



Алевтина КОРЗУНОВА

Старинное русское средство

# Березовый дезот

ОБЕРЕГАЮЩИЙ ОТ НЕДУГОВ

200  
САМЫХ  
ПОПУЛЯРНЫХ  
РЕЦЕПТОВ

Я привлекаю здоровье



## Введение

Здравствуйте, уважаемые читатели!

Вот и настала наша новая встреча с вами, и в своей новой книге я хочу рассказать о березовом дегте.

С давних пор береза использовалась в народной медицине. В качестве лекарственного растения обычно рассматривают березу бородавчатую (повислую), распространенную в западных районах страны. Для получения лекарственного сырья используют и другие виды знакомого всем нам дерева: березу пушистую, плосколистную и маньчжурскую, хотя, например, на Дальнем Востоке произрастают более 10 видов берез. Некоторые виды березы включены в число лекарственных растений, а остальные в большей или меньшей степени используются только в народной медицине.

Береза повислая (береза бородавчатая) *Betula pendula* Roth. (*B. verrucosa* Ehrh.) Родовое название происходит от кельтского слова «betu» — береза и латинского «pendulus» — повислый. Латинское наименование дерева *Betula*. Русское название березы лингвисты связывают с глаголом «беречь», видимо, потому, что славяне считали березу даром богов, оберегающим человека.

Береза — листопадное дерево высотой до 20 м с повислыми ветвями и гладкой белой, легко расслаивающейся корой. Молодые ветви голые, покрытые бородавочками, годичные ветви красновато-бурые. Листья ромбически-яйцевидные или треугольно-яйцевидные, в основании ширококлиновидные, на конце заостренные, по краю дважды-острозубчатые, с обеих сторон гладкие. Листья и молодые веточки покрыты смолистыми железками, душистые. Длина листьев 4—7 см, ширина — 2,5—5 см. Черешки в 2—

3 раза короче пластинок. Мужские и женские цветки в сережках. Мужские (тычиночные) сережки повислые по 2—3 на концах веток, длиной 5—6 см, женские (пестичные) — одиночные, длиной 2,5—3 см. Плод — плоскосжатый орешек с двумя перепончатыми крылышками. Береза цветет в апреле — мае, плоды созревают в августе — сентябре. Встречается в смешанных и чистых насаждениях как лесообразующая порода в лесной и лесостепной зоне; по всей европейской части, кроме севера; в Крыму встречается очень редко в горно-лесном поясе; в Западной Сибири. Березу часто высаживают в парках, садах, около дорог. Береза повислая часто образует целые леса на месте вырубленных или сгоревших сосняков, ельников, лиственничников, дубняков. Она быстро заселяет освободившиеся территории. Растет на сухих и влажных песчаных, суглинистых, черноземных и каменисто-щебнистых почвах; светолюбива. Береза выносит различные климатические условия, поэтому ее можно встретить везде — от тундры до степи. Растет быстро, хорошо возобновляется порослью и самосевом.

В медицинских целях используют почки, листья и березовый сок; из древесины получают деготь и уголь. Применяется также березовый гриб (чага). Почки березы полезны при отеках сердечного происхождения, при заболеваниях печени и желчевыводящих путей. Препараты из почек березы и листья употребляют при гипо- и авитаминозе, при отеках, атеросклерозе, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при хронических болезнях почек и мочевого пузыря, при почечно-каменной болезни, при спазмах кишечника и как отхаркивающее средство при ларингитах, бронхитах и трахеитах. Они обладают мочегонным, желчегонным, дезинфицирующим и антисептическим действием, усиливают кровоснабжение кожи, укрепляют и стимулируют волосяной покров. Препараты из березы активно используются для изготовления активных очищающих, увлажняющих средств по уходу за кожей.

Заготавливают почки в январе — марте, до их распускания. Сушат на открытом воздухе или в хорошо проветриваемых помещениях, в сушилках при температуре 25—35°C. Иногда заготавливают ветки березы, срезая их до распускания почек, и сушат под навесом в печи или специальных сушилках при температуре 25—30°C. После сушки почки обмолачивают. В высушенном состоянии они должны быть темно-коричневого цвета, с приятным запахом, горьковатым вкусом и блестящей поверхностью, что обусловлено наличием смолистых веществ. Распустившиеся почки использовать не рекомендуется.

Желчегонные свойства березовых почек используют при заболеваниях печени и желчных путей. Березовые почки применяют при бронхитах, трахеитах в качестве дезинфицирующего и отхаркивающего средства, для гигиенических и лечебных ванн. Настойка почек помогает заживать мелкие ранения мягких тканей.

\*\*\*

Настойку березовых почек готовят на 90%-ном спирте в соотношении 1:5. Назначают по 1 ч. л. на прием как желчегонное и мочегонное средство. Наружно применяют для втираний и компрессов при миозитах, артритях, плохо заживающих язвах, ссадинах, пролежнях.

\*\*\*

Отвар березовых почек готовят из расчета 10 г на 200 мл воды, кипятят 15 минут, снимают и процеживают через марлю, принимают по 1 ст. л. 3—4 раза в день.

В народной медицине широко используются молодые листья березы, собранные в мае — июне и высушенные в тени или на чердаках. Приготовленный из листьев настой принимают от отеков, связанных с сердечно-сосудистой недостаточностью, при заболеваниях почек, малокровии,

неврозах, как мочегонное и потогонное средство. Витаминный напиток из березовых листочков хорошо действует на желудок и улучшает обмен веществ. Настой содержит витамин С, употребляется в качестве общеукрепляющего средства при трофических язвах и длительно незаживающих ранах, при авитаминозах. При радикулите из отвара листьев березы делают ванны. Свежие листья заваривают кипятком для компрессов на суставы при ревматизме. Листья березы полезны при нефрозах и нефритах, рекомендуются также при мочекишечной диатезе.

\*\*\*

Настой из листьев березы готовят следующим образом: свежие листья измельчают, промывают холодной кипяченой водой, воду сливают, заливают снова кипяченой водой с температурой 40—50°C, настаивают 3—4 часа, сливают, выжимают листья, отстаивают полученный настой 6 часов, осадок удаляют. Готовый к употреблению настой имеет интенсивный зелено-желтый цвет.

Листья летнего и особенно весеннего сбора используют для снятия невралгических болей. Свежесобранные листья помещают в сосуд под груз, листья нагревают, груз снимают, и в разогретую массу листьев помещают руки или ноги на 30—40 минут. Процедуру повторяют несколько раз.

Очень полезна русская баня с березовым веником. Ветки для веников срезают во второй половине июня, когда все листья распустились. Березовые листья обладают способностью за 2—3 часа убивать большинство болезнетворных микробов. В горячем пару из почек и листьев выделяются ароматические вещества, главным образом эфирные масла, которые в сочетании с высокой температурой и физическим воздействием веника на распаренное тело оказывают благотворное влияние на весь организм человека.

Весна — время сбора березового сока. Собирать «березкины слезки» разрешается только со старых деревьев, которые подлежат вырубке через 2—3 года, надрезы делают максимум на 20 мм от поверхности ствола. После окончания соковыделения отверстия забивают деревянными колышками и замазывают садовым варом. Много сока дают пни срубленных деревьев, их можно подсаживать без ограничений. Сок хранят в холодном месте закрытым. Березовый сок активизирует обмен веществ, выделительные функции организма, укрепляет нервную систему, а также действует мочегонно. Используют его как витаминное, противосклеротическое, глистогонное и общеукрепляющее средство. Особенно полезен березовый сок ранней весной, когда почти все мы, особенно горожане, страдаем от авитаминоза. У больных с высокой температурой тела сок хорошо утоляет жажду. Научная и народная медицина рекомендует его употребление при заболеваниях суставов, трофических язв, фурункулезе, угрях, лишаях, подагре, экземе и других кожных заболеваниях. Он полезен при цинге, золотухе, подагре и ревматизме, болезнях почек, печени, некоторых заболеваниях легких, бронхитах, бронхоэктазах, туберкулезе и заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Березовый сок — отличное косметическое средство. С его помощью выводят пигментные пятна. Для питания кожи, повышения общего ее тонуса, разглаживания морщин полезно утром и вечером протирать лицо, руки, шею березовым соком. Для выведения перхоти, укрепления волос и предотвращения их выпадения голову моют березовым соком или настоем березовых листьев.

В медицине используется березовый уголь, традиционно использующийся при пищевых отравлениях. Уголь получают из древесины березы при сухой перегонке. Карбон — таблетки угля активированного (древесный березовый уголь) — содержит 73% активированного угля, 10% сахара, 12% крахмала, 5% поваренной соли. Применяют в

медицине при метеоризме, колитах, повышенной кислотности желудочного сока по 1—2 таблетки 3—4 раза в день. Карболен используют при отравлениях тяжелыми металлами, алкалоидами, при пищевых интоксикациях (колбасные яды, грибы) для адсорбции ядов, чтобы они не всасывались в кровь.

Используется березовый гриб — чага (*Fungus betulinus*), представляющий собой нарост на березе, крупный, округлой формы, сверху черный, внутри — табачного цвета. Гриб собирают весной и осенью. Чагу рубят топором, раскалывают на куски, сушат в сушилках при температуре не выше 50°C. В народной медицине этот гриб считается лекарством от желудочно-кишечных заболеваний, в том числе гастрита и язвы; используется для укрепления нервной системы; улучшения аппетита и сна. В ряде районов чагу пьют вместо чая. Препараты чаги применяют как средство, в ряде случаев улучшающее самочувствие больных с различными опухолями.

\*\*\*

Настой березового гриба чаги готовят так: гриб промывают водой, затем замачивают кипяченой водой (тело гриба нужно погрузить в воду) и настаивают 4—5 часов. Одну часть измельченного гриба заливают 5 частями (по объему) воды, оставшейся после замачивания гриба, подогретой до 50°C. Настаивают 48 часов, воду сливают, осадок отжимают через несколько слоев марли. К полученной жидкости добавляют воду до первоначального объема. Настой можно хранить 3—4 дня. Применяют настой при анацидных гастритах, а также при опухолях как общеукрепляющее средство. При опухолях назначают взрослым в количестве не менее 3 стаканов в течение суток дробными порциями.

Бифунгин — полугустой экстракт из чаги. 3 ч. л. экстракта разводят в 150 мл воды и принимают по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 минут до еды. Лечение препаратом ча-

ги проводят курсами по 3—5 месяцев с перерывами 7—10 дней.

*Внимание! Хотя препараты из чаги безвредны, их, как и другие лечебные средства из березы, следует принимать только по назначению врача. Они противопоказаны при колите, хронической дизентерии, а также при введении пенициллина.*

Бересту (опробковевший наружный слой коры березы) заготавливают в основном с растущих деревьев, валежника и с деревьев после рубки. Сначала остро отточенным инструментом надрезают белый верхний слой коры, не допуская ранения луба. Лучшей считается береста со средней части дерева. Заготовленное сырье подвергают воздушной сушке на сухих проветриваемых местах, а сверху накрывают от дождя.

Итак, начну подробный рассказ о лечебном применении и свойствах березового дегтя, который «предлагает» нам береза. Этот препарат наряду с другими частями березы с древних времен и до сих пор используется в лекарственных целях, и его применение позволяет получить великолепные результаты.

## Глава 1

### БЕРЕЗОВЫЙ ДЕГОТЬ. ЧТО МЫ О НЕМ НЕ ЗНАЕМ?

Березовый деготь представляет собой продукт сухой перегонки бересты или смолянистой наружной части коры березы. Дегти растительного происхождения получают из сосны, бука, березы, можжевельника. Они близки по своим фармакологическим и иным свойствам. Чаще других из растительных дегтей применяется березовый, который готовится из бересты.

### ИСТОРИЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

Дегти широко применялись в дерматологии до введения в медицинскую практику гормональных мазей. Дерматологи начала XX века хорошо знали как полезные свойства, так и недостатки дегтярных препаратов и умело использовали их для лечения, добиваясь хороших результатов. Затем интерес к дегтю угас. Так, в отечественных дерматологических журналах последних 50 лет лишь вскользь упоминается о лечебных свойствах дегтя. Однако побочные эффекты кортикостероидных и других препаратов местного применения стали довольно серьезной проблемой. Несмотря на создание все более сильных композиций, стали довольно очевидны негативные последствия их применения, в связи с чем старые, проверенные временем средства вновь привлекают внимание врачей и больных. Некоторые специалисты указывают на эффективность дегтя при лечении не только псориаза, но и акне, фолликулитов, экземы, себорейного дерматита и витилиго. Более того, есть отдельные сообщения о том, что иногда применение дегтей предпочтительнее. Исследователи считают, что при псориазе волосистой части головы де-

готь дает лучший эффект, чем гормональные препараты, а потенциальная опасность побочных эффектов от дегтей (например, атрофия эпидермиса) меньше, чем от применения местных кортикостероидов.

Полезными свойствами обладают и другие части березы. Еще в XIX веке доказали лечебную эффективность березовых листьев и почек, было отмечено, что листья оказывают мочегонное действие при отеках сердечно-сосудистого происхождения. В отдельных случаях под влиянием препарата березовых почек суточное выделение мочи возрастало более чем в 6 раз (с 0,4 до 2,5 л). При этом не отмечалось признаков раздражения почек: содержание белка в моче у больных даже уменьшилось. Эти данные, равно как и результаты исследований, проведенных в Хабаровском медицинском институте, свидетельствуют о значительной ценности березы как источника мягкодействующих мочегонных средств. По-видимому, препараты березы могут оказаться полезными при подагре.

При испытаниях 20%-ной спиртовой настойки березовых почек удалось подтвердить данные народной медицины о ее терапевтической активности как местного средства при ожогах, начинающихся пролежнях, опрелостях, раздражении кожи раневым гнойным отделяемым. Экстракт из березовых почек оказался полезным как средство предупреждения осложнений производственного микро-травматизма благодаря антимикробному действию препарата. При экспериментальном лечении 75 больных с холециститом или ангиохолециститом им давали по 200 мл водного настоя березовых листьев в день. У 54 из этих больных в желчи были обнаружены лямблии. Через 15—45 дней лечения у всех больных отмечались ослабление или полное прекращение болей, исчезновение отрыжки, тошноты и рвоты, нормализация функций кишечника, повышение аппетита, исчезновение лямблий из желчи. Стойкое выздоровление получено не у всех больных. В этом отношении препараты березовых почек не имеют особых

преимуществ перед другими средствами, назначаемыми при холециститах. Однако предпочтительность препаратов, получаемых из березы, определяется легкой доступностью и чрезвычайно слабой токсичностью.

### ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Березовый деготь, содержащий большое количество фенолов, является сильным антисептическим (противомикробным), инсектицидным и местнораздражающим средством и применяется при кожных заболеваниях: экземе, чешуйчатом лишае, чесотке, при различных сыпях и язвах, ожогах и гнойных ранах. Он входит в состав мази Вишневского и мази Вилькинсона, широко применяемых в медицине. Такое лечение нельзя считать совершенно безопасным.

При длительном применении березового дегтя и содержащих его мазей может появиться раздражение кожи, а при экземе иногда процесс обостряется. Благодаря тонирующему и антисептическому действию деготь рекомендуется для ухода за вялой кожей и волосами. В косметике деготь используется для производства мыла, шампуней, лосьонов после бритья, создавая неповторимый «кожаный» аромат. Препараты, приготовленные на основе березового дегтя, эффективны против угрей, перхоти, зуда и жирной себореи волосистой части головы.

Березовый деготь с древних времен использовали как антисептик и получали путем сухой перегонки. В малых количествах его можно приготовить в домашних условиях на даче, во дворе. Чугунок с отверстиями на дне ставится на железный желобок для собирания дегтя, в него закладывается береста, поджигается. Чугунок нужно поставить на подставки в виде брусочков по краям днища. Сжигаемая береста вытапливается, стекая в желобок. Работа кропотливая: бересты потребуется много, а дегтя получается мало, поэтому проще купить деготь в аптеке.

Березовый деготь в виде мазей или линиментов употребляется наружно при многих кожных заболеваниях паразитарного и грибкового происхождения. Серно-дегтярное мыло полезно в лечении паразитарных и грибковых заболеваний кожи, экземы, чешуйчатого лишая. Мазь Вишневского употребляют при лечении ран, длительно не заживающих трофических язв, при пролежнях (состав мази: дегтя — 3%, масла касторового — 94%, ксероформа — 3%). Мазь Вилькинсона применяют при чесотке и грибковых заболеваниях кожи (карбоната кальция — 10%, серы очищенной — 15%, дегтя жидкого — 15%, мази нафталанной — 30%, воды — 4%).

Деготь применяется при гриппозных поражениях, при насморках, бронхитах, им лечат раны, больные суставы, проблемную кожу. При туберкулезе и туберкуломах, эмфиземе легких пьют деготь, приготовленный на молоке. Он находит свое применение при лечении фурункулеза, карбункулеза, паразитарных поражений и всевозможных инфекций в организме. При осторожном применении побочных неблагоприятных эффектов не наблюдается, если есть уверенность, что деготь настоящий березовый.

Хороший эффект наблюдается при применении дегтя при псориазе; мазь из свиного нутряного сала и березового дегтя поможет при диатезе. Детям для устранения любой глистной инвазии также прописывают березовый деготь.

## Глава 2

### ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ

Береза, из которой добывается деготь, содержит большое количество полезных веществ. В коре березы содержатся тритерпеновый спирт бетулин (бетуленол), гликозиды бетулозид и гаультерин, дубильные вещества до 15%, алкалоиды и эфирные масла.

