солодка, корни 1 часть
тмин, плоды 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 20 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2 - 3/4 стакана на ночь, как слабительное средство.

КОРОВЯК ЗОПНИКОВИДНЫЙ –
Verbascum phlomoides L., семейство
норичниковые. Синоним: *коровяк*
мохнатый. Растёт по всей Европе, кроме
севера.

* Используют наравне с коровяком
скипетровидным.

КОРОВЯК МЕТЕЛЬЧАТЫЙ —

Verbascum lychnitis L., семейство норичниковые. Народные названия: *царская свеча, кулинка, матрёнка*. Растёт в черноземной зоне европейской части СНГ.

*** Столовую ложку** сухих цветов или листьев настаивает час в стакане кипятка или молока и пьют горячим по 1/4 стакана 4 раза в день в качестве смягчительного, обволакивающего, противовоспалительного и вяжущего средства при катарах верхних дыхательных путей и бронхов, воспалительных процессах полости матки в послеродовом периоде. При ангинах настой применяет в виде полосканий.

*** В качестве ранозаживляющего** средства пользуются порошком сухих листьев, которым присыпает раны. Для этой же цели к ранам прикладывают и свежие измельченные листья.

КОРОВЯК СКИПЕТРОВИДНЫЙ —

Verbascum thapsiforme Schrad., семейство норичниковые. Синонимы и народные названия: *царский скипетр, царская свеча, вербишник, дивина; Verbascum tapsus Koch.*

(non L.). Травянистый многолетник. Растёт в средней полосе и юго-западе европейской части СНГ.

*** Растение обладает** отхаркивающим, обволакивающим, смягчительным, противовоспалительным и обезболивающим действием. Его назначают при кашле, коклюше, пневмониях, острых респираторных инфекциях, бронхиальной астме, ларингитах, болезнях желудочно-кишечного тракта, геморрое, болезнях печени, селезенки и, кроме того, при истощении.

а) 5,0 листьев и цветов настаивает в стакане кипятка и пьют теплым по 1/2-1/3 стакана 2-3 раза в день.

б) 3-4 чайные ложки листьев и цветов кипятят 5 минут в 2,5 стакана воды или молока, настаивают 30 минут и пьют теплым на ночь по одному стакану. Этот же отвар используют для сидячих ванн при лечении геморроя.

*** 5,0 измельченных семян** смешивает с десятью граммами сливочного масла, полученной мазью смазывают язвы и гнойные раны. В качестве противовоспалительного и

обезболивающего средства к ожогам и ранам прикладывают обваренные кипятком и измельченные листья, а порошком листьев и цветов засыпают предварительно смоченные морковным соком трещины сосков у кормящих матерей.

* **50,0 цветов** настаивают 2 недели в 0,5 литра спирта или водки и применяют для натирания при ревматических и невралгических болях.

* **коровяк, цветы 1 часть**
мальва, цветы 1 часть

Чайную ложку смеси настаивают в стакане кипятка и применяют для полоскания горла при ангине.

* **коровяк, цветы 30,0**
мать-мачеха, листья 100,0
цетрария исландская, слоевище 50,0

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка, пьют по 1/3 стакана в день при хронических бронхитах и одышке.

КОРОВЯК ТАРАКАНИЙ – *Verbascum blattaria* L., семейство норичниковые. Двулетник. Растет в европейской части СНГ.

* **Чайную ложку цветов** или листьев настаивают 30 минут в двух стаканах

кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день в качестве слабительного и противоглистного средства. Порошком цветов и листьев пользуются как средством против моли и тараканов.

КОРОСТАВНИК ПОЛЕВОЙ – *Knautia arvensis* L., семейство ворсянковые. Травянистый многолетник. Растёт на юго-западе Западной Сибири, северо-западе Казахстана и европейской части СНГ.

*** Настой травы** применяют для лечения хронических кожных заболеваний, язв, крапивницы, зуда заднего прохода, чесотки, прыщей, зудящихся сыпей. Для этого 4 чайные ложки травы настаивает в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день. Одновременно к пораженным местам прикладывает примочки их этого же настоя. Настой травы обладает противовоспалительным, антисептическим и улучшающим обмен веществ действием. Его также применяют для лечения воспаления мочевого пузыря и в качестве отхаркивающего средства.

*** короставник, трава**
лопух, корни

орех грецкий, листья
ромашка аптечная, трава — по 1
части

Столовую ложку смеси варят 15 минут в стакане воды и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день при обменных заболеваниях кожи или предрасположенности к ним.

