

ЛЕЧИМ ФУРУНКУЛЫ И НАРЫВЫ

Фурункул – явление не только неприятное, но и довольно опасное. Это гнойное воспаление, вызываемое стафилококками, преимущественно на фоне ослабленного иммунитета. Склонны к фурункулезу больные диабетом, экземой, хроническими инфекционными заболеваниями. Фурункулез опасен возможными осложнениями, распространяющимися на лимфатическую систему и почки.

В народе нарывы и фурункулы издавна лечат луком: для этого среднюю луковицу разрезают вдоль, слегка поджаривают на сухой сковороде, снимают, намазывают растительным маслом и накладывают на фурункул, закрепив повязкой. Держат с утра до полудня, затем повязку снимают, промывают кожу и фурункул настоем ромашки. Вечером прикладывают вторую половинку луковицы и держат до утра. Утром промывают фурункул настоем ромашки и смазывают медом. При необходимости процедуру повторяют 2-3 дня.

Можно взять по 3 ст. ложки цветков ромашки и арники, залить 500 мл кипящей воды и настоять 10 минут. Полученный настой процедить и прикладывать в качестве компресса к нарыву.

Нарывы лечат, прикладывая компрессы из размолотых семян льна и пажитника сенного. Для этого 50-100 г семян грубо размалывают на кофемолке, разводят небольшим количеством воды, варят до состояния густой каши и накладывают на нарыв, фурункул, карбункул. Повязку меняют 3-4 раза за сутки.

Ускоряет созревание нарыва и повязка с концентрированным отваром алтея. Содержащиеся в нем слизи размягчают нарыв и способствуют очищению раны.

Лечить фурункулы в отличие от простых нарывов нужно также изнутри. Способствует выведению токсинов из организма такое средство: нужно взять поровну свежесжатого сока из корней лопуха и одуванчика, выкопанных весной или поздней осенью. Принимают 30-50

капель, разведенных в рюмке воды, 2-3 раза в день в течение 4-6 недель. Можно взять только сок лопуха и принимать по той же схеме. Следует помнить, что на весь срок лечения сок отжимать не стоит, выдавливайте из расчета на 1 неделю. Корни храните в холодильнике в отделе для овощей. Можно также нарезать 100 г корней лопуха тонкими кружочками, залить 0,5 л воды, кипятить до упаривания наполовину. Когда остынет, оставшуюся жидкость нужно выпить в 2 приема. Курс лечения составляет несколько недель.



Прекрасное кровоочищающее средство – чай из листьев березы: берут 1 ст. ложку на заварной чайничек (приблизительно 1,5-2 стакана). Можно смешать лист березы с листьями смородины черной и

земляники. Такой напиток не только полезный, но и вкусный.

Действенное средство при фурункулезе – паслен сладко-горький. Это растение довольно сильное, поэтому нужно старательно соблюдать дозировку. Возьмите 10 г травы паслена сладко-горького на 1 л воды и кипятите 2 минуты, настаивайте 10 минут, выпивайте по 150 г два раза в день между приемами пищи. При хорошем самочувствии можно со второй недели увеличить дозу сырья до 20 г и принимать следующие 2 недели.

Не будет лишним прием препаратов, которые способствуют укреплению иммунитета. В данном случае используют настойки эхинацеи (как приобретенную в аптеке, так и приготовленную в домашних условиях спиртовую настойку из свежих корней). Подойдет и аптечная настойка элеутерококка колючего.

Хорошо стимулируют иммунитет плоды бузины черной. Главное – собирать их полностью созревшими. В противном случае возникнут проблемы с желудочно-кишечным трактом. Из плодов можно сварить варенье, сдобрить его лимонным соком и принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день в течение нескольких недель. Это вкусное средство хорошо поднимает защитные силы организма и иммунитет.

Е. МАЛАНКИНА,
доктор

сельскохозяйственных наук



ЦЕЛЕБНЫЕ ЛИСТОЧКИ ИССОПА

Лекарственное действие иссопа известно с глубокой древности. Однако научная медицина почему-то постепенно теряет к нему интерес, что не совсем справедливо. Это прекрасное отхаркивающее растение при простудных заболеваниях. Используют его в виде настоев, отваров и сиропов.

Вырастить растение совсем не сложно. Разместить иссоп предпочтительнее на солнечном участке с питательной, хорошо дренированной почвой. Только в этом случае можно получить обильное цветение и очень ароматную зелень. Растение абсолютно не выносит болотистые участки с застаивающейся влагой. Иссоп прекрасно размножается семенами, которые высевают в грунт в конце апреля – начале мая на глубину около 1 см. Если почвы склонны к заплыванию, то лучше посеять замульчировать торфом, чтобы избежать образования корки. Всходы появляются через 12-15 дней, в зависимости от погоды. Уход самый обычный – прополки и рыхления. На зиму растение не укрывают, так как иссоп подвержен выпреванию. С весны второго года желательно подкармливать растения комплексными удобрениями (азот, фосфор, калий).

