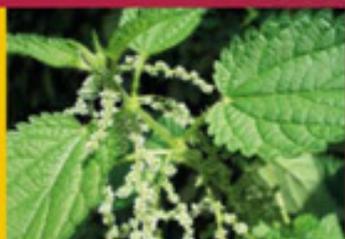


*Карманный
целитель*



Юрий Константинов

КРАПИВА

**УНИКАЛЬНОЕ ПРИРОДНОЕ
лекарство**



Карманный целитель

Юрий Константинов

**Крапива. Уникальное
природное лекарство**

«Центрполиграф»

2016

УДК 615.32
ББК 42.143

Константинов Ю.

Крапива. Уникальное природное лекарство / Ю. Константинов — «Центрполиграф», 2016 — (Карманный целитель)

ISBN 978-5-227-06897-2

Крапива – растение, о целебных свойствах которого знает каждый, с её помощью лечат невероятное количество недугов. Это подагра и малокровие, гипертония и артрит, кровотечения и нарушение обмена веществ, подагра, простатит, шпоры, туберкулёз... Из неё готовят супы, салаты, соусы. Широко применяется в косметологии. Считается, что нечистая сила очень боится крапивы... Имея богатый набор микроэлементов, крапива оказывает самый благотворный эффект на организм человека. Витамин К отвечает за свёртываемость крови и оказывает противовоспалительное действие; аскорбиновая кислота в крапиве содержится в большем количестве, чем в смородине, а в сочетании с другими микроэлементами, содержащимися в растении, оказывает благотворное действие на бронхи. Является средством профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. Количество каротина выше, чем у моркови, что позволяет укрепить сетчатку глаза. Большое количество хлорофилла обуславливает противорадиационное действие. Биофлавоноиды, входящие в состав, делают крапиву эффективным средством при астме. Содержание калия и кальция нормализует работу сердечно-сосудистой системы... Как собрать, сохранить и применять это уникальное растение, расскажет наша книга.

УДК 615.32
ББК 42.143

ISBN 978-5-227-06897-2

© Константинов Ю., 2016

© Центрполиграф, 2016

Содержание

Предисловие	8
О растении крапива	9
Описание	9
Состав	10
Легендарное растение	11
Пословицы и поговорки о крапиве	11
Легенды о крапиве	12
Приметы	15
Крапивное волокно	18
Древние о крапиве	19
Лекарственные формы	20
Сбор и заготовка крапивы	20
Сок свежих листьев и свежие семена крапивы	21
Отвар листьев	22
Отвар семян	23
Отвар из корней и листьев	24
Настойка	25
Настой листьев	26
Настой соцветий	27
Настой, настойки, отвары корней	28
Масло крапивы	29
Применение крапивы при различных болезнях	30
Авитаминоз	30
Аденома	32
Артрит	33
Астма сердечная	37
Гастрит	38
Геморрой	42
Гипертония	45
Головная боль	49
Желчно-каменная болезнь	51
Желудочно-кишечный тракт	57
Запор	59
Ишемическая болезнь сердца	61
Кашель	62
Крапивница, аллергия	63
Кровотечения	64
Лихорадка	66
Малокровие	67
Нарушение обмена веществ	68
Недостаточная лактация	69
Нервные расстройства	70
Повышенный уровень сахара в крови	71
Подагра	72
Понос	74
Почечные болезни	75

Простатит	77
Раны	79
Ревматизм	80
Тромбофлебит	83
Туберкулез	84
Шпоры	85
Крапива в косметике	86

Юрий Константинов
Крапива
Уникальное природное лекарство

© Константинов Ю., 2016

© Художественное оформление, «Центрполиграф», 2016

© «Центрполиграф», 2016

* * *

Предисловие

Из многочисленных способов лечения болезней, самым доступным и натуральным является лечение целебными травами. Лекарственные растения не только лечат, но и укрепляют ваш организм, улучшая качество жизни.

Крапива – растение, о целебных свойствах которого знает практически каждый. Многие помнят те «непередаваемые» ощущения от ожога крапивы. Встречается растение на территории страны практически везде, особенно в лесах, оврагах, на берегах рек и речушек. Из-за своего повсеместного распространения получила «звание» сорняка.