КОХИЯ ВЕНИЧНАЯ – *Kochia scoparia* (L.) Schrad., семейство маревые. Синонимы и народные названия: *кохия метёлковидная, катун*. Однолетник. Растёт в степях Алтая, Забайкалье, Приамурье. Культивируется в качестве декоративного растения почти повсеместно.

*** Растёртые плоды** пьют по ложке 5-6 раз в день при болях в пояснице. Они также обладают тонизирующим, мочегонным, стимулирующим сердечную деятельность средством. Иногда применяют для лечения гонореи. Наружно их используют для лечения кожных болезней и ногтей.

КОШАЧЬЯ ЛАПКА ДВУДОМНАЯ – *Antennaria dioica* (L.) Gaertn., семейство сложноцветные. Синонимы: *бессмертник розовый, белый, двудомный*. Травянистый

многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, на Северном Кавказе.

*** Настой цветочных корзинок** из расчета 0,5-10,0 на 200,0 кипятка пьют по столовой ложке через каждые час-полтора при желудочных, кишечных, геморроидальных, легочных, маточных кровотечениях. Доза настоя при разных видах кровотечений различна. Наименьшая – при желудочных и наимысшая – при маточных кровотечениях. Настой применяют также в качестве противовоспалительного средства при энтероколитах и заболеваниях легких (по столовой ложке несколько раз в день). При ангинах его используют для полоскания горла, при геморрое – для клизм и сидячих ванн.

*** Порошок из цветочных корзинок** по 1,0-3,0 принимают через каждый час при различных кровотечениях до их полной остановки.

Примечание. По силе кровоостанавливающего действия растение превосходит адреналин и хлористый кальций.

КРАПИВА ДВУДОМНАЯ – *Urtica dioica* L., семейство крапивные. Синонимы и народные названия: *крапива большая, старая; жгучка, жалива, жигала, жигалка.* Травянистый многолетник. Растёт повсеместно.

*** Листья крапивы** применяют внутрь как хорошее кровоостанавливающее средство при геморрое, почечных, маточных, кишечных, легочных кровотечениях. При дизентерии, энтеритах, диспепсии их используют как вяжущее средство, при почечнокаменной болезни, водянке, уремии, ревматизме – мочегонное и противовоспалительное, при фурункулезе, подагре, угрях, сыпях, золотухе – как средство, регулирующее обмен веществ. Крапива оказывает также положительное действие при болезнях печени, желчных путей, водянке, гипогалактии, отсутствии аппетита, поносах у туберкулезных больных, бронхитах, острых респираторных заболеваниях, климактерических расстройствах у женщин. Её применяют и как хорошее витаминное и общеукрепляющее средство.

а) Столовую ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и выпивают все сразу за 30 минут до еды при геморроидальных, почечных, маточных, кишечных и лёгочных кровотечениях.

б) 15,0 листьев настаивают 10 минут в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3-4 раза в день.

* **Инфицированные раны** для ликвидации воспалительного

процесса и скорейшего их заживления присыпают порошком сухих листьев. Свежие листья используют как ранозаживляющее средство.

* **Сок листьев** употребляют наружно в виде примочек как ранозаживляющее средство при лечении застарелых ран, язв, свищей.

* **При ревматизме и радикулите** веником из свежей крапивы парят больные места.

* **Препаратами крапивы** пользуются для укрепления луковиц волос (при значительном их выпадении).

а) Настоем листьев (столовая ложка на стакан кипятка) один раз в неделю смачивают волосистую часть головы после её предварительного мытья.

б) 100,0 листьев настаивают в смеси из 0,5 литра воды и 0,5 литра столового уксуса, кипятят 30 минут. Полученным отваром моют голову (без мыла).

* **Свежий сок листьев** пьют по чайной ложке 3 раза в день в качестве кровоостанавливающего средства.

* **крапива двудомная, листья 8,0**
крушина, кора 8,0

Все количество смеси заваривают в литре кипятка, в течение 10-15 минут держат на огне и пьют по стакану 4 раза в день после еды при геморроидальных болях.

* **крапива двудомная, листья**
мать-мачеха, листья – по 1 части

4 столовые ложки смеси заваривают в стакане кипятка и моют голову 3 раза в неделю при выпадении волос и перхоти.

* **крапива двудомная, листья 3 части**
рябина, плоды 7 частей

Столовую ложку смеси кипятят 5-10 минут в стакане воды и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды как витаминное средство.

