

Изготовление целебных настоек

В настоящее время растет интерес к лекарственным препаратам народной медицины, которые использовались людьми на протяжении многих веков для лечения различных заболеваний.

Одними из самых действенных лекарственных средств, изготавливаемых из целебных трав, являются настойки, которые настаивают на спирте или водке и применяют при целом ряде заболеваний, а также в качестве общеукрепляющих, тонизирующих и повышающих иммунитет средств.

Используя лекарственные средства на травах, следует помнить, что ни одно медикаментозное и народное средство не может гарантировать полного исцеления от болезни. Именно поэтому к народным рецептам следует относиться осторожно, а начинать лечение каким-либо препаратом из лекарственного растения можно только после консультации с лечащим врачом. В противном случае могут возникнуть побочные эффекты или же лечение не принесет ожидаемых результатов. Ведь каждый человеческий организм индивидуален и, соответственно, требует особого подхода: в некоторых случаях дозу препарата может установить только врач, учитывающий возраст, вес, общее состояние больного и принимаемые последним медикаментозные средства, иногда несовместимые с другими лекарственными препаратами.

Даже фитотерапевты, разработавшие схемы применения препаратов целебных трав и широко практикующие лечение ими больных, предупреждают, что лекарственные растения вовсе не являются универсальными средствами, помогающими при всех недугах. Лечебные свойства большинства из

них еще изучаются, и поэтому нет гарантии; что настойки, изготовленные из трав, окажутся эффективными при лечении того или иного заболевания.

СБОР И ХРАНЕНИЕ ТРАВ

При заготовке лекарственных трав необходимо уметь точно определить растение, знать зону его географического распространения, части, подлежащие сбору, и оптимальные сроки сбора.

Для лечения используют листья, траву, цветки, соцветия, плоды и семена, почки, кору, корни и корневища. Травы собирают только в хорошую, сухую погоду, при этом листья, траву, цветки и соцветия лучше собирать рано утром в солнечную погоду после высыхания росы. Плоды рекомендуется заготавливать в сухие прохладные дни. Цветы собирают в начале цветения вручную. При этом необходимо четко понимать, какая именно часть цветка должна быть заготовлена. Собирают только целые соцветия ромашки, бессмертника, корзинки (пижмы), отдельные цветки (ноготки, мальва) или отдельные части цветков (венчики коровяка и василька, краевые ложно-язычковые цветки подсолнечника). Сушат цветы так же, как и листья.

Листья собирают перед началом, а также во время полного цветения (за исключением мать-и-мачехи). Делают это только вручную, срывая возле корня. Укладывают листья в корзины необходимо как можно рыхлее, нетолстыми слоями, аккуратно перекладывая их сухими ветвями. У некоторых растений срывают только листовую пластинку без черешков (мать-и-мачеха, земляника, подорожник и др.). Листья полыни, прострела, ореха собирают вместе с черешком, копытня — вместе с корнями. Во время сушки листья также раскладывают в тени тонким рыхлым слоем.

Чабрец и некоторые другие растения лучше измельчить после сушки.

Кору собирают ранней весной, во время сокодвижения, когда она хорошо отделяется от древесины (до распускания листьев). Кору снимают с молодых стволов и ветвей (не старше 4 лет). Для этого на ветвях через каждые 25–30 см делают несколько неполных кольцевых надрезов до древесины, которые соединяют продольными надрезами. Потом кора несколько отслаивается и легко снимается в виде лент, которые затем сворачиваются в трубки и желобки. Кору сушат сразу после снятия, разложив под навесом, время от времени переворачивая. Хорошо высушенная, она при изломе должна хрустеть и ни в коем случае не гнуться. Высушенную кору связывают в пучки так, чтобы в места связок свободно проникал воздух.

Травы собирают перед началом или во время цветения, подрезая растения ножом или обламывая руками на уровне нижних листьев. Оголенные стебли не заготавливают. С некоторых растений срезают только цветущие верхушки длиной до 10–15 см (пустырник, душица, зверобой, череда). Перед сушкой необходимо тщательно отсортировать собранный материал, отобрав ненужные части растений и посторонние случайные примеси.

Корни, корневища, клубни собирают осенью, после увядания надземных частей растений, иногда ранней весной в период покоя растений, когда они содержат наибольшее количество действующих веществ. Корни очищают и тщательно промывают. Толстые корни и корневища разрезают: длинные — поперек, короткие — вдоль. Почки собирают ранней весной, когда они тронулись в рост, сильно набухли, но еще не распустились. Снимают их осторожно, путем легкого нажима сверху вниз. Березовые почки снимают вместе с ветвями. Последние связывают в пучки и сушат без доступа прямых солнечных лучей при температуре не выше

25 °С. После сушки почки обдереживают или обмолачивают. У сосны их срезают острыми ножами.

Плоды и семена растений собирают вполне созревшими, цельными, без посторонних примесей. После высушивания отсеивают их от пыли и посторонних веществ. Сбор лекарственных трав: весенний (март — апрель), когда собирают почки, кору деревьев и кустарников и некоторые корневища. Летний (май — август) — это самая оживленная пора заготовок, когда собирают листья, травы, цветки. Осенний период (сентябрь — октябрь) — время сбора плодов и корней.

Также время сбора зависит от фаз Луны: В I фазу лунного цикла собирают корнеплоды, особенно в 6-й и 7-й дни. Во II фазу — надземные части растений, особенно перед полнолунием, когда видна Луна. В III фазу сбор трав аналогичен I фазе — заготавливают корнеплоды. В IV фазу лучше собирают плоды, листья, соцветья.

В I и III фазы лунного цикла лучше всего сушить травы, так как они «консервируют» микроэлементы. Во II и IV фазы лучше всего делать вытяжки, настои и т. п.

Немаловажную роль при заготовке растений также играет место сбора. Их нельзя собирать вблизи автотрасс и других дорог с автомобильным движением, в городских парках, скверах, уличных насаждениях, необходимо избегать места с нечистотами, кладбища, леса, сожженные огнем, и территории, опустошенные насекомыми. Для сбора трав нужно обязательно как можно дальше уходить от промышленных зон и жилья.

Существует несколько правил заготовки трав, которых придерживались ранее знахари:

- травы, применяемые при гинекологических заболеваниях, нужно собирать вдали от жилых мест;
- если нужно собирать травы от болезней жара, надо идти во влажные, прохладные места, а от болезней