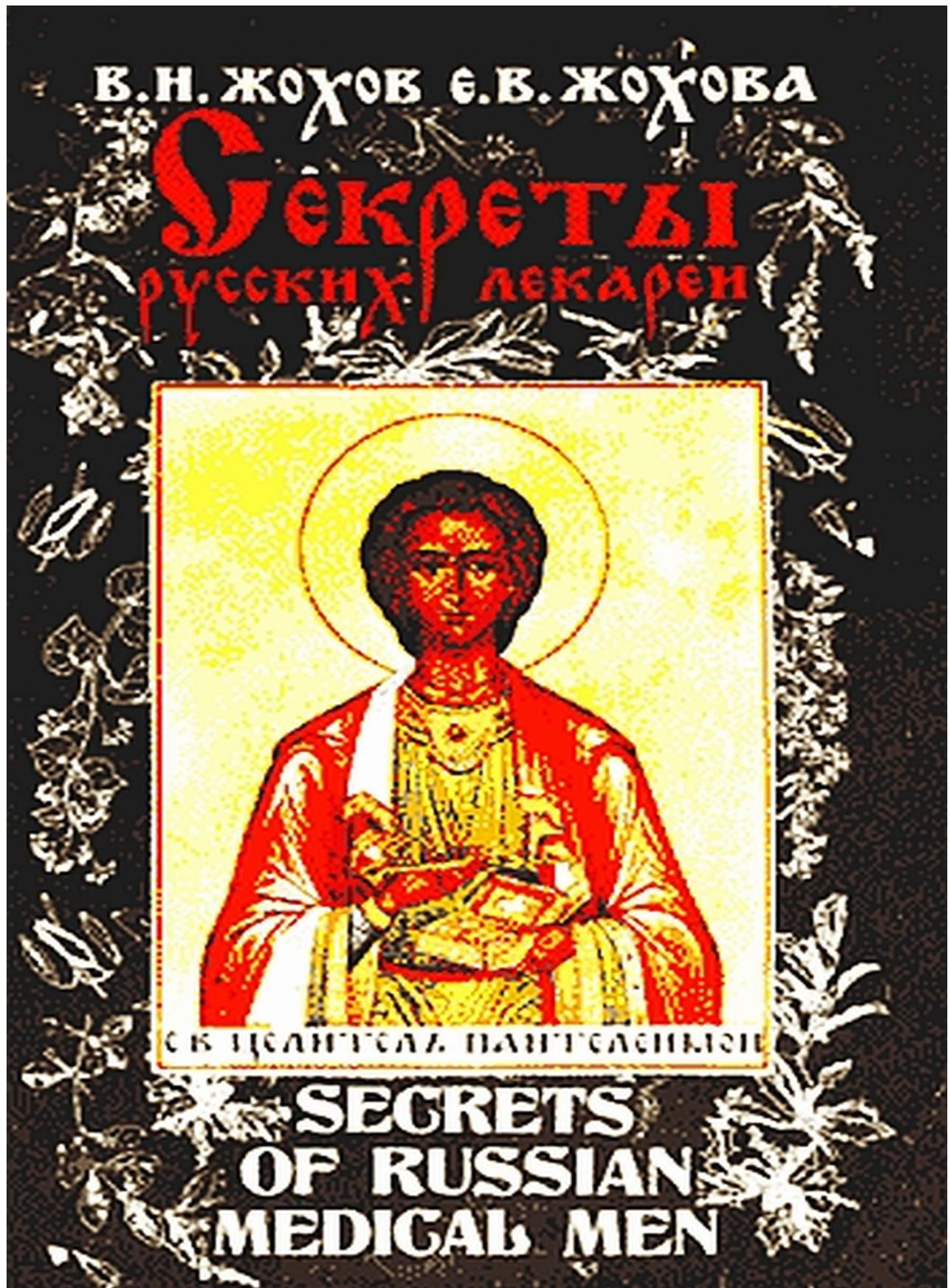


# Секреты русских лекарей



Жохов В.Н., Жохова Е.В. 'Секреты русских лекарей' - Харьков: Облполиграфиздат, 1991 - с.64

# Секреты русских лекарей

В настоящий сборник включены рецепты из записок, руководств и пособий для врачей прошлого века, рецепты русского знахаря П. М. Куренного, помещенные им в сборнике «Русский народный лечебник», изданном за рубежом, а также из других переработанных и дополненных изданий. Они представлены в соответствии с современной фармакопеей и охватывают широкий спектр симптомов и заболеваний, названия которых даны в современной транскрипции.

- ПРЕДИСЛОВИЕ
- РЕЦЕПТЫ РУССКИХ ЛЕКАРЕЙ
- ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ТРАВЫ И РАСТЕНИЯ. СРОКИ И ПРАВИЛА ИХ СБОРА И ЗАГОТОВКИ
- АЛФАВИТНО-ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

## ПРЕДИСЛОВИЕ

У народов Древней Руси, как и у других народов, широко использовалось лечение травами. Первые системные описания лекарственных трав и растений относятся к XIII—XV векам. В искусство врачевания народ вложил свой опыт и традиции, и потому старинные рецепты интересны не только с точки зрения возможности их применения в настоящее время, но и как показатель уровня врачебного искусства прошлого. Традиции лечения травами и растениями накапливались в России веками, питая и обогащая медицинскую науку более позднего периода. Многие рецепты прошлого, естественно, устарели, другие были вытеснены более эффективными и надежными методами лечения, некоторые же незаслуженно забыты и применяются редко.

В настоящий сборник включены рецепты из записок, руководств и пособий для врачей прошлого века, рецепты русского знахаря П. М. Куренного, помещенные им в сборнике «Русский народный лечебник», изданном за рубежом, а также из других переработанных и дополненных изданий. Они представлены в соответствии с современной фармакопеей и охватывают широкий спектр симптомов и заболеваний, названия которых даны в современной транскрипции.

Все описанные средства могут быть приготовлены в домашних условиях, и их несомненная ценность заключается в том, что все входящие в их состав ингредиенты — природного происхождения, а потому вероятность побочного действия соответственно меньше, чем у препаратов, искусственно синтезированных.

Не следует, однако, думать, что лечение травами совершенно безвредно и является панацеей от всех болезней. Авторы рекомендуют посоветоваться с вашим лечащим врачом в том случае, если вы уже принимаете какое-либо лекарство, и для того, чтобы убедиться, что предложенное в сборнике средство вам подходит.

В сборнике даны рекомендации по сбору и заготовке лекарственного сырья. В алфавитно-предметном указателе, кроме рекомендуемых лекарственных растений, приведены симптомы и заболевания, упоминаемые в тексте.

Издание рассчитано на широкий круг читателей.

## РЕЦЕПТЫ РУССКИХ ЛЕКАРЕЙ

Отвар корня одуванчика издавна применялся для улучшения аппетита, как желчегонное, при бессоннице, гастритах с пониженной кислотностью, при желтухе, как средство, усиливающее деятельность поджелудочной железы.

Пять столовых ложек без верха грубоистолченных корней залить литром крутого кипятка и кипятить под крышкой 20 минут. Дать остыть и процедить. Принимать по полстакана за час до еды, теплым, 3 раза в день. (1)

\* \* \*

Отвар корня цикория применяется как желчегонное. Кроме того, он показан при сахарном диабете, особенно в начальной стадии заболевания. Одну чайную ложку измельченного корня залить стаканом холодной воды и вскипятить. Настаивать под крышкой 20 минут, процедить. Принимать по полстакана за полчаса до еды 3 раза в день.

При варикозном расширении вен, сосудистых заболеваниях и геморрое применение корня цикория не рекомендуется. (2)

\* \* \*

Отвар корня мыльнянки как отхаркивающее средство включался в первые русские фармакопеи, а затем был забыт. В народной медицине отвар применялся и как желчегонное, мочегонное и слабительное. Кроме того, отваром корневища мыльнянки лечили экзему и чешуйчатый лишай.

Чайную ложку измельченных корней залить стаканом крутого кипятка и кипятить 20 минут на медленном огне под крышкой. Остудить и процедить. Принимать за полчаса до еды по полстакана 3 раза в день. (8)

\* \* \*

Для улучшения цвета лица, осветления пигментных пятен после родов рекомендовалось протирать кожу лица на ночь смесью из трех частей непастеризованного молока и одной части спирта. (4)

\* \* \*

Листья мяты, заваренные, как чай, крутым кипятком, действуют освежающе, препятствуют вздутию кишечника, обладают некоторым желчегонным действием, способствуют пищеварению. Кроме того, мятный чай снимает тошноту при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и при беременности.

Две столовые ложки измельченных листьев мяты заваривают двумя стаканами крутого кипятка и пьют два-три раза в день до еды (минут за 15—20), по половине стакана. (5)

\* \* \*

Отвар корня пырея ползучего и мяты рекомендовали при бронхитах как отхаркивающее и легкое мочегонное.

Пять чайных ложек измельченного корня пырея и три чайные ложки мяты смешать, залить тремя стаканами воды, вскипятить, остудить под крышкой, процедить. Принимать по 1/3 стакана 2—3 раза в день до еды. (6)

\* \* \*

Смесь листьев мяты и корней одуванчиков рекомендовалась при сахарном диабете, для улучшения деятельности поджелудочной железы и как желчегонное.

Одну чайную ложку измельченного корня одуванчика смешать с тремя чайными ложками листьев мяты и залить стаканом воды. Кипятить 5—7 минут и настаивать под крышкой полчаса, после чего процедить. Принимать по четверти стакана 2—4 раза в день до еды. (7)

\* \* \*

Лен посевной — известное культурное растение. Для лечения фурункулов применяли припарки из льняного семени. Истолочь семя в ступке и насыпать в два полотняных мешочка, которые, поочередно опуская в горячую воду, прикладывают к больному месту. (8)

\* \* \*

Как легкое слабительное, как обволакивающее средство при язвенной болезни желудка, гастрите, энтеритах и колитах при'меняли слизь, полученную из льняного семени.

Столовую ложку льняного недробленного семени залить двумя стаканами горячей воды и настаивать в течение часа, периодически взбалтывая. Процедить и принимать перед едой при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

При геморрое и воспалении прямой кишки рекомендуются лечебные клизмы (по 1/5 стакана) из слизи льняного семени, немного подогретой. После клизмы необходимо лечь в постель не менее чем на час.

Как слабительное семена льна готовят следующим образом: одну столовую ложку заливают двумя стаканами кипятка, взбалтывают в течение 10—15 мин., процеживают и принимают по полстакана утром натощак. (9)

\* \* \*

Наиболее распространенное средство лечения гнойников, фурункулов, способствующее их быстрому разрешению, — припарка из печеного лука. Печеную луковицу истолочь или размять и прикладывать к больному месту в теплом виде. (10)

\* \* \*

Слабительное из порошка корня ревеня рекомендовалось при привычном запоре. Половину или треть чайной ложки мелко истолченного корня принимать, запивая настоем мяты или ромашки, что снимает иногда возникающие при приеме слабительных средств боли коликообразного характера. Слабительный эффект наступает через 8—10 часов. (11)

\* \* \*

Для лечения астмы, ревматизма, экземы и других кожных заболеваний применяли отвар листьев паслена и корней валерианы. Для его приготовления берут 5 чайных ложек измельченного корня валерианы и 3 чайные ложки листьев паслена, заливают шестью стаканами воды, кипятят 10—15 минут, процеживают и принимают по 1/2 стакана два раза в день. Данное средство детям назначать не рекомендуется. (12)

\* \* \*

Валериановые капли используют издавна как хорошее успокаивающее и противосудорожное средство, при бессоннице, возбуждении, неврозах и при спазмах кишечника. Готовят капли следующим образом:

одну чайную ложку корня валерианы залить семью чайными ложками спирта и настаивать при комнатной температуре в укупоренной посуде 10—12 дней. Принимать по 15—20 капель на прием, разводя кипяченой водой. Валериана эффективна при длительном и регулярном применении. Кроме того, считалось, что на женщин валериана оказывает более стойкое и быстрое действие, чем на мужчин. (13)

\* \* \*

Отвар корня змеевика обладает выраженным вяжущим действием. Его назначали при сильных поносах, кровотечениях, для полоскания горла. Две столовых ложки измельченного корня залить одним стаканом воды и кипятить 20 мин. Остудить, процедить и принимать по столовой ложке 2—3 раза в день до еды. (14)

\* \* \*

Общеукрепляющее действие чеснока известно давно. Кроме того, при длительном употреблении чеснока с соком лимона пропадает сонливость, улучшается общее самочувствие, повышается работоспособность. 200 граммов чеснока очистить, вымыть, натереть на терке, смешать с соком двенадцати лимонов, вылить в банку, закрыть горлышко марлей. Принимать по одной чайной ложке, разводя ее в стакане теплой кипяченой воды. (15)

\* \* \*

При поносах с сильной болью, при кишечной колике, спазмах кишечника рекомендовался отвар корня змеевика с валериановым корнем. Смешать, по три чайных ложки измельченных корней, залить шестью стаканами воды, кипятить 20 минут. Остудить, процедить и принимать по столовой ложке до еды 2—3 раза в день. При спазмах кишечника и повышенном газообразовании в приготовленный сбор рекомендуется добавить три чайные ложки измельченных листьев мяты. (16)

\* \* \*

При маточных кровотечениях рекомендовался отвар арники горной, или горного баранника. Для приготовления отвара используются цветочные корзинки. 10 граммов цветков залить стаканом крутого кипятка. Принимать по столовой ложке, разводя в половине стакана молока, 3 раза в день при послеродовых кровотечениях и кровотечениях, связанных с воспалительными заболеваниями. Отвар также использовался как легкое желчегонное и как средство, несколько снижающее кровяное давление и расширяющее мозговые сосуды. (17)