* **крапива двудомная, порошок листьев**
тысячелистник, порошок листьев – по 0,15

Смесь порошков пьют по 0,3 3 раза в день при кровотечениях и в качестве противовоспалительного средства.

- * **крапива двудомная, листья 2 части**
крушина, кора 3 части
тысячелистник, трава 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и выпивают всё сразу на ночь как слабительное средство.

- * **крапива двудомная, листья 100,0**
настурция большая, листья 100,0
лапчатка гусиная, корневище 10,0

Всё количество смеси настаивают 15 дней, часто взбалтывая, в 500,0 90° спирта. При плохом росте волос настойку втирают в кожу головы после мытья. Растения для приготовления настойки берут свежие.

- * **крапива двудомная, листья 1 часть**
пырей, корневище 2 части
шиповник, плоды 2 части

Столовую ложку смеси настаивают в стакане кипятка и пьют по 2-3 стакана в день при циррозе печени.

- * **крапива двудомная, листья 2 части**
смородина чёрная, плоды 1 часть
шиповник, плоды 3 части

Столовую ложку смеси кипятят 10 минут, настаивают 4 часа и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день как витаминное средство.

- * **крапива двудомная**, листья 3 части
морковь, корнеплод 3 части
смородина чёрная, плоды 1 часть
шиповник, плоды 3 части

Столовую ложку смеси кипятят 10 минут в стакане воды, настаивают 4 часа и пьют по 1/2 стакана 3 раза в день как витаминное средство.

- * **крапива двудомная**, листья
одуванчик, листья
первоцвет лекарственный, листья
яснотка белая, листья по 25,0

Десертную ложку смеси кипятят 3 минуты в 1,5 стакана воды, настаивают и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день за 20 минут до еды при сахарном диабете.

КРАПИВА ЖГУЧАЯ – *Urtica urens* L., семейство крапивные. Однолетник. Растёт почти повсеместно.

- * Иногда используют наряду с крапивой двудомной.

- * **крапива жгучая**, листья
одуванчик, корни

слива колючая, цветы – по 1 части

2 столовые ложки смеси настаивают 4 часа в двух стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана 4 раза в день в течение 2-х недель при предрасположенности к кожным заболеваниям. Во время лечения рекомендуется диета без мяса и яиц.

* **крапива жгучая**, порошок листьев подорожник, порошок листьев шалфей, порошок листьев – по 1 части

Смесь (на кончике ножа) принимают 3 раза в день, запивая водой при воспалении селезёнки.

КРАСОДНЕВ ЖЕЛТЫЙ – *Нemerocallis flava* L., семейство лилейные. Синонимы и народные названия: *лилейник, жёлтая лилия; Нemerocallis lilio-asphodelus* L. Травянистый многолетник. Растёт в Западной Сибири, кроме севера и юго-запада, на юго-западе Восточной Сибири, юге и юго-западе Дальнего Востока. Культивируется в качестве декоративного растения.

* **10,0 цветов** отваривают в стакане воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день при

заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Настой травы используется как желчегонное средство, а также при ревматизме и лихорадке. Препаратами, полученными из корней и корневищ лечат женские болезни.

КРЕСС-САЛАТ ПОСЕВНОЙ – *Lepidium sativum* L., семейство крестоцветные. Синонимы: *кресс посевной, жеруха огородная*. Однолетник. Возделывается на приусадебных участках.

*** Сырые листья,** употребляемые в пищу в виде салатов, способствуют повышению аппетита, улучшению пищеварения, сна и снижению артериального давления у лиц, страдающих гипертонической болезнью.

*** Сок из свежей травы** пьют по чайной ложке 3 раза в день при анемиях и авитаминозах. Он также способствует растворению камней в почках.

*** Сухие толченые** семена и траву смешивают с топленным маслом или салом в пропорции 1:5 и применяют наружно для лечения золотухи, язв, чесотки и гнойных ран.

* **Семена кресс-салата** используют для приготовления горчичников. Способ применения см. горчица сарептская.

КРЕСТОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – **Senecio vulgaris L.**, семейство сложноцветные. Растение ядовито. Народные названия: *параличник, живительная трава*. Двулетнее растение. Растёт в Сибири, нечерноземной зоне европейской части СНГ, на Дальнем Востоке.