В народной медицине трава незаменима, с её помощью лечат невероятное количество недугов. Официальная медицина признаёт целебные свойства растения, поэтому сегодня много препаратов содержат крапиву.

Благодаря вкусовым свойствам из неё готовят супы, салаты, соусы. Широко применяется в косметологии, мало кто не знает о благотворном действии травы на волосы. Считалось, что нечистая сила очень боится крапивы.

Имея богатейший набор микроэлементов в своём химическом составе, крапива способна оказывать самый благотворный эффект на организм человека.

– Витамин К отвечает за повышенную свёртываемость крови и оказывает противовоспалительное действие.

– Аскорбиновая кислота в крапиве содержится даже в большем количестве, чем в смородине, а в сочетании с другими микроэлементами, содержащимися в растении, оказывает благотворное действие на бронхи. Является средством профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.

– Количество каротина в крапиве превышает аналогичный показатель у моркови, облепихи и щавеля, что позволяет укрепить сетчатку глаза.

– Большое количество хлорофилла обуславливает противорадиационное действие.

– Биофлавоноиды, входящие в состав, делают крапиву эффективным средством при астме.

– Содержание калия и кальция нормализует работу сердечно-сосудистой системы.

Средства из крапивы противопоказаны людям, у которых есть такие заболевания, как:

– варикоз;

– тромбоз;

– густая кровь; повышенная свертываемость.

Связано это с тем, что средства влияют на кровь и усиливают свертываемость.

О растении крапива

Описание

Крапива жгучая – это многолетнее травянистое растение. Вырастает до 170 см в высоту. Стебель густо покрыт жгучими и короткими волосками, корневище длинное, ползучее, ветвистое. Стебли прямостоячие, не ветвистые, четырехгранные. Листья расположены супротивно, форма промежуточная между яйцевидной и ланцетовидной, черешки длинные. Листья крапивы крупнозубчатые, темно-зеленые с продолговатыми прилистниками. Цветки зеленоватые, мелкие, собранные пучками в соцветия. Соцветия бывают различных видов: ветвистые, прерывистые пазушные, колосовидные. Цветки однополые. Цветет крапива с мая по июль. Плоды – желтовато-серые яйцевидные орешки, заключенные в оставшиеся околоцветники.

Семейство крапивных включает около 60 родов и более тысячи видов растений. Растут они в основном в тропиках.

Неприхотливая крапива растет везде. Она особенно любит разнообразные пустыри и помойки, главное условие – наличие в почве достаточного количества фосфатов. При благоприятных условиях она может вырастать более метра в высоту.

Крапива жгучая распространена в европейской части России, на Кавказе, в Восточной и Западной Сибири, на Дальнем Востоке и в Средней Азии. Растет, как правило, по берегам рек и ручьев, в оврагах, на вырубках, лесных опушках. Встречается среди кустарников, в тенистых лесах. Часто можно увидеть крапиву, растущую как сорняк около жилья и дорог, в садах.

Название семейства крапивных «Urticaceae» образовано от латинского слова «ига» – «жгучий», и дано из-за имеющихся на крапиве жгучих волосков. Кончик каждого волоска, по форме похожего на медицинскую ампулу, покрыт солями кремния. Во время прикосновения к растению кончик волоска обламывается, острые края впиваются в кожу и в нее попадает раздражающий сок. В состав сока стрекательных клеток крапивы входят гистамин, холин и едкая муравьиная кислота, которая, попадая на кожу человека, вызывает ожог.

Состав

Крапива – растение, богатое витаминами и другими биологически активными веществами. Листья крапивы двудомной содержат до 270 мг/100 г витамина С, каротин и другие каротиноиды, до 5 % хлорофилла, более 2 % дубильных веществ, органические кислоты (щавелевая, янтарная, фумаровая, молочная, лимонная, хинная). Кроме того в надземной части растения обнаружено эфирное масло (в его составе метилгептенон, ацетофенон), ситостерин, фенолкарбоновые кислоты (галловая, кумаровая, кофейная, феруловая), порфирины (протопорфирин, копропорфирин), крахмал до 10 %, флавоноиды, витамины В₁, В₂, В₃, К, Е, РР, пантотеновая кислота, каротиноиды (ксантофил, виолаксантин), гликозидургицин, железо, марганец, сера, медь, кремний, бор, никель, титан, кальций, калий, минеральные соли, дубильные вещества, ацетилхолин, гистамин, фитонциды.