\* \* \*

Кору ивы применяли как вяжущее средство при поносах, как средство лечения лихорадочных состояний, ревматизма, невралгий. Десять граммов измельченной высушенной коры ивы залить стаканом крутого кипятка и кипятить под крышкой на медленном огне 20 минут. Дать остыть, процедить и принимать по столовой ложке 3—4 раза в день. (18)

\* \* \*

Слабительное из толокна: три столовые ложки толокна смешать с двумя столовыми ложками меда и одной — поваренной соли. Принимать всю порцию, запивая кипяченой водой, при запоре. (19)

\* \* \*

Пять зубчиков чеснока очистить, мелко истолочь, развести стаканом молока и вскипятить. При заболеваниях верхних дыхательных путей, кашле принимать в теплом виде по чайной ложке несколько раз в день. (20)

\* \* \*

Кора крушины — хорошее слабительное средство при запорах, в том числе упорных. Способ приготовления: 4—5 чайных ложек коры залить двумя стаканами воды, кипятить до выпаривания воды вполовину. Остудить, процедить и принимать по столовой ложке через каждые три часа до действия, запивая отваром ромашки или мяты. (21)

\* \* \*

При насморке, кашле, респираторных заболеваниях рекомендовались ножные горчично-солевые ванны. В ведро достаточно теплой воды добавить 200 граммов поваренной соли и 150 граммов горчицы. Опустить в ведро обе ноги до голени, покрыв сверху теплым одеялом. Держать ноги в растворе до покраснения, затем сполоснуть их теплой чистой водой и, надев шерстяные носки, лечь в постель. При варикозном расширении вен ножные ванны противопоказаны. (22)

\* \* \*

Липовый цвет, цвет бузинный, сушеную малину или листья малины и шалфея смешать в равных пропорциях. Две столовые ложки приготовленной смеси залить двумя стаканами крутого кипятка и дать настояться под крышкой в течение часа. Пить теплым перед сном. Настой применяется как потогонное и отхаркивающее при бронхите, катаре верхних дыхательных путей, простудных заболеваниях. (23)

\* \* \*

Корень щавеля конского применяли при дизентерии, болезнях кишечника, при стоматите — для полоскания рта. В разных дозах отвар конского щавеля применяется как слабительное и как вяжущее. При запорах: 6—7 чайных ложек залить пятью стаканами воды и кипятить 15 минут, дать настояться и процедить. Принимать по 1 столовой ложке каждые три часа до действия.

При поносе: чайную ложку корня кипятят в 5 стаканах воды, затем процеживают и остужают. Принимать по 7/3 стакана 2—3 раза в день. (24)

\* \* \*

Столовую ложку касторового масла тщательно размешать с яичным желтком и столовой ложкой меда и развести в 3/4 стакана воды. Принимать при запоре по столовой ложке каждые два часа до действия. (25)

\* \* \*

При пневмонии, бронхите, упорном кашле рекомендовали отвар ячменя или овса. Две столовые ложки ячменя или овса смешать с таким же количеством изюма и залить полутора литрами воды. Варить на медленном огне под крышкой или томить в духовке до тех пор, пока половина жидкости не выпарится. В процеженную жидкость добавить столовую ложку натурального меда. Принимать по несколько раз в день. (26)

\* \* \*

При насморке рекомендовалось обернуть ступни марлей, смоченной спиртовым настоем стручкового перца, поверх надеть шерстяные носки и лечь в постель. (27)

\* \* \*

Кассия остролистная, или сенна, александрийский лист — старинное слабительное средство, применяемое в виде водного настоя при запоре. Способ приготовления: 10—20 граммов измельченных листьев заваривают стаканом крутого кипятка, дают настояться и процеживают. Принимают на ночь. (28)

\* \* \*

Как отхаркивающее при кашле, бронхите, астме, пневмонии, респираторных заболеваниях рекомендовали отвар солодкового корня, или лакричника,— как самостоятельно, так и в сочетании с другими средствами. Кроме того, солодка обладает легким слабительным и мочегонным действием. Семь чайных ложек измельченного солодкового корня залить тремя стаканами воды, вскипятить, остудить и процедить. Принимать по половине стакана каждые 2—3 часа. (29)

\* \* \*

При бронхите, пневмонии, кашле назначалась грудная смягчительная смесь. Две-три столовые ложки льняного семени залить полутора литрами горячей воды и взбалтывать минут десять, затем процедить. В полученную жидкость добавить пять чайных ложек корня солодки, полторы чайные ложки аниса, 400 граммов меда (лучше липового) и тщательно перемешать. Варить смесь 5 минут, дать остыть, процедить и принимать по 2/3 стакана 3—4 раза в день до еды. (30)

\* \* \*

Чистотел большой — старое и очень популярное, испытанное средство лечения кожных заболеваний. Его соком лечили бородавки, мозоли. Отвар же корней и травы чистотела обладает желчегонным действием, усиливает тонус мускулатуры матки, активизирует перистальтику кишечника при его атонии. Шесть чайных ложек измельченных корней залить шестью стаканами воды, кипятить на медленном огне 15—20 минут, процедить и принимать по 1/3 стакана 4 раза в сутки. Настой и отвар чистотела нельзя принимать беременным. (31)

\* \* \*

Свежий березовый сок выпаривать на медленном огне под Крышкой до густоты сиропа, снимая образующуюся пену. Процедить, очистить яичным белком как бульон и хранить в хорошо укупленной посуде, употребляя при авитаминозе и как общеукрепляющее средство по чайной ложке в стакане кипяченой воды. (32)

\* \* \*

Березовые почки, березовые листья — часто применяемое мочегонное средство при отеках сердечного происхождения. При употреблении березовых листьев как мочегонного раздражение почек не наблюдается. Березовые почки или листья заваривают, как чай из расчета: одна чайная ложка листьев или почек на половину стакана кипятка. Эту порцию выпивают за день в три приема при отеках. (33)

\* \* \*

Медок из буры для лечения молочницы. Чайную ложку буры растворить в трех-четыре-х столовых ложках натурального меда. Протирать высыпания тампоном, смоченным в приготовленном составе, до полного очищения. (34)

\* \* \*

При упорном запоре применялся следующий сильнодействующий состав: две чайные ложки сенны (александрийского листа) и 100 граммов чернослива залить тремя стаканами крутого кипятка. Настаивать два — три часа, затем процедить. Принимать полученный отвар каждый час по 3—5 столовых ложек до действия. (35)

\* \* \*

Мягчительная лепешка, Два сырых яичных желтка, столовую ложку меда, половину чайной ложки поваренной соли смешать с мукой до консистенции мокрой глины. Полученную смесь прикладывать к гнойнику до его вскрытия и очищения. (36)

\* \* \*

При обморожении рекомендовалась перцовая растирка. Чайную ложку красного перца смешать с четырьмя столовыми ложками растопленного свиного или гусиного жира, хранить в холодном месте и применять как раздражающую мазь при обморожении, миозите. При простудных заболеваниях, бронхите, катаре верхних дыхательных путей растирать мазью грудь и область лопаток. (37)

\* \* \*

Боярышник и пустырник считались лучшим средством лечения стенокардии. Шесть столовых ложек с верхом плодов боярышника и столько же пустырника залить семью стаканами кипятка, но не кипятить. Кастрюлю со смесью тепло укутать и оставить настаиваться сутки, после чего процедить, отжав в отвар набухшие ягоды. Приготовленный отвар хранить в холодном месте. Принимать по стакану три раза в день. (38)

\* \* \*

Хорошие результаты лечения язвенной болезни желудка, гастритов с пониженной кислотностью, болезней печени и колита дает сок огородной капусты. Сок не должен храниться более суток. Принимать по 5—6 стаканов в день. (39)

\* \* \*

Инжир (или смоква) сваренный в молоке (два-три плода на стакан молока), истари применялся при кашле, коклюше, простудных заболеваниях, особенно у детей. Отвар нужно принимать теплым на ночь. Настой листьев инжира рекомендовали при бронхиальной астме. (40)

\* \* \*

При хронических бронхитах рекомендовали чай из стебельков (плодоножек) вишни. Чайную ложку высушенных и измельченных плодоножек заварить стаканом крутого кипятка, дать настояться и пить несколько раз в день. Чай обладает также легким мочегонным эффектом. (41)

\* \* \*

При упорной икоте русские врачи назначали отвар плодов (семян) укропа. Кроме того, он улучшает пищеварение, успокаивает кашель, применяется при метеоризме. Столовую ложку семян залить стаканом кипятка и настаивать полчаса, затем процедить. Принимать по столовой ложке 4—5 раз в день за 15 минут до еды. Отвар обладает также легким мочегонным и лактогонным эффектом. (42)

\* \* \*

При дизентерии и воспалении кишок рекомендовали отвар корней лапчатки (дикого калгана). Считалось, что отвар, помимо основного действия, улучшает настроение, вызывает прилив энергии. Столовую ложку грубоистолченного корня лапчатки заливают стаканом воды и кипятят 20 минут. Принимают по столовой ложке 3—5 раз в день. (43)

\* \* \*

Как общеукрепляющее и успокаивающее средство применяли отвар Melissa. Чайную ложку травы залить стаканом воды, кипятить 10—15 минут. Принимать по столовой ложке 3 раза в день. (44)

\* \* \*

Как успокаивающее средство в детской практике рекомендовали мятный чай. Две столовые ложки листьев мяты перечной заваривают тремя стаканами кипятка и дают настояться под крышкой. Для улучшения вкуса можно добавить столовую ложку меда. Взрослым следует принимать по половине стакана перед едой, детям — по четверти стакана. (45)

\* \* \*

Листья руты пахучей в виде настоев, отваров пользовались большой популярностью у русских врачей. Отвар руты назначался при ревматизме, невралгических болях, менструальных затруднениях, спазмах желудка, почечно-каменной болезни. Наружно — при чесотке. Столовую ложку измельченных листьев залить половиной литра воды, вскипятить, снять с огня, дать настояться не менее получаса и процедить. Принимать по четверти стакана 3 раза в день; для улучшения вкуса можно подсластить медом. Беременным и кормящим женщинам рута категорически противопоказана. (46)

\* \* \*

При заболеваниях почек, особенно при мочекаменной болезни, как средство, дезинфицирующее мочевые пути и мочегонное, очень широко применялся отвар листьев брусники. Кроме того, этим отваром лечили подагру, начальные стадии сахарного диабета. Столовую ложку измельченных листьев заливают стаканом воды и кипятят 10 минут. Принимают по столовой ложке 3—4 раза в день. (47)

\* \* \*

«Медвежьих ушек», или толокнянка, — одно из старейших и испытанных средств лечения почек и мочевого пузыря. Они обладают мочегонным и антисептическим свойствами. Столовую ложку измельченных листьев залить стаканом горячей воды и, закрыв крышкой, нагревать в водяной бане полчаса. После остывания процедить и полученный отвар развести кипяченой водой до 200 граммов (стакана). Принимать по трети стакана теплым 3—4 раза в день при воспалительных заболеваниях почек, цистите, уретрите. (48)

\* \* \*

При угрях, нечистой коже лица, лишаях рекомендовалось смазывать лицо соком калины. (49)

\* \* \*

Отвар коры калины применяли при маточных кровотечениях и обильных менструациях. Столовую ложку измельченной коры залить стаканом воды и кипятить на медленном огне под крышкой 15—20 минут. Остудить, процедить и принимать по столовой ложке 3 раза в день. (50)

\* \* \*

При кашле у детей назначали сок моркови с медом. Сок моркови должен быть свежеприготовленным. Принимать по столовой ложке смеси 4—5 раз в день. (51)

\* \* \*

Для облегчения отхождения лохий (послеродовых выделений) применяли отвар березовых листьев. Столовую ложку с верхом измельченных сухих листьев березы заварить стаканом кипятка, настоять под крышкой до остывания и процедить. Принимать ежедневно один раз в сутки, но не ранее чем через две недели после родов. (52)

\* \* \*

Девясил очень популярен в народной и официальной медицине всего мира. Упоминание о девясиле встречается еще в трудах Гипократа. В древности корневище было не только лечебным средством, но и пищевым продуктом. Применение отвара корня девясила очень разнообразно: при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при кашле, как хорошее отхаркивающее средство, особенно с корнем солодки, отвар девясила обладает легким мочегонным и потогонным действием, имеет противогрибковую активность при эпидермофитии. Две столовые ложки измельченных корней заливают половиной литра воды, кипятят 15 минут, остужают и принимают 4—5 раз в день по столовой ложке. Сок девясила, смешанный в равных пропорциях с медом, рекомендовали при бронхиальной астме. (53)

\* \* \*

Иван-да-марья, или фиалка трехцветная, как лечебное средство известно с глубокой древности. Отвар применялся для лечения золотухи, экземы, кожной сыпи, как отхаркивающее при кашле. Он обладает легким мочегонным и потогонным действием. Способ приготовления: 20 граммов травы фиалки, мелко измельченной, залить стаканом холодной воды, довести до кипения и кипятить под крышкой 10 минут, настоять в течение часа, процедить, отжав осадок, и добавить воды до первоначального объема. Принимать по столовой ложке 3—5 раз в день. Считалось, что прием отвара нужно продолжать до появления характерного («кошачьего») запаха мочи. (54)

\* \* \*

При кашле с мокротой, для улучшения ее отхождения и как общеукрепляющее средство при заболеваниях органов дыхания — пневмониях, бронхитах, катарах — рекомендовали настой чеснока в молоке или его сок с молоком. На стакан молока — чайная ложка сока чеснока. Молоко должно быть теплым, но не горячим. (55)

\* \* \*

Тысячелистник обыкновенный — старинное лечебное средство. Сок тысячелистника применяли как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство еще в XV веке. Позднее тысячелистник стали применять при дизентерии, маточных и геморроидальных кровотечениях, для улучшения аппетита и пищеварения, как лактогонное средство, при кровохаркании. Две столовые ложки очень мелко измельченной травы заливают стаканом воды, кипятят 10 минут под крышкой на медленном огне, настаивают не менее часа, затем процеживают. Принимают по столовой ложке 3 раза в день после еды. (56)