* **Крестовник применяют при** кровотечениях, судорогах, он обладает противовоспалительным, обезболивающим, глистогонным, регулирующим месячные, успокаивающим, смягчительным действием. Он применяется при истерии, аменорее, дисменорее, сердцебиениях, анемиях, болезнях мочевого пузыря, кровотечениях, слабости родовой деятельности, глистных инвазиях, судорогах.

а) Настойку 25,0 травы на 100,0 водки пьют по 30-40 капель 3 раза в день.

б) Чайную ложку травы настаивают не менее часа в двух стаканах кипятка и пьют по столовой ложке 2-3 раза в день.

*** В качестве нарывного средства** (для ускорения созревания гнойников) использует измельченные свежие листья и мазь, приготовленную из травы, растертой со сливочным маслом.

КРОВОХЛЕБКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – *Sanguisorba officinalis* L., семейство розоцветные. Народные названия: *красноголовник, черноголовник, серебряный лист*. Травянистый многолетник. Растёт по всей территории СНГ, кроме крайнего севера и юга.

*** Растение применяет** как вяжущее, кровоостанавливающее, бактерицидное противовоспалительное, болеутоляющее и дезинфицирующее средство при маточных, желудочных, кишечных, легочных и почечных кровотечениях, гастритах, энтероколитах, дизентерии и холециститах.

а) Столовую ложку корневищ с корнями кипятят 30 минут в стакане воды, настаивают 2 часа и пьют по столовой ложке 5 раз в день до еды. В тяжелых случаях дозу удваивают.

б) Три чайные ложки травы настаивают 8 часов в двух стаканах холодной воды и пьют по 1/4 стакана 3 раза в день до еды.

* **Две столовые ложки корневищ с корнями** кипятят 30 минут в 1,5 стакана воды, настаивают 2 часа и применяют в виде компрессов, полосканий, спринцеваний для лечения дерматитов, ангин, стоматитов, гингивитов, трихомонадных кольпитов. При геморрое делают 10-минутные сидячие ванны.

* **Отвар листьев** пьют при туберкулёзе, дизентерии, язвенном колите в качестве болеутоляющего, вяжущего, противовоспалительного, бактерицидного средства. В качестве средства, останавливающего кровотечения при геморроидальных, маточных, кишечных, легочных кровотечениях и полименорее.

* **кровохлебка, корневища 1 часть**
лапчатка прямостоячая, корневища
1 часть
пастушья сумка, трава 2 части

Столовую ложку сбора отваривают в стакане воды и пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день при поносе.

КРУПКА ПЕРЕЛЕСКОВАЯ – *Draba nemorosa* L., семейство крестоцветные. Однолетник. Растёт в европейской части СНГ, Средней Азии, на Дальнем Востоке, Кавказе.

* **3,0-5,0 семян** кипятят в 600,0 воды до тех пор, пока объём жидкости не сократится до 200,0. Пьют в качестве мочегонного средства по 100,0 на приём. Как мочегонное и кровоочистительное средство при кожных заболеваниях, особенно у детей, применяют настой травы.

* **Крепкий отвар корневищ** используют при чрезмерных месячных на почве воспаления придатков, при кровотечениях в послеабортный период, при геморрагических метропатиях, фибромиоме матки. Отвар пьют по чайной ложке 3 раза в день и одновременно делают внутриматочные впрыскивания. 3,0-5,0 отвара вводится в полость матки при помощи шприца Брауна один раз в день до получения положительного эффекта. Обычно достаточно 2-3 процедур.

КРУШИНА ЛОМКАЯ – *Frangula alnus* Mill., семейство крушиновые. Синонимы и

народные названия: *крушина ольховидная, сорочьи ягоды, медвежина, гнилое дерево, собачья ягода, волчья ягода, волчье дерево; Rhamnus frangula L.* Кустарник. Растёт в европейской части СНГ, кроме севера, в Сибири.

*** Кора** применяется в качестве слабительного и спазмолитического средства при хронических запорах, геморрое, гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, спастическом колите и болезнях печени.

а) 20,0 коры кипятят 20 минут в стакане воды и пьют по столовой ложке 2 раза в день. Для лечебных целей применяют кору после годичного хранения или подвергшуюся часовому нагреванию при температуре 100 градусов, иначе она может вызвать отравление.

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

*** В качестве противоглистного** средства и при заболеваниях печени принимают порошок из плодов, выдержанных в течение 2-3 лет, по 0,2-0,5 3 раза в день.