В волосках листьев обнаружены азотсодержащие муравьиная и другие кислоты, ацетилхолин, наличием которых и объясняются ожоги крапивой. В семенах найден витамин С, жирное масло 16–33 % (в его составе линолевая кислота 73,6 %). В корнях содержится алкалоид никотин и витамин С. По содержанию белков крапива не уступает таким прославленным азотсодержащим растениям, как горох, бобы, фасоль, которые заслужили называться «растительным мясом».

Таким образом, исходя из состава крапивы, видно, что растение обладает противовоспалительным, антисептическим, ранозаживляющим, кровоостанавливающим, общеукрепляющим, желчегонным, мочегонным, легким слабительным, поливитаминным, отхаркивающим, противосудорожным свойствами. Научными исследованиями установлено, что хлорофилл обладает стимулирующим и тонизирующим действием, усиливает основной обмен, повышает тонус дыхательного центра, сердечно-сосудистой системы, кишечника и матки, стимулирует грануляцию и эпителизацию пораженных тканей. Экспериментально также подтверждено, что крапива способна восстанавливать гемоглобин и увеличивать количество эритроцитов не в меньшей степени, чем препараты железа, оказывает выраженное действие на углеводный обмен.

Своими пищевыми и лечебными достоинствами крапива обязана богатому содержанию биологически и физиологически активных веществ. У крапивы двудомной в листьях содержится от 20 до 600 мг% витамина С, до 8 мг% витамина К, а также витамины группы В, органические кислоты. Богат минеральный состав крапивы, в ней содержится 41 мг% железа, 1,3 мг% меди, 8,2 мг% марганца, 2,7 мг% титана, 4,3 мг% бора и до 0,03 мг% никеля. В крапиве также найдены соли ванадия, хрома, алюминия, кремния, цинка, кобальта, стронция и молибдена, йода. Некоторые исследователи отмечают, что крапива обладает способностью избирательно поглощать и накапливать большое количество меди и хрома. В крапиве содержатся дубильные вещества, хлорофилл, ситостерин, гистамин, фитонциды, соли кальция.

Легендарное растение

Пословицы и поговорки о крапиве

- ◆ Какую траву и слепой знает?
 - ◆ Если бы на крапиву не мороз, с нею б и сладу не было.
 - ◆ Не садись под чужой забор, а хоть в крапиву, да в свой.
 - ◆ Хоть и не огонь, а жжется.
 - ◆ Сама холодная, а людей жжет.
 - ◆ Стоит зелена, дотронешься – ошпаришься, а свинья съест – не подавиться.
 - ◆ Злое семя крапива, не сварить из него пива.
 - ◆ Жжется, как крапива, а колется, как еж.
 - ◆ Кто раньше встает, тот грибки соберет, а сонливый да ленивый идут после за крапивой.
 - ◆ Жгуча крапива родится, да во щах уварится.
 - ◆ Крапива и молода, а уже кусается.
 - ◆ С иным водиться – что в крапиву садиться.
 - ◆ Старая крапива сильнее жжет.
 - ◆ Хороша слобода, да крапивой поросла.
 - ◆ Не всякая мачеха – крапива, не всякая падчерица – маков цвет.
 - ◆ Чужими руками легче крапиву рвать.
- В.Солоухин написал стишок:

Я крапиву сорвал,
Я приставил к букету крапиву!
И – о чудо! – зеленая, мощная сочность крапивы
Озарила цветы.

Легенды о крапиве

I

Крапиве как магическому и прядильному растению посвящена одна из самых поэтических сказок Г.-Х.Андерсена «Дикие лебеди».