Однако, если удалось найти какие-то необыкновенные сорта или очень эффектные экземпляры, лучше размножить их зелеными черенками. В середине июня нарезают верхушки побегов длиной 10-12 см и укореняют в плошке с песком. Этот процесс будет более успешным при обработке срезов черенков препаратом «Корневин». Укоренившиеся черенки в августе высаживают в открытый грунт. Не стоит запаздывать с этой процедурой. Они должны хорошо укорениться – это залог успешной перезимовки.

В южных областях можно успеть два раза срезать цветущее сырье иссопа. После

«обрезки» растения нужно подкормить минеральными удобрениями (1 спичечный коробок мочевины на ведро воды). Вредителями и болезнями он обычно не поражается. С возрастом растения стареют, менее обильно цветут и выпадают, поэтому лучше один раз в 4-5 лет заменять их молодыми.

Сортов иссопа сейчас много, к примеру сорта *Иней* и *Никитский белый* с белыми цветками, *Розовый туман* и *Розовый фламинго* – с розовыми, а *Лекарь* и *Аметист* – с сиренево-синими.

Содержит иссоп до 1% эфирного масла, состав которого варьирует в зависимости от происхождения образца. Как правило, в эфирном масле присутствуют пинокамфон, изопинокамфон, лимонен, β-пинен. Оно обладает антимикробным и противовирусным действием. Что интересно, белые сорта содержат максимальное количество эфирного масла, а розовые – минимальное. Растения с синими цветками занимают промежуточное положение.

В состав иссопа также входят горечи, дубильные вещества и флавоноиды. Очень важными действующими веществами являются производные гидроксикоричных кислот (розмариновая и кофейная кислоты), а также тритерпены. Эти вещества – мощные антиоксиданты, поэтому оказывают профилактическое действие в непростых экологических условиях мегаполиса. Кроме того, трава содержит каротиноиды (β-каротин), витамины С, В₁, В₂.

Сырье иссопа – наземная масса, срезанная в начале цветения. Сырье либо раскладывают тонким слоем на чердаке, либо подвешивают небольшими пучками. Сушить в горячей сушилке его не стоит – при температуре выше 30-40° эфирное масло улетучивается и сырье частично теряет свои лекарственные свойства.

В домашних условиях с побегов лучше обшелушить листья и цветки. Из такого сырья легче делать сборы, заваривать его и хранить.

Народная медицина использует иссоп при желудочно-кишечных заболеваниях. Настой иссопа рекомендуют пожилым людям в качестве тонизирующего и укрепляющего напитка. Он возбуждает аппетит, уменьшает потоотделение (что используют для улучшения состояния туберкулезных больных), обладает противовоспалительным, обезболивающим и ранозаживляющим свойствами. Настой травы применяют для полоскания полости рта, глотки, при воспалительных процессах. Как показали исследования, содержащееся в иссопе эфирное масло активно действует против вируса герпеса, его применяют при обострении этого заболевания наружно. Настой применяют для промывания глаз при конъюнктивите.

В домашних условиях **настой для внутреннего потребления** готовят так: 20 г сухой травы заливают 1 л кипятка и держат в закрытом термосе 20-25 минут, после этого процеживают. Принимают по полстакана 2-3 раза в день в качестве отхаркивающего средства. Настой **для наружного применения** делают более концентрированным, на то же количество воды берут в 2-3 раза больше сырья. Его используют также для полосканий при стоматитах, ангинах, ларингитах и других простудных заболеваниях.

В немецкой медицине в качестве отхаркивающего рекомендуется готовить **сироп с иссопом**: готовый настой (100 г сырья на 1 л воды) процеживают, добавляют 1,5 кг сахара и упаривают до консистенции сиропа. Принимают по 1 ст. ложке до 5 раз в день.

Л. КАЛИНИЧЕНКО,
аспирантка РГАУ-ТСХА

К сожалению, очень мало ароматных средиземноморских видов зимуют успешно в наших суровых условиях. Относительно хорошо выживает лаванда, очень плохо – тимьян обыкновенный (не путать с чабрецом), бессмертник итальянский, шалфей лекарственный и мускатный. Розмарин вообще остается зимовать на окошке и только на лето «выходит погулять». В основном их губит «вечнозеленость», то есть остающиеся на зиму листья и не одревесневшие по большей части побеги, которым не под силу перенести наши морозы. Пожалуй, приятным исключением по живучести является иссоп лекарственный. Это растение может успешно расти на одном месте 4-6 лет, выдерживая даже очень суровое снижение температур. Кроме того, иссоп очень красив, его можно использовать для оформления рокариев, садилов в средиземноморском стиле или просто пристроить в миксбордере или на клумбе: иссоп очень продолжительно и эффектно цветет.