Почки березы содержат эфирное масло, получаемое в количестве 3,5—5,3% при перегонке почек с паром.

В листьях обнаружена бетулоретиновая кислота в виде бутилового эфира, аскорбиновая кислота (2—8%), гиперозид, дубильные вещества (5—9%), сапонины (до 3,2%). Кроме того, в листьях содержится эфирное масло (около 0,05%).

Березовый сок содержит витамины С и группы В, минеральные соли и микроэлементы (кальций, магний, медь, калий, железо), сахара, яблочную кислоту, сапонины, бутулол, эфирные масла, дубильные и ароматические вещества.

В состав березового дегтя входят бетулин, фенолы, тербен, гваякол, крезол, креозол, ксиленол. Известно, что он обладает дезинфицирующим, инсектицидным, ранозаживляющим действием, стимулирует регенерацию эпидермиса, усиливает процессы ороговения, способствует улучшению кровоснабжения тканей. Однако какие именно компоненты березового дегтя обеспечивают его фармакодинамику в отношении кожи и как на микроскопическом уровне проявляются его дерматотропные свойства, на сегодняшний день не установлено.

### БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА

Деготь березовый очищенный, так же как и неочищенный, обладает выраженной биологической активностью в отношении эпителиальных компонентов неповрежден-

ной кожи, оказывая стимулирующее действие на пролиферацию и кератинизацию эпидермоцитов, а также вызывает снижение выделения кожного сала. Деготь состоит почти из 10 000 компонентов (фенол, толуол, ксилол, бензол, крезолы, гваякол, органические кислоты, смолистые вещества и др.). Деготь содержит и канцерогенные вещества (в очень малых концентрациях); очистка же дегтя от канцерогенов, к сожалению, затрагивает и компоненты с выраженным терапевтическим действием. Тем не менее деготь и его препараты чрезвычайно широко применяются в терапии различных дерматозов вследствие своих дезинфицирующих, инсектицидных и местнораздражающих действий. Деготь обладает также противовоспалительным действием и тормозящим влиянием на синтез ДНК. В составе коры березы, из которой получают деготь, обнаружили тритерпеновый спирт бетулин, гликозиды бетулозид и гаультерин, дубильные вещества, эфирное масло, суберин и др. Из коры березы выделили сумму катехинов и лейкоантоцианов, обладающих капилляроукрепляющей, антимикробной, противоопухолевой активностью и вяжущими свойствами, а также антирадикальными и антиоксидательными свойствами.

## Глава 3

## ЦЕЛИТЕЛЬНЫЕ СВОЙСТВА

А теперь, уважаемые читатели, я постараюсь кратко рассказать о рецептах с применением березового дегтя, используемых в лечении различных заболеваний и недугов, а также в косметологии.

## АНГИНА

Ангина, или острый тонзиллит, — это острое инфекционное заболевание всего организма с преимущественным поражением небных миндалин. Небные миндалины поражаются чаще всего, но инфекция способна затронуть и другие скопления лимфатической ткани глотки и гортани (язычная, гортанная или носоглоточная формы ангины). Заражение человека может произойти из окружающей среды или бактериями, находящимися внутри организма, то есть воздушно-капельным путем и с пищей. Инфицирование начинается из полости рта или глотки (хроническое воспаление небных миндалин, кариозные зубы и др.). Источником инфекции могут стать гнойные заболевания носа и его придаточных пазух.

Стафилококк служит самым частым возбудителем ангины, инфекцию могут также вызывать стрептококк и пневмококк. Возможно, существуют вирусные ангины. Ангина развивается после воздействия предрасполагающих факторов наряду с проникновением возбудителя. К таким факторам относятся местное и общее охлаждение, снижение реактивности организма. Чаще ангиной болеют дети дошкольного и школьного возраста и взрослые до 35—40 лет, особенно в осенний и весенний периоды. Выделя-

ют катаральную, фолликулярную и лакунарную форму ангины.

Первым симптомом любой формы ангины становится боль при глотании, затем появляется недомогание, повышение температуры тела. Больного беспокоят боли в суставах, головная боль, периодический озноб. В зависимости от формы ангины меняются длительность заболевания и местные изменения в небных миндалинах. При адекватном и рациональном лечении ангина продолжается 5—7 дней.

Катаральная ангина начинается остро, внезапно и сопровождается першением, нерезкой болью в горле, общим недомоганием, повышенной температурой. Отмечаются умеренная припухлость, покраснение небных миндалин, небных дужек; мягкое небо и задняя стенка глотки не изменены. Могут быть увеличены и болезненны при ощупывании окологлоточные лимфатические узлы. Ангина может только начинаться с катаральной формы, а затем переходить в другую стадию, или быть одним из проявлений другой инфекционной болезни.

При развитии лакунарной и фолликулярной ангин создается более выраженная клиническая картина. Нередко заболевание начинается ознобом, подъемом температуры тела до 38—39°C и выше, особенно этим формам подвержены дети. Появляются головная боль, боль в горле, недомогание, общая слабость, характерные изменения в крови. Увеличиваются шейные лимфатические узлы, они становятся болезненными при ощупывании. При осмотре глотки отмечают выраженное покраснение и припухлость небных миндалин и рядом находящихся участков мягкого неба и небных дужек. При фолликулярной ангине видны нагноившиеся фолликулы, просвечивающие сквозь слизистую оболочку в виде мелких желто-белых пузырьков. При лакунарной ангине образуются желтовато-белые налеты, но они локализуются в устьях лакун. Эти налеты в дальнейшем могут сливаться друг с другом, покрывая всю или поч-

ти всю свободную поверхность миндалин, но они легко снимаются шпателем.

При отсутствии лечения может произойти гнойное воспаление клетчатки вокруг небных миндалин, или флегмонозная ангина. Чаще флегмонозная ангина становится осложнением одной из описанных форм и развивается через 1—2 дня после окончания основного процесса. Как правило, гнойное воспаление располагается на одной стороне гортани. При флегмонозной ангине отмечаются резкая боль в горле при глотании, головная боль, озноб, ощущение разбитости, слабость, гнусавость речи, тризм жевательных мышц, повышение температуры тела до 38—39 °С, неприятный запах изо рта, обильное выделение слюны. Шейные лимфатические узлы значительно увеличены и болезненны при ощупывании. Мягкое небо с одной стороны сильно опухает и краснеет. Небная миндалина на этой стороне смещена к срединной линии и книзу. Если не начато лечение флегмонозной ангины, то через несколько дней вокруг клетчатки миндалины образуется абсцесс. Абсцесс может просвечивать через истонченную слизистую оболочку и требует только хирургического лечения.

Ангини могут осложняться ревматизмом, холециститом, орхитом, менингитом, нефритом и др. Помимо абсцесса при флегмонозной ангине могут наблюдаться острый и средний отит, острый ларингит, отек гортани, флегмона (разлитое гнойное воспаление) шеи.

В целях профилактики больного помещают в отдельную комнату, ее часто проветривают и производят влажную уборку. Выделяют специальную посуду, кипятят ее после каждого употребления или ошпаривают кипятком. Около постели больного ставят сосуд с дезинфицирующим раствором для сплевывания слюны. Ограничивают контакт больного с окружающими людьми, особенно с детьми, наиболее восприимчивыми к ангине. Для предупреждения ангины важно своевременное полное излечение местных очагов инфекции (кариозных зубов, хронически

воспаленных небных миндалин, гнойных поражений придаточных пазух носа и т. д.), устранение причин, затрудняющих свободное дыхание через нос (у детей это чаще всего аденоиды). Большое значение имеют закаливание организма, правильный режим труда и отдыха, устранение пыли и дыма (в том числе и табачного), чрезмерно сухого воздуха, алкоголя и др.

Лечение ангины должно быть обязательно согласовано с врачом. В некоторых случаях обязательно применение антибиотиков. Но они вызывают множество осложнений и нежелательных эффектов, чего не скажешь о препаратах, подаренных нам самой природой.

Местно могут применяться различные полоскания, содержащие березовый деготь. Полоскания проводятся теплыми отварами шалфея или ромашки с добавлением нескольких капель березового дегтя.

\*\*\*

Можно использовать водный раствор дегтя: 10 капель на 50 г теплой кипяченой воды. Не лишено смысла применение в качестве полосканий раствора поваренной соли, соды и марганцовокислого калия. Полоскание производится после еды.

\*\*\*

Хороший эффект отмечается, если для полосканий используют противовоспалительный сбор в следующей пропорции: березовый деготь — 5 ст. л., зверобой продырявленный (трава) — 2 ст. л.; дуб обыкновенный (кора) — 2 ст. л.; крапива двудомная (листья) — 1 ст. л.; пижма обыкновенная (цветки) — 1 ст. л.; сосна обыкновенная (почки) — 1 ст. л.; солодка голая (корни) — 2 ст. л.; гречиха посевная (трава) — 1 ст. л.

2 ст. л. смеси заваривают в 1 стакане кипятка, настаивают 15—20 минут, добавляют березовый деготь, тщательно перемешивают, процеживают через двойной слой марли,

слегка отжимают, охлаждают 30—45 минут. Применяют в виде теплого полоскания по 1/2— 1/3 стакана несколько раз в день. 1/3 стакана можно принять в теплом виде утром и вечером.

Методика полоскания: берете глоток из стакана и, четко проговаривая букву О или Э, прополаскиваете горло. Затем, выплюнув раствор, набираете снова глоток раствора. Первые порции растворов можно выплюнуть, а вот последующие удаляйте из полости рта не сразу, а, прополоскав, подержите во рту и снова полощите, и так 3—5 раз одним глотком раствора, только потом набирая новую порцию.

Это нужно для более длительного контакта раствора с больными миндалинами. Другой способ полоскания — глубокое полоскание. Берут небольшое количество раствора, сильно запрокидывают голову назад и четко, непрерывно произносят буквосочетание ГЛУ, полощут тоже одним глотком несколько раз. При такой методике хорошо оmyваются миндалины, задняя стенка глотки и корень языка (такое полоскание незаменимо при язычных ангинах).

Березовый деготь успешно сочетается с лекарственными травами. Его можно разводить в настойках и отварах фитопрепаратов.

\*\*\*

Анис обыкновенный: 1 ч. л. плодов заваривают 1 стаканом кипятка, настаивают 20 минут, добавляют 1 каплю березового дегтя, процеживают. Пьют по 1/4 стакана 3—4 раза в день за 30 минут до еды.

\*\*\*

Фиалка душистая — прекрасное средство при ангине, гриппе и других воспалениях слизистой оболочки верхних дыхательных путей. Применяется в виде спиртовой настойки (25 г цветов на 10 мл спирта). В настойку добав-

ляется 1 капля березового дегтя. Полоскание — 10 мл настойки на стакан теплой воды — применяется после еды и на ночь.

\*\*\*

При ангине деготь готовят на молоке. Начинают с 1 капли на 50 г теплого молока — 1 раз в день по утрам натошак в течение недели, 2-я неделя — 2 капли, и так далее до выздоровления.

При осторожном применении побочных неблагоприятных эффектов не наблюдается, если есть уверенность, что деготь настоящий, натуральный березовый.

\*\*\*

Можно использовать компрессы с дегтем. Пропитайте несколько слоев бинта березовым дегтем и наложите на шею, ближе к челюсти, покройте пленкой, шарфиком на несколько минут.

При использовании этого вида лечения следует принимать особые методы предосторожности, поскольку деготь обладает фотосенсибилизирующим действием (усиливает чувствительность к солнечному излучению).

Профилактика ангины включает общегигиенические и санационные мероприятия. Это действенная мера вторичной профилактики многих заболеваний, в развитии которых важную роль играют тонзиллиты.

Из общегигиенических мероприятий наиболее существенны закаливание, рациональное питание, соблюдение правил гигиены жилища и рабочих помещений, устранение бактериальной загрязненности, запыленности и загазованности воздуха, связанных с профессиональными условиями, санитарно-просветительная работа по разъяснению причин, способствующих возникновению тонзиллитов.

Санационные мероприятия проводятся врачом в процессе периодически осуществляемых профилактических осмотров населения. При этом выявляют и лечат заболевания десен, зубов, гнойные синуситы и отиты, нарушения носового дыхания, хронический тонзиллит.

### ГРИПП, ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Грипп — это острая вирусная болезнь, передающаяся воздушно-капельным путем. Характеризуется острым началом, лихорадкой, общей интоксикацией и поражением дыхательного тракта.

К возбудителям гриппа относятся вирусы гриппа А, В и С. Они очень изменчивы, и каждый год появляются новые их варианты. Типичный грипп начинается остро, с повышения температуры тела до 38—40°C. Отмечаются слабость, адинамия, потливость, боль в мышцах, сильная головная боль, боль в глазах, сухой кашель, першение в горле, саднение за грудиной, осиплость голоса.

Простудные заболевания (ОРЗ) широко распространены по всему земному шару. ОРЗ вызывает большое количество различных вирусов и бактерий, к которым относятся: вирусы парагриппа, аденовирусы, риновирусы, вирус простого герпеса, стрептококки, стафилококки и другие микробы.

Для ОРЗ характерны симптомы общей интоксикации (слабость, адинамия), кашель, насморк, подъем температуры до 37—38°C, преимущественное поражение верхних отделов респираторного тракта и доброкачественное течение.

При гриппозных и простудных заболеваниях деготь, разведенный растительным маслом 1 : 5, закапывают в нос при насморках, смазывают им грудную клетку при сопутствующих бронхитах.

\* \* \*

При респираторных заболеваниях на кусочек рафинированного сахара капают несколько капель березового дегтя и принимают 3 раза в день за несколько минут до еды.

\* \* \*

При гриппе 1 ст. л. сухой травы шалфея заливают 1 стаканом кипяченого молока, ставят посуду на огонь, доводят до кипения, выдерживают 10 минут, затем остужают, процеживают и снова доводят до кипения. Добавляют на 1 стакан отвара 5 капель березового дегтя. Принимают в теплом виде по полстакана за 20 минут до приема пищи.

\* \* \*

Мед смешивают с соком лимона в одинаковом соотношении, растворяют смесь в кипяченой воде (1 ст. л. смеси на 1 стакан воды), добавляют 1 каплю березового дегтя и выпивают за несколько минут до еды. В течение дня следует принять не менее 3 таких стаканов. Курс лечения проводят до выздоровления.

### ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЕГКИХ

К заболеваниям легких относятся бронхиальная астма, различные бронхиты, пневмонии, эмфиземы и туберкулез.

**Бронхиальная астма** представляет собой заболевание органов дыхания, характеризующееся приступами внезапного сужения бронхиальных просветов, что вызывает затрудненное дыхание с удлиненным и шумным выдохом. Причиной астмы чаще всего служат неинфекционные (домашняя пыль, пыльца растений и др.) и инфекционные (бактерии, вирусы, грибы) аллергены.

Для **бронхитов и пневмоний** характерны саднение за грудиной; сухой или влажный кашель, усиливающийся в холодную погоду, при хроническом процессе с годами

становится постоянным; выделение мокроты; прогрессирующая одышка; чувство разбитости; слабость. Причиной развития острых бронхитов служит бактериальная инфекция, а формирование хронического бронхита связано с длительным раздражением бронхов различными вредными факторами (курение, вдыхание воздуха, загрязненного пылью, дымом, окисью углерода, сернистым ангидридом, окислами азота и другими химическими соединениями) и повторяющейся респираторной инфекцией.

**Туберкулез легких** проявляется общим недомоганием, повышенной температурой тела, головной болью. Состояние больного может ухудшаться: появляются одышка, лихорадка до 39–40°C, тахикардия. Если заболевание в этой фазе не распознано, то, медленно прогрессируя, оно переходит в хроническую форму: в легких образуются множественные очаги различной плотности, при распаде очагов формируются отдельные или множественные полости (каверны), способные стать источником распространения инфекции. Туберкулез чрезвычайно опасен своими осложнениями и требует безотлагательного лечения.

**Эмфизема** характеризуется патологическим расширением воздушных пространств легких, которое сопровождается разрушением альвеолярных стенок. Это одна из самых частых форм хронических неспецифических заболеваний легких. Для эмфиземы легких характерны одышка, бочкообразная форма грудной клетки, уменьшение ее дыхательных движений, расширение межреберных промежутков, выбухание надключичных областей, коробочный звук при постукивании по грудной клетке в нижних отделах.

\* \* \*

При заболеваниях легких (астме, бронхите, туберкулезе и др.) чистый березовый деготь принимают по 5–10 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3–4 раза в день до еды.

\* \* \*

При туберкулезе и эмфиземе легких полезен деготь на молоке. Начинают прием с 1 капли на 50 г теплого молока — 1 раз в день по утрам натощак в течение недели, 2-я неделя — 2 капли, и так далее до 10-й недели. Затем 2 недели перерыв, и курс повторяется до 6 месяцев. При осторожном применении побочные эффекты отсутствуют, только важно удостовериться, что деготь натуральный березовый.

\* \* \*

При бронхиальной астме, бронхоэктазии 1 ч. л. листьев подорожника и мать-и-мачехи, взятых поровну, заливают 1 стаканом холодной воды. Настаивают 2 часа. Затем кипятят 5 минут, добавляют 5 капель березового дегтя, настаивают еще 15 минут, процеживают. Необходимо выпить всю дозу в течение дня в 3 приема.

Помимо приема березового дегтя при заболеваниях легких им смазывают грудную клетку.

## ПСОРИАЗ

Псориаз — многопричинное заболевание. Истоки заболевания заключаются в заболеваниях внутренних органов, нарушениях иммунной и гормональной систем, инфекций, вирусов, в результате действия стрессовых факторов. Также играет роль наследственность.