\* \* \*

При кишечной колике советовали принимать настой полыни обыкновенной, или чернобыльника. Чайную ложку травы залить стаканом кипятка и настаивать 20 минут, после чего процедить. Принимать по столовой ложке до еды 3—4 раза в день. Отвар листьев полыни пользовался популярностью как

хорошее лечебное средство при женских болезнях (аменорее, дисменорее), как успокаивающее и противоэпилептическое, при желтухе и желудочно-кишечных расстройствах. При беременности употреблять нельзя. (57)

\* \* \*

При кишечной колике, повышенном газообразовании, при колите рекомендовали отвар тысячелистника, шалфея, мяты и ромашки в равных пропорциях. Чайную ложку смеси заваривают крутым кипятком, как чай, настаивают полчаса под крышкой и пьют по половине стакана 2—3 раза в день. (58)

\* \* \*

При цистите применяли смесь из двух столовых ложек тысячелистника, одной столовой ложки корня аира, столовой ложки березовых почек и двух — толокнянки. Две столовые ложки смеси залить двумя с половиной стаканами воды, кипятить 5—10 минут, настаивать до остывания под крышкой, после чего процедить и принять за день, разделив на четыре приема. (59)

\* \* \*

Сок и ягоды морошки рекомендовали больным, страдающим туберкулезом и другими хроническими легочными заболеваниями. (60)

\* \* \*

Чернику в виде настоя и киселя применяли не только как хорошее вяжущее средство при поносах, особенно в детской практике, но и при лечении пневмонии и туберкулеза легких. Кроме того, считалось, что черника улучшает зрение. Для приготовления отвара 2 чайные ложки сушеных ягод заливают крутым кипятком, настаивают и пьют по половине стакана 4 раза в день в теплом виде. Детям назначают в зависимости от возраста от чайной ложки на прием до четверти стакана. (61)

\* \* \*

Как жаропонижающее детям назначали отвар сушеных вишен. Для приготовления отвара 100 граммов плодов заливают половиной литра воды и на медленном огне под крышкой выпаривают третью часть объема жидкости. Отвар перловой крупы рекомендовали как жаропонижающее детям и взрослым при простудных заболеваниях. 100 граммов крупы залить литром воды и кипятить на медленном огне 10—15 минут. Дать несколько остыть и процедить. Принять всю дозу в один прием на ночь. Для улучшения вкуса можно добавить столовую ложку натурального меда, лучше липового. Детям дозу уменьшают в зависимости от возраста. (62)

\* \* \*

При простудных заболеваниях с температурой и заболеваниях с лихорадочным состоянием советовали есть ягоды красной смородины или пить из них сок. (63)

\* \* \*

При цистите, уретрите, мочекаменной болезни, при метеоризме, болезнях печени, отеках хорошим мочегонным средством является отвар семян петрушки. Чайную ложку истолченных семян петрушки заливают литром холодной воды и оставляют на всю ночь. Принимают по 3 столовые ложки настоя каждые два-три часа. Зелень петрушки рекомендуется как мочегонное средство. Его приготавливают следующим способом: 800 граммов петрушки промыть, нарезать и, сложив в кастрюлю, залить молоком так, чтобы оно прикрыло всю массу. Поставить на медленный огонь или в нежаркую духовку и дать

молоку вытопиться, но не выкипеть. Процедить и отжать массу через марлю. Принимать по столовой ложке каждый час. (64)

\* \* \*

Для ускорения вскрытия фурункулов, гнойников и быстрого их очищения советовали прикладывать к больному месту распаренный инжир (смокву). (65)

\* \* \*

Для увеличения количества молока у кормящей матери применяли отвар семян укропа. Столовую ложку семян залить стаканом кипящей воды, настаивать 20 минут, процедить и принимать по столовой ложке 5—6 раз в день за 15 минут до еды. (66)

\* \* \*

При бронхиальной астме, коклюше, при хронических бронхитах как отхаркивающее с противоаллергическим эффектом употребляли отвар багульника. Столовую ложку измельченной травы заливают стаканом кипятка, кипятят 10 минут, остужают и принимают по столовой ложке 5—6 раз в день. (67)

\* \* \*

Сок черной редьки с медом, с сахаром применялся как хорошее отхаркивающее средство, чистый сок — для лечения ишиаса, миозитов, межреберной невралгии. Свежеприготовленный сок втирают в кожу по ходу нерва. (68)

\* \* \*

Отвар свежих или сухих арбузных корок использовали как мочегонное средство при отеках. Одну часть измельченных арбузных корок отваривают в десяти частях воды. Остужают, процеживают и принимают по половине стакана 3—4 раза в день. (69)

\* \* \*

Листья и ягоды земляники применяли при подагре в качестве мочегонного средства, способствующего выведению солей из организма. Их рекомендовали также при болезнях печени, атеросклерозе, сердечно-сосудистых заболеваниях, тахикардии. Две столовые ложки измельченных листьев залить стаканом кипятка, кипятить 5—10 минут и настаивать в теплом месте 2—3 часа. Принимать по столовой ложке 3 раза в день.

Листья земляники, как и листья подорожника, наложенные на рану, способствуют быстрому ее заживлению. (70)

\* \* \*

Сок аронии — черноплодной рябины — одно из средств лечения гипертонии, авитаминоза, атеросклероза. Принимают сок по половине стакана в день в течение двух недель. Наружно сок черноплодной рябины применяется для лечения ожогов. (71)

\* \* \*

Тыквенное семя — старое и испытанное противоглистное средство, особенно при ленточных глистах. Семена вынимают из зрелых плодов, сушат на воздухе, но не жарят — нагревание не допускается. Срок

хранения — не более одного года. Семена очищают от кожуры, оставляя серо-зеленую кожицу, и толкут с медом или сахаром. Принимают всю дозу натошак в один прием: взрослые — 300 граммов, дети до 5 лет — 75 граммов, 5—7 лет — 100 граммов, от 7 до 12 лет — 150 граммов. Через 3—4 часа после приема необходимо принять слабительное.

При отеках в качестве мочегонного применяли вареную или печеную мякоть тыквы. (72)

\* \* \*

Отвар плодов шиповника как витаминное и общеукрепляющее средство известно в России и широко используется с XVIII века. Кроме плодов, применяли и отвар корней шиповника как вяжущее средство при поносах и при заболеваниях печени. (73)

\* \* \*

При рахите, золотухе у детей применяли траву душицы для ванн. Кроме того, отвар душицы рекомендовали при простуде, заболеваниях желудка, женских болезнях, как отхаркивающее при бронхитах и как средство, возбуждающее аппетит.

Две чайные ложки измельченной травы заливают стаканом кипятка, настаивают под крышкой 20 минут и процеживают. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день до еды слегка теплым. (74)

\* \* \*

При полипах в носу и глотке для полоскания рекомендуется отвар чистотела и ромашки в равны\* пропорциях. Траву заливают холодной водой и доводят до кипения. Настаивают в течение часа, после чего процеживают. (75)

\* \* \*

Плоды черемухи с давних пор применяются как вяжущее средство при поносе неинфекционной природы. Столовую ложку плодов заливают стаканом крутого кипятка и кипятят 20 минут, затем процеживают. Взрослым принимать по четверти стакана 2—3 раза в день. (76)

\* \* \*

Настой синего василька действует как мочегонное средство при отеках, связанных с заболеваниями почек, при воспалительных заболеваниях мочевыделительной системы: циститах, уретритах. Обладает противомикробным действием. Применяются цветки васильков без корзинок. Чайную ложку сухих цветков залить стаканом кипятка, не кипятить настаивать в течение часа, затем процедить.

Принимать по 2 столовые ложки три раза в день за 15 минут до еды. (77)

\* \* \*

Столетник (алоэ) применяли при легочных заболеваниях, пневмонии, туберкулезе, бронхите, затяжном кашле. Смесь из 300 граммов натурального меда, половины стакана воды и мелко нарубленного большого листа алоэ варить на очень медленном огне под крышкой в течение 20 минут. Остудить, перемешать и принимать по столовой ложке 3 раза в день. (78)

\* \* \*

При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при гастрите с повышенной кислотностью рекомендовали свежеприготовленный сок картофеля. Принимать нужно натошак по 3/4

стакана. После приема сока необходимо лечь в постель на полчаса. Через час можно есть. Курс лечения соком картофеля — десять дней, перерыв — десять дней и еще десять дней приема. (79)

\* \* \*

Крапива двудомная в русской врачебной практике используется издавна. Диапазон ее применения очень широк. Для укрепления волос столовую ложку измельченных листьев заваривают, как чай, и этим настоем смачивают волосы и кожу головы после мытья.

Как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство измельченные листья крапивы прикладывали к ране, что помогало избежать нагноения. Гнойные раны лечили смесью истолченных листьев с поваренной солью.

Отвар и настой листьев крапивы принимали как мочегонное, кровоостанавливающее при внутренних, маточных, геморрой-дальних кровотечениях, заболеваниях желудка. Столовую ложку измельченных листьев заваривают стаканом кипящей воды, настаивают под крышкой 10 минут и охлаждают. Принимать по столовой ложке 3 раза в день. (80)

\* \* \*

При бронхитах, пневмонии, гипертонической болезни в сочетании с другими средствами рекомендовали отвар изюма. Способ приготовления: 100 граммов изюма измельчить (можно пропустить через мясорубку), залить стаканом воды и кипятить на медленном огне 10 минут, процедить и отжать через марлю. Принимать по несколько раз в день. (81)

\* \* \*

Черная смородина — плоды, листья — хорошее витаминное средство. Сушеные ягоды заваривают, как чай. Кроме того, листья черной смородины применяют как мочегонное при мочекаменной болезни, цистите, пиелонефрите. Пять-шесть столовых ложек измельченных листьев залить одним литром кипятка и настаивать в тепле не менее часа. Принимать по стакану 5—6 раз в день. В отвар для улучшения вкуса можно добавить сахар или мед. (82)

\* \* \*

Для лечения кашля при бронхите, пневмонии, заболеваниях верхних дыхательных путей использовали отвар шалфея в молоке. Столовую ложку шалфея залить стаканом молока и вскипятить на медленном огне под крышкой, дать настояться 10 минут, затем процедить, отжав осадок, и вновь вскипятить. Пить горячим перед сном. (83)

\* \* \*

Для лечения поноса неинфекционного характера, внутреннего кровотечения применяли очистительные вяжущие клизмы со змеевиком. Столовую ложку измельченного корня змеевика залить половиной стакана кипятка, настоять в течение полчаса и остудить. (84)

\* \* \*

Три-четыре чайные ложки оливкового масла смешать с сырым яичным желтком и развести стаканом теплой воды. Смесь использовали как хорошее очистительное в клизме при запоре и каловых камнях. (85)

\* \* \*

Как успокаивающее при нервном возбуждении, тревожном состоянии, плаксивости и бессоннице, особенно у женщин, в качестве вспомогательного, но очень действенного средства применяли валериановые ванны. Пять-шесть горстей измельченного корня валерианы кипятить в литре воды 15—20 минут. Процедить и влить в горячую ванну. Эта ванна оказывает и противоспазматическое действие. Продолжительность — 10 минут. (86)

\* \* \*

Для снятия спазмов кишечника, кишечной колики рекомендовали ванны с липовым цветом: 8—9 горстей липового цвета заварить литром горячей воды, вскипятить, дать настояться и вылить в горячую ванну. Липовый цвет обладает и антибактериальным действием. Продолжительность приема ванны — не более 15 минут. (87)

\* \* \*

При радикулите и ишиасе рекомендовали на больное место наложить листья хрена, сверху покрыть теплым шерстяным платком. (88)

\* \* \*

Корни и листья репейника (лопуха большого) применялись во многих случаях. При ишиасе и радикулите свежие листья накладывались на больное место в несколько слоев, покрывались компрессной бумагой и теплой повязкой. При подагре и ревматизме использовали отвар корня лопуха. Его же рекомендовали для лечения и укрепления волос, оздоровления кожи головы. В кастрюлю сложить корни лопуха, залить водой так, чтобы она только покрыла содержимое кастрюли. Парить корни в духовке, на медленном огне до полного их размягчения. Остудить и процедить. Смазывать кожу головы ежедневно. (89)

\* \* \*

При обострении колита рекомендовали отвар смеси золототысячника, шалфея, ромашки аптечной по одной чайной ложке на стакан воды. Смесь кипятить 10 минут, дать остыть, процедить и принимать по столовой ложке 5—6 раз в день. (90)

\* \* \*

Хмель применялся при циститах, для улучшения аппетита и как успокаивающее. Отвар шишек хмеля — старинное лечебное средство укрепления волос при раннем облысении. Столовую ложку шишек заливают стаканом воды, кипятят полчаса и процеживают. Приготовленный остуженный отвар втирают в кожу головы. (91)

\* \* \*

Отвар и настой зверобоя применяли при многих заболеваниях; считалось, что он помогает при девяти болезнях. Он обладает вяжущим и противовоспалительным действием и назначается при колитах, язвах, наружно при заболеваниях кожи, пролежнях, ожогах, трофических язвах; используется для полоскания рта при стоматитах. Свежие истолченные листья прикладывают к ране для лучшего ее заживления и очищения.