По словам доброй волшебницы, принцесса Эльза могла только одним способом спасти своих братьев – диких лебедей: сплести для них кольчуги из стеблей крапивы. Однако за время всей работы она не смела произнести ни одного слова, в противном случае вся ее работа была бы напрасной. Кроме того, волшебной силой обладала только та крапива, которая росла на кладбище. Желание спасти братьев было таким сильным, что никакие обстоятельства – ни разлука с любимым мужем, ни обвинение в колдовстве и осуждение на казнь – не могли заставить Эльзу прекратить плетение кольчуг из крапивы. Уже по пути к месту казни в последний момент она успевает накинуть на диких лебедей кольчуги из крапивы, и все одиннадцать лебедей превращаются в прекрасных принцев. Так Эльза волшебной силой крапивы и силой своей любви спасла братьев.

II

В давние времена, когда вместо врачей были знахари и колдуны, у одного богатого купца родилась дочь. Красотой она не отличалась от других детей, но была добра и справедлива. Девочка росла и все чаще уединялась от своих сверстников в соседней роще.

Один раз, гуляя между деревьев, девочка встретила богиню леса Фауну.

– Я уже давно за тобой наблюдаю, – сказала Фауна, подходя к девочке ближе. – Хочешь, я расскажу тебе о растениях?

– Конечно, хочу! В нашем городе есть одна старая знахарка, которая лечит людей травами. Я несколько раз подходила к ней и просила научить меня этому мастерству, но она только смеялась и прогоняла прочь.

– То, что расскажу тебе я о растениях, не расскажет никто другой, – сказала богиня леса. – И не научит тебя никто тому, чему научу тебя я. Слушай меня внимательно...

Несколько лет девушка постигала тайны растений. И в один прекрасный момент Фауна сказала:

– Ты усердно училась и знаешь теперь о растениях почти все. Пришло время применять свои знания на деле. Иди и лечи! Люди нуждаются в твоей помощи!

Узнав о способностях молодой знахарки, жители города со своими болезнями стали обращаться к ней, обходя дом старой знахарки стороной, так как она наживалась на чужом горе. Слава о девушке и о ее лекарственных способностях распространилась по округе. Из соседних деревень и городов к ней стали приезжать за помощью. Она ни кому не отказывала, всем помогала, что очень злило старую знахарку.

Один раз старая знахарка призвала болотных духов и приказала уничтожить девушку, когда та придет на болото за клюквой.

Как-то рано утром, когда еще не пропели первые петухи, а на болоте не рассеялся туман, девушка пошла за клюквой. Она шла знакомой тропинкой, предутренняя тишина не сулила ни чего плохого. Но вдруг где-то в глубине болота раздались чьи-то стоны, как бы просящие о помощи. Девушка побежала на голоса. Стоны стали раздаваться вокруг, а потом послышался

чей-то страшный хохот. Молодая знахарка остановилась, она не знала куда бежать, но стоять на болоте на одном месте тоже нельзя.

– Добрая Фауна, помоги мне, пожалуйста, – взмолилась девушка.

Ноги девушки ощутили твердую почву. Молодая знахарка побежала, и там, где ступали ее ноги, выросло высокое жгучее растение, преграждая дорогу преследующим ее болотным духам.

Через некоторое время туман рассеялся, а девушка оказалась на окраине города, недалеко от своего дома. Возле дома ее уже ждали больные, которые очень нуждались в ее помощи.

Старой злой знахарки с этого дня никто не видел. Куда она подевалась, никто не мог сказать. О ней быстро все позабыли.

Растение, которое выросло на болоте, называли крапивой. Семена этого растения развеялись по всей земле. В народе говорят, что крапива отпугивает болотных духов и колдунов. Молодые побеги этого растения применяют в пищу. Из крапивы готовят отвары, применяемые в народной медицине при различных заболеваниях.

Для кого-то крапива – это злейший враг, а для кого-то – лучший друг.

III

Всем известная русская народная сказка о Василисе Прекрасной и Иване-царевиче при вековых пересказах из уст в уста была подвержена незначительному сокращению – видимо, очередной рассказчик посчитал некоторые моменты в сказке не весьма значительными. Но именно эти «выпавшие» моменты детально рассказывали слушателю о целебных свойствах обыкновенной крапивы.