Заболевание сопровождается развитием ряда симптомов. Высыпания при псориазе располагаются на разгибательных поверхностях предплечий, в области локтевых суставов, на коже волосистой части головы, в области локтевых суставов и голеней или на любых других участках кожного покрова. Сыпь при псориазе представляет собой бляшки диаметром от 1 мм до 7–8 см и более, розового цвета с серебристыми чешуйками. При поскабливании высыпаний характерна так называемая псориатическая триада:

феномен стеаринового пятна (чешуйки, как воск, легко отпадают с поверхности папул);

терминальная пленка (после удаления чешуек обнажается красноватая влажная блестящая поверхность кожи);

«кровяная роса» (на гладкой влажной красной поверхности кожи появляется точечное кровотечение).

По течению псориаза делится на следующие стадии: прогрессирующая, стационарная и регрессирующая.

Прогрессирующая стадия — это мелкие (размером с булавочную головку) множественные высыпания, особенно в новых местах, со склонностью к росту, ярко-красного цвета. Стационарная стадия характерна отсутствием новых и прекращением периферического роста старых высыпаний. На регрессирующей стадии старые папулы и бляшки уплотняются в центре, бледнеют, шелушатся. После рассасывания бляшек на коже остаются пятна, светлее, чем окружающие ткани.

По течению псориаза делится на следующие формы:

- 1) обычный;
- 2) экссудативный;
- 3) артропатический (с поражением суставов);
- 4) пустулезный (гнойничковый);
- 5) псориагическая эритродермия.

Экссудативная форма псориаза характеризуется скоплением жидкости в папулах и, как следствие, образованием серозных корочек с чешуйками и шелушением на поверхности узелков. При пустулезном псориазе образуются симметричные гнойнички на папулезных поверхностях, как правило, в области кистей и стоп. Артропатический псориаз представляет собой поражение суставов с их отеком, покраснением, болезненностью, сопровождающееся ограничением подвижности.

Псориагическая эритродермия представляет собой острое поражение всего кожного покрова с резким покраснением, отеком, сопровождающееся болями в суставах и выраженной температурной реакцией. При псориазе может наблюдаться поражение ногтевых пластинок, проявляющееся изменением их цвета и деформациями. Часто ногтевые пластинки крошатся, ломаются или отторгаются.

В лечении псориаза основную роль играют наружные медикаментозные средства. Местная терапия кожных заболеваний обычно представляет собой в некоторой степени и общее воздействие на организм. Уменьшение и исчезновение зуда, жжения, боли и других неприятных ощущений уже само по себе становится терапевтическим фактором для больных. Одно из основных правил местного лечения, в том числе псориаза в прогрессирующей стадии, — «раздраженного не раздражай», иными словами, чем острее процесс, тем мягче должна быть терапия.

Из лекарственных форм наиболее поверхностно действуют присыпки, примочки, болтушки; глубже — пасты, мази, компрессы, клеи, пластыри, лаки (последовательно). Следует правильно применять данные средства, умело накладывать повязки, компрессы. Хорошо наложенная повязка с мазью прекращает доступ воздуха к пораженной коже, что обуславливает более глубокое проникновение лекарственных средств, являющееся основной целью назначения препаратов.

В терапии псориаза наиболее широко используются различные мази. Многие из них применяются эмпирически, без учета биохимических и физиологических изменений в пораженной коже. Наружное лечение следует проводить с обязательным учетом стадии псориаза, а также его клинической формы, распространенности очагов поражения кожи.

Мази — наиболее часто употребляемая в дерматологии форма лекарственных средств: они бывают отшелушивающими (кератолитическими), смягчающими, рассасываю-

щими, противовоспалительными, кератопластическими (редуцирующими), разрешающими, противозудными и др. Механизм их действия следующий. Всякая мазь имеет жировую основу; при смазывании резко уменьшается теплоотдача кожи, вследствие чего она согревается и появляется гиперемия (увеличение кровенаполнения). Под слоем мази влага не испаряется, верхние слои кожи мацерируются (размокают), что способствует всасыванию в толщу кожи различных лекарственных веществ, имеющих в составе мази.

Терапевтический эффект от применения той или иной мази в значительной степени зависит от ее основы. Обычно основой мази является вазелин (жироподобный продукт перегонки нефти), ланолин (жировое вещество, получаемое из овечьей шерсти), жировые или эмульсионные солидолы (нефтяные масла, загущенные кальциевым мылом), очищенное свиное сало, иногда — растительные жиры, масла, а также нафталан. В мазевые основы в зависимости от показаний вводят различные лекарственные вещества — салициловую и борную кислоты, ихтиол, резорцин, ментол, препараты серы, дегтя, различные щелочи, соли и др. Как лечебное средство одновременно выступают и некоторые мазевые основы (нафталан, солидол).

Следует отметить, что при мазевой терапии могут встречаться индивидуальные реакции аллергического типа на действующие компоненты или мазевую основу. В этом случае наружное лечение прекращается (полностью или временно) либо сочетается с приемом антигистаминных препаратов.

В прогрессирующей стадии заболевания назначают индифферентные мази и пасты. Эти средства готовятся в основном на ланолиновой основе или на свином сале. Иногда в их состав добавляют небольшие концентрации (0,5—2,0%) салициловой или борной кислот, нафталана. При псориазе для устранения шелушения применяют мазь 1—2%-ной концентрации. При введении в мазь 2% амидо-

хлорида ртути повышается ее эффективность в отношении высыпаний на волосистой части головы. Отравление салициловой кислотой проявляется головокружением, ослаблением слуха, в тяжелых случаях — судорогами, нарушениями функций почек и печени. Противопоказания: язвенные болезни, анемия, почечные нарушения, беременность и др. Борная кислота при псориазе применяется в прогрессирующей стадии заболевания в составе мази 2%-ной концентрации. Окись цинка назначается в зависимости от степени воспалительного процесса при псориазе в виде линимента, мази или пасты. Иногда в их состав добавляются салициловая кислота, сера или нафталан.

Состав цинковой мази: цинка окиси — 1 часть, вазелина — 9 частей. Паста цинковая содержит: цинка окиси и крахмала — по 12,5, вазелина — 25,0.

Состав цинково-серной мази: мази цинковой и мази серной — по 50 г.

Состав цинково-нафталанной пасты: пасты цинковой — 75 г и мази нафталанной — 25 г.

Состав линимента борно-цинкового: цинка окиси — 10 г, борной кислоты — 1 г, масла подсолнечного — 40 г.

В России для приготовления дегтесодержащих препаратов в основном применяется березовый деготь (продукт сухой перегонки отборной бересты березы). Реже используется можжевельный или сосновый деготь. Деготь состоит из почти 10 000 компонентов, что обуславливает его широкое терапевтическое действие. Деготь и его препараты чрезвычайно широко применяются в терапии различных дерматозов вследствие своих дезинфицирующих, инсектицидных и местнораздражающих действий. Основой для применения дегтя при псориазе является его противовоспалительное действие и тормозящее влияние на синтез ДНК.

Лечение дегтем необходимо начинать с небольших концентраций (0,5—2,0%) и на ограниченных участках. При хорошей переносимости применяют мази с 5—10% содержания дегтя, на ограниченные очаги с выраженной инфильтрацией — до 15—20%. Могут применяться и дегтярные ванны (смесь березового дегтя и спирта 1:2 или 1:1, 100—150 мл на ванну). Этой смесью смазывают очаги поражения, после чего принимают теплую ванну в течение 30—60 минут.

Схема лечения псориаза березовым дегтем:

- а) намазать тело натуральным березовым дегтем;
- б) принять ванну в течение 10—15 минут;
- в) поверх дегтя нанести 2—5%-ную салициловую мазь.

\*\*\*

*Требуется:* 150 г березового дегтя, 150 г чистого спирта, 75 г камфорного масла, 3 свежих яичных желтка. В эмалированной посуде хорошо растирают желтки и постепенно, тщательно мешая, добавляют камфорное масло, деготь и спирт. Мазь перекладывают в темную банку. Хранится она годами.

Ватным тампоном наносят мазь на больные места и не смывают 3 дня, затем смывают теплой водой с дегтярным мылом и снова накладывают мазь на 3 дня. Если болезнь не запущена, можно вылечиться за 10 дней.

\*\*\*

Обильно мажутся березовым дегтем и остаются без одежды 40—50 минут. Затем моются настоем чистотела, заваренным произвольно. Сохнут, не вытираясь. Это ежедневная процедура в течение 2 недель.

\*\*\*

Для простоты приготовления в качестве основы для мазей можно использовать крем после бритья: на 1 тюбик

крема берут 1 ч. л. дегтя, масса подогревается до 60°C и сливается в баночку. Наносят мазь 2 раза в день, после того как участки пораженной кожи промывают горячим раствором питьевой соды или густым раствором горчицы (50°C); не промокают, дают высохнуть и наносят слой крема, не втирая. Безусловно, следует действовать очень осторожно, учитывая индивидуальную чувствительность, и начинать с малых доз.

При лечении псориаза используется большое количество многокомпонентных мазей на основе дегтя.

В комплексной терапии псориаза применяется мазь следующего состава: деготь березовый, экстракт травы чистотела, водный экстракт пихты сибирской, пихтовое масло, солидол, ланолин очищенный, жир свиной дезодорированный, вода дистиллированная. Эта мазь оказывает бактерицидное, дезинфицирующее, противовоспалительное, восстанавливающее структуру ткани действие. Наносят ее на пораженные участки кожи легкими массажными движениями до полного впитывания.

\*\*\*

*Антрасульфоновая мазь.* Состав: аммония сульфенола и аммония сульфокреозола — по 5 г, масляного экстракта из дегтя — 30 г, воды — 10 мл, автоловой мази (минеральное масло (автол) — 85 частей, стеарин — 12 частей, окись цинка — 3 части) — 35 г, ланолина — 15 г. Рекомендуются при всех формах и стадиях псориаза. Возможно появление фолликулитов в процессе лечения; в этом случае дополнительно назначают раствор бриллиантовый зеленый.

Противопоказания: заболевания почек, пищеварительной системы, мочевого пузыря, онкологические заболевания. Необходимо избегать пребывания на солнце и процедур УФО в период лечения.

**Антраминовая мазь.** Состав: масляного экстракта из дегтя — 10 г, вазелина — 90 г, трихлортриэтиламина (люизита, или «азотистого иприта») — 0,00007 г (1 : 150 000). Применяют при всех формах псориаза. Переносимость хорошая, хотя возможно появление фолликулитов.

Близка по составу и действию к антраминовой мази **дегтярная мазь**, состоящая из смеси дегтя и вазелина (1 : 9); эта основа содержит салициловую кислоту (до 1,5%) и люизит (1 : 150 000).

**Альфозил-лосьон.** Состав: аллантоина — 2 части, спиртового экстракта из дегтя — 5 частей; безжировая кремовая основа — 93 части. Втирают в кожу на пораженных местах 2—4 раза в день в течение 4—6 недель. После исчезновения бляшек втирается еще в течение 1—3 недель (профилактика рецидива). Рекомендуются при осенне-зимней форме дерматоза.

**Коллоидин.** Состав: салициловой кислоты — 2 части, дегтя березового — 5 частей, эфира серного — 20 частей. коллодия, спирта этилового — по 40 частей. Смазывают очаги 1—2 раза в сутки 6—7 дней в течение 3—4 недель. Коллодий фиксирует препарат и усиливает тем самым терапевтический эффект.

**Антипсорин.** Состав: бензола — 25 г, дегтя — 15 г, ацетона — 60 г, сулемы (дихлорида ртути) — 0,012 г. Через 2 дня на 3-й очаги поражения смазываются салициловой мазью, и через 5—8 часов принимается ванна. Из осложнений возможны фолликулиты и др. Применяют с осторожностью (необходимо исключить попадание препарата на слизистые и др.) из-за высокой токсичности сулемы.

*Не следует применять деготь на открытых участках тела* (лице, шее, тыльной стороне кистей и др.). Кроме того, он обладает фотосенсибилизирующими (даже фототоксическими) свойствами, поэтому в период лечения *следует избегать различных видов облучения (солнечного,*

*УФО*). В процессе терапии могут наблюдаться головная боль, рвота, раздражение кожи, фолликулиты и обострение дерматоза. **Деготь и его препараты противопоказаны при заболеваниях почек, пиодермии, а также при экссудативной форме псориаза.**

В качестве профилактики больные псориазом должны находиться под диспансерным наблюдением и получать поддерживающую терапию в зимнее и раннее весеннее время.

## ЭКЗЕМА

Экзема — воспаление поверхностных слоев кожи ней роаллергического характера, возникающее в ответ на воздействие внешних или внутренних раздражителей, отличающееся разнообразием сыпи, зудом и длительным рецидивирующим течением. Причина заболевания неизвестна.

Экзема наблюдается в любом возрасте, на любом участке кожного покрова (чаще на лице и верхних конечностях). Различают истинную, микробную, себорейную и профессиональную экзему.

**Истинная экзема** протекает остро, подостро и хронически. **Острая экзема** характеризуется ярким отечным покраснением с множественными мельчайшими пузырьками, при вскрытии которых образуются точечные эрозии с обильным мокнутием, образованием корок и чешуек. Субъективно больного беспокоят жжение и зуд. Продолжительность острой экземы обычно составляет 1,5—2 месяца.

При **подостром течении** воспалительные явления менее выражены: окраска очагов становится синюшно-розовой, отечность и мокнутие умеренные, стихают жжение и зуд; присоединяется инфильтрация. Продолжительность процесса — до 6 месяцев.

При **хроническом течении** в клинической картине преобладает инфильтрация кожи; пузырьки и мокнущие эро-

зии обнаруживаются с трудом, субъективно — зуд. Течение неопределенно долгое, рецидивирующее.

Разновидностью истинной экземы является **дисгидротическая экзема**, которая локализуется на ладонях и подошвах и проявляется обильными, местами сливающимися в сплошные очаги пузырьками и многокамерными пузырями с плотным верхом, при вскрытии которых обнажаются мокнущие участки, окаймленные бахромкой рогового слоя.

**Микробная экзема** отличается асимметричным расположением, чаще на конечностях, округлыми очертаниями, четкими границами отслаивающегося рогового слоя, наличием гнойничков и нередко сочетается со свищами, длительно незаживающими ранами, трофическими язвами.

**Себорейная экзема** встречается в грудном возрасте и после периода полового созревания. Располагается на волосистой части головы, за ушными раковинами, на лице, в области грудины и между лопатками. Ее своеобразными особенностями являются желтоватая окраска, наслоение жирных чешуек, отсутствие выраженного мокнутия, нерезкое уплотнение, склонность очагов к регрессу в центре с одновременным ростом по периферии.

**Профессиональная экзема** поражает открытые участки кожи (кисти, предплечья, шею и лицо), в первую очередь подвергающиеся в условиях производства вредному воздействию химических раздражителей, и имеет не столь упорное течение.

\*\*\*

В качестве основы для мазей, применяемых при лечении экземы, можно использовать любой крем (например, крем после бритья): на 1 тюбик крема берут 1 ч. л. дегтя, массу подогревают до 60°C и сливают в баночку. Наносят мазь 2 раза в день, промыв предварительно участки пораженной кожи горячим раствором питьевой соды или густым раствором горчицы (50°C). Мазь наносят после пол-

ного высыхания кожи, не втирая. Безусловно, следует действовать очень осторожно, учитывая индивидуальную чувствительность, и начинать с малых доз.

\*\*\*

*Детские экземы* можно вылечить с помощью следующего рецепта. Пораженные места смазывают мазью: 100 г куриного (гусиного, индюшачьего) жира, 50 г размельченных плодов софоры японской, 10 г воска пчелиного, 10 капель жидкого березового дегтя томят в глиняном горшочке 4 часа, положив на горелку обыкновенный кирпич. Смесь должна слабо кипеть. Процеживают через марлю и охлаждают.

Березовый деготь применяется на основе лекарственных сборов.

Бессмертник песчаный (цветки) — 5 г; будра (трава) — 5 г; дуб (кора) — 5 г; лопух (корень) — 10 г; мелисса (трава) — 5 г; календула (цветки) — 5 г; орех грецкий (лист) — 5 г; роза (лепестки) — 5 г; хвощ полевой (трава) — 5 г; масло миндальное жирное — 250 г. К смеси трав добавляют миндальное масло и 1 ст. л. дегтя, кипятят на слабом огне 15 минут, затем настаивают ночь в теплой духовке. Утром процеживают настой через 3 слоя марли. Смазывают пораженные участки кожи.

\*\*\*

Из хны и березового дегтя готовят мазь: 10 г сушеных цветков смешивают с 10 мл березового дегтя и со 100 г вазелина или свежего сливочного масла. Смазывают пораженные участки кожи.

\*\*\*

Растирают в ступке сухие почки ольхи, сосны и тополя, добавляют березовый деготь и нутряное свиное сало и размешивают до получения однородной массы. Используют для смазывания пораженных участков кожи.

\*\*\*

Порошок из травы и листьев чистотела смешивают с березовым дегтем и растительным маслом, смазывают пораженные экземой участки кожи.

\*\*\*

50 г сухих измельченных листьев эвкалипта заваривают 1 стаканом кипятка. Кипятят 10 минут в закрытой посуде или на водяной бане, настаивают 1 час в темном месте, процеживают. Добавляют 1 ст. л. березового дегтя, тщательно перемешивают. Используют для примочек.