Две столовые ложки измельченной травы заваривают стаканом крутого кипятка и настаивают два-три часа. Принимать по трети стакана 3 раза в день. (92)

\* \* \*

При кашле, бронхите, пневмонии применялся отвар мать-и-мачехи. Столовую ложку листьев заливают стаканом крутого кипятка, настаивают в течение получаса и процеживают. Принимать по столовой ложке 5—6 раз в день. Отвар мать-и-мачехи пополам с крапивой — хорошее средство укрепления волос при их выпадении и обильной перхоти. Сок мать-и-мачехи — раноочищающее и заживляющее средство. (93)

\* \* \*

Сухую малину заваривают как чай отдельно или в смеси с другими травами в составе сборов, как отхаркивающее и потогонное средство при простудных заболеваниях. Однако не только плоды, но и листья применяли в лечебных целях: отвар и настой листьев, заваренный, как чай, рекомендовался при бронхите, ларингите, кашле; настой, в который добавлены цветы малины, — при геморрое. (94)

\* \* \*

Как средство лечения многих кожных заболеваний, в том числе псориаза, золотухи, воспалительных заболеваний кожи, применяли отвар череды. При употреблении вовнутрь — противоаллергическое средство с незначительным потогонным и мочегонным эффектом. Столовую ложку измельченной травы залить стаканом воды и кипятить 10 минут под крышкой на медленном огне. Охладить, процедить и принимать детям до 5 лет — по чайной ложке, до 12 лет — по десертной 3—4 раза в день. Для детской ванны 3 столовые ложки травы кипятят 10 минут с тремя стаканами воды, остужают, процеживают и выливают в ванну. (95)

\* \* \*

При выпадении волос, при сухой коже головы русские знахари рекомендовали следующее: вымыть голову теплой водой без мыла; затем, мягко массируя кожу головы, втереть поваренную соль. Продолжительность манипуляции 10—15 минут. Промыть волосы. Повторить эту процедуру 6 раз. Русские знахари утверждали, что это средство спасало многих от облысения при сухой коже головы. (96)

\* \* \*

Для укрепления корней волос и оздоровления кожи головы применялся костный мозг. Примерно 250 граммов говяжьего костного мозга прокипятить с небольшим количеством воды и процедить. Полученный состав тщательно смешать с чайной ложкой чистого спирта. Голову промассировать, смазав репейным маслом. Промыть волосы дегтярным мылом. Сделать еще раз массаж, после чего втереть в кожу головы приготовленный состав. Намочить полотенце в горячей воде, отжать и повязать им голову. Повторить 5 раз, меняя полотенце по мере его остывания. Завязать голову теплым сухим платком на всю ночь. Утром еще раз сильно промассировать голову и через час вымыть. (97)

\* \* \*

Приготовить следующую смесь: 1 часть коньяка, 4 части процеженного сока лука, 6 частей отвара корней репейника. Втереть в кожу головы. Покрыть голову полотенцем для согревания на два часа, после этого вымыть. Повторять еженедельно. (98)

\* \* \*

Корни репейника (при заготовке корни необходимо заморозить — в таком виде они не загнивают до нового сбора) сложить в кастрюлю, залив водой, чтобы она только покрыла содержимое кастрюли, и поставить в духовку. Кипятить до полного размягчения корней. Остудить и процедить отвар. Смачивать корни волос этим отваром ежедневно. Перхоть быстро пропадет, выпадение волос приостанавливается и волосы растут быстрее. (99)

\* \* \*

При начинающемся облысении для укрепления корней волос издавна использовали отвар шишек хмеля. Столовую ложку хмеля залить стаканом крутого кипятка и кипятить 30 минут, После охлаждения втирать в кожу головы. (100)

\* \* \*

При жирной коже головы и перхоти втирать смесь из 10 частей спиртовой настойки календулы и 1 части касторового масла. При сухой коже головы касторовое масло и настойка календулы берутся в равных пропорциях. (101)

\* \* \*

При выпадении волос для их оздоровления рекомендуется после мытья головы втирать настой крапивы. Одну столовую ложку сухих измельченных листьев крапивы залить стаканом крутого кипятка и настаивать в течение часа. Остывший отвар процедить и втирать в кожу головы 1—2 раза в неделю. (102)

\* \* \*

При зуде головы, жирной коже и перхоти рекомендовалось втирать смесь из 10 граммов березового дегтя, 20 граммов касторового масла и 100 граммов спирта. Втирать смесь нужно за несколько часов до мытья головы. (103)

\* \* \*

Приготовить смесь из измельченных корней лопуха и корневищ аира в равных пропорциях. Шесть столовых ложек смеси залить литром воды и кипятить в течение 15—20 минут. Дать остыть и настояться в теплом месте. Втирать в кожу головы 2—3 раза в неделю. Это хорошо укрепляет и оздоравливает волосы. (104)

\* \* \*

Для смягчения кожи и улучшения цвета лица пользовались «огуречной водой». Натереть неочищенные огурцы на крупной

терке или мелко нарезать, сложить в бутылку и залить водкой или разведенным спиртом. Выставить бутылку на солнце на две недели. Через две недели «огуречная вода» готова к употреблению. Протирать лицо процеженной неразбавленной настойкой. (105)

\* \* \*

Приготовить раствор из трех частей свежего непастеризованного молока и одной части чистого спирта. Втирать смесь в кожу лица на ночь. Это средство русские знахари рекомендовали при пигментных пятнах после родов. (106)

\* \* \*

Для смягчения кожи лица при обветривании рекомендовалось накладывать маску из яичного желтка, чайной ложки меда и чайной ложки глицерина. Смыть теплой водой без мыла. (107)

\* \* \*

Настойка из лепестков белой лилии — одно из лучших средств лечения угревой сыпи, гнойничковых заболеваний. В бутылку сложить свежие лепестки белой лилии. Залить водкой или разведенным спиртом. Настаивать в течение двух недель. Протирать кожу лица перед сном. (108)

\* \* \*

Сок листьев алоэ способствует устранению раздражений, воспалений, угрей при жирной коже лица. Листья промыть кипяченой водой, обсушить и в течение 10 дней держать в темном, прохладном месте. Измельчить листья и отжать сок. Протирать кожу лица свежеприготовленным соком. (109)

\* \* \*

Для лечения мозолей применяется следующее средство. Луковую шелуху сложить в банку и залить столовым уксусом так, чтобы шелуха была покрыта им полностью. Закрыть горлышко банки компрессной бумагой и завязать. Оставить на две недели при комнатной температуре. Через две недели извлечь шелуху, дать стечь уксусу и слегка просушить. Положить слой шелухи в 2—3 мм на мозоль. Окружающую кожу смазать вазелином или другим жиром. Завязать на ночь. Утром, распарив ногу, осторожно, без усилий соскоблить мозоль. Если мозоли большие, процедуру следует повторять. (110)

\* \* \*

Распарив ногу перед сном, привязать к мозоли корку лимона с мякотью. В течение 2—3 дней процедуру повторять, после чего опять распарить ногу и аккуратно снять мозоль. (111)

\* \* \*

Чаще всего врастают ногти на больших пальцах ног. Врастая, ноготь причиняет сильную, порой мучительную боль. Русские знахари в подобных случаях рекомендовали ежевечерне надевать на больной палец напальчник, наполненный сливочным маслом. Сверху надеть носок и не снимать в течение ночи. Делать эту процедуру 2—3 недели подряд. Когда боли прекратятся, осторожно приподнять края вросшего ногтя и подложить кусочки марли. (112)

\* \* \*

При вросшем ногте от лунки к краю пальца осторожно сделать напильником бороздку, достаточно глубокую, но не до конца вглубь. Через несколько дней ноготь выйдет из углов и боль прекратится. В дальнейшем ногти подрезать таким образом, чтобы не срезать углов. (113)

\* \* \*

При потливости ног утром присыпать их порошком борной кислоты. Растереть ее (не втирать) легкими движениями по подошвенной поверхности и между пальцами. Надеть носки. Вечером смыть порошок водой, температура которой не должна превышать 40—50° С. Потливость проходит обычно через 2—3 недели. (114)

\* \* \*

При сильном потении присыпать ноги истолченной в мелкий порошок дубовой корой, надеть носки на ночь. Утром смыть порошок прохладной водой. (115)

\* \* \*

Ежедневно, после мытья прохладной водой, протирать ноги отваром дубовой коры — это избавит вас от их потливости. Для приготовления отвара в эмалированную кастрюлю положить 20 граммов

измельченной дубовой коры и залить ее стаканом воды комнатной температуры. Накрыть крышкой и кипятить на медленном огне полчаса. Сразу процедить и отжать остаток в отвар. Разбавить кипяченой водой до прежнего объема (стакан). После протирания ноги не мыть и не вытирать, а дать им обсохнуть. (116)

\* \* \*

Для лечения бородавок взять небольшую картофелину и разрезать ее пополам. Очищать не нужно. Разрезанной стороной натирать бородавки. (117)

\* \* \*

Одним из распространенных способов лечения бородавок был следующий: распарить в горячей воде с питьевой содой и мылом ногу (если бородавка подошвенная), осторожно соскоблить ороговевший верхний слой. Вытереть насухо. Маленький кусочек сырого мяса положить на бородавку, прикрыв отрезком клеенки (сейчас с успехом можно ее заменить пластырем, что еще лучше обеспечит необходимую герметичность), и забинтовать. Не снимать повязку дня три-четыре и не допускать попадания влаги. По истечении этого срока повязку снять и ногу распарить в растворе соды и мыла. Размягченная бородавка легко отделяется от здоровой ткани. Если она достаточно велика и всю ее безболезненно удалить не удастся, процедуру следует повторить. Подошвенные бородавки вообще плохо поддаются лечению, Однако это средство поможет навсегда избавиться от этого неприятного заболевания. Вульгарные, юношеские бородавки можно удалять тем же способом, но не распаривая и не забинтовывая, а только прикрыв кусочек мяса пластырем герметично на тот же срок. (118)

\* \* \*

Лечение ожога: немедленно намочить обожженное места холодной водой и сразу засыпать чистой питьевой содой. (119)

\* \* \*

Одним из лучших средств лечения ожогов в знахарской практике считается свежая моча. Немедленно после ожога смочить обожженное место мочой и, не вытирая, дать просохнуть. (120)

\* \* \*

Взбить яйцо — желток и белок вместе — и смазать обожженное место. (121)

\* \* \*

Для лечения обморожений сварить 150—200 граммов сельдерея (сушеного) в литре воды. Остудить и держать в отваре конечность до полного его охлаждения. Конечность облить холодной водой и смазать гусиным жиром. Жир необходимо втирать ежевечерне. (122)

\* \* \*

При общем обморожении больного укладывают в ванну при температуре воды 25° С. В течение 15—20 минут добавляя горячую воду, доводят температуру ванны до 36—37° С. Поддерживая эту температуру, проводят энергичный массаж всего тела больного. После нормализации температуры тела и пульса больного вынимают из ванны, вытирают досуха, укладывают в постель и обкладывают грелками. (123)

\* \* \*

При местном обморожении знахари Сибири пользовались компрессами из холодной воды. Намочить в холодной воде марлю и отжать ее. Наложить на обмороженное место, покрыть компрессной бумагой или клеенкой, ватой и завязать. Держать не снимая 10—12 часов. (124)

\* \* \*

Испекь среднего размера репчатую луковицу, разрезать и привязать разрезанной стороной в теплом виде к фурункулу. Менять повязку каждые четыре часа. (125)

\* \* \*

Ржаную муку смешать с медом до консистенции мокрой глины. Лепешку из этого состава приложить к гнойнику, покрыть сверху кусочком компрессной бумаги и завязать. (126)

\* \* \*

Ржаной хлеб крепко посолить и тщательно изжевать. Наложить его на фурункул и перевязать. Средство простое и доступное, очень действенное, поэтому пользовалось большой популярностью. (127)

\* \* \*

При икоте задержите дыхание, сцепите кисти рук за спиной и, наклонившись, сделайте несколько глотков из стакана, стоящего на столе. Икота прекратится сразу. (128)

\* \* \*

Для улучшения обмена веществ и «очищения организма» русские знахари рекомендовали принимать отвар полевого хвоща. Высушенный и нарезанный полевой хвощ заваривают как чай и пьют по 1/4 стакана 3 раза в день. (129)

\* \* \*

Как ни мучительна зубная боль, больной не всегда может немедленно обратиться к стоматологу. Несколько приведенных ниже рецептов помогут временно облегчить страдания.

Заварить траву шалфея и теплым отваром полоскать рот, стараясь подольше держать теплый отвар у больного зуба. Остывший отвар сплевывают и набирают теплый. Делать это приходится часто, 3—4 раза в течение получаса. Однако боль стихает. (130)

\* \* \*

Взять ломтик свиного сала — свежего или соленого. Если сало соленое, соль необходимо счистить. Ломтик сала положить на больной зуб, между десной и щекой. Держать минут 15—20, за это время боль утихнет. (131)

\* \* \*

В ухо, на той стороне, где болит зуб, вкладывают корешок подорожника. Держать до утихания боли. Обычно боль стихает через полчаса. (132)

\* \* \*

В молоканских деревнях в Сибиря зуюкую бале снимали довольно необычным способом: мелко нарезанный чеснок прикладывали к руке, к тому месту, где обычно прощупывают пульс, на

противоположной больному зубу стороне и прибинтовывали. На руку, под чеснок, прикладывали кусочек салфетки или марли. Несмотря на всю странность этого способа, он помогает избавиться от зубной боли. (133)

\* \* \*

Головную боль знахари иногда снимали прикладыванием к виску лимонной корки внутренней ее частью. Через некоторое время под коркой образуется красное зудящее пятно и головная боль стихает. Видимо, действует принцип: «клин клином вышибают». (134)

\* \* \*

Десять долек чеснока, принятых с топленым молоком, по мнению русских знахарей, изгоняли все виды глистов. Через два часа после приема чеснока нужно принять слабительное. (135)

\* \* \*

Очищенные семена тыквы пропустить через мясорубку и принимать по две столовых ложки, запивая теплым молоком, утром натощак, а через час принять слабительное. Это средство также помогает избавиться от глистов. (136)

\* \* \*

Народное средство отрезвления пьяных: 5 капель нашатырного спирта растворить в стакане холодной воды и дать пьяному выпить. (137).