А дело было так... Когда Иван-царевич отправился на поиски своей возлюбленной Василисы Прекрасной, он, как помнится, долго шел через лес и вышел на поляну, где стояла избушка Бабы-яги. Вокруг избы росла невиданная до той поры человеком высокая чудо-трава. И когда Иван решил пробраться сквозь нее к домику, трава уколола его своими «злыми» иголками. Поэтому юноша посчитал растение своим врагом и срубил его под корень. Баба-яга, с незапамятных времен страдающая радикулитом, встретила Ивана весьма негостеприимно, за что и поплатилась после: добрый молодец, вместо того чтобы садиться на лопату, просто выбежал на поляну, собрал в руки охапку крапивы и по-русски отпорол злую старуху. После этой «русской припарки» Баба-яга навсегда забыла, что такое радикулит, и стала впоследствии другом и союзником Ивана-царевича. Вот такая вот крапива-лебедя.

IV

Одна светская дама смогла «одним выстрелом убить двух зайцев» с помощью крапивы. Выйдя замуж в достаточно юном возрасте за одного богатого и весьма знаменитого в своем кругу молодого человека, она, как ей казалось по началу, обрела настоящее человеческое счастье. Но со временем девушка стала замечать, что ее молодой и довольно красивый муж частенько похаживает по «кабакам и игральням», которые, как он сам объяснял, «работают» исключительно в ночное время. Так продолжалось несколько лет, и, естественно, замужней женщине надоело проводить долгие ночи в ожидании мужа. Однажды она отправилась к своей лучшей подруге поздно вечером «узнать последние новости» и, к своему великому удивлению, обнаружила в ее доме своего ненаглядного в «непристойном» для светского человека виде. Узнав правду о том, что всей «ночной богадельней» являлся дом ее лучшей подруги, женщина хотела развестись с мужем. Но после разговора со священником и по причине того, что она имела от своего мужа ребенка, она передумала, решив воспользоваться мудрым советом старика. Нарвав собственноручно жгучей крапивы, дама сама связала своему неверному мужу

домашние тапочки и, грозясь, что всему «свету» расскажет о его прелюбодеяниях, надела их на него. Так обильнолюбивый господин ходил по дому в течение целого месяца, но потом, когда ему было разрешено снять «крапивные кандалы», он заявил своей жене, что излечился от «мужской неполноценности», которую он пытался «искоренить» с помощью другой женщины, а, кроме того, признался ей в своих искренних чувствах.

Остается добавить к этой, действительно случившейся в одно прекрасное время истории, что та дама прожила со своим мужем в мире и согласии до конца своих дней и никогда больше не замечала «героических ночных походов» со стороны возлюбленного, а заодно и возникающих у него время от времени приступов насморка.

Приметы

У русского народа крапива пользовалась известностью как магическое растение.

♦ Старики утверждали, что русалки, ведьмы, лешие и другая нечисть всего более боится крапивы и осины. В ночь на Иванов день крапиву, собранную ранним утром, использовали для устройства «купальских огней», для того, чтобы отгонять болезни и другие напасти от людей и домашних животных; раскладывали ее на окнах, порогах домов и в хлевах, чтобы защитить их от нечистой силы.

♦ Путешественникам рекомендовалось брать с собой в путь стебли крапивы, зашитые в ладанке, так как она защищала от молнии и придавала мужества.

♦ Старинный магический метод лечения лихорадки состоял в том, чтобы, крепко ухватив крапиву, вырвать ее с корнем, назвав при этом имя больного и имена его родителей.

♦ Самыми сильными охранными и целительными свойствами обладала та крапива, которая росла в никогда не освещаемых солнцем местах.

♦ Для магических целей собирают старую крапиву при молодой луне. Рвут голыми руками, предварительно внутренне настроившись: не надо бояться или злиться на ожоги, иначе крапива обожжет самым жгучим соком и потеряет большинство магических свойств.

♦ На Юрьев день в прошлом девочки ударяли взрослых девушек по ногам крапивой, чтобы «распалить» их, то есть чтобы они обязательно вышли замуж до конца года. В этот же день крапиву клали на печку, чтобы в ней никогда не угас огонь и не опустел дом.

♦ Накануне Духова дня перед купанием в реке ее бросали в воду для защиты от русалок.