\*\*\*

Вахта трехлистная (листья) — 20 г; крушина (кора) — 40 г; одуванчик (корень) — 20 г; фенхель (плоды) — 20 г; цикорий (корень) — 20 г. 1 ст. л. сбора заливают 1 стаканом воды, кипятят, добавляют 5 капель березового дегтя. Пьют по 2—3 стакана отвара в день.

\*\*\*

Коптис китайский (корневище) — 8 г; пион белоцветковый (корневище) — 4 г; шлемник байкальский (корневище) — 2 г; яйцо куриное (желток) — 1 шт.; березовый деготь — 2 ст. л. Измельченные растения отваривают в 600 мл воды, процеживают и к отвару добавляют желток и деготь, затем все тщательно перемешивают. Пьют по 100 мл отвара 3 раза в день в горячем виде.

В качестве профилактики необходимы коррекция нейтрогенных отклонений и сопутствующих заболеваний, особенно микозов стоп и пиококковых поражений; своевременное лечение экссудативного диатеза и себорейных состояний; исключение контакта с химическими раздражителями на производстве и в быту.

## НЕЙРОДЕРМИТ

Нейродермит — хроническое заболевание с частыми обострениями. Причин нейродермита много, в его развитии играют роль наследственность, иммунные изменения, нарушение функций нервной и эндокринной систем и др.

Заболевание начинается с выраженного зуда. Очаги поражения на коже долгое время визуально остаются нормальными, и лишь в дальнейшем, вследствие расчесов, на фоне покраснения становятся заметными мелкие, плоские, с характерным блеском узелковые высыпания.

Нейродермит имеет две формы — ограниченную и распространенную.

При *ограниченной форме* очаги располагаются на задней поверхности шеи, в подколенных ямках, в области предплечий, в области локтевых сгибов, на внутренней поверхности бедер и в промежности. В очаге, в центре, кожа незначительно покрасневшая, утолщенная, кожный рисунок выражен. Рядом находятся отдельные плотные, блестящие узелки розового цвета. По краю очага возможна пигментация. В очагах видны следы расчесов, корочки, шелушение.

*Диффузный нейродермит* проявляется гиперпигментацией, сухостью, уплотнением кожи, выраженным кожным рисунком. На поверхности очагов — тонкие и мелкие чешуйки, местами следы расчесов с корочками. В области складок на фоне утолщенной кожи нередко имеются трещины.

\*\*\*

Репешок (трава) — 50 г; вахта трехлистная (листья) — 15 г; донник (трава) — 15 г; дымянкa (трава) — 15 г; барбарис (корни) — 15 г.

3 ст. л. сбора заливают 500 мл воды, кипятят 5 минут. Добавляют 5 капель березового дегтя, настаивают, процеживают через несколько слоев марли. Принимают по 1/2 стакана 4 раза в день.

\* \* \*

Полезен прием настоя сухих плодов софоры японской, размельченных в мясорубке. 1 ст. л. массы заливают 1 стаканом кипятка, добавляют 5 капель березового дегтя. Настаивают ночь. Пьют настой теплым по 2 ст. л. на 1/2 л кипятка.

\* \* \*

Ромашка аптечная (цветки) — 50 г; валериана (корневище) — 30 г; мята (листья) — 30 г; тмин (плоды) — 30 г; петрушка (плоды) — 30 г. 20 г сбора заливают 200 мл кипятка, добавляют 5 капель березового дегтя, настаивают и процеживают. Принимают по 1/2 стакана 2 раза в день.

### ПИОДЕРМИЯ

Пиодермия — группа заболеваний кожи, основным симптомом которых является нагноение. Возбудители пиодермии — стафилококки и стрептококки. В развитии заболевания важную роль играют эндогенные нарушения (сахарный диабет, болезни крови, отклонения в витаминном обмене, желудочно-кишечные расстройства, ожирение, заболевания печени, невропатии и др.), экзогенные воздействия (микротравмы, потертости, охлаждение, перегревание, загрязнение кожи, неполноценное питание и др.) и длительное лечение кортикостероидами и цитостатиками. Часто кожные заболевания осложняются нагноением, которое ведет к появлению пиодермии. Различают стафилодермии и стрептодермии, которые, в свою очередь, подразделяются на поверхностные и глубокие.

К стафилодермиям относят: остиофолликулит, фолликулит, сикоз, фурункул, карбункул и гидраденит.

**Остиофолликулит** — расположенный в устье волосяного фолликула небольшой гнойничок, из центра которого растет волос; по периферии он окаймлен узким ободком покраснения. При распространении нагноения в глубь

фолликула остиофолликулит трансформируется в фолликулит, который клинически отличается от первого наличием уплотнения в виде воспалительного узелка, расположенного вокруг волоса. Остиофолликулиты и фолликулиты могут быть единичными и множественными. Они располагаются на любом участке кожного покрова, где имеются длинные или хорошо развитые пушковые волосы. При инволюции образуется гнойная корочка, после отпадения которой обнаруживается синюшно-розовое пятно, со временем исчезающее.

**Стафилококковый сикоз** — множественные, кучно расположенные на синюшно-красной и уплотненной коже (обычно подбородка и верхней губы) остиофолликулиты и фолликулиты, склонные к длительному, порой многолетнему, рецидивирующему течению.

**Фурункул** — гнойно-некротическое воспаление волосяного фолликула и окружающих его тканей; клинически представляет собой островоспалительный узел с гнойником на верхушке. При вскрытии обнажается некротический стержень, по отторжении которого образуется язва, заживающая рубцом. Субъективно человека беспокоит боль. Фурункулы могут быть одиночными и множественными, течение заболевания — острым и хроническим.

**Карбункул** — плотный глубокий инфильтрат багрово-красного цвета с резко выраженным отеком вокруг, возникающий в результате некротически-гнойного воспаления кожи и подкожной жировой клетчатки. Через образующиеся отверстия выделяется густой гной, смешанный с кровью. После отторжения некротических масс образуется глубокая язва, заживающая грубым рубцом. Субъективно беспокоят мучительные боли. Общее состояние, как правило, нарушено. Карбункулы возникают у ослабленных и истощенных людей. Наиболее частая локализация — на затылке, спине и пояснице. Крайне опасны карбункулы лица.

**Гидраденит** — гнойное воспаление потовых желез. В коже (обычно подмышечных впадин) формируется ост-

ровоспалительный узел, при вскрытии которого выделяется гной. Впоследствии процесс подвергается рубцеванию. Отмечается болезненность на пораженном месте. Возможны общие нарушения, особенно при множественном гидрадените, образующем массивные конгломераты. Гидраденит чаще встречается у полных женщин, страдающих потливостью.

Для **стрептодермии** характерно образование фликтены — полости в эпидермисе с тонкой и дряблой кожей сверху, заполненной гнойным содержимым, расположенной на гладкой коже и не связанной с сально-волосным фолликулом. Различают стрептококковое импетиго, буллезное импетиго и вульгарную эктиму.

**Стрептококковое импетиго** — заразное заболевание, поражающее детей и молодых женщин. Характеризуется появлением фликтен, окаймленных ободком покраснения. Затем на их месте образуются корочки, которые отпадают и оставляют розовые пятна, вскоре исчезающие. Отмечается умеренный зуд или легкое жжение. Общее состояние обычно не нарушается. Процесс развивается на любом участке кожи, чаще на лице, в частности в углах рта в виде трещины.

**Эктима** — единственная глубокая форма стрептодермии; развивается чаще у взрослых на голених, ягодицах, бедрах и туловище. Возникает крупная глубоко расположенная фликтена с гнойным или гнойно-геморрагическим содержимым, подсыхающим с образованием толстой корки, под которой обнаруживается язва. Заживает поверхностным, реже втянутым рубцом. У ослабленных людей приобретает затяжное течение.

\*\*\*

Инфекционные заболевания кожи лечит мазь на основе березового дегтя. Для приготовления используются нейтральный крем или нутряное свиное сало: на 100 г берут 10—20 мл березового дегтя, массу подогревают до 60°C и

сливают в баночку. Наносят мазь 2 раза в день после промывания участков пораженной кожи горячим раствором питьевой соды или густым раствором горчицы (50°C). Кожу не промокают, дают высохнуть и наносят слой мази не втирая. Безусловно, следует действовать очень осторожно, учитывая индивидуальную чувствительность, и начинать с малых доз.

\*\*\*

При фурункулах и нарывах применяется следующая мазь. Березовый деготь — 10 мл; подмаренник (цветы) — 10 г; масло коровье — 100 г. Растертые цветки заливают растопленным коровьим маслом, добавляют березовый деготь. Доводят до кипения, настаивают, процеживают. Прикладывают мазь к фурункулам.

\*\*\*

Можно приготовить лечебный пластырь. Берут поровну канифоли, белого пчелиного воска и нутряного свиного сала. На 100 г смеси — 10—20 мл березового дегтя. На водяной бане растапливают пчелиный воск, всыпают порошок канифоли, тщательно помешивают. Добавляют в полученную смесь свиное сало и березовый деготь. После расплавления всех ингредиентов снимают кастрюлю с огня и помешивают до загустения и получения пластичной массы. На пораженное место накладывают восьмислойную марлю, смазанную пластырем. Обычно повязку нужно менять 2 раза в день.

\*\*\*

Хорошо вытянет стержень и безболезненно очистит ранку зреющего фурункула или карбункула смесь из 1 ч. л. дегтя, 1 ч. л. меда, 2 ст. л. свиного нутряного сала и 1 ст. л. обыкновенного хозяйственного мыла. Все хорошенько растирают (мыло нужно размягчить в воде до консистенции сливочного масла), наносят на льняную тряпочку и на

ночь прикладывают к фурункулу или карбункулу. В дырочку от стержня нужно осторожно протолкнуть пинцетом кристаллик марганцовокислого калия для предотвращения рецидивов на других участках кожи.

В лечении угревой сыпи свою эффективность доказало дегтярное мыло.

В целях профилактики кожных заболеваний необходим общий гигиенический режим, полноценное и регулярное питание, занятия физкультурой и спортом; лечение общих заболеваний; предупреждение и немедленная обработка микротравм; соблюдение правил личной гигиены; изоляция больных детей из коллективов; своевременное лечение начальных проявлений.

### ДЕРМАТОМИОЗИТ

**Дерматомиозит, или полимиозит**, — системное заболевание мышц и кожи. Предполагают вирусную причину дерматомиозита. Провоцирующие факторы заболевания — охлаждение, инсоляция, травма, беременность, лекарственная непереносимость. Опухолевый дерматомиозит наблюдается у 20—30% больных.

Заболевание начинается остро или подостро с мышечного синдрома (миастения, мышечные боли), болей в суставах, лихорадки, поражения кожи, плотных распространенных отеков. В дальнейшем болезнь приобретает рецидивирующее течение. Поражение мышц наблюдается у всех больных в виде болезненности при движении и даже в покое при надавливании, нарастающей мышечной слабости. Мышцы плечевого и тазового пояса уплотняются, увеличиваются в объеме, нарушаются активные движения, больной не может самостоятельно сесть, поднять конечности, голову с подушки, удержать ее сидя или стоя. При значительном распространении процесса заболевшие по

существу полностью обездвижены, а в тяжелых случаях переходят в состояние полной прострации.

Поражения кожи при дерматомиозите разнообразны (различные высыпания, пурпура, телеангиэктазии, гиперкератоз, гипер- и депигментация и т. п.). В ряде случаев высыпания сопровождаются зудом.

\*\*\*

От дерматомиозита поможет мазь, содержащая 10% березового дегтя, приготовленная на основе вазелина или нутряного свиного сала. Березовый деготь можно разбавлять растительным маслом в соотношении 1 : 5.

\*\*\*

Поможет раствор, приготовленный из березового дегтя, спирта и камфорного масла.

*Требуется:* 150 г березового дегтя, 150 мл чистого этилового спирта, 75 мл камфорного масла и 3 свежих яичных желтка. В эмалированной посуде хорошо растирают желтки и постепенно, тщательно мешая, добавляют камфорное масло, деготь и спирт. Мазь перекладывают в темную банку. Срок ее хранения — несколько лет.

Ватным тампоном наносят мазь на больные места и не смывают 3 дня, затем моют теплой водой с дегтярным мылом и снова накладывают мазь на 3 дня.

### ЧЕСОТКА

**Чесотка** — заразное паразитарное заболевание человека, характеризующееся ночным зудом, расчесами, образованием на коже «чесоточных ходов». Возбудитель — чесоточный клещ. Заражение происходит от больного человека при прямом контакте или через предметы, находившиеся в его употреблении (одежда, постель и др.). Инкубационный период заболевания длится около 1—2 недель.

Клинические проявления обусловлены внедрением оплодотворенной самки клеща в роговой слой эпидермиса, где она роет ходы, в которых откладывает яйца. Через 2 недели, пройдя несколько стадий развития, из яиц возникают зрелые формы паразита, которые внедряются после оплодотворения в новые участки кожи. Основным симптомом чесотки является распространенный ночной зуд, обусловленный активностью клещей в это время суток. Помимо расчесов имеются мелкие «чесоточные ходы» в виде небольших сероватых, слегка возвышенных, прямых или изогнутых полосок с пузырьком на конце, в котором находится самка. Излюбленной локализацией клеща служат участки с тонкой нежной кожей (межпальцевые складки кистей, подкрыльцовые впадины, лучезапястные сгибы, живот, половой член, внутренняя поверхность бедер, молочные железы). Не поражается кожа лица и волосистой части головы. Чесотка нередко осложняется пиодермией (фурункулы, эктимы, импетиго).

Для лечения чесотки применяется большое количество наружных средств.

\* \* \*

Березовый деготь смешивают с порошком корня девясила и со свиным жиром в соотношении 1 : 1 : 3, смазывают пораженные участки 1—2 раза в день. Курс лечения — 5—7 дней.

\* \* \*

Полезно смазывать пораженные чесоточным клещом участки тела мазью, приготовленной из порошка травы руты душистой, березового дегтя и свиного жира.

\* \* \*

Смешивают 1 часть серы в порошке с 2 частями березового дегтя и с 2 частями смальца (нутряного свиного сала). Смазывают полученной мазью пораженные участки кожи.

\* \* \*

Деготь очищенный — 1 ч. л.; смалец — 1/2 ст. л.; мыло зеленое — 1/2 ст. л.; сера (порошок) — 1/2 ст. л. Смалец смешивают с зеленым мылом, затем добавляют серу и деготь, тщательно перемешивают. Втирают мазь в кожу 2 раза в день утром и вечером перед сном.

\* \* \*

Деготь очищенный — 1 ст. л.; мел (порошок) — 1/2 ст. л.; мыло зеленое — 1 ст. л.; сера (порошок) — 1 ст. л.; смалец — 1 ст. л. Смешивают серу и деготь, добавляют мел, зеленое мыло и смалец, тщательно перемешивают. Втирают смесь 2 раза в день, не смывая. После 4—5 дней лечения следует сходить в парную баню или принять очень горячую ванну.

\* \* \*

1 кг жидкого очищенного березового дегтя наливают в большой сосуд, наполненный водой. Размешивают смесь до тех пор, пока жидкость не примет цвет дегтя. Затем сливают воду и наливают свежей воды.

Повторяют 7—8 раз и более, до тех пор, пока состав не станет беловатым и густым, как мед, и втирают в больные места.

\* \* \*

Для лечения чесотки березовый деготь применяется в виде 10—30%-ных мазей, линиментов. Для лечения чесотки наиболее эффективным и распространенным средством считается мазь Вилькинсона.

## ГРИБКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ

**Лишай отрубевидный** (лишай разноцветный) — грибковое заболевание кожи. Возбудитель — дрожжеподобный гриб *Pityrosporum orbiculare*, паразитирующий в роговом

слое эпидермиса. К предрасполагающим факторам относят повышенную потливость, себорейный диатез.

На коже груди, спины, шеи, реже плечевого пояса и волосистой части головы появляются мелкие (диаметром 3—5 мм) невоспалительные желтовато-коричневые пятна с четкими неровными границами, при поскабливании которых выявляется незначительное отрубевидное шелушение.

В результате периферического роста пятна увеличиваются в размерах и сливаются в крупные очаги так называемых географических очертаний. Субъективные ощущения отсутствуют. Применяют диагностическую йодную пробу, для чего пораженную кожу смазывают йодной настойкой и сразу же протирают спиртом: разрыхленный грибом роговой слой быстро впитывает йод и пятна отрубевидного лишая резко выделяются, окрашиваясь в темно-коричневый цвет на фоне слегка пожелтевшей непораженной кожи.

Под влиянием ультрафиолетовых лучей (в частности, при загаре) в результате шелушения на местах бывших высыпаний остаются незагоревшие пятна.

**Микроспория** — грибковое заболевание кожи и волос, встречающееся главным образом у детей. Возбудителем является грибок *Microsporon*. Источник — больной человек и животные. Заболевание передается через головные уборы, щетки, расчески, одежду, игрушки и другие предметы, загрязненные волосами и чешуйками животных.

Для микроспории характерны четкие границы, округлые очертания, крупные размеры очагов поражения на волосистой части головы; обламывание (обычно сплошное) волос на уровне 6—8 мм.

В целях профилактики проводят изоляцию больных детей; осмотр всех контактировавших с больным (включая домашних животных); отлов бездомных кошек и собак.

**Руброфития** — наиболее частое грибковое заболевание конечностей. Поражает главным образом стопы, может распространяться на кисти, крупные складки, особенно пахово-бедренные, и другие участки кожного покрова с нередким вовлечением пушковых, а порой и длинных волос.