\* \* \*

Взять голову пьяного так, чтобы ладони были наложены на уши. Быстро и сильно тереть оба уха. Прилив крови достаточно быстро приведет пьяного в сознание (хотя и относительное). (138)

\* \* \*

После сильного опьянения на следующий день обильно тошнит и т. д. В старину эти проявления «вчерашнего кутежа» лечили двадцатью каплями мятного спирта в стакане холодной воды. Облегчение, как утверждали, наступало немедленно. (139)

\* \* \*

Проявления «вчерашнего кутежа» можно облегчить, если утром натощак выпить стакан теплого молока. (140)

\* \* \*

При обильных и болезненных менструациях русские знахари рекомендовали полевой хвощ. Одну чайную ложку травы заварить двумя стаканами крутого кипятка. Принимать при сильных болях и обильном кровотечении каждые два часа по столовой ложке. При стихании болей и уменьшении кровотечения принимать по столовой ложке три раза в день. (141)

\* \* \*

Настой водяного перца принимали при болезненных менструациях, при маточных кровотечениях и после родов как кровоостанавливающее средство. Столовую ложку резаной травы залить стаканом крутого кипятка и дать настояться. Принимать по столовой ложке три раза в день. (142)

\* \* \*

При атонии матки и маточных кровотечениях применяли отвар пастушьей сумки, который вызывает сокращение маточной мускулатуры. 10 граммов травы заварить как чай 200 мл крутого кипятка. Принимать по столовой ложке три раза в день. (143)

\* \* \*

Высушенный корень чернобыльника нарезать мелко и приготовить отвар из расчета 3—5 корешков на десять стаканов кипятка. Принимать по полстакана 2 раза в день до уменьшения кровотечения и стихания боли при менструации. (144)

\* \* \*

При скудных менструациях применялись листья руты. Вскипятить полстакана воды и уменьшить огонь до такой степени, чтобы кипение воды почти прекратилось. Положить в воду четыре грамма резаных листьев руты и варить 15 минут, не допуская кипения. Процедить, принять всю дозу утром натощак. Не есть после этого 5—6 часов. Проводить лечение однократно. (145)

\* \* \*

Еще в XV веке для остановки носовых кровотечений применяли сок и отвар тысячелистника. В более позднее время тысячелистник стали применять для остановки внутренних, в частности маточных, кровотечений. (146)

\* \* \*

С килограмма репчатого лука снять шелуху. Залить двумя стаканами крутого кипятка и варить на медленном огне 15—20 минут. Дать остыть и процедить. Принимать утром натощак по половине стакана на прием в течение двух недель. Это средство применялось при скудных менструациях. (147)

\* \* \*

Бронхит: взять эмалированную кастрюлю без трещин (другая посуда не подходит), влить в нее стакан молока и всыпать столовую ложку шалфея. Прикрыть блюдцем или тарелкой. Вскипятить эту смесь на небольшом огне, дать ей немного остыть и процедить. Вскипятить вновь, прикрыв блюдцем. Пить горячей перед сном, остерегаясь сквозняков. (148)

\* \* \*

В Сибири очень популярным было следующее лечение бронхита: вскипятить литр воды и в кипящую воду положить 400 граммов отрубей. Прекратить нагревание и дать остыть. Процедить и пить в течение всего дня достаточно горячим. Для улучшения вкуса можно добавить жженный сахар (белый сахар или мед в данном случае употреблять не рекомендуется). (149)

\* \* \*

В сибирских деревнях при «жестокой простуде» и сильном кашле применялось такое средство: 20 граммов полыни настоять в полулитре водки — чем дольше, тем лучше, но не менее 24 часов. Принимать по столовой ложке три раза в день и перед сном. Для лечения детей это средство не рекомендуется. (150)

\* \* \*

Взять большую репчатую луковицу, очистить, вымыть и натереть на терке. Смешать с гусиным жиром. Втирать эту смесь в область грудной клетки и шеи. Завязать теплым платком. Утром натошак принимать по столовой ложке этой смеси

при кашле. (151)

\* \* \*

В средней России одним из самых популярных средств лечения кашля, особенно у детей, был сок черной редьки. Черную редьку очистить, натереть на терке и отжать сок. Смешать «го со столовой ложкой меда. Принимать по две столовые ложки за 15—20 минут до еды 3—4 раза в день. (152)

\* \* \*

Растереть яичные желтки с сахарным песком добела. Смесь увеличится в объеме в 2—3 раза. Это средство называется «гоголь-моголь» и помогает при кашле, если принимать его натошак. (153)

\* \* \*

Смешать свежавыжатый сок моркови с молоком в равных пропорциях. Принимать при кашле 5—6 раз в день. (154)

\* \* \*

Для облегчения отхождения мокроты очень полезно принимать сироп из сока брусники, смешанный в равных пропорциях с медом. (155)

\* \* \*

Две столовые ложки свежего сливочного масла, два желтка, одну чайную ложку муки и две чайные ложки меда тщательно перемешать. Принимать при кашле, бронхите 4—5 раз в день до еды. (156)

\* \* \*

Не только малиновое варенье при простудных заболеваниях является одним из старинных лечебных средств. Хорошим потогонным средством является и настой из листьев и стеблей малины. Отвар из листьев применялся при лечении бронхита, ларингита и как отхаркивающее.

Листья и стебли заливают крутым кипятком и дают настояться. Принимают на ночь перед сном, остерегаясь сквозняков. (157)

\* \* \*

Корень алтея лекарственного, нарезанный и высушенный, применяется как отхаркивающее и противовоспалительное при катарах верхних дыхательных путей, особенно у детей. 15 граммов корня заливают половиной литра холодной воды и дают настояться сутки. Принимать по десертной ложке 4—5 раз в день. (158)

\* \* \*

Черную редьку вымыть, очистить и нарезать кубиками. Сложить редьку в кастрюлю, посыпать сахаром и «томить» в духовке часа два. Готовую смесь процедить, остудить и разлить в бутылки. Хранить в холодном месте. Перед употреблением наливать в горячую ложку, чтобы сок был теплым, и принимать по чайной ложке 5—6 раз в день и перед сном при кашле. (159)

\* \* \*

Употребление пивных дрожжей по 1—2 чайных ложки перед едой или во время еды избавит вас от юношеских угрей. (160)

\* \* \*

Черную редьку, промытую и очищенную, нарезать тонкими ломтиками, пересыпать сахарным песком. Через шесть часов выделившийся сок можно употреблять по столовой ложке каждый час. Данное средство рекомендуется для лечения кашля у детей. (161)

\* \* \*

В прошлом веке, с наступлением весны и осени в России чахотка и воспаление легких пожинали обильную жатву. Знахари при этих заболеваниях рекомендовали средство, именуемое «кальциумит». Приготавливался он таким образом. Шесть яиц, обязательно свежих, только с белой скорлупой, складывают в банку и заливают отжатым соком десяти лимонов. Банку покрывают марлей, обертывают темной, плотной бумагой и ставят в сухое, темное и прохладное (не холодное) место. Держат до растворения яичной скорлупы, что обычно наступает через 6—8 дней. Затем подогревают 300 граммов меда (лучше липового) до состояния текучести, остужают и добавляют в смесь из яиц и лимонного сока, вливают 3/4 стакана коньяка. Лекарство переливают в темную бутылку и обязательно хранят в сухом, темном и прохладном месте. Принимают по десертной ложке три раза в день сразу после еды. «Кальциумит» портится через три недели. (162)

\* \* \*

Есть другой способ приготовления «кальциумита». 10 яиц с белой скорлупой (очень свежих) и 10 нарезанных лимонов сложить в банку из темного стекла с широким горлом. Поставить в темное и теплое место. Через 10—12 дней яйца превратятся в полужидкую массу. Периодически необходимо снимать плесень и перемешивать (только деревянной ложкой или палочкой). В однородную массу из яиц (с которой необходимо снять плесень) влить бутылку коньяка. Масса должна бродить еще три недели. После прекращения появления плесени содержимое перемешать и перелить в бутылку. Хранить в прохладном месте. Принимать по десертной ложке три раза в день. Лучше взять бутылку с широким горлом, чтобы иметь возможность снимать плесень, если она вновь появится. Применять также при бронхолегочных заболеваниях. (163)

\* \* \*

Рекомендуемое ниже средство применялось в России не только при чахотке, но и при затяжном кашле, пневмонии, бронхите. В его состав входит мед (желательно липовый) — 1 300 граммов, мелко нарубленные листья алоэ — один стакан, 200 граммов оливкового масла, 150 граммов березовых почек, 50 граммов липового цвета.

Перед приготовлением сорванные и промытые кипяченой водой листья алоэ положить на 10 дней в холодное и темное место. Растопить мед и добавить измельченные листья алоэ. Смесь хорошо пропарить. Отдельно от этого — в двух стаканах воды заварить березовые почки и липовый цвет, прокипятить 1—2 минуты. Влить процеженный и отжатым отвар в остывший мед. Размешать и разлить в две бутылки, добавив в каждую поровну оливковое масло. Хранить в прохладном месте. Принимать по столовой ложке три раза в день. Перед употреблением взбалтывать.

Данное средство рекомендуется при пневмонии, длительном кашле и хронических легочных болезнях. Принимать по чайной ложке три раза в день. (164)

\* \* \*

Овес или ячмень насыпать в кастрюлю, заполнив ее на 2/3, долить молоком, не заполнив ее до конца на два пальца. Закрывать крышкой и поставить в духовку с небольшим жаром. Доливать молоко по мере выкипания, пока овес не разварится. Пить эту жидкость по 2—3 столовые ложки три раза в день лрч кашле. (165)

\* \* \*

Пустырник и корень цикория обыкновенного в равных пропорциях заварить крутым кипятком, как чай, дать настояться и принимать при простудных заболеваниях три раза в день по 1/2 стакана. Средство пользовалось популярностью в Курской губернии. (166)

\* \* \*

В пол-литровую бутылку вина положить четыре больших листа алоэ. Настаивать 4 дня. Принимать при хроническом бронхите по 1 десертной ложке три раза в день. (167)

\* \* \*

В Ярославской губернии воспаление легких, длительный кашель и бронхит тоже лечили алоэ. Готовили лекарство следующим образом: 300 граммов меда, половину стакана воды и лист мелко нарезанного алоэ варить на очень медленном огне два часа. Остудить и перемешать. Хранить в прохладном месте. Принимать по столовой ложке три раза в день. Лекарство часто назначалось детям. (168)

\* \* \*

Одним из первых правил поведения при насморке, особенно хроническом, русские лекари считали отмену употребления в пищу молока и молочных продуктов. При хроническом неаллергическом насморке рекомендовалось применять «соус» из натертого на терке хрена, смешанного с соком 2—3 лимонов, по половине чайной ложки два раза в день. После приема данного лекарства в течение получаса ничего не есть и не пить. В течение первой недели прием лекарства вызывает сильное слезотечение. В дальнейшем, с прекращением слезотечения, выделения из носа прекратятся. Хрен должен быть свежим, не позднее недели после сбора; приготовленное же средства может храниться на холоде достаточно долгое время. (169)

\* \* \*

При остром насморке больному рекомендовалось париться в бане и пить чай из липового цвета. Область гайморовых пазух прогревать сваренными вкрутую яйцами, прикладывая их в скорлупе по обе стороны носа. (170)

\* \* \*

Детям, особенно маленьким, при насморке рекомендовалось закапывать в нос свежеприготовленный сок свеклы. (171)

\* \* \*

При ларингите и «потере» голоса, рекомендовался отвар анисовых семян. В кастрюлю вылить стакан воды и всыпать половину стакана анисовых семян. Кипятить в течение 15 минут. Слегка остывший отвар процедить, смешать с четвертью стакана липового меда и еще раз прокипятить. Снять с огня и добавить туда столовую ложку коньяка. Принимать по столовой ложке каждые полчаса. Знахари утверждали, что это средство способно восстановить голос за сутки, и потому певцам, актерам и другим людям, чья работа связана с нагрузкой на голосовые связки, всегда нужно иметь в доме это средство. (172)

\* \* \*

В прошлом веке, когда худоба, особенно для женщины, считалась если не пороком, то большим недостатком, русские знахари рекомендовали следующее. Взять 300 граммов внутреннего свиного сала и шесть больших зеленых яблок. Яблоки не очищать. Нарезать то и другое мелкими кусочками, перемешать и топить на очень медленном огне, чтобы не пригорело. Двенадцать яичных желтков растереть со стаканом сахарного песка. Добавить в желтки 300 граммов измельченного шоколада. Пропустить через сито смесь из топленого сала и яблок, смешать с яйцами и шоколадом. Дать остыть. Смесь намазывать на хлеб и запивать теплым молоком. Леченные этим средством быстро прибавляли в весе. (173)

\* \* \*

300 граммов чеснока, вымытого и очищенного, положить в пол-литровую бутылку и залить спиртом. Настаивать в течение трех недель и принимать по 20 капель ежедневно в половине стакана молока. Этот настой считался не только хорошим общеукрепляющим средством, но и противосклерозным. (174)

\* \* \*

Чай из плодов шиповника с медом не только укрепляет организм, но и является хорошим профилактическим средством простудных заболеваний. (175)

\* \* \*

Взять кастрюлю, достаточно высокую, но небольшую. На дно ее положить солому или круг из асбеста и поместить туда банку с резаной травой зверобоя, залитого оливковым маслом так, чтобы трава была только покрыта маслом. В кастрюлю налить воды вровень с содержимым банки. Эту кастрюлю поместить в большую кастрюлю тоже с водой и поставить на огонь. По мере выкипания воды ее следует добавлять до прежнего уровня. Через шесть часов лекарство готово. Процедить и хранить в прохладном месте. Принимать при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки по две столовые ложки за полчаса до еды. При лечении язвы желудка совершенно необходимо соблюдение предписанной врачом диеты. (176)