♦ Наибольшую силу обретает крапива в период молодой луны. Для сохранности целебных свойств ее лучше всего срезать ножом. С корнем вырывать нельзя – исчезает половина ее силы, так как она теряет связь с местом, где росла.

♦ «Это лекарство притягивающее, изъязвляющее, сильно растворяющее, обжигающее...» – писал о крапиве Авиценна. Знаменитый врач применял траву при опухолях и прыщах, заболеваниях органов дыхания. «Зола с солью помогает от язв, образующихся от укусов собак, от злокачественных язв и раковых опухолей...»

♦ Древние лекари также полагали, что, если в мочу больного положить крапиву и она почернеет, это признак близкой смерти.

♦ Знахари и «белые» колдуны издавна использовали крапиву для снятия сглаза и порчи с младенцев. Для этого три стебелька крапивы вымачивали в воде три часа, потом эту воду трижды сливали через решето и, смочив в ней руки, трижды обтирали влажными ладонями малыша по направлению от макушки к ногам, повторяя: «Откуда пришло, туда и ушло».

♦ Если беременная женщина съест хотя бы листик крапивы, ребенок у нее родится шалун. Но это, в принципе, не проблема. По крайней мере, так считали наши предки, которые, если ребенок не слушался, просто били его той же крапивой.

Считалось, что, если он чересчур непослушен, значит, в него вселился бес. И удары крапивой по телу изгоняли его.

♦ Если в вашем доме есть маленький ребенок – положите в углу его комнаты несколько листочков крапивы. Она прогонит детские страхи, а малыш будет лучше спать и реже болеть.

♦ Желательно рвать крапиву голыми руками и растирать ее между ладонями, хотя бы раз в неделю. Перед этим растение нужно заговорить: «Крапива, крапива, крапива, дай мне твою силу. Я людям добро понесу и тебя отблагодарю, свечу в честь тебя зажгу и Богу за твою помощь скажу».

♦ Именно поэтому взрослые люди, которые замечают, что они становятся чрезмерно раздражительными, если им хочется постоянно сделать что-то кому-то наперекор, должны также похлопывать себя по голому телу крапивой.

◆ Чтобы надолго сохранить молодость и всегда быть здоровым, на растущую луну, как только взойдет солнце, наберите молодой крапивы, свяжите в пучки и повесьте их в темном проветриваемом месте. Собравшись в баню, возьмите один из них с собой. В бане бросьте его в таз с горячей водой, которой будете мыться.

◆ Приписывали этому растению и свойства охранять грядки от неурожая. Один из магических обрядов состоял в следующем. Посадив на грядке капусту, хозяйка размахивала над ней крапивным стеблем, приговаривая: «Рассада, не будь пустой, а будь крепкой, не будь красной, а будь вкусной, не будь старой, а будь молодой, не будь малой, а будь большой. . .»

◆ С той же целью на гряды капусты сажали выкопанную с корнем крапиву, приговаривая: «Крапива червям, а капуста – нам».

◆ Если долго не было дождя, крапиву заклинали, секли ее, «избывая» влагу из жгучей травы, полагая, что таким образом ожжет она небесную высь, и та отступит, даст волю дождям.

◆ Считалось также, что крапива раскрывает энергетический потенциал человека и может помочь сформировать защитную оболочку вокруг своего хозяина, поэтому тот, кто носит на себе эту траву, защищен от молнии и смерти в бою, а также становится храбрым и решительным. Кроме того, он получает дар предвидения. А если крапиву положить под стельку обуви, то черти никогда не уташат вас в Преисподнюю.

◆ Если выжать из крапивы сок, натереть им ладони, а остаток вылить в реку – рыбу можно будет ловить голыми руками.

◆ Если у вас выпадают волосы и, возможно, это следствие порчи, отвар из крапивы, приготовленный для ополаскивания волос, обязательно разрушит ведьмовское зло. Главное, прочитать над ним девять раз молитву «Отче наш».

◆ Чтобы снять предполагаемое насланное проклятие и направить его обратно, следует набить крапивой маленькую матерчатую куклу, написать на ней имя недоброжелателя, если знаете (если нет – не имеет значения), а затем зарыть ее или просто сжечь.