Возбудитель — грибок *Tr. rubrum*. Поражает эпидермис, дерму, иногда подкожную жировую клетчатку. Источник заболевания — больной человек. Предрасполагающие факторы — высокая температура и повышенная влажность окружающей среды; гипергидроз, а также разнообразные общепатологические процессы, длительное лечение антибиотиками, кортикостероидами и цитостатиками.

Болеют главным образом взрослые. Наиболее частое расположение — стопы и кисти. Классическая форма характеризуется покраснением и сухостью подошв и ладоней, выраженным утолщением рогового слоя, муковидным шелушением, особенно по кожным бороздкам. Субъективные ощущения обычно отсутствуют. Вне стоп и кистей очаги руброфитии характеризуются округлыми очертаниями, резкими границами, прерывистым периферическим валиком, незначительным уплотнением, синюшно-розовой окраской с буроватым оттенком и различной интенсивности шелушением. Поражение крупных складок отличается мучительным зудом.

Для профилактики необходимо соблюдать личную гигиену — предупреждать потливость; своевременно лечить опрелости и обрабатывать микротравмы.

**Трихофития** (стригущий лишай) — грибковое заболевание кожи, волос и ногтей. Возбудители — грибки *Tr. violaceum*, *Tr. tonsurans* и другие, поражающие роговой слой эпидермиса и волосы. Инфицирование происходит при непосредственном контакте с больным человеком или животным, или через головные уборы, щетки, гребни, белье и

другие предметы. На волосистой части головы возникают изолированно расположенные многочисленные, величиной до 1,5 см очаги, имеющие неправильные очертания и стертые границы; кожа слегка отечная, красная, покрыта чешуйками. Многие волосы в очагах отломлены на уровне 2—3 мм над поверхностью кожи («пеньки») или же сразу по выходе из фолликула («черные точки»); сохранившиеся волосы имеют нормальный вид или вид тонких извитых нитей, «пробегающих» под чешуйками. На гладкой коже — отечные, резко очерченные округлые пятна с запавшим, бледно-желтым, шелушащимся центром и возвышающимся сочным периферическим валиком розово-красного цвета, покрытым пузырьками, узелками и корочками. Иногда возникает небольшой зуд. При длительном течении процесса могут отмечаться выраженные воспалительные явления вплоть до нагноения.

В качестве профилактики изолируют больных детей и тщательно обследуют всех людей, бывших в контакте с больным. Используют только индивидуальные предметы ухода за кожей, ногтями и волосами.

**Фавус** (парша) — грибковое заболевание кожи, волос и ногтей, отличающееся длительным течением. Возбудитель — *Tr. schonleinii*, поражает эпидермис (обычно роговой слой), может проникать в дерму. Возможность заразиться невелика. Передача микоза происходит чаще в детском возрасте, при тесном и длительном семейном контакте. Предрасполагающий фактор — ослабление организма в результате хронических заболеваний, различного рода интоксикаций, неполноценного и недостаточного питания. Встречается в любом возрасте.

Пораженные волосы становятся тонкими, сухими, тусклыми и как бы запыленными (вид пыльных париков), однако они не обламываются и сохраняют свою длину. Основным признаком становится скутула (щиток) — своеобразная корка желто-серого цвета с приподнятыми краями,

что придает ей сходство с блюдечком; из центра растут волосы. Скутулы увеличиваются в размерах, сливаются, образуя обширные очаги. Характерен исходящий от больных мышинный (амбарный) запах. На гладкой коже, поражение которой встречается редко и обычно сочетается с поражением головы, располагаются четко отграниченные, слегка воспаленные пятна обычно неправильных очертаний, на фоне которых могут образовываться небольшие скутулы.

Без лечения процесс может протекать неопределенно долгое время. Для избежания заражения необходимо проводить тщательные повторные осмотры всех членов семьи больного и его окружения.

**Эпидермофития** — грибковое заболевание кожи. Различают паховую эпидермофитию и эпидермофитию стоп.

*Паховая эпидермофития* вызывается *Epidermophyton floccosum*, поражающим роговой слой. Источник — больной человек. Заболевание обычно передается через предметы ухода за больным — подкладные судна, мочалки, губки, клеенки и др. Предрасполагающие факторы — высокая температура и повышенная влажность окружающей среды; гипергидроз. Наблюдается преимущественно у мужчин. Обычное расположение — крупные складки, особенно пахово-бедренные и межъягодичная; возможно поражение других участков кожи и ногтей стоп. Воспалительные пятна округлых очертаний, красно-коричневого цвета, расположены, как правило, симметрично, четко отграничены от окружающей кожи отечным валиком, покрытым мелкими пузырьками, гнойничками, корочками и чешуйками. В результате периферического роста пятна могут сливаться друг с другом, образуя обширные очаги. Течение заболевания хроническое. Субъективно отмечают зуд, жжение, болезненность, особенно при ходьбе.

*Эпидермофития стоп* вызывается *Tr. mentagrophytes* var. *Interdigitale*. Поражает кожу и ногти только стоп, обыч-

но у взрослых; нередко сопровождается аллергическими высыпаниями — эпидермофитидами. Стертая (начальная) форма отличается мелкими трещинами на коже межпальцевых складок стоп и скудным шелушением. Затем может появиться пластинчатое шелушение на подошвах и в межпальцевых складках, иногда на фоне покраснения; значительные наслоения плотно сидящих чешуек могут напоминать мозоли.

При эпидермофитии ногтей (обычно поражаются ногти 1-го и 5-го пальцев) появляются желтые пятна и полосы, затем следуют деформация и разрушение ногтя. Субъективно беспокоят зуд, жжение и болезненность. Течение хроническое с обострениями обычно в теплое время года, особенно при ходьбе в закрытой обуви и синтетических чулках и носках.

В целях профилактики проводят меры по предупреждению потливости; своевременное лечение опрелостей и обработку микротравм; коррекцию нарушений кровообращения нижних конечностей. Необходимо также выполнение санитарно-гигиенических требований в банях, плавательных бассейнах и спортивных клубах.

Для лечения грибковых заболеваний кожи используют березовый деготь в виде 10—30%-ных мазей, линиментов, серно-дегтярного мыла.

\*\*\*

Мазь Вилькинсона применяют местно как антисептическое и противогрибковое средство для взрослых. Наносят на пораженные участки кожи 2 раза в день. Курс лечения 10—12 дней, при трихофитии — до 3 недель.

\*\*\*

На основе нейтрального крема (крем после бритья) отечественного производства готовится мазь: на 1 тюбик крема берут 1 ч. л. дегтя, массу подогревают до 60°C и сли-

вают в баночку. Наносят мазь 2 раза в день, промыв участки пораженной кожи горячим раствором пищевой соды или густым раствором горчицы (50°C). Коже дают высохнуть и наносят слой мази, не втирая в нее. Пораженные грибковыми заболеваниями кисти рук и подошвы ног нужно 10 минут подержать в горячей ванночке с содовым или горчичным раствором (50°C), подсушить и нанести на них мазь.

\*\*\*

В таз наливают горячую воду (чем горячее, тем лучше) и размывают мочалкой в воде хозяйственное мыло. Держат в ней ноги 10—15 минут, чтобы как следует их распарить. Затем чистят подошвы и пятки пемзой, обязательно подстригают ногти.

Вытирают ноги насухо, высушивают и смазывают питательным кремом. С помощью кисточки смазывают аптечным березовым дегтем кожу между пальцами, ногти, трещины на пятках. Не вытирая, сидят так 1,5 часа, поставив ноги на газету. Затем вытирают их ватой или бинтом (деготь не смывают) и надевают хлопчатобумажные носки. Через 2 дня моют ноги холодной водой с хозяйственным мылом.

Через неделю всю процедуру с мыльной ванночкой и смазыванием повторяют. Желательно в обувь, которую вы постоянно носите, положить кусочек ватки с дегтем, чтобы убить все микробы.

\*\*\*

Для лечения эпидермофитии и других микозов деготь используют в мазях (5—10%-ной концентрации), можно в комбинации с серой, салициловой кислотой, нафталаном. Нередко деготь входит в состав так называемых лаков — коллодиевых растворов дегтя 2—5%-ной концентрации. Применение в лечебной практике коллодия более удобно.

\* \* \*

При остром течении эпидермофитии или резком обострении хронического процесса рекомендуются фитопрепараты с добавлением березового дегтя.

Брусника (листья) — 15 г; зверобой (травы) — 20 г; ромашка (цветки) — 15 г; тысячелистник (травы) — 10 г; фиалка трехцветная (травы) — 15 г; хвощ (травы) — 15 г; эвкалипт (листья) — 10 г. 5 г смеси трав заваривают 200 мл кипятка, добавляют 10 капель березового дегтя, настаивают. Пьют как чай по 1/2 стакана 2 раза в день. Курс лечения составляет 2—3 недели.

\* \* \*

Одновременно можно назначить примочки с приведенным сбором (дозу трав на 1 л воды увеличивают в 4 раза, дегтя — 2 ст. л. из расчета на 1 л) или ванночки. Ванночки делают до тех пор, пока не прекратится мокнутие. После его исчезновения или значительного уменьшения используют цинковые пасты или мази, содержащие деготь, настойку календулы, ротокан и др.

\* \* \*

Крепкий отвар календулы с добавлением березового дегтя часто дает хороший эффект. Используют в качестве ножных ванночек.

\* \* \*

Смесь буры с глицерином и березовым дегтем в соотношении 1 : 1 : 1, используемая в качестве мази, быстро излечивает грибковое поражение ног.

\* \* \*

При грибковом поражении волосистой части головы используют следующую смесь: 10 г березового дегтя, 20 г касторового масла и 100 г этилового спирта. Рекомендуются втирать смесь за несколько часов до мытья головы.

## СЕБОРЕЯ

**Себорея** — генетически обусловленное заболевание, характеризующееся нарушением функции сальных желез, количественным и качественным изменениями кожного сала. Основное значение в развитии себореи имеет нарушение физиологического равновесия между андрогенами и эстрогенами (то есть мужскими и женскими половыми гормонами) в сторону относительного увеличения содержания андрогенов.

Различают сухую и жирную себорею. В свою очередь жирную себорею подразделяют на жидкую и густую в зависимости от консистенции кожного сала, что зависит от его физико-химического состава. У некоторых больных может наблюдаться смешанная себорея: на одних участках кожного покрова имеются симптомы сухой, а на других — жирной себореи.

При **жидкой себорее** кожное сало имеет жидкую консистенцию и обычно обильно истекает из сальных фолликулов. При густой жирной себорее кожа жирная, но кожное сало сгущено и настолько смешано с отшелушивающимися роговыми чешуйками, что создается впечатление сухой кожи, которая нередко становится морщинистой.

**Сухая себорея** — заболевание, связанное со снижением функции сальных желез. Проявляется сухостью кожи, шелушением. На коже волосистой части головы образуется обильное шелушение (перхоть), отмечают сухость волос, их истончение. Могут развиваться экзема и облысение.

На коже лица чаще встречаются **смешанные формы** (комбинированная себорея), когда, например, на коже лба, носа, подбородка отмечается жирная себорея, а на щеках и иногда волосистой части головы — сухая.

При лечении себореи прежде всего необходимо устранить эндокринные нарушения, заболевания желудочно-кишечного тракта, повысить сопротивляемость организма, провести витаминотерапию.

Наружное лечение зависит от формы заболевания: применяют спиртовые растворы салициловой кислоты, резорцина, растворы сульфата меди, сульфата цинка, серы, ихтиола, серно-дегтярные мази и др.

\*\*\*

Полезны примочки из настойки календулы на 40%-ном спирте (1 : 10) с добавлением березового дегтя. 1 ч. л. настойки разводят в 200 мл воды, добавляют 10 капель дегтя.

\*\*\*

Настой ромашки и березового дегтя на водке 1:1:10 используют для примочек при себорейном дерматите. Он эффективен также при жирной себорее лица.

\*\*\*

Сухую траву мать-и-мачехи измельчают в порошок и смешивают с березовым дегтем и топленным коровьим маслом так, чтобы получилась мазь.

Втирают ее в корни волос, затем завязывают голову косынкой или платком на 2 часа. Смазывают голову 1 раз в день до тех пор, пока перхоть не исчезнет.

\*\*\*

100 г корней репейника заливают 1 л воды. Кипятят, пока вода не выкипит наполовину, и добавляют 50 мл березового дегтя, остужают, процеживают через марлю. Смазывают отваром голову 1—2 раза в день. Перхоть уничтожается, и волосы быстро растут.

\*\*\*

При зуде головы, жирной коже и перхоти рекомендуется втирать смесь из 10 г березового дегтя, 20 г касторового масла и 100 г спирта. Смесь втирают за несколько часов до мытья головы.

\*\*\*

Вот еще один безотказный рецепт. Втирают зубной щеткой в кожу головы березовый деготь и целый день не смывают (ложась спать, голову нужно укутать). Голову моют на следующее утро. Может отмечаться небольшое жжение кожи, но лечение нельзя прерывать. Перхоть исчезает сразу. При необходимости повторяют процедуру еще раз.

\*\*\*

Деготь очищенный — 1 ч. л.; смалец (нутряное свиное сало) — 1/2 ст. л., мыло зеленое — 1/2 ст. л.; сера (порошок) — 1/2 ст. л. Смалец смешивают с зеленым мылом, затем добавляют серу и деготь, тщательно перемешивают. Втирают мазь в кожу 2 раза в день утром и вечером перед сном.

В последнее время стали выпускаться шампуни и мыло, содержащие березовый деготь. Они также могут оказаться довольно эффективными при лечении себореи и перхоти.

## ПЕДИКУЛЕЗ

Вши обитают в волосах (*Pediculus humanus* или *capitis*), одежде (*corporis*), на лобковых, подмышечных волосах, на ресницах (*Pthiruspubis*), питаются кровью. Их яйца (гниды) прикрепляются к волосам и одежде. Инфекция передается при тесном контакте, при обмене одеждой без предварительной стирки и проглаживания, в условиях скученности, при длительном пользовании грязной одеждой и постельным бельем.

Вши переносят эпидемический возвратный тиф, сыпной тиф и окопную лихорадку.

Головные вши вызывают зуд волосистой части головы, шеи, плеч с образованием корок и слипанием волос. Пора-

жения платяной вошью локализуются в области шеи, сопровождаются гиперпигментацией и усилением кожного рисунка, типичными для вшивости у бродяг. Лобковые вши вызывают интенсивный лобковый, подмышечный и ресничный зуд.

Для лечения педикулеза используется березовый деготь в чистом виде: его втирают в завшивленные места.

Можно применять березовый деготь в виде 10—30%-ных мазей, линиментов.

\*\*\*

Смешивают 1 часть серы в порошке с 2 частями березового дегтя и 2 частями смальца (нутряного свиного сала). Смазывают полученной мазью пораженные участки кожи и голову.

\*\*\*

Деготь очищенный — 1 ч. л.; смалец — 1/2 ст. л.; мыло зеленое — 1/2 ст. л.; сера (порошок) — 1/2 ст. л. Смалец смешивают с зеленым мылом, затем добавляют серу и деготь, тщательно перемешивают. Втирают мазь 2 раза в день утром и вечером перед сном.

\*\*\*

1 кг жидкого очищенного березового дегтя наливают в большой сосуд, наполненный водой. Размешивают смесь до тех пор, пока жидкость не станет цвета дегтя. Затем сливают воду и наливают свежей воды. Повторяют 7—8 раз и более, до тех пор, пока состав не станет беловатым и густым, как мед. Втирают этот состав в места, пораженные вшами.

\*\*\*

Большую распространенность в лечении паразитарных заболеваний получило применение мази Вилькинсона.

## ОЖОГ

Ожог представляет собой повреждение тканей, возникшее от местного теплового, химического, электрического или радиационного воздействия.

Наиболее часто в клинической практике встречаются термические ожоги.

Тяжесть повреждения зависит от высоты температуры, длительности воздействия, обширности поражения и расположения ожога.

Особенно тяжелые ожоги вызывают пламя, расплавленный металл, пар под давлением, кипящее масло, горячий газ. Чаще возникают ожоги рук, ног, глаз.

Ожоги делят на 4 степени:

I степень (эритема) — покраснение кожи, отечность и боль. Воспалительные явления стихают через 3—6 дней, оставляя лишь шелушение кожи;

II степень (образование пузырей) — сильная боль с интенсивным покраснением, отслойкой эпидермиса с образованием пузырей, наполненных прозрачной или слегка мутной жидкостью. Повреждений глубоких слоев кожи нет, а если не присоединилась инфекция, через неделю все слои кожи восстанавливаются без образования рубца. Полное выздоровление наступает через 10—15 дней. В случае инфицирования выздоровление резко затягивается, заживление идет вторичным натяжением;

III степень:

- 1) некроз захватывает толщу кожи до росткового слоя;
- 2) некроз всей толщи кожи. Образуется плотная корка, под которой находятся поврежденные ткани. Заживление идет с образованием грубого рубца;

IV степень (обугливание): возникает при воздействии на ткани очень высоких температур (пламя, расплавленный металл и др.).

Ожоги смазывают мазями или линиментами, содержащими 10—30% березового дегтя.

При ожогах I — II степени используется мазь Вишневского.

### УШИБЫ, РАНЫ, ГНОЙНЫЕ ПОКРАСНЕНИЯ КОЖИ

*Требуется:* 1 ст. л. дегтя, 2 ч. л. травы чистотела, 2 ч. л. коры калины.