\* \* \*

При гастрите одним из эффективных методов лечения русские лекари считали лечение яблоками. Для этого подходят только зеленые сорта яблок. Вымытые, очищенные от сердцевины и кожуры яблоки натереть на мелкой терке. Четыре-пять часов до и после приема яблок не есть и не пить. Желательно есть яблоки рано утром, тогда к 11 часам утра уже можно завтракать. На ночь больным гастритом есть яблоки нельзя — это вызовет ухудшение состояния из-за повышения газообразования. Лечение продолжать в течение месяца ежедневно, второй месяц — 2—3 раза в неделю, третий — еженедельно. При этом необходимо соблюдать предписанную диету и не употреблять молока, жирной, острой, соленой пищи, крепкого чая, кофе, свежего хлеба, пряностей. (177)

\* \* \*

При ночном недержании мочи знахари рекомендовали заварить и пить как чай смесь из двух трав — зверобоя и золототысячника в равных пропорциях. (178)

Для снижения кислотности желудка знахари с успехом, применяли сок моркови. Сок должен быть свежеприготовленным, из вполне созревшей моркови, желательного сорта каротель. Принимать натощак по 1/2 стакана 1 раз в день. (179)

\* \* \*

Заварить в стакане кипятка по одной чайной ложке золототысячника, шалфея и ромашки аптечной. Прикрыть блюдцем, дать остыть и процедить. Принимать при обострении колита по столовой ложке 5—7 раз в день. Это средство рекомендовалось не только при колите, но и при других заболеваниях желудочно-кишечного тракта. (180)

\* \* \*

300 граммов грецких орехов колют и достают перегородки, которыми разделены части зерна. Заливают их 250 мл спирта и настаивают три дня. Принимать при поносе по 6—10 капель, разбавляя теплой кипяченой водой. (181)

\* \* \*

Чайную чашку недробленого риса залить семью чашками холодной воды. Кипятить на медленном огне до полной готовности риса. Полученный отвар без риса давать ребенку при поносе в теплом виде по 1/3 чашки каждые два часа. (182)

\* \* \*

При поносе у взрослых и детей (не грудного возраста) рекомендуется принять половину чайной ложки истолченной в порошок кутикулы — внутренней части (кожицы) желудка курицы. Для приготовления взять аккуратно отделенную внутреннюю часть желудка курицы, тщательно промыть ее и высушить. Перед употреблением истолочь в ступке до состояния порошка и принимать по 1—2 раза в день, запивая теплой водой. (183)

\* \* \*

Молодые, неспелые грецкие орехи вместе с зеленой кожурой нарезать ломтиками, заполнить 3/4 бутылки и залить водкой. Настаивать 3—4 дня. Принимать не более двух раз в день по 1/2 чайной ложки при поносе. Детям давать не рекомендуется. (184)

\* \* \*

Утром и вечером принять при поносе стакан водного раствора марганцово-кислого калия. Раствор должен быть светло-розовым. Следить за тем, чтобы все кристаллы растворились в воде. Обычно однократного приема бывает достаточно, чтобы понос прекратился. (185)

\* \* \*

Отвар черники — старинное средство лечения поноса, Заваривать крутым кипятком, как чай. (186)

\* \* \*

При желудочно-кишечных заболеваниях издавна применялся черный березовый гриб — чага. Кроме того, чага улучшает самочувствие больных при злокачественных заболеваниях любой локализации. Свежий гриб обмывают и натирают на терке. Сушеный, перед тем, как натереть, замачивают на 4 часа в холодной кипяченой воде. На одну часть натертого гриба берут пять частей кипяченой воды, температура которой не должна превышать 50 °С, и настаивают двое суток. Процеживают, отжав в настой осадок. Принимать по 3 стакана в сутки, разделив на несколько приемов, за полчаса до еды. Настой можно хранить не более 4-х суток в холодном месте. (187)

Настой и отвар корня лапчатки (дикий калган, дубровка) применяли в России как средство лечения катара желудка и дизентерии. Отвар готовят следующим образом: одну столовую ложку

грубоистолченногн корня залить стаканом воды и кипятить на медленном огне под крышкой 20 минут. Остудить, процедить и принимать по столовой ложке 3—5 раз в день. (188)

\* \* \*

В Сибири и на Дальнем Востоке для лечения поноса и дизентерии применяли отвар кровохлебки. Две чайные ложки грубоистолченного корня кровохлебки залить стаканом крутого кипятка и кипятить. 30 минут. Остудить и процедить. Принимать по столовой ложке 5—6 раз в день до еды. Кроме того, кровохлебка применялась для лечения маточных, геморроидальных кровотечений и при кровохаркании. (189)

\* \* \*

Страдающим запорами русские знахари советовали пить воду, в которой долго варились овес или сливы. Сок редьки, рассол квашеной капусты в теплом виде, чай из сушеных вишен, яблок необходимо пить 3—4 раза в день. В виде слабительного больному можно рекомендовать огуречный рассол. Огурцы должны быть в соленой воде не менее месяца без специй и приправ. Принимать по 4 стакана в сутки. (190)

\* \* \*

Некоторые пищевые продукты со слабительным эффектом употребляют неверно, и потому они не дают ожидаемого результата. При приготовлении их нужно заливать крутым кипятком, но ни в коем случае не кипятить и не подслащивать. Утром натощак съесть несколько слив, а если возможно, то и несколько раз в день в разные часы. (191)

\* \* \*

Кору крушины применяют издавна для лечения хронических запоров. 20 граммов измельченной коры заливают 200 мл воды и кипятят 15—20 минут. Принимают по 1/2 стакана на ночь. (192)

\* \* \*

Плоды жостера слабительного применяют в виде отвара при запоре. Столовую ложку целых плодов заливают стаканом воды и доводят до кипения. Настаивают два часа в теплом месте. Процеживают и принимают по полстакана на ночь. (193)

\* \* \*

Желчнокаменную болезнь русские лекари лечили оливковым маслом и лимонным соком. Взять 1/2 литра оливкового масла и 1/2 литра тщательно процеженного лимонного сока. Последний прием пищи должен быть не менее чем за шесть часов до лечения. Строго по часам пить по четыре столовые ложки оливкового масла и немедленно запивать столовой ложкой лимонного сока. Повторять эту процедуру каждые 15 минут. Когда все оливковое масло будет выпито, залпом выпить весь остаток лимонного сока. В процессе приема возможна отрыжка маслом. Если лимонный сок пить сразу за приемом масла, отрыжка будет незначительной, и этого не следует пугаться. (194)

\* \* \*

Некоторые знахари лечили болезни печени смесью рассола квашеной капусты и томатного сока — по половине стакана каждого. (195)

\* \* \*

При застое жёлчи и желчнокаменной болезни рекомендовали четверть стакана оливкового масла смешать с четвертью стакана сока грейпфрута. Пить на ночь, не раньше чем через час после еды. Перед приемом смеси сделать очистительную клизму. После приема лечь в постель на правый бок, подложив под бок теплую грелку. Утром клизму повторить. (196)

\* \* \*

При камнях в желчных протоках оливковое масло нужно принимать за полчаса до еды, сначала по половине чайной ложки, постепенно увеличивая дозу до 1/2 стакана. Русские знахари утверждали, что оливковое масло и сок лимона или грейпфрута не только разрешает застой желчи, но и изгоняет камни и песок. (197)

\* \* \*

Собирают зрелые плоды рябины, моют и отжимают сок. Принимать по 1/4 стакана три раза в день при геморрое. Сок слегка подсластить и запивать стаканом кипяченой воды. (198)

\* \* \*

В Центральной России знахари лечили геморрой прикладыванием осиновых листьев к геморроидальным шишкам. Предварительно больное место обмыть теплой водой с мылом, затем прохладной. Листья прикладываются на два часа. Если боль усиливается, листья снять раньше. Прохладной водой обмыть шишки. Через день-два процедуру повторить. (199)

\* \* \*

В некоторых областях геморроя лечили следующим образом: к геморроидальным шишкам прикладывали холодные примочки. Смоченная в холодной воде и слегка отжатая марля прикладывается на 1—2 минуты 3—4 раза в день. Через несколько дней холодные примочки заменяли другой процедурой — прикладывали кусочек льда, завернутого в марлю. Процедура должна продолжаться не более половины минуты. (200)

\* \* \*

Почечуйный чай — одно из средств лечения геморроя. Траву горца почечуйного заварить крутым кипятком как чай и пить несколько раз в день. (201)

\* \* \*

Из сырой картофелины выстругать свечку в палец толщиной с тупым концом. Ввести в задний проход при геморрое и оставить на ночь. Утром свеча выйдет с калом или при легком натуживании. (202)

\* \* \*

Лечение стенокардии отваром боярышника русские знахари считали лучшим средством. Шесть столовых ложек с верхом плодов боярышника и шесть столовых ложек пустырника залить семью стаканами крутого кипятка. Не кипятить. Кастриюлю с боярышником и пустырником тепло укутать и поставить настаиваться на сутки. Процедить и отжать через марлю набухшие ягоды. Хранить готовый отвар в холодном месте. Принимать по стакану три раза в день. Не подслащивать. Для улучшения вкуса можно смешать с отваром шиповника, заваренного таким же образом. (203)

\* \* \*

При стенокардии с одышкой рекомендовалось принимать чеснок с медом. Взять литр меда, 10 лимонов, 5 головок (не долек) чеснока. Из лимонов отжать сок, чеснок очистить, промыть и натереть на терке (можно пропустить через мясорубку). Все смешать и оставить закрытым в прохладном месте на неделю. Принимать по четыре чайные ложки один раз в день, причем принимать необходимо медленно, с остановками между приемом каждой ложки по 1 минуте. (204)

\* \* \*

Стакан воды вскипятить, убавить огонь, чтобы вода слегка кипела. Всыпать туда чайную ложку травы горлицы (адонис весенний) и кипятить на медленном огне не более 3 минут. Накрыть крышкой и поставить в теплое место, чтобы получился настой, затем процедить. Принимать по одной столовой ложке три раза в день при тахикардии. (205)

\* \* \*

Четыре чайные ложки льняного семени залить одним литром воды. Вскипятить. Кастрюлю сдуть с огня, завернуть в теплое одеяло и дать настояться. Процедить, для вкуса можно добавить сок лимона. Принимать по половине стакана 6 раз в день, примерно через каждые 2—2,5 часа. Средство мягкое, результат достигается через 1—2 недели приема. Применять при внутренних отеках. (206)

\* \* \*

Одно из наиболее действенных средств при лечении суставного ревматизма — березовые почки. Почки настаивают на спирту или водке и втирают в область сустава. Эффективным средством является также мазь из березовых почек. Для ее приготовления необходимо взять 800 граммов свежего несоленого сливочного масла и березовые почки. В глиняный горшок уложить слоями: масло — в 1,5 см, сверху слой почек такой же толщины и так далее до полного заполнения горшка. Плотнo закрыть крышкой и замазать тестом. Поставить на сутки в теплое место, лучше всего в нежаркую печь. Через сутки остудив, отжать через марлю. В полученное масло добавить 7—8 граммов камфоры и перемешать. Хранить мазь в плотно закупоренной банке в прохладном месте. Применять при суставном ревматизме, втирая в сустав вечером, перед сном, один раз в день. (207)

\* \* \*

При отеках ног применяли березовые листья. Необходимо сшить мешки из хлопчатобумажной ткани по размеру ноги до колена. Наполнить мешок листьями березы и вставить ноги больного в мешки с таким расчетом, чтобы достаточно толстый слой (приблизительно в палец толщиной) листьев, облегал ногу со всех сторон. Ноги будут обильно потеть. Если листья через 3—4 часа сильно намокли, их следует заменить свежими. Несколько подобных сеансов — и отеки спадают. При небольших отеках бывает достаточно 1—2 процедур. (208)

\* \* \*

50 граммов камфоры, 50 граммов порошка горчицы, 100 граммов спирта, 100 граммов сырого яичного белка. В спирте последовательно растворить сначала камфору, затем горчицу. Отдельно взбить белок. Смешать оба состава вместе. Втирать в больной сустав вечером, перед сном при артритах. (209)

\* \* \*

При сильных ушибах рекомендуется сразу наложить на ушибленное место лед, а позднее растереть камфорным спиртом или отваром цветов арники. (210)

\* \* \*

При ушибах суставов, при растяжениях и вывихах (после вправления) после снятия льда пользовались отваром цветов арники. (211)

\* \* \*

Одним из лучших средств лечения ушибов считалось использование бодяги. Две столовые ложки бодяги, истолченной в порошок, развести четырьмя столовыми ложками кипяченой воды и немедленно наложить на ушибленное место. Действие бодяги начинается после испарения некоторого количества влаги. Положенная на ушибленное место немедленно, бодяга предохранит от возникновения кровоподтеков и гематом. (212)

\* \* \*

При растяжении суставов сибирские знахари рекомендовали своим больным компрессы из горячего молока. Сложенную вчетверо марлю намочить в горячем молоке и сделать компресс как обычно — с наложением сверху компрессной бумаги и ваты. Менять компресс по мере остывания марли. (213)

\* \* \*

Очень мелко нарезанный репчатый лук смешать с сахарным песком и растереть смесь в ступке. При растяжении сустава наложить на сустав марлю, поверх которой намазать слой приготовленной смеси. (214)

\* \* \*

Разрезать лист алоэ, резаной стороной приложить к порезу и прибинтовать. Через пять-шесть часов, как утверждали знахари, рана уже «схватится». (215)

\* \* \*

Заполнить бутылку свежими листьями крапивы, залить спиртом и закрыть пробкой. Выставить на солнце на две недели. Смоченная в такой настойке марля, приложенная к ране или порезу, ускорит заживление и предохранит от инфекции. (216)

\* \* \*

100 граммов оливкового масла, 8 граммов желтого воска, 5 граммов белого воска, 20 граммов сосновой смолы (канифоли) и одну столовую ложку свежего сливочного масла смешать, поставить на медленный огонь и нагревать 10 минут. Смесь необходимо постоянно помешивать и снимать пену, появляющуюся на поверхности. Переложить в стеклянную банку. Намазать на марлю тонким слоем и прикладывать к ране. (217)

\* \* \*

Вскипятить две части оливкового масла и одну часть чистого пчелиного воска на небольшом огне. Полученную мазь остудить и переложить в банку. Промыв рану перекисью водорода, прикладывать повязку с мазью. (218)

\* \* \*

При старых гнойных ранах для очищения их и заживления русские знахари рекомендовали: столовую ложку козьего или овечьего жира, половину столовой ложки поваренной соли и столовую ложку мелко нарезанного лука тщательно растереть. Смесь наложить на рану на сутки. Первое время при наложении

смеси боль будет сильная, но по мере очищения раны и ее эпителизации боль прекратится. Менять повязку с мазью необходимо ежедневно до полного очищения раны. (219)

\* \* \*

Три чайные ложки жареного и мелко помолотого черного кофе, две чайные ложки тертого хрена и два стакана воды варить 20 минут. Процедить и пить горячим по половине стакана два раза в день в течение трех дней. Этого срока, как считали знахари, бывало достаточно, чтобы излечить малярию. (220).