*** крушина, кора 1 часть**
пижма, цветы 1 часть

Столовую ложку смеси настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют при солитере по 3/4 стакана 2 раза в день: рано утром натощак и вечером. Курс лечения три дня.

* **крушина, кора 1 часть**

пижма цветы 1 часть

тыква, семена 1 часть

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и пьют по стакану 2 раза в день: утром и вечером 3 дня подряд при цепнях.

* **крушина, кора**

мята, листья

одуванчик, корни

стальник колючий, корни — 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 в качестве желчегонного средства.

* **крушина, кора 1 часть**

орех грецкий, листья 4 части

солодка, корни 1 часть

фиалка трёхцветная, трава 4 части

Столовую ложку сбора кипятят в 3-х стаканах воды, пока объём жидкости не

уменьшится на $\frac{1}{3}$, и выпивают за день при экссудативном диатезе.

- * **крушина, кора 1 часть**
пижма, цветы 2 части
полынь горькая, трава 6 частей
ромашка аптечная, цветы 1 часть

Столовую ложку сбора отваривают в стакане воды и пьют при запоре по стакану утром и вечером.

- * **крушина, кора 3 части**
мята, листья
одуванчик, корни
петрушка, плоды
фенхель, плоды – по 1 части

2 столовые ложки смеси настаивают 30 минут в $\frac{1}{2}$ литра кипятка и выпивают утром за один прием при ожирении.

- * **крушина, кора**
кукуруза, рыльца
слива колючая, цветы
тмин, плоды
тысячелистник, трава
фиалка трёхцветная, трава – по 1 части

Столовую ложку смеси отваривают в стакане воды и пьют по 2 стакана 2 раза в день при ожирении.

- * **крушина, кора 3 части**
- мак-самосейка, цветы 1 часть
- ромашка аптечная, цветы 1 часть
- слива колючая, цветы 3 части
- тмин, плоды 1 часть
- яснотка, цветы 1 часть

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

КРЫЖОВНИК ИГОЛЬЧАТЫЙ – **Grossularia acicularis (Smith.) Spach.**, семейство камнеломковые. Синонимы: *крыжовник обыкновенный, алтайский; Ribes aciculare Smith.* Растёт в горах юго-востока Казахстана, в Западной Сибири. Здесь же и культивируется.

* **Свежие плоды и сок** из них употребляют в пищу при заболеваниях сердца, гипертонической болезни, атеросклерозе, ожирении, малокровии, частых кровоизлияниях и в качестве мочегонного средства при заболеваниях почек и мочевого пузыря. Плоды обладают также

желчегонным действием. Настой листьев пьют при туберкулёзе лёгких.

*** Столовую ложку плодов** кипятят 10 минут в стакане воды и пьют по 1/4 стакана 4 раза в день в качестве мочегонного, желчегонного средства и средства, регулирующего деятельность желудочно-кишечного тракта.

Противопоказание. Сок противопоказан при гиперацидном гастрите и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

КУБЫШКА ЖЕЛТАЯ – *Nuphar luteum* (L.) Smith., семейство кубышковые. Свежие корневища ядовиты. Синонимы: *жёлтая водяная лилия, кувшинка жёлтая*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, Казахстане, на Кавказе.

*** Две столовые ложки** цветов кипятят 10 минут в литре воды, настаивают 30 минут и пьют по столовой ложке 3 раза в день в качестве снотворного и успокаивающего средства при половом перевозбуждении, частых поллюциях и других расстройствах половой

деятельности (фригидность, импотенция). Этот же отвар используют для обмываний при ревматизме и подагре в качестве болеутоляющего средства.

* **Свежие измельчённые** листья прикладывают к воспалённым участкам кожи. Отваром корневищ на пиве моют голову при плохом росте волос. Отвар корневищ пьют при туберкулёзе лёгких, нефрите, цистите и в качестве мягчительного, противовоспалительного, обезболивающего, вяжущего, мочегонного, желчегонного и молокогонного средства. Плоды обладают снотворным и успокаивающим действием.

КУВШИНКА БЕЛАЯ – *Nymphaea alba* L., семейство кувшинковые. Травянистый многолетник. Растение ядовито. Народные названия: *водяная лилия, нимфея*. Растёт в европейской части СНГ, кроме северо-востока и Крыма, в Предкавказье и Восточном Закавказье.