Травы измельчают, заливают кипятком и настаивают 30 минут, процеживают. Полученную кашицу наносят на поврежденный участок на 15—20 минут. Затем смывают теплой водой и накладывают фиксирующую повязку. Смесь способствует быстрому сужению сосудов и заживлению ран.

\*\*\*

*Требуется:* 1 ст. л. дегтя, 3 ч. л. травы чистотела, 2 ч. л. измельченных листьев липы.

Травы измельчают, перемешивают, заливают кипятком и 30 минут настаивают, процеживают. Растирают приготовленной смесью ушибленные места.

\*\*\*

*Требуется:* 1 ст. л. дегтя, 1 ст. л. травы чистотела, 200 мл спирта.

Траву измельчают, заливают спиртом, плотно закрывают крышкой и настаивают 7 дней в темном прохладном месте. Растирают настойкой место ушиба для предупреждения образования опухолей.

\*\*\*

*Требуется:* 1 ст. л. дегтя, 2 ч. л. травы чистотела, 1/5 ч. л. спирта или водки, 2 ч. л. арники.

Травы измельчают, заливают кипятком и 30 минут настаивают. После этого добавляют в настой спирт и перемешивают.

В тазик наливают немного холодной воды, добавляют туда приготовленный настой и опускают в него на 10 минут ушибленное место.

\*\*\*

Если при ушибе появилась кровоточащая рана, то необходимо продезинфицировать ее антисептическим средством, а затем делать примочки.

*Требуется:* 1 ст. л. дегтя, 3 ч. л. чистотела, 1,5 ч. л. полыни горькой, 1/2 ч. л. водки или 60%-ного спирта.

Все компоненты заливают кипятком и настаивают 2 часа.

Смачивают в настое салфетку и прикладывают к пораженным местам, не допуская высыхания ткани.

\*\*\*

*Требуется:* 1 ст. л. дегтя, 25 г порошка травы чистотела, 2 ч. л. измельченных свежих листьев подорожника.

Подорожник смешивают с чистотелом, добавляют небольшое количество теплой воды, чтобы получилась кашицеобразная смесь.

Наносят небольшое количество смеси на кусочек бинта, прикладывают к месту раны и накладывают фиксирующую повязку на 2—3 часа. Данное средство способствует быстрому заживлению пораженного места. Благодаря своим целительным свойствам чистотел и деготь продезинфицируют рану, а подорожник вытянет из нее все бактерии.

\*\*\*

Приготовление мазей несколько сложнее, поскольку в их состав непременно должна входить специальная основа, объем которой намного превосходит процентный состав всех остальных компонентов. Чаще всего используется вазелин или вазелиновое масло, но возможны и ланолин, сливочное масло, свиной и говяжий жир, пчелиный воск, спермацет, деготь и др. Мази можно готовить в до-

машинных условиях, если имеются в наличии все необходимые компоненты. Предлагаемый рецепт мази эффективен в лечении фурункулов и язв.

*Требуется:* 1 ст. л. дегтя, 2 ст. л. травы тысячелистника, 2 ст. л. травы зверобоя, 20 г вазелина.

Траву измельчают, заливают кипятком так, чтобы получилась кашицеобразная масса. Накрывают крышкой, дают настояться 10 минут. Затем добавляют в полученную смесь вазелин и все тщательно перемешивают. Мазь наносят непосредственно на пораженные участки кожи.

\* \* \*

Можно воспользоваться еще одной мазью, которую легко изготовить в домашних условиях.

*Требуется:* 1 ст. л. дегтя, 1 ст. л. календулы, 1 ст. л. тысячелистника, 1 ст. л. зверобоя, 1 ст. л. ромашки, 1 ст. л. шишек хмеля.

Травы измельчают, заливают кипятком и варят на водяной бане 15 минут, после чего процеживают. Теплую кашку наносят на 20 минут на пораженные участки кожи, затем ополаскивают оставшимся отваром.

## ОБМОРОЖЕНИЕ

**Обморожение** представляет собой местное переохлаждение. Для этого необязательна очень низкая температура, достаточно большой степени потери тепла за единицу времени. Важную роль играют ветер и влажность (влажное замораживание). В переохлажденных тканях отмечается снижение обмена веществ и потребления кислорода. Только после восстановления кровообращения в обмороженных тканях можно определить степень и глубину изменений. «Моментальное отморожение» возникает при непосредственном контакте с глубокомороженными предметами (углекислота в виде снега, жидкий воздух, азот, металлы

при критических температурах). За счет быстроты воздействия не бывает сосудистой реакции, после оттаивания ткани довольно скоро восстанавливают свою функцию.

Выделяют 4 степени обморожения:

I степень — охлаждение длительностью 40—60 минут, поражение обычно только кожи (бледные, онемевшие и оочеченевшие конечности). По мере согревания развиваются покраснение, отек;

II степень — спазм сосудов более выражен и распространен. Образуются пузыри с серозно-кровоянистым содержимым;

III — IV степень — некроз подкожной клетчатки.

Окончательно глубину поражения можно установить лишь по прошествии 4—6 дней.

\* \* \*

При местном обморожении пораженные участки можно смазывать чистым березовым дегтем или мазями, содержащими 10—30% дегтя.

При глубоком повреждении кожи используют мазь Вишневского.

\* \* \*

Для ускорения заживления кожи используют смесь из 100 г куриного (гусиного, индюшачьего) жира, 50 г размельченных плодов софоры японской, 10 г воска пчелиного, 10 капель жидкого березового дегтя, которую томят 4 часа. После процеживания и охлаждения можно накладывать на обмороженные участки.

## ТРОФИЧЕСКИЕ ЯЗВЫ

**Язва** представляет собой дефект кожи с поражением эпидермиса, дермы, а иногда и глубже лежащих тканей. Трофические язвы образуются в результате некроза, види-

мо, здоровых тканей из-за нарушения их питания. Язвы бывают округлой, овальной, неправильной формы. Цвет поверхности язвы различный — от ярко-красного до синюшного. Края бывают ровными, подрытыми и изъеденными. При гнойном воспалительном процессе края язвы отечные, мягкие, отмечается обильное гнойное отделяемое и покраснение вокруг язвы. Язва всегда заживает рубцом.

\* \* \*

Смешивают 10 г березового дегтя, 100 г еловой живицы, 100 г свиного нутряного сала и 100 г воска, кипятят. Промывают рану известковой водой (1 ст. л. негашеной извести на 1 л воды), затем накладывают повязку с приготовленной мазью. Самые тяжелые трофические язвы начинают заживать после 5—6 перевязок.

\* \* \*

Трофические язвы лечат примочками из настоя эвкалипта с березовым дегтем. 100 г свежего листа заваривают 1 л кипятка, кипятят 5 минут, добавляют 2 ст. л. дегтя, процеживают.

\* \* \*

Из порошка коры ивы, березового дегтя и вазелина можно приготовить мазь (1 : 1 : 1).

\* \* \*

При трофических язвах смешивают 1 часть порошка травы сушеницы топяной, 1 часть березового дегтя и 3 части несоленого сливочного масла.

\* \* \*

Прикладывают к трофическим язвам следующую мазь: 100 г куриного жира, 50 г размельченных плодов софоры японской, 10 г воска пчелиного, 10 капель жидкого березо-

вого дегтя томить. Смесь должна слабо кипеть. Процеживают через марлю и охлаждают. Мазь снимает болевые ощущения, замечательно заживает раны.

\* \* \*

При лечении ран, язв (особенно нагноившихся) и пролежней применяют мазь Вишневского. Она обладает антисептическими свойствами; оказывает слабое раздражающее действие на рецепторы тканей, способствует ускорению процесса регенерации и заживления.

## ЦИРРОЗ ПЕЧЕНИ

**Цирроз печени** представляет собой хроническое заболевание, характеризующееся поражением печени, перестройкой ее структуры и сосудистой системы.

Цирроз развивается после вирусного гепатита, при недостаточном питании, нарушении обмена веществ, хроническом алкоголизме, патологии желчных протоков, иногда при паразитарных заболеваниях, токсических поражениях.

При циррозе печени происходит ее уплотнение, замещение функционирующей ткани на соединительную. Отмечаются тупая или ноющая боль в области печени, усиливающаяся после погрешностей в диете и физической работы; диспепсические явления, кожный зуд.

При циррозе выявляются «печеночные знаки»: «звездочки», «паучки» на коже верхней половины тела, эритема (покраснение) ладоней («печеночные ладони»), «лаковый язык» малинового цвета («печеночный язык»).

У мужчин возникает гинекомастия, нарушается рост волос на подбородке и в подмышечных впадинах. Больных беспокоят выраженная слабость, снижение трудоспособности.

При циррозе печени происходит накопление жидкости в брюшной полости (асцит), развивается варикозное

расширение вен пищевода, что приводит к кровотечениям, а также расширение подкожных околопупочных вен, расходящихся в разные стороны от пупка («голова Медузы»).

\* \* \*

В 1 ст. л. свежей сметаны капают 1 каплю березового дегтя, съедают и заедают ложечкой меда. Принимают в первый день — по 1 капле дегтя на ложку сметаны, во второй — по 2, на третий — по 3, доводя до 10 капель. Затем назад — 9, 8, 7 и так далее, до нуля. После этого в течение недели сделать перерыв. Если почувствовали улучшение, можно повторить курс. Вместо воды нужно употреблять отвар овса. Если появится аллергия или переносится лечение дегтем плохо, от рецепта следует отказаться. Дозировка отвара овса: 1 ст. л. овса (в шелухе) на 1 стакан горячей воды. Настаивают 2—3 часа, пьют вместо чая — по потребности, каждый час, заваривая 1 ст. л. овса 1 стаканом кипятка.

\* \* \*

Березовый деготь при циррозе печени можно добавлять в травяной настой. 10 г зверобоя продырявленного (травя), пижмы (цветки), тысячелистника (травя), ромашки аптечной (цветки), лопуха большого (корни), шиповника (плоды), шалфея (травя), девясила (корень), горца птичьего (травя) и череды трехраздельной (травя) смешивают, берут 1 ст. л. смеси на 1/2 л кипятка. Принимают в виде настоя или отвара, предварительно добавив 5 капель березового дегтя на 1 стакан, по 1/3—1/2 стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.

### ГЕЛЬМИНТОЗЫ

Гельминтозы представляет собой заболевание, при котором в организме происходит развитие червей-паразитов. Наиболее часто, особенно в детской практике, встречаются аскаридоз и энтеробиоз.

**Аскаридоз.** Возбудителем заболевания является аскарида, паразитирующая в тонком кишечнике человека. Заражение происходит при проглатывании яиц аскариды с немытыми фруктами, ягодами, овощами или водой, загрязненной нечистотами.

В тонком кишечнике развивается личинка, в течение 7—10 дней совершающая миграцию по лимфатическим и кровеносным сосудам. Через стенки сосудов она проникает в легкие, затем в трахею, глотку, вновь заглатывается и при повторном попадании в тонкий кишечник развивается во взрослого гельминта. Продолжительность жизни аскарид — около года.

Клиническая картина. В миграционной стадии появляются боли в грудной клетке, кашель, нередко с кровавистой мокротой, субфебрильная температура тела. В легких прослушиваются хрипы. В кишечной фазе выделяются: желудочно-кишечная форма, проявляющаяся разнообразными расстройствами пищеварения; гипотоническая форма, характеризующаяся повышенной утомляемостью, слабостью, снижением артериального давления и др. Неврологическая форма в основном проявляется головокружением, тревожным сном.

В кишечной фазе нередко возникают осложнения: аскаридозная непроходимость кишечника; аппендицит, вызванный аскаридами; перитонит в результате разрыва кишки; аскаридозные поражения печени, желчных путей с развитием желтухи, абсцесса печени; аскаридозный панкреатит. Возможно попадание аскарид в дыхательные пути, что чревато развитием асфиксии.

**Энтеробиоз.** Заболевание вызывает острица, паразитирующая в верхнем отделе толстого кишечника. Яйца острицы откладывают не в кишечнике, а в складках вокруг анального отверстия. Они развиваются как во внешней среде, так и на теле человека, в связи с чем возможно повторное самозаражение. Из попавшего в пищеваритель-

ный тракт человека яйца острицы формируется личинка, которая в течение 3 недель превращается во взрослую острицу.

Клиническая картина проявляется сильным зудом в области заднего прохода, промежности, у женщин — и в области влагалища. Расчесывание приводит к образованию трещин, сыпи, экземы, иногда абсцессов и вульвовагинитов. При интенсивном размножении могут наблюдаться диспептические явления (боли в правой половине живота, тошнота, снижение аппетита, частый стул со слизью и примесью крови). Нередко возникают головные боли, головокружения, тревожный сон, рассеянность.

\*\*\*

Детям для устранения любой гельминтозной инвазии на пупок на 2 суток полезно накладывать ватку, смоченную дегтем. Пупок предварительно нужно густо смазать детским кремом, ватку зафиксировать лейкопластырем. Для избежания раздражения на коже на ватку нужно нанести небольшой слой дегтя — несколько капель, чтобы ватка была смочена не полностью. На третьи сутки тампон можно снять. Сделать перерыв на трое суток и вновь повторить. После третьего раза глисты выйдут. При болях в животе полезно нюхать керосин. Диета должна быть сладкой, чеснок и лук не употреблять, не есть ничего острого.

Из березового дегтя получают эфирное масло, обладающее выраженным глистогонным эффектом.

**Лямблиоз** представляет собой заражение лямблиями, протекающее в виде нарушения функции кишечника или как бессимптомное паразитоносительство. Источником заболевания является только человек. Возбудитель — лямблия, относится к простейшим. Инфекция проникает через верхние отделы тонкого кишечника.

Лямблии вызывают изменения слизистой оболочки в

месте прикрепления. Общее самочувствие больных остается хорошим, температура тела нормальная. Больные жалуются на неприятные ощущения в эпигастрии, тошноту, пониженный аппетит, иногда урчание в животе, ощущение дискомфорта в верхних отделах живота. У некоторых больных наблюдается жидкий водянистый стул, может отмечаться небольшое снижение массы тела. Через несколько дней все эти симптомы постепенно исчезают. Опасно поражение лямблиями печени, что чревато развитием различных осложнений.

\*\*\*

При лямблиях в печени 1 месяц пить березовый деготь или дегтярную мазь на свежесжатом яблочном соке. Первый день — по 1 капле дегтя на 1 ст. л. сока 3 раза в день перед едой. Второй день по 2 капли дегтя, третий — по 3 и т. д. На 7-й и последующие дни — по 1/2 ч. л. дегтя на 1 ст. л. сока. Через 3 месяца после последнего приема — 5 дней по 1/2 ч. л. дегтя на 1 ст. л. сока 3 раза в день до еды. После этого через 2—3 месяца — 5 дней по 1/2 ч. л. дегтя на 1 ст. л. сока 3 раза в день до еды. После этого через месяц деготь пить еще полгода каждый месяц в первые 3 дня месяца.

### ПРИМЕНЕНИЕ БЕРЕЗОВОГО ДЕГТЯ В КОСМЕТИКЕ

Помимо лечебных свойств березовый деготь обладает косметическим воздействием. Настоянная на нем вода (2 ст. л. дегтя на 1/2 л воды) используется в каждом из приведенных ниже рецептов.

### РЕЦЕПТЫ ПО УХОДУ ЗА СУХОЙ КОЖЕЙ

#### Вода из петрушки и пустырника

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, свежая зелень петрушки и пустырника.

Траву нарезают как можно мельче, заливают кипятком, дают настояться 30 минут, затем процеживают. Умываются для устранения шелушения и для разглаживания кожи.

### **Маска с оливковым маслом**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ч. л. оливкового масла, 1 ст. л. овсяной муки, пустырник.

Мелко нарезают траву, смешивают с оливковым маслом, добавляют овсяной муки и готовят кашичку. Маску толстым слоем наносят на лицо и шею, через 20 минут смывают теплой водой.

### **Цитрусовая маска для сухой кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 сырой яичный желток, 1/2 ч. л. тертой лимонной или апельсиновой корки, 1 ст. л. растительного масла, 2—3 капли лимонного сока, 1/2 л настоя пустырника.

К желтку добавляют на кончике ножа тертую лимонную или апельсиновую корку. Смешивают и дают постоять 30 минут в закрытой посуде. Прибавляют 2—3 капли лимонного сока и 1 ст. л. растительного масла, наносят на лицо и шею.

Через 20 минут смывают теплым настоем пустырника.

### **Творожная маска с лекарственными травами**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. творога, 1 ч. л. настоя корней одуванчика, 1 ч. л. настоя травы пустырника, 1 ч. л. настоя цветов боярышника.

Настой лекарственных трав вливают в творог. Все тщательно перемешивают. Полученную смесь наносят на лицо и шею на 20 минут, затем смывают теплой водой. Маска рекомендуется для сухой, бледной, анемичной кожи.

### **Картофельная маска**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 вареная картофелина, 1/2 стакана молока, 1 ст. л. сока пустырника.

Разминают вареный картофель, смешивают с молоком и соком пустырника до образования кашицы и наносят на лицо и шею на 20 минут. Затем смывают теплой водой.

### **Маска для нежной, легко раздражаемой кожи лица**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ч. л. цветков ромашки, 1 ч. л. пустырника, 1 ч. л. листьев подорожника, 1 ч. л. крахмала.

Травы смешивают, заливают смесь 1 стаканом кипятка, дают настояться в термосе 15—20 минут. Затем процеживают настой и добавляют в него, непрерывно помешивая, 1 ч. л. крахмала. Маску в теплом виде наносят кисточкой или ватным тампоном на лицо и шею. Через 30 минут смывают ее теплой водой и наносят на лицо и шею питательный крем.