\* \* \*

Взять 12 листьев сирени, заварить крутым кипятком и закрыть с вечера. Утром натощак выпить отвар. Повторять еженедельно при малярии. (221)

\* \* \*

Когда подсолнечник кончает цвести и желтые лепестки начинают опадать, срезать головку, мелко накрошить, сложить в стеклянную банку и залить водкой. Настаивать на солнце в течение месяца. Принимать по 20 капель перед приступом малярии. Если время приступа неизвестно, то по столовой ложке 3 раза в день перед едой. (222)

\* \* \*

Взять 300 граммов мелких веток сирени с листьями и кипятить в течение 20 минут в литре воды. Дать настояться отвару не менее двух часов и процедить. Принимать по половине стакана три раза в день при малярии. (223)

\* \* \*

В одном литре воды в течение 20 минут кипятить 200 граммов свежих корней подсолнечника. Настаивать два-три часа и процедить через сложенную вчетверо марлю. Принимать при малярии по половине стакана три раза в день. (224)

\* \* \*

Один стакан свежих зеленых листьев сирени и два стакана воды кипятить до тех пор, пока не останется один стакан отвара. Процедить и принимать по 1/5 стакана перед приступом малярии. (225)

\* \* \*

Средство лечения малярии, популярное у знахарей Харьковской губернии: девять листьев сирени сложить в бутылку, залить 100 граммами чистого спирта и заткнуть пробкой. Принимать по столовой ложке 3 раза в день за пятнадцать минут до еды, запивая столовой ложкой кипяченой воды. (226)

\* \* \*

Знахари Полтавской губернии утверждали, что нижеприводимое средство излечивает малярию даже тогда, когда все другие способы уже не имеют успеха. Взять 20 свежих листьев сирени, 1 чайную ложку полыни, тоже свежей, и 1/2 чайной ложки эвкалиптового масла. Настаивать эту смесь в литре водки и принимать при малярии >ио две столовые ложки перед едой. (227)

\* \* \*

Настрогать кору ивы и несколько дней подряд утром натощак пить чай из этой коры. Для приготовления чая 1/2 чайной ложки измельченной коры кипятить в полутора чашках воды до тех пор, пока не останется одна чашка отвара. Остудить и добавить мед, т.к. отвар очень горький. Принимать при малярии. (228)

\* \* \*

При флегмонах, долго незаживающих язвах и ранах рекомендуется применять примочки из отвара листьев эвкалипта. 30 граммов измельченных сухих листьев залить стаканом крутого кипятка и кипятить при постоянном помешивании 30 минут. Остудить и процедить. (229)

\* \* \*

При гриппе полезно принимать спиртовую настойку листьев эвкалипта. 20 граммов сухих измельченных листьев эвкалипта залить спиртом. Плотнo укупорить и настаивать 7—8 дней. Процедить и остаток отжать в настойку. Принимать по 20—25 капель, разведенных в 1/4 стакана кипяченой воды. (230)

\* \* \*

Как кровоостанавливающее и противовоспалительное средство рекомендуется водный настой тысячелистника. Одну столовую ложку травы залить стаканом крутого кипятка и кипятить на медленном огне 15—20 минут, процедить и применять для обмываний и примочек. (231)

\* \* \*

Примочки, протирания и компрессы из отвара березовых почек — хорошее средство лечения прыщей, раздражения кожи, помогают они и при болезни суставов. Взять столовую ложку березовых почек, залить их стаканом крутого кипятка и кипятить 15—20 минут. Дать настояться до остывания и процедить. Можно заварить почки как чай настаивать 2—3 часа, затем процедить. (232)

\* \* \*

При заболеваниях почек, неврозах применяется настой молодых весенних листьев березы. 100 граммов листьев измельчить и залить двумя стаканами теплой кипяченой воды. Настаивать 5—6 часов. Процедить, отжать в настой листья и после отстаивания перелить, оставив осадок. Принимать по 1/2 стакана 2—3 раза в день перед едой. Настой очень богат витамином С. (233)

\* \* \*

При кровоточивости десен полезно полоскать рот чуть теплым отваром коры дуба и липового цвета. Смешать две части коры дуба и одну часть липового цвета. Чайную ложку смеси заварить стаканом кипятка, процедить и остудить (234)

\* \* \*

Для заживления ран, при ушибах, ломоте применяли припарки из травы зверобоя. Столовую ложку измельченной травы зверобоя залить половиной литра водки и настаивать в течение недели. Хранить в плотно укупоренной бутылке. Применяется для втирания в кожу головы 1—2 раза в неделю с целью укрепления и оздоровления волос. Сорок капель настойки в половине стакана воды — хорошее средство для полоскания рта при дурном запахе. (235)

\* \* \*

При раздражении кожи, при угревой сыпи применяют водный раствор листьев алоэ. Листья, предварительно выдержанные 10 дней в темном и холодном месте, измельчить до кашицеобразного состояния и залить холодной кипяченой водой, взяв на одну часть измельченных листьев пять частей воды. Настаивать смесь в течение часа, а затем прокипятить, но не более 2—3 минут. Процедить. Протирать лицо при жирной коже. (236)

\* \* \*

При воспалительных процессах кожи, при зуде, экземе, раздражении применяли отвар березовых почек. Для приготовления один стакан почек заварить стаканом крутого кипятка и кипятить 15—20 минут. После остывания процедить. Протирать лицо ежедневно. (237)

\* \* \*

Траву зверобоя применяют в народной медицине с древнейших времен для лечения ожогов, ран, воспалительных процессов. Из зверобоя готовят настои, отвары, зверобойное масло. Одну часть измельченного в мелкий порошок зверобоя залить двумя частями оливкового масла. Настаивать 2—3 недели и процедить. Марлю, смоченную зверобойным маслом, прикладывать при ожогах и раздражениях. (238)

\* \* \*

При воспалительных заболеваниях кожи, раздражениях, ушибах и царапинах помогает смесь из листьев подорожника и тысячелистника. Тщательно промытые листья подорожника и тысячелистника измельчить, смешать в равных пропорциях, завернуть в марлю и прикладывать к больному месту. Смесь обладает кровоостанавливающим, асептическим действием. (239)

## ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ТРАВЫ И РАСТЕНИЯ. СРОКИ И ПРАВИЛА ИХ СБОРА И ЗАГОТОВКИ

**Аир болотный** — *Acorus calamus*.

Применяют корневища аира, которые собирают осенью. Аир извлекают из ила, обрезают стебли и корешки, обмывают корневище, разрезают на небольшие отрезки вдоль и поперек, провяливают, снимают верхний слой коры, затем сушат на воздухе или в сушилке при температуре 25—30° С.

**Алоэ древовидное** — *Aloe arborescens*, син.: столетник, столетнее дерево. Перед приготовлением лечебных средств из алоэ для повышения активности рекомендуется вымытые и обсушенные листья завернуть в марлю и сложить в холодное место (по методу акад. В. П. Филатова) на две недели.

**Арбуз съедобный** — *Citrullus Lanatus*.

Корки обрезают, освобождая от мякоти, семена сушат в помещении.

**Арника горная** — *Arnica montana*, син.: горный баранник.

Собирают цельные корзинки в начале цветения. Цветет в июне — июле. Сушат в закрытом помещении.

**Арония черноплодная** — *Aronia melanocarpa*, син.: черноплодная рябина, черноплодка.

Сбор плодов — в конце августа, сентябре.

**Багульник болотный** — *Ledum palustre*, син.: багно, багун душистый, розмарин лесной.

Цветет в мае — июне, плодоносит в августе. Заготавливают молодые одно- и двухлетние ветви с листьями в период отцветания. Сушат в тени под навесом. Растение имеет одурманивающий запах и может вызвать головную боль при сборе и сушке, поэтому высушивать в помещении недопустимо.

**Береза повислая** — *Betula verrucosa*.

Березовые почки заготавливают ранней весной, в начале набухания.

Ветки с почками сушат на холоде — в тепле почки распускаются и становятся непригодными. После сушки почки оббивают с ветвей.

Листья собирают во время цветения в мае, молодые и клейкие. Сушат в тени.

**Валериана лекарственная** — *Valeriana officinalis*, син.: кошачий корень, маун аптечный.

Применяется корень валерианы. Заготовку проводят осенью, после облетания плодов. Стебли обрезают, корни тщательно промывают проточной водой. Сушат в тени. Через 2—3 дня корень темнеет и начинает издавать характерный запах. После 2—3 дней возможна тепловая сушка при температуре не выше 40° С. Чем медленнее сушка, тем лучше сырье.

**Василек синий** — *Centaurea cyanus*, син.: волошка, синька.

Собирают корзинки и выщипывают краевые и трубчатые цветки. Сушат на воздухе в тени или в сушилке при температуре до 50° С. На солнце сушка недопустима. Выгоревшие на солнце цветы бракуются.

**Вишня обыкновенная** — *Cerasus vulg.*

Используются как сушеные плоды, так и плодоножки. Сушку плодов производят в нежаркой духовке, медленно. Плодоножки можно сушить на воздухе.

**Девясил высокий** — *Inula helenium*, син.: девясильник, дивосил, дикий под солнечник, оман.

Для медицинских целей применяют корни девясила, которые собирают осенью — в сентябре, или перезимовавшие ранней весной — в марте. Корни очищают от земли, быстро промывают холодной проточной водой. Перед сушкой разрезают поперек, а толстые и продольно. Сушат на воздухе, под навесом.

**Душица обыкновенная** — *Origanum vulgare*, син.: материйка.

Цветет в июне — августе. Собирают траву в период цветения, высушивают на воздухе, затем отделяют листья и цветки от грубых стеблей.

**Зверобой продырявленный** — *Hypericum perforatum*, син.: заячья кровь, заячье дерево.

Для медицинских целей используют траву растения. Заготавливают в период цветения (с июля до августа). Обрезают верхушки с цветами и листьями, оставляя грубую нижнюю часть. Просушивают в тени или в хорошо проветриваемом помещении.

**Земляника лесная** — *Fragaria vesca*, син.: поземка, полуница.

Цветет в мае — июне, плоды созревают в июне — июле. В медицинских целях собирают листву. Сушат в тени, под навесом или в помещении.

**Змеевик** — *Polugonum bistorta*, син.: горец змеиный.

Цветет в июне — июле. В медицинской практике используют корни и корневища, которые собирают после отцветания или ранней весной. Обрезают наземную часть и мелкие корешки, промывают холодной, водой и сушат на солнце или в сушилке при температуре 40—50° С.

**Золототысячник** — *Centaum minus* Monch.

Цветет с июня до осени. Собирают наземную часть, без примеси корней. Сушат под навесом. На солнце цветки выгорают.

**Ива** — *Salix alba*.

Собирают кору ивы ранней весной при начале сокодвижения. Сушат при комнатной температуре.

**Инжир** — *Ficus carica*, син.: смоква, смоковница.

Заготавливают спелые плоды.

**Календула лекарственная (ноготки)** — *Calendula officinalis*, син.: крокос польный.

Цвет в июле — августе. Семена созревают в августе. Для медицинских целей используют цветочные корзинки, которые собирают в период горизонтального стояния язычковых цветов. Срезают корзинки у самого основания цветоноса. Сушат, разложив тонким слоем в воздушных сушилках или затемненных местах, не более четырех часов.

**Калина обыкновенная** — *Viburnum opulus*, син.: снежки, Калинина.

Цветет в мае — июне. Применяют плоды и кору, которую заготавливают ранней весной, начиная с апреля. Собранную кору сушат на открытом воздухе, под навесом или в сушилке при температуре 40—45° С.

**Крапива двудомная** — *Urtica dioica*, син.: жалива, жучка.

Цветет с июня по сентябрь. Используются листья. Заготовку производят в период цветения. Срезанным стеблям дают увянуть, после чего обрывают листья у самого основания. Сушат на открытом воздухе или в хорошо проветриваемом помещении.

**Крушина ольховидная** — *Frangula alnus*, син.: гнилое дерево, сорочьи ягоды.

Для медицинских целей используют кору, которую собирают ранней весной в период сокодвижения и до появления листьев. Применять собранную кору можно не ранее чем через год. Свежая кора вызывает сильную тошноту и рвоту. Хранят в сухом месте.

**Лапчатка** — *Potentilla erecta*, син.: узик, дубровка, дикий калган.

Применяют корневища лапчатки, которые собирают осенью, очищают от придаточных корней, моют, провяливают, а затем сушат.

**Лен посевной** — *Linum usitatissimum*, син.: долгунец.

Применяют семена льна. Растение культивируемое.