* **Две столовые ложки** цветов кипятят 10 минут в литре кипятка, настаивают 30 минут и пьют по столовой ложке 3 раза в день как снотворное, болеутоляющее,

жаропонижающее средство, а также как успокаивающее при частых поллюциях и гиперсекреции половых желез. Более крепкий отвар (2 столовые ложки на 0,5 литра воды) используют наружно как болеутоляющее средство.

КУВШИНКА ЧИСТОБЕЛАЯ – *Nymphaea candida* Presl., семейство кувшинковые. Травянистый многолетник. Растёт в Сибири и на Дальнем Востоке.

* **Столовую ложку лепестков** заливают стаканом горячей воды, кипятят 15 минут и настаивают 4 часа, после чего обтирают кожу лица для избавления от угрей и веснушек.

* **Отвар травы** используют при болезнях почек, мочевого пузыря, желудка, запорах, язвах кишечника. Свежие листья прикладывают к воспалённым участкам кожи. Измельчённые корневища можно использовать вместо горчичников.

КУКОЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Agrostemma githago* L., семейство гвоздичные. Растение ядовито. Однолетний сорняк. Растёт почти повсеместно.

* **Настой плодов** применяется как мочегонное, отхаркивающее средство при коклюше, кровоостанавливающее – при маточных кровотечениях и противоглистное средство. Настой корней – средство от геморроя и кожных заболеваний. Настой травы обладает мочегонным, кровоостанавливающим, обезболивающим, снотворным действием. Растение находит применение при лечении простудных заболеваний.

КУКУРУЗА ОБЫКНОВЕННАЯ – *Zea mays* L., семейство злаковые. Синоним: *маис*. Однолетнее широко распространённое культурное растение.

* **Кукурузные рыльца** применяют при кровотечениях, особенно маточных, так как они ускоряют свертываемость крови и повышают количество тромбоцитов в ней. Кроме того, их применяют при аднекситах, отеках сердечного происхождения, мочекаменной болезни, циститах, холециститах, холангитах, глистных инвазиях (цепни), ожирении, гипотромбопении, сахарном диабете. Рыльца обладают седативным, мочегонным,

уменьшающим аппетит действием. Они также увеличивают секрецию желчи, уменьшают ее вязкость, удельный вес и содержание билирубина.

а) 10,0 рылец настаивают в 200,0 кипятка и пьют перед едой по столовой ложке через каждые три часа.

б) 10,0 рылец заливают 1,5 стаканами холодной воды, ставят на огонь и кипятят 30 минут пьют по 1-3 столовые ложки через каждые 3-4 часа.

в) При ожирении в качестве снижающего аппетит и активизирующего обмен веществ средства применяют настой из 2-х столовых ложек в 2-х стаканах кипятка, который выпивают в течение дня в три приёма за 30 минут до еды.

* **Зерновки** **разрезают** пополам и раздавливают каждую половинку раскаленным металлическим предметом. Полученной темно-коричневой массой смазывают пораженные экземой или иной сыпью участки кожи.

* **Кукурузное масло** (до 75,0 в сутки) пьют при атеросклерозе в качестве средства, снижающего уровень холестерина в крови. По столовой ложке 3 раза в день вместе с

едой его в течение 1-2 месяцев пьют при сухой чешуйчатой экземе. Такое использование масла способствует лечению сенной лихорадки, астмы, мигрени, оздоровлению волос и кожи головы.

* **При поносах** употребляют в пищу поджаренные зерновки, смешанные с медом.

* **Подогретое кукурузное масло** втирают в кожу головы за 30 минут до мытья. Это способствует укреплению волос и придаёт им живой блеск.

Примечание. Под влиянием сырости мочегонное действие рылец переходит в слабительное.

КУПЕНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ – **Polygonatum officinale All.**, семейство лилейные. Растение ядовито. Синонимы и народные названия: *соломонова печать*; *Polygonatum odoratum (Mill.) Druce*. Травянистый многолетник. Растёт в европейской части СНГ, Западной и Восточной Сибири, Крыму, Предкавказье.

* **20,0 корневищ** отваривают в 200,0 воды или молока и пьют по столовой ложке 3 раза в день при ревматизме, грыже, геморрое, радикулите, остром бронхите, пневмонии,

простудных заболеваниях, опухолях, болезнях лимфатической и сердечно-сосудистой систем, глистных инвазиях. Отвар обладает также общеукрепляющим действием.

ОГЛАВЛЕНИЕ

А	9
Б	65
В	128
Г	175
Д	208
Е	238
Ж	243
З	251
И	274
К	288