### **Маска для сухой шелушащейся кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 100 г растительного масла, 1 ст. л. тщательно растертых цветков ромашки, 1 ст. л. сока пустырника, 1 ст. л. меда.

Смешивают растительное масло с травами, медом и водой и наносят на слой ваты (1 см толщиной), в котором оставлены отверстия для глаз и носа. Накладывают маску на лицо и шею, накрывают сверху махровым полотенцем, оставляют на лице на 15—20 минут, затем смывают теплой водой.

### **Смягчающая и успокаивающая маска из сухих трав**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 2 ч. л. измельченных цветков липы, 2 ч. л. пустырника, 1 стакан молока.

Травы заливают молоком, ставят на 5—7 минут на слабый огонь, доводят до кипения. Смесь хранят в закрытой посуде. Теплым отваром трав смачивают кожу, затем тонким слоем наносят на нее жидкий крем, а сверху кладут теплую гущу трав (можно через марлю). Маску покрывают махровым полотенцем. Через 15—20 минут снимают ватным тампоном и накладывают на лицо и шею питательный крем.

### **Смягчающая маска для сухой, раздраженной или дряблой кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. льняного семени, 20—25 капель аптечной настойки пустырника.

Заливают льняное семя водой на 10—15 минут, затем вливают настойку пустырника, ставят на слабый огонь и помешивают до образования негустой кашицы. Когда смесь станет приятно теплой, ее наносят на лицо и шею, слегка втирая. Через 20 минут маску снимают отваром теплого чая, затем ополаскивают лицо холодным молоком и высушивают мягким полотенцем.

### **Капустная маска**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 2—3 листа свежей капусты, 1 стакан молока, 1 ч. л. настойки пустырника.

Измельчают листья капусты. Молоко смешивают с настоек пустырника, отваривают в этой смеси измельченную капусту до образования кашицы и наносят на лицо и шею на 20 минут, затем смывают дегтярной водой.

### **Маска из простокваши с пустырником**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1/2 стакана простокваши, 2 ст. л. пшеничной муки, 1 ч. л. сухой измельченной травы пустырника.

В простоквашу добавляют пшеничную муку и пустырник, так, чтобы маска не стекала с лица. Полученную смесь наносят на лицо и шею, держат 15—20 минут. Затем смывают маску прохладной водой. Маска рекомендуется женщинам с нежной чувствительной кожей.

### **Питательная маска**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. густых сливок, 1 ст. л. овсяных хлопьев, 1 ст. л. свежего пустырника, 1/2 банана.

Банан измельчают и взбивают со сливками в пену. Добавляют измельченные овсяные хлопья и пустырник и наносят толстым слоем на лицо и шею на 20 минут, затем смывают теплой водой.

### **Маска из листьев лекарственных растений**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. свежих листьев малины, мать-и-мачехи, ежевики и пустырника.

Измельчают как можно мельче свежие листья малины, мать-и-мачехи, ежевики и пустырника. Смазывают кожу лица и шеи жирным питательным кремом, сверху накладывают маску из листьев. Оставляют маску на 10—15 минут, затем снимают ватным тампоном и умываются теплой водой.

### **Медовая маска для лица**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, яичный желток, 1 ч. л. меда, 1 ч. л. глицерина, 2 ст. л. настойки травы пустырника.

Желток, мед, глицерин и настойку пустырника перемешивают и намазывают полученной смесью лицо на 1—2 ч, затем смывают прохладной водой. Если часть смеси осталась неиспользованной, можно держать ее в холодильнике

и применять в течение нескольких дней. Маску рекомендуется повторять 2—3 раза в неделю. После наложения маски лицо выглядит посвежевшим, мелкие морщинки расправляются.

### **Универсальная маска для чувствительной кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ч. л. сметаны, 1 ч. л. меда, 2—3 ягоды земляники, 1 ч. л. свежей измельченной травы пустырника.

Пустырник смешивают с размятыми ягодами земляники, растирают с медом и сметаной, наносят на лицо и шею и оставляют на 15—20 минут. Затем смывают ватным тампоном, смоченным дегтярной водой.

### **Сухая маска для кожи лица**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 4 ст. л. травы пустырника.

Измельчают высушенную траву пустырника. Из хлопчатобумажной ткани с сетчатой структурой шьют мешочек и кладут в него пустырник. Мешочек нагревают на сухой сковородке или в кастрюле. Кожу лица очищают лосьоном или дегтярной водой, затем накладывают горячий мешочек на лицо и шею и держат до тех пор, пока смесь не остынет. Маску применяют 1 раз в неделю.

### **Масляный травяной настой для сухой раздраженной кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. цветков зверобоя, 1 ст. л. травы пустырника, 1 стакан растительного масла.

Травы заливают растительным маслом. Дают настояться в течение 3 недель. Протирают кожу полученным настоем каждый вечер.

### **Лосьон из пустырника для чувствительной, требовательной кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 стакан сухого пустырника, 1/2 стакана растительного масла (оливкового, персикового, миндального, кукурузного).

Пустырник заливают растительным маслом и нагревают на водяной бане. Протирают лосьоном кожу 1—2 раза в день.

### **Лосьон для чувствительной, легкораздражимой кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. сухих лепестков розы, 1 ст. л. пустырника, 1 ст. л. ромашки, 1 ст. л. мяты, 1 ст. л. петрушки, 1 ст. л. подорожника, 1 ст. л. сока алоэ.

Травы смешивают в стеклянной посуде с плотно закрывающейся крышкой и заливают 2 стаканами кипящей воды. Настаивают в теплом месте 2 часа, затем процеживают. Лосьоном протирают кожу лица утром и вечером вместо умывания.

### **Цветочный крем для сухой кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 25 г маргарина или сливочного масла, 1 яичный желток, цветки розы, пустырника, липы, 1 листок подорожника.

Масло или маргарин тщательно растирают с желтком и травами. Цветки срывают осторожно, стараясь не стряхнуть пыльцу. Крем можно хранить в холодильнике не более одной недели.

### **Компресс для сухой кожи лица**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. липового цвета, 1 ст. л. сухой травы пустырника, 1 ст. л. мяты, 1 ст. л. ромашки.

Травы смешивают и заливают 1 л кипятка. Через 15 минут настой процеживают. В теплом настое смачивают мар-

лю и накладывают на лицо и шею. Чтобы кожа как следует прогрелась, повторяют процедуру несколько раз, меняя компрессы по мере их остывания. После компресса наносят на кожу жирный крем.

### Крем для сухой кожи

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 100 г сметаны, 1 сырой яичный желток, 1 ст. л. спиртовой настойки пустырника.

Сметану смешивают с желтком, добавляют настойку пустырника, тщательно перемешивают. Такой крем смягчает сухую кожу, снимает зуд и раздражение.

### Примочки от отеков и раздражения кожи

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 4 ст. л. высушенной и измельченной травы пустырника.

Траву заливают 1 стаканом кипятка в эмалированной посуде, закрывают крышкой и нагревают на водяной бане, периодически помешивая, 15 минут. Затем охлаждают при комнатной температуре 15 минут и процеживают.

Из настоя делают примочки на кожу лица 2 раза в день. Настой пустырника также можно заморозить в формочках для льда и протирать им лицо, шею и грудь.

### Мягкое косметическое молочко

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 2 ст. л. зерен пшеницы, 2 ст. л. высушенной травы пустырника, 1 яйцо, 1 стакан яблочного уксуса или белого вина.

Пшеницу и измельченную траву пустырника заливают яблочным уксусом или белым вином. Оставляют смесь на 3—5 дней в темном месте, затем процеживают, добавляют желток и размешивают.

Этим молочком очищают сухую чувствительную кожу лица вечером. Если у вас жирная пористая кожа, можете использовать молочко утром после умывания.

### Успокаивающий компресс для век

При покраснении и отеках век хорошо помогает компресс из смеси лекарственных трав. Этот же компресс можно использовать и при подергивании мышц лица, век — так называемом тике.

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. высушенной травы пустырника, 1 ст. л. высушенных цветков боярышника, 1 ст. л. валерианы.

Лекарственные растения измельчают и перемешивают. Смесь заливают 1 стаканом кипятка, дают ей настояться 1 час, процеживают через марлю. Ставят в холодильник. Холодным отваром смачивают кусочек материи. Ложатся на спину, расслабляются и кладут компресс на веки. Компресс держат 10—15 минут.

Для достижения наилучшего результата желательно делать холодные компрессы 2—4 раза в день.

### Компрессы для удаления мешков под глазами

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ч. л. высушенного шалфея, 1 ч. л. высушенного пустырника.

Измельчают травы, смесь заливают 1 стаканом кипятка и прикрывают крышкой на несколько минут. Затем процеживают, половину отвара ставят в холодильник, другую половину сильно подогревают. Кладут 2 куса ваты в горячий отвар, два — в холодный и попеременно прикладывают на 10 минут то холодный компресс, то горячий.

Процедуру рекомендуется проделывать каждый день перед сном. Приблизительно через месяц должно наступить значительное улучшение.

### Средство против трещин в углах рта

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. сухих цветков календулы, 1 ст. л. сухой травы пустырника, 30—40 г несоленого сливочного масла или питательного крема для сухой кожи.

Травы тщательно измельчают в кофемолке, смешивают с маслом или кремом. Мазь накладывают на область трещин на ночь под повязку. Повязки меняют ежедневно. Продолжительность лечения — до полного заживления трещин. Трещины на губах смазывают мазью и после каждого приема пищи. В летнее время при выходе на улицу составом пользоваться не рекомендуется, особенно при чувствительности к ультрафиолетовым лучам. Не используйте его и для смазывания губ при выходе на улицу в морозную погоду.

## РЕЦЕПТЫ ПО УХОДУ ЗА ЖИРНОЙ КОЖЕЙ

### Паровая ванночка для воспаленной кожи

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. сухого пустырника.

Пустырник заливают 1 л кипятка. Умываются теплой водой, затем наклоняются над миской и накрываются махровым полотенцем, пока лицо не вспотеет. Промокнув кожу лица полотенцем, удаляют угри, а затем ополаскивают лицо и шею холодной водой. Продолжительность паровой ванночки не должна превышать 10 минут.

### Маска, сужающая поры и улучшающая кровообращение

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ч. л. высушенного пустырника, 1 ч. л. ромашки, 1 ч. л. мяты, 1 ч. л. крапивы, 1/2 стакана овсяной муки, 1 ст. л. меда.

Траву заливают 1 стаканом кипятка, дают настояться 20—30 минут, затем процеживают и ставят в холодное место на несколько часов. Отвар вновь подогревают, затем овсяную муку заливают теплым отваром до густоты сметаны. Добавляют 1 ст. л. меда, перемешивают. Наносят толстым слоем на лицо и шею, оставляют на 20 минут. Смывают теплой водой, затем ополаскивают лицо холодной водой.

### Маска для жирной воспаленной кожи

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 сырой яичный белок, 1 ст. л. 3%-ной перекиси водорода, 1,5 ст. л. крахмала, 1 ст. л. настойки травы пустырника.

Взбивают в пену белок, добавляют перекись водорода и крахмал и размешивают до густоты сметаны. Добавляют настойку пустырника. Смесь наносят на лицо и шею, при воспалениях на спине — на кожу спины. После высыхания маску смывают прохладной водой.

### Творожная маска для жирной кожи

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 50 г творога, 1 ст. л. сметаны, 1 сырой яичный белок, 20 капель аптечной настойки пустырника.

Творог смешивают со сметаной, взбитым белком и настойкой пустырника до образования густой кашицы и наносят на кожу на 15—20 минут, затем смывают теплой водой. Такую маску можно делать 1 раз в неделю, она очень хорошо действует на воспаленную кожу.

### Белковая маска для жирной кожи

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 сырой яичный белок, 3 ч. л. настоя пустырника.

Белок взбивают в крепкую пену, добавляют настой пус-

тырника, перемешав, наносят на лицо и шею на 20 минут, затем смывают теплой водой. Маска рекомендуется для жирной, воспаленной кожи лица, поскольку оказывает стягивающее и успокаивающее действие.

### **Маска, сужающая поры и снимающая покраснение**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. картофельной муки, 1 ч. л. сока пустырника, 3—5 ягод красной и белой смородины.

В миске измельчают ягоды красной и белой смородины, смешивают с картофельной мукой и соком пустырника. Полученную кашу наносят на шею и лицо. Через 15—20 минут смывают теплой водой. Маска сужает поры и оказывает на кожу успокоительное действие.

### **Маска из лекарственных растений**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 3—4 листа подорожника, 4 ст. л. травы пустырника.

Растения промывают в нескольких водах, последний раз — в охлажденной кипяченой, пропускают через мясорубку. Из полученной кашицы делают маску для лица. Через 20 минут смывают холодной водой.

### **Маска для жирной кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 2 ч. л. высушенной травы пустырника, 2 ч. л. сухих листьев шалфея, 1 ч. л. шиповника, 1/2 ч. л. мяты.

Травы тщательно измельчают и перемешивают, заливают 1,5 стакана кипятка и ставят на 30 минут в горячую воду в плотно закрытой посуде. Теплым настоем слегка похлопывающими движениями смачивают кожу лица. На заранее приготовленный кусок марли, состоящий из 2—3 сло-

ев с отверстиями для глаз и рта, наносят густую смесь трав и накладывают на лицо и шею (марлей сверху). Лицо накрывают махровым полотенцем. Через 20 минут маску удаляют теплой кипяченой водой. Спустя 5—6 минут смазывают лицо кремом.

### **Стягивающая белковая маска для жирной кожи лица**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 сырой яичный белок, 1 ч. л. сока пустырника.

Во взбитый белок медленно вливают 1 ч. л. сока пустырника. Маску наносят кисточкой на кожу и держат до образования тонкой пленки. На пленку наносят еще один слой, потом третий и т. д. Продолжительность маски — 20 минут. Маску смывают теплой водой, после чего протирают лицо чистым льдом. Маска стягивает поры жирной кожи и успокаивает ее.

### **Лечебная маска**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1/4 стакана отвара пустырника, 1/4 стакана отвара полыни, 2 ст. л. кукурузной муки.

Разводят кукурузную муку смесью отваров полыни и пустырника до консистенции кашицы. Наносят на лицо и шею и оставляют на 20 минут, затем смывают теплой водой.

Маска обладает успокаивающим действием и очень эффективна при нейродермите, угревой сыпи и крапивнице.

### **Маска для воспаленной кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1/4 кусочка медицинского серного мыла, 1 ч. л. сока пустырника, 1/2 ч. л. 3%-ного раствора перекиси водорода.

Мыло мелко нарезают, взбивают с теплой водой, соком пустырника и раствором перекиси водорода в крепкую пену и наносят на лицо и шею на 20—25 минут. Затем смывают теплой водой.

### **Дрожжевая маска для жирной кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 20 г дрожжей, 2 ст. л. сметаны, 1 ч. л. сока пустырника и календулы.

Дрожжи смешивают со сметаной и соком растений до образования густой кашицы, наносят на лицо и шею на 15—20 минут.

Маску делают 1—2 раза в неделю в течение месяца. Такая маска эффективна при жирной воспаленной коже.

### **Витаминная маска для жирной кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 спелый помидор, 1/2 л настоя пустырника и шалфея.

Хорошо размятую томатную мякоть наносят на лицо и шею на 10—15 минут. Затем снимают маску с лица и умываются теплым настоем трав.

### **Молочко для жирной кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 большой свежий огурец, 2 сырых яичных белка, 1 ч. л. настоя или сока пустырника.

Яичные белки взбивают в пену. Огурец натирают на мелкой терке и отжимают сок, смешивают со взбитыми белками, добавляют настой или сок пустырника и 1 стакан кипяченой воды комнатной температуры.

Полученным молочком протирают кожу лица несколько раз в день, предварительно тщательно очистив кожу от косметики.

### **Лосьон для жирной воспаленной кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 2 ст. л. сушеной травы пустырника, 4 ч. л. борного спирта, 2 ст. л. настойки календулы, 1 ч. л. лимонного сока.

Пустырник измельчают, заливают 1/2 л кипятка, кипятят 10 минут на медленном огне, процеживают. К полученному отвару добавляют борный спирт и настойку календулы, а затем лимонный сок. Протирают лосьоном кожу утром и вечером. Благодаря седативному действию пустырника лосьон успокаивает раздраженную кожу лица.

### **Чайный лосьон для жирной кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1/2 л минеральной воды, 1 ч. л. чая, 1 ч. л. травы пустырника.

Минеральную воду нагревают до кипения, заваривают ею чай и пустырник. Остужают, прибавляют несколько капель лимонного сока или лимонной кислоты. Лосьоном протирают кожу утром и вечером, он хорошо стягивает поры и снимает воспаление.

## **РЕЦЕПТЫ ПО УХОДУ ЗА СТАРЕЮЩЕЙ КОЖЕЙ**

### **Тонизирующий лед, замедляющий старение**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 стакан шишек хмеля, 1 ч. л. аптечной настойки пустырника или элеутерококка.

Заливают хмель 1 стаканом кипятка и дают настояться 20—30 минут, затем процеживают. В полученный настой добавляют настойку пустырника или элеутерококка, разливают в формочки для льда и замораживают. Этим льдом протирают кожу утром и вечером каждый день в течение 30 дней. Курс лечения можно повторить после перерыва в 1 месяц.

**Лосьон для увядающей кожи лица**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 2 ст. л. высушенной травы пустырника, 1/2 стакана водки, 1 ч. л. глицерина.