**Липа** — *Tilia cordata*.

Применяют цветки. Цветет в июне — июле. Собирают цельные соцветия с прицветниками. Сушат под навесом, раскладывая тонким слоем, или в сушилках при температуре 20—30° С, не пересушивая во избежание опадания цветков.

**Лопух большой (репейник)** — *Artium lappa*.

Применяют листья и корневища, которые собирают осенью, обмывают, вялят, а затем сушат в печи при температуре 40° С.

**Малина обыкновенная** — *Rubus idaeus*.

Цветет в июне — июле, плоды созревают в июле — августе. Плоды собирают только в сухую погоду. Тонким слоем раскладывают на решетке на солнце для завяливания в течение 1—2-х дней, затем сушат в духовом шкафу или в печи при температуре 30—40° С. Почерневшие в процессе сушки плоды отбрасывают.

**Мелисса лекарственная** — *Melissa officinalis*.

Мелисса цветет в июле — августе. Собирают листья во время цветения. Можно срезать весь стебель, затем оборвать листья. Сушку необходимо производить очень быстро, в тени на сквозняке или в сушилке при температуре не выше 35° С.

**Мыльнянка лекарственная** — *Saponaria officinale*.

Цветет с июля по сентябрь. Корни собирают осенью, моют в проточной воде, вялят, затем сушат в духовке при температуре 40—45° С.

**Мята перечная** — *Mentha piperita*, син.: английская мята, холодная мята.

Применяют как листья мяты, так и все растение. Для заготовки листа уборку мяты производят в начале цветения — в июне — июле.

Траву сушат в тени на воздухе, по высыхании отряхивают со стеблей листья.

**Одуванчик лекарственный** — *Taraxacum officinale*.

Корни заготавливают в период увядания листьев, в августе — сентябре, промывают водой, сушат постепенно, пока корень не прекратит выделение млечного сока при надрезании. Сначала сушат под навесом 3 дня, а затем в сушилке при температуре 60—70° С.

**Полынь горькая** — *Artemisia vulgaris*.

Цветет в июле — августе. Используют листья и траву, которую собирают в период цветения. Сушат траву без нижней грубой части стебля, в тени, под навесом или в сушилке при температуре 40—50° С.

**Ромашка аптечная** — *Matricaria chamomilla*, син.: маточная трава, ромашка ободранная.

Применяются цветочные корзинки без цветоножек. Собирают в стадии их полного цветения в июне — июле, когда белые лепестки расположены горизонтально. Сушат в тени или в сушилке при температуре 35—40° С.

**Рута пахучая** — *Ruta graveolens*.

Рута цветет в летние месяцы. Собирают или листья, или всю наземную часть, обдирая затем листья. Сушат, разложив тонким слоем под навесом.

**Сенна** — *Cassia aculifolia*, син.: кассия остролистная, александрийский лист.

Заготавливают отдельные дольки сложного листа. Сушат на открытом воздухе (кассия культивируется в Крыму и Средней Азии).

**Смородина черная** — *Ribes nigrum*, моховка.

В медицине применяются плоды, почки и листья. Листья собирают в июне — июле. Сушат, разложив тонким слоем в тени. Почки собирают ранней весной при набухании. Можно почки собирать при необходимости и зимой. Черная смородина относится к растениям с очень коротким периодом - покоя; если ветки принести в тепло, почки начнут распускаться в декабре.

**Солодка голая** — *Glycyrrhiza glabra*, син.: лакричник, лакрица.

Во время сбора осенью или весной сначала отрезают стебли, потом выкапывают только длинные придаточные корни, отрезая от корневища, чтобы растение осталось неповрежденным. Корни очищают от земли, заваливают в тени в течение нескольких дней, затем очищают от бурой пробки и сушат на воздухе.

**Толокнянка обыкновенная** — *Arctostaphylos uva ursi*, син.: медвежья ягода, медвежье ушко.

Для медицинских целей заготавливают листья во время цветения в июне — июле. Сушат в хорошо проветриваемых помещениях или сушилках при температуре 50—60° С.

**Тыква обыкновенная** — *Cucurbita pepo*.

Применяют мякоть и семена, которые вынимают из вполне зрелых плодов, очищают от остатков приставшей мякоти и сушат на воздухе; нагревание не допускается. Хранить семена можно не более года. При использовании очищают семена от кожуры, сохраняя внутреннюю серо-зеленую кожицу.

**Тысячелистник обыкновенный** — *Achillea millefolium*, син.: белая кашка, гулявица.

Верхушки цветоносных стеблей собирают в период цветения в июне—июле, сушат на открытом воздухе под навесом или в хорошо проветриваемом помещении.

**Укроп огородный** — *Anethum graveolens*, син.: копер, копиор.

Разводится как огородное растение. Применяют траву и семена укропа.

**Фиалка трехцветная** — *Viola tricolor*, син.: иван-да-марья, анютины глазки.

Цветет с апреля до поздней осени. Применяют траву — наземную часть; нижнюю, голую часть стебля отбрасывают. Собирают в период цветения. Траву с большим количеством зрелых плодов и осыпавшихся цветков в сырье нежелательна.

**Хмель обыкновенный** — *Humulus lupulus*.

Применяются соплодия хмеля — шишки, которые собирают незадолго до полного созревания и быстро сушат. Сушеные шишки встряхивают в сите, таким образом получают хмелевые железки.

**Цикорий обыкновенный** — *Cichorium intybus*.

Собирают корень, который выкапывают осенью, очищают, моют и сушат в сушильном шкафу при температуре 40—50° С. Цветущую траву без толстых стеблей собирают летом.

**Черда трехраздельная** — *Bidens tripartita*.

Цветет с середины июля до сентября. Собирают траву череды в конце лета во время образования бутонов и в начале цветения. Срезают молодые верхушки без толстого стебля и крупные листья. Сушат на воздухе.

**Черемуха обыкновенная** — *Radus avium*.

Собирают плоды в конце лета — в августе — начале сентября. Моют, обсушивают на воздухе и сушат в нежаркой печи.

**Чистотел большой** — *Chelidonium maius*.

Цветет с июня до сентября. Заготавливают траву чистотела, всю ее наземную часть. Сушат под навесом или в проветриваемом помещении. Сушку необходимо производить быстро, чтобы трава не потеряла естественного цвета и не заплесневела, и периодически ворошить.

**Шалфей лекарственный** — *Salvia officinalis*.

Цветет в июне — июле. Собирают листья в период цветения, обрывая их вместе с молодыми побегами, и сразу сушат. Температура в сушилке не должна превышать 40° С.

**Шиповник** — *Rosa Canina*.

Заготавливают зрелые плоды шиповника, в стадии ярко-красной окраски, но плотной консистенции. В это время плоды содержат наибольшее количество витамина С. Спелые, мягкие плоды во время сушки портятся. Сушить можно на солнце, периодически вороша плоды, или в сушилке при температуре 80° С, постоянно-перемешивая.

**Щавель конский** — *Rumex*.

Корни выкапывают осенью, коротко обрезают стебли, корни промывают и сушат на воздухе, крупные корни режут перед сушкой.

## АЛФАВИТНО-ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

Авитаминоз — 32, 71, 82

Аллергия — 67, 95

Аменорея — 57

Аппетит — 1, 56, 74

Артрит — 209

Астма бронхиальная — 12, 29, 40, 53, 67

Атеросклероз — 70, 71

Атония кишечника — 31

Атония матки — 31, 142

Беременность — 5

Бессонница — 1, 13

Боль головная — 134

зубная — 130, 131, 132, 133

Бородавки — 31, 177, 118

Бронхит — 6, 23, 26, 29, 30, 37, 41, 55, 67, 74, 78, 81, 83, 93, 94, 148, 149, 155, 163, 164, 167, 168

Верхних дыхательных путей заболевания — 20, 23, 37, 83

Возбуждение — 13, 86

Волосы — 80, 91, 93

выпадение — 96, 98, 99, 102

укрепление корней — 89, 97, 100, 104

оздоровление — 97, 102, 104

Воспаление легких — см. Пневмония

Вросший ноготь — 112, 113

Вяжущие средства — 14, 18, 61, 73

Гастрит — 9, 177

с повышенной кислотностью — 79, 179

с пониженной кислотностью — 1, 39

Гематома — 212

Геморрой — 9, 198, 199, 200, 201, 202

Гипертония — 17, 71, 81

Глисты — 72, 135, 136

Гнойник, гнойничковые заболевания — 10, 36, 65, 108

Горло (заболевания) — 14

Грибковые заболевания — 53

Грипп — 230

Десна — кровоточивость — 234

Диабет сахарный — 2, 7, 47

Диатез (золотуха) — 54, 74, 95

Дизентерия — 24, 43, 56, 188, 189

Дисменорея — 57

Жаропонижающие средства — 18, 62, 63

Желтуха — 1, 57

Желудочно-кишечные заболевания — 5, 9, 74

Желчегонные средства — 1, 2, 3, 5, 7, 17, 31

Желчнокаменная болезнь — 194, 196, 197

Женские болезни — 57, 74

Запах изо рта — 235

Запор — 11, 19, 21, 24, 25, 28, 35, 85, 190, 191, 192, 193

Золотуха — см. Диатез

Зрение — 61

Зуд кожи — 103, 237

Икота — 42, 128

Ишиас — 68, 88, 89

Каловые камни — 85

Катар верхних дыхательных путей — 157, 158

Кашель — 20, 22, 23, 26, 29, 30, 40, 42, 51, 53, 55, 78, 93, 94, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 164, 165, 168

у детей — 151, 152, 153, 158, 159, 161, 168

Кишечника заболевания — 5, 24

Кишечные колики, спазмы — 11, 13, 16, 57, 58, 87

Клизмы лечебные — 9, 84

Кожа — 4, 12, 31, 54

Кожа лица — 106

воспаление — 109, 232, 236, 237, 239

смягчение — 105, 107

улучшение цвета — 4, 105

Коклюш — 40, 67 Колит — 9, 39, 43, 58, 90, 92, 180

Кровоподтеки — 212

Кровотечения внутренние — 14, 84, 146

геморроидальные — 56, 80, 189

легочные — 56

маточные — 17, 50, 56, 141, 142, 143,

носовые — 146

послеродовые — 17

Кровоточивость десен — 234

Кровохаркание — 56, 189

Лактация — 42, 56, 66

Ларингит — 94, 157, 172

Легочные заболевания — 78

Лишай — 3, 49

Ломота — 235

Лохии (послеродовые выделения) — 52

Малярия — 220—228

Менструальные затруднения — 46, 50

Менструация болезненная — 141, 142

обильная — 50, 141, 142

скудная — 145, 147

Метеоризм — 5, 16, 42, 58, 64

Миозит — 37, 68

Мозоли — 31, 110, 111

Молочница — 34

Мочегонные средства — 3, 6, 29, 33, 41, 42, 47, 54, 64, 69

Мочекаменная болезнь — 46, 64, 82

Насморк — 22, 27

Насморк острый — 170

хронический — 169

у детей — 171

Настроение — 43

Невралгии — 18, 40, 68

Невроз — 13, 233

Недержание мочи — 178

Ногти вросшие — 112, 113

Обветривание — 107

Облысение — 91, 96, 100

Обмен веществ — 129, 174

Обморожение — 37, 122

местное — 124

общее — 123

Общеукрепляющие средства — 15, 32, 44, 73, 174, 175

Одышка — 204

Ожоги — 71, 119, 120, 121, 238

Опухоли злокачественные — 187

Отеки — 33, 64, 69, 72, 77, 206, 208

Отрезвление — 137, 138, 139, 140

Отхаркивающие средства - 3, 6, 23, 29, 51, 54, 74, 156, 157, 158

Перхоть — 93, 99, 101, 105

Печень — 39, 64, 195

Пигментные пятна — 106

Пиелонефрит — 82

Пищеварение — 5

Пневмония — 26, 29, 30, 55, 61, 78, 81, 162, 164, 168

Подагра — 47, 70, 89

Поджелудочная железа — 1, 7

Полипы — 75

Понос — 14, 16, 18, 24, 61, 73, 76, 84, 181, 182, 183, 184, 185, 186

у детей — 182, 183, 186

Порезы — см. Раны

Потеря голоса — 172

Потливость ног — 114, 115, 116

Потогонные средства — 23, 53, 54

Похмелье — 138, 139

Почечные камни — 46

Почки — 47, 48, 77, 233

Пролежни — 92

Простудные заболевания — 23, 41, 61, 62, 63, 94, 149, 156, 166, 175

Прыщи — 232

Псориаз — 95

Работоспособность — 15

Радикулит — 88, 89

Раны — 56, 70, 80, 92, 93, 215, 216, 217, 218, 229, 231, 235, 238

гнойные — 216, 219

Рахит — 74

Ревматизм — 12, 18, 46, 89

суставной — 207, 232

Респираторные заболевания — 22, 29

Сердечно-сосудистые заболевания — 70

Склероз — 174

Слабительные средства — 3, 9, 11, 19, 24, 28, 29

Соли (выведение) — 70

Сонливость — 15

Спазмы — 46, 87

Стенокардия — 38, 203, 204

Стоматит — 24, 92

Судороги — 13

Суставы:

растяжение — 211, 213, 214

ушиб — 211

Сыпь угревая — см. Угри

Тахикардия — 70, 205

Тошнота — 5

Туберкулез — 60, 61, 78

Угри — 49, 108, 109, 160, 236

Уретрит — 48, 64, 77

Успокаивающие средства — 13, 44, 45, 86, 91

Ушибы — 210, 211, 212, 235, 239

Флегмона — 229

Фурункул — 8, 10, 65, 125, 126, 127

Худоба — 173

Цистит — 48, 59, 64, 77, 82

Чахотка — 162, 163, 164, 189

Чесотка — 46

Экзема — 3, 12, 54, 237

Энтерит — 9

Эпилепсии — 57

Язвенная болезнь — 9, 39, 53, 79, 92, 176

Язвы трофические — 92, 229