Измельченный пустырник заливают водкой и настаивают в темном месте 5—7 дней, процеживают. К настойке добавляют 1 ст. л. дегтярной воды и глицерин, перемешивают. Используют лосьон каждый вечер после умывания.

**Лосьон из травы пустырника**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 4 ст. л. высушенной травы пустырника, 1/2 л. белого сухого вина.

Измельчают траву и заливают ее белым вином с дегтярной водой. Кипятят смесь на медленном огне 15 минут. Отвар процеживают и оставляют охлаждаться. Затем выливают в стеклянную посуду и хранят в прохладном, защищенном от солнечных лучей месте. Этим лосьоном протирают лицо 2 раза в день.

**Маска, разглаживающая морщины**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 печеное яблоко, 1 сырой яичный желток, 1 ч. л. настойки пустырника, 1 ч. л. растительного масла, 1 ч. л. пшеничной или геркулесовой муки.

Растертое печеное яблоко смешивают с сырым желтком, добавляют дегтярную воду, растительное масло и настойку пустырника. Смесь загущают мукой. Маску наносят тонким слоем на кожу лица и шеи, оставляют на 20—30 минут, затем смывают теплой водой.

**Маска смягчающая дрожжевая**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 10 г дрожжей, 2 ч. л. молока, 1/2 ч. л. аптечной настойки пустырника.

Дрожжи разводят молоком и настойкой пустырника до консистенции сметаны. Смесь наносят на лицо и шею на 15—20 минут, затем смывают теплой водой. Маска эффективна при сухой, увядающей коже лица.

**Питательная маска для стареющей, дряблой кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 2 ст. л. дрожжей, 2—3 ст. л. настоя пустырника и ромашки, 1 ст. л. растительного масла.

Измельченные дрожжи растирают с растительным маслом и настоями трав до образования кашеобразной массы. Полученную смесь наносят на лицо и шею на 20 минут, затем смывают прохладной дегтярной водой.

**Овощная маска с пустырником для увядающей кожи**

*Требуется:* 1 небольшая морковь, 1 ст. л. измельченных пшеничных зерен, 1 ч. л. размолотой яичной скорлупы, 1 ч. л. меда, 1 ч. л. настоя пустырника, 1 ч. л. овсяных хлопьев, 1 стакан кефира.

На мелкой терке натирают морковь, добавляют пшеничные зерна, яичную скорлупу, мед, настой пустырника и овсяные хлопья. Доливают кефир так, чтобы образовалась смесь, по густоте напоминающая сметану. Смесь накладывают на очищенную кожу лица и шеи. Когда она подсохнет, накладывают остальную массу. Через 20—30 минут маску смывают теплым чаем.

**Омолаживающая маска**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. измельченных листьев свежей крапивы, 1 ст. л. лепестков розы, 1 ст. л. травы пустырника, 1 ст. л. цветков ромашки.

Растения смешивают, добавляют к ним немного теплой воды, чтобы получилась густая масса, ставят на 10—15 минут на водяную баню. Затем, слегка охладив кашицу, наносят ее на лицо и шею. Через 20—25 минут снимают маску ватным тампоном и ополаскивают лицо теплой водой.

### **Маска, снимающая отечность**

*Требуется:* 1 сырая картофелина, 0,5 л настоя пустырника.

Картофель натирают на мелкой терке, помещают между двумя марлевыми салфетками и накладывают на лицо и шею. Через 20—30 минут маску снимают и протирают лицо настоем пустырника. Рекомендуется делать маску 2—3 раза в неделю. При регулярном ее применении уменьшится отечность лица и исчезнут мешки под глазами.

### **Маска, разглаживающая морщины**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 сырой желток, 1 ч. л. растительного масла, 1 ч. л. сметаны, 1 ч. л. сока пустырника, 1 ч. л. морковного сока, 2—3 ч. л. овсяной муки или крахмала.

Желток, сметану, растительное масло, сок пустырника и морковный сок тщательно перемешивают. Для сгущения смеси добавляют 2—3 ч. л. овсяной муки или крахмала и наносят на лицо и шею на 15—20 минут, затем смывают теплой водой. Маска рекомендуется для стареющей, морщинистой кожи лица.

### **Питательная маска для увядающей кожи**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 50 г фасоли, 2—3 ч. л. сока пустырника, 1 ч. л. оливкового масла, несколько капель лимонного сока.

Фасоль отваривают, разминают вилкой, добавляют сок пустырника и лимона, оливковое масло. Теплую кашку наносят на лицо и шею на 20 минут. Смывают теплой водой, затем ополаскивают лицо холодной. Маска хорошо питает кожу, а также отбеливает ее.

### **Маска, освежающая цвет лица**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 3 свежие бледно-желтые моркови, 1 ч. л. картофельной муки, 1/2 ч. л. сока пустырника, 1/2 сырого яичного желтка.

Морковь натирают на терке, добавляют картофельную муку (можно заменить ее 1 ч. л. свежеприготовленного, хорошо размятого картофельного пюре), половину желтка, сок пустырника. Все тщательно перемешивают и наносят на лицо и шею ровным слоем. Смывают через 15—20 минут теплой водой. Маска хорошо освежает и разглаживает тусклую, увядшую кожу лица.

### **Маска из зверобоя, сливок и овсяных хлопьев**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 50 мл настоя зверобоя, 3 ст. л. овсяных хлопьев, 1 ст. л. сливок.

Зверобой заливают кипятком, накрывают крышкой и оставляют настаиваться 10 минут в прохладном темном месте, процеживают. Заливают настоем овсяные хлопья (они должны хорошо набухнуть), после чего добавляют сливки. Накладывают смесь на лицо и шею. Через 30 минут умываются теплой водой. Маска способствует разглаживанию морщин, улучшает цвет кожи, делает ее бархатистой.

### **Маска из зверобоя и муки**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. измельченного зверобоя, 2 ст. л. муки.

Зверобой заливают кипятком на 30 минут, не процежи-

вая, смешивают с мукой. Накладывают маску на лицо и шею на 20 минут, смывают попеременно прохладной и теплой водой для улучшения кровообращения.

### **Морковная маска со зверобоем**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1/2 небольшой моркови, 1 небольшая луковица, 1/3 огурца, 1 ст. л. измельченного зверобоя.

Овощи моют, натирают на крупной терке и смешивают со зверобоем, все тщательно перемешивают. Полученную смесь наносят на лицо и шею на 20 минут. Затем смывают маску прохладной водой.

### **Овощная маска со зверобоем**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 зубчик чеснока, 1 ст. л. измельченного зверобоя, 1 ст. л. овсяной муки, 1/2 огурца.

Чеснок отжимают через чесночницу, огурец моют и натирают на мелкой терке, добавляют зверобой и муку. Все тщательно перемешивают. Наносят смесь на лицо и шею, через 20 минут смывают прохладной водой.

### **Молочная маска с дыней и зверобоем**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 30 г дыни, 1 ст. л. измельченного зверобоя, 1 ст. л. молока.

Дыню смешивают со зверобоем, добавляют молоко. Накладывают маску на лицо и шею и держат 20—30 минут, затем смывают прохладной водой.

### **Маска из зверобоя и дрожжей**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. измельченного зверобоя, 30 г маргарина, 10 г свежих дрожжей.

Траву заваривают. Через 20 минут отвар процеживают и заливают им дрожжи на 15 минут. Добавляют в полученную смесь растопленный маргарин, все тщательно перемешивают. Наносят маску на лицо и шею и через 30 минут смывают теплой водой.

### **Маска из льняной муки и настоя зверобоя**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 3 ст. л. льняной муки, 3 ст. л. настоя зверобоя.

Зверобой заливают кипятком, накрывают крышкой и оставляют настаиваться на 20 минут в темном и прохладном месте. После этого настоем процеживают и добавляют муку. Все тщательно перемешивают до получения однородной массы.

Наносят маску на лицо и шею. Через 20 минут смывают ее теплой водой. Зверобой в сочетании с льняной мукой эффективно разглаживает морщины, очищает и питает кожу лица.

### **Маска из манки, молока и зверобоя**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 2 ст. л. манки, 100 мл молока, 1 ст. л. зверобоя, 1 ч. л. растительного масла.

Манку варят в молоке, смешивают со зверобоем и маслом, накрывают крышкой на 5 минут. Теплую смесь накладывают на лицо и шею на 30 минут, смывают теплой водой. Такая маска отшелушивает лишние клетки эпидермиса, очищает, омолаживает и питает кожу лица витаминами.

### **Фасолево-зверобойная маска**

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1/2 стакана фасоли, 2 ст. л. настоя зверобоя.

Фасоль замачивают в холодной воде на 6 часов, затем отваривают и разминают, после чего смешивают с настоем

зверобоя. Накладывают маску на лицо и шею на 20 минут, затем смывают теплой водой. Маска нормализует обменные процессы, снимает раздражение и воспаление кожи.

## УХОД ЗА КОЖЕЙ РУК И НОГ И ВОЛОСАМИ

### Ванночки для стоп и кистей

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, сухие листья березы, сухая трава пустырника.

Из трав готовят настой. Из теплого настоя делают ванночки для стоп и кистей. Продолжительность ванночек 10—15 минут. После этого вытирают кожу рук и ног насухо. Проводят такие процедуры 3 раза в неделю.

### Ванночки для снижения потливости ладоней

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 2 ст. л. измельченной травы пустырника, 1 стакан кипятка.

Траву пустырника заливают кипятком. Охлаждают при комнатной температуре 45 минут и процеживают. Одну часть настоя выливают в ванночку с холодной водой, другую — в горячую воду. Поочередно опускают руки то в холодную, то в горячую воду.

### Настой против перхоти и кожного зуда

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. крапивы двудомной, 1 ст. л. пустырника, 1 ст. л. листьев мать-и-мачехи.

Растения измельчают и заваривают 1 стаканом кипятка. Дают настояться 20 минут, процеживают, отжав оставшееся после настаивания сырье. Полученным крепким настоем ополаскивают голову. Если кожа головы сильно раздражена, используют настой для примочек, накладывая их 2—3 раза в неделю после мытья головы.

## Лосьон для тела

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 4 ст. л. настоя пустырника, 2 ст. л. яблочного уксуса.

Уксус разбавляют 1 стаканом холодной кипяченой воды, вливают в настой пустырника. Этот лосьон втирают в кожу ежедневно после купания при повышенном потоотделении.

## Средство от перхоти

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 50 мл настоя василька, 50 мл настоя пустырника, 200 мл воды, 200 мл уксуса.

Смешивают настои лекарственных трав, затем добавляют смесь воды и уксуса. Полученным настоем моют голову ежедневно в течение 15—20 дней.

## Средство для удаления перхоти

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 2 ст. л. настойки пустырника, 2 ст. л. настойки календулы, 2 ст. л. касторового масла.

Травяные настойки смешивают с касторовым маслом. Смесь протирают кожу головы для очищения кожи и удаления перхоти 2—3 раза в неделю.

## Средство для лечения сухой себореи кожи головы

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. аптечной настойки пустырника, 1 ст. л. аптечной настойки элеутерококка колючего, 50 мл питательного крема.

Настойки лекарственных растений тщательно смешивают с питательным кремом. Полученную смесь втирают в кожу головы 2—3 раза в неделю. Курс лечения — 10 втираний. Можно повторять лечение через 3—4 недели. Процедуры устраняют зуд, которым сопровождается заболевание, и укрепляют волосы.

### Маска-обертывание для волос

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 сырой яичный желток, 1 ст. л. настойки пустырника.

Желток смешивают с настойкой пустырника и наносят на волосы. Голову повязывают платком или обертывают целлофаном. Через 20 минут смывают маску теплой водой. Эту процедуру проводят 1 раз в месяц. Маска придает волосам живой блеск и красоту и предотвращает появление перхоти.

### Масло для волос

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. травы пустырника, 1 ст. л. травы фиалки трехцветной, 1 стакан растительного масла.

Траву заливают растительным маслом, дают настояться 12 часов. Смесь нагревают на водяной бане 30 минут, затем процеживают. Масло втирают в волосистую часть головы 2—3 раза в неделю. Курс лечения составляет 10—12 процедур.

При необходимости можно повторить его через 3 недели. Масло используется как средство против перхоти и для укрепления волос.

### Маска для кожи головы

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 2 ст. л. свежих измельченных листьев одуванчика, 2 ст. л. свежей измельченной травы пустырника, 2 ст. л. свежей измельченной крапивы.

Все растения смешивают, растирают до консистенции каши. Полученную кашу наносят на кожу головы на 10—15 минут. Голову покрывают полиэтиленовой косынкой. Затем волосы расчесывают и моют. Маска полезна для чрезмерно жирных волос.

### Маска для жирных волос

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 сырой яичный белок, 1 ст. л. сухой травы пустырника, 1 ст. л. сухих цветков ромашки.

Травы заливают 50 мл кипятка и настаивают около 4 часов, затем процеживают и смешивают с белком, взбитым в пену. Смесь втирают в волосы и кожу волосистой части головы и оставляют до полного высыхания. Затем волосы ополаскивают.

### Лосьон для кожи головы

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 ст. л. сухой измельченной травы зверобоя, 1 ст. л. сухой измельченной травы пустырника, 90 мл спирта или водки.

Траву зверобоя и пустырника заливают спиртом или водкой, настаивают неделю, затем процеживают и хранят в плотно закупоренном флаконе. Полученным лосьоном протирают кожу головы 1—2 раза в неделю. При сухих волосах для настойки берут 20%-ный спирт или водку, при жирных — 50%-ный спирт.

### Средство для сухих волос

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 2 сырых куриных яйца, 1 стакан кефира, 2 ст. л. настоя лекарственных трав (ромашки, пустырника, крапивы).

Кефир смешивают с яйцами и моют этим составом голову. Затем ополаскивают волосы настоем любых лекарственных трав.

### Средство для мытья волос

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 л сыворотки, 1/2 л настоя пустырника, крапивы и календулы.

Травяной настой смешивают с сывороткой. Обильно смачивают волосы полученной смесью. После этого накрывают голову полиэтиленовой косынкой, а сверху повязывают махровое полотенце. Через 30 минут волосы моют в теплой воде. Такое мытье успокаивает кожу головы, защищает волосы от повреждения.

### Средство для укрепления волос

*Требуется:* вода, настоянная на дегте, 1 сырое куриное яйцо, 2 ст. л. касторового масла, 1 ч. л. глицерина, 1 ч. л. уксуса, 1 ст. л. настоя травы пустырника.

Яйцо, касторовое масло, уксус и глицерин смешивают, добавляют настой пустырника. Непрерывно взбивая смесь, втирают ее в корни волос. Голову повязывают теплым махровым полотенцем, держат некоторое время над паром и смывают. После этой процедуры волосы становятся более густыми, блестящими, мягкими и лучше укладываются.

### Заключение

В заключении хотелось бы предупредить вас о том, что лечение дегтем необходимо начинать с небольших концентраций (0,5—2,0%) и на ограниченных участках. При хорошей переносимости применяют мази с 5—10% дегтя, а на ограниченные участки — до 15—20%. Могут применяться и дегтярные ванны: смесь березового дегтя и спирта 1 : 2 или 1 : 1, 100—150 мл на ванну. Этой смесью смазывают очаги поражения, после чего принимается теплая ванна в течение 30—60 минут.

При лечении мазью Вилькинсона возможно раздражение кожи. При длительном применении мази иногда развиваются артропатии. **В этих случаях дальнейшее лечение мазью прекращают. Применение мази противопоказано при экземе в стадии обострения, при нарушениях функции почек.** Несмотря на то что березовый деготь активно используется при экземе, его желательно принимать вне обострения заболевания.

*Березовый деготь содержит в своем составе большое количество активных компонентов, поэтому необходимо строго следовать рекомендациям, данным в этой книге, и соблюдать осторожность, особенно при приеме дегтя внутрь. Используя березовый деготь правильно, соблюдая дозировку, вы приобретете здоровье и избавитесь от многих недугов.*

Здоровья вам и счастья, уважаемые читатели, до новых встреч!

## ОГЛАВЛЕНИЕ

### Введение 3

#### Глава 1

БЕРЕЗОВЫЙ ДЕГОТЬ. ЧТО МЫ О НЕМ НЕ ЗНАЕМ? 10

ИСТОРИЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ 10

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ 12

#### Глава 2

ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ 14

БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА 14

#### Глава 3

ЦЕЛИТЕЛЬНЫЕ СВОЙСТВА 16

АНГИНА 16

ГРИПП, ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ 22

ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЕГКИХ 23

ПСОРИАЗ 25

ЭКЗЕМА 33

НЕЙРОДЕРМИТ 37

ПИОДЕРМИЯ 38

ДЕРМАТОМИОЗИТ 42

ЧЕСОТКА 43

ГРИБКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ 45

СЕБОРЕЯ 53

ПЕДИКУЛЕЗ 55

ОЖОГ 57

УШИБЫ, РАНЫ, ГНОЙНЫЕ ПОКРАСНЕНИЯ КОЖИ 58

ОБМОРОЖЕНИЕ 60

ТРОФИЧЕСКИЕ ЯЗВЫ 61

ЦИРРОЗ ПЕЧЕНИ 63

ГЕЛЬМИНТОЗЫ 64

ПРИМЕНЕНИЕ БЕРЕЗОВОГО ДЕГТЯ В КОСМЕТИКЕ 67

Рецепты по уходу за сухой кожей 67

Рецепты по уходу за жирной кожей 76

Рецепты по уходу за стареющей кожей 81

УХОД ЗА КОЖЕЙ РУК И НОГ И ВОЛОСАМИ 88

Заключение 93