◆ Крапива – отличный оберег от дурного глаза. Чтобы его изготовить, нужно высушить небольшую порцию жгучей травы, а затем зашить ее в мешочек и хранить при себе.

◆ Проверить, есть ли на вас сглаз или порча, можно другим способом. Крапиву, собранную на опушке леса, высушенную и измельченную, следует залить крутым кипятком, настоять пару часов и выпить по стакану всем членам семьи. Если на ком-то есть наведенная болезнь, он обязательно почувствует сильную головную боль, которая пройдет через 2–3 часа.

◆ Если порча сильная, утром натошак пьют тот же отвар, но уже с добавлением уксуса. Говорят, такой «напиток» изгоняет из людей даже лягушек, головастика, ужей и червей.

◆ Сегодня многие балуются приворотами, которые наводят по фото при помощи несложных ритуалов или простых заговоров. Обычно такие ритуалы, совершаемые «непрофессионалами», полагают современные маги, не способны проникнуть глубоко в энергетику человека и, чтобы избавиться от них, бывает достаточно простой отчитки. Для этого берется освященный крест и читаются специальные молитвы. При этом под фото подкладывается куст крапивы. В результате приворот переходит на нее.

◆ Для того чтобы очистить весь дом от скверны, на убывающую луну нужно нарвать как можно больше крапивы, связать из нее тринадцать веников и с 16 до 18 часов каждым веником, приговаривая при этом «всех выметаю, крапивой прижигаю», подмести в доме все комнаты. После завершения данной процедуры веники следует сжечь до захода солнца, а следующим утром, с восходом, нарвать еще крапивы, густо разбросать ее в комнатах по полу и оставить до следующего утра, после чего собрать и отнести в лес (в городе – в парк).

◆ Желательно подкладывать свежую крапиву под коврик перед входной дверью. Считается, что если человек пришел в дом с нехорошими намерениями, то, постояв на «крапивном» коврике, он утратит желание насолить хозяевам.

◆ На осенней и нежгучей крапиве раньше гадали «на помыслы врага». Вырывали куст из земли, убеждались, что трава действительно больше не жжется, и затем, перебирая имена недругов, гладили крапиву от корня к вершине. Если какой либо из недругов-врагов замыслил против вас очередную пакость, при произнесении его имени крапива обязательно давала об этом знать, обжигая пальцы.

◆ Если вам приснилась крапива, значит, в скором времени вас ожидает неприятная неожиданность. В случае, когда вам снится, что вас кто-то ударил крапивой, вам следует опасаться клеветы и прямых оскорблений. Если при этом вы еще и ощутили ожог или боль от удара, то этот человек причинит вам серьезный вред.

◆ Согласно легендам, крапива произошла из проклятых или грешных людей либо выросла на месте их гибели. О крапиве в народе говорили, что ее посеял дьявол и она проклята Богом.

◆ У южных славян первую крапиву ели для сохранения здоровья на весь год.

◆ В Боснии на Пасху причащались вином и хлебом (по-христиански), а потом крапивой.

◆ У болгар и сербов, когда в Юрьев день первый раз ели крапиву, произносили формулы отгона болезней и пожелания здоровья. В Страстную субботу болгары варили крапиву и мазали крапивой крупный рогатый скот, чтобы он не бесновался.

◆ При первом выгоне стада на пастбище в день св. Георгия южные славяне перед ритуальным доением украшали зеленью и крапивой загон для овец, всю молочную посуду, белорусы процеживали молоко через пучок крапивы, доили скот через венчик из крапивы, украинцы Закарпатья бросали крапиву в подойник, «чтобы овцы не болели», «чтобы скотине, как и крапиве, ничто не вредило». Для обилия молока, сметаны, масла крапивой кормили скот, натирали вымя коровам и овцам (сербы); горшки для молока, маслобойку мыли мочалкой, сделанной из крапивы, после чего ее сжигали, чтобы злой человек не похитил «спор».

◆ Охранные свойства крапивы использовались в аграрных обрядах: в посевное зерно клали корень крапивы, который после сева закапывали посреди поля (сербы). На гряды капусты сажали выкопанную с корнем крапиву, приговаривая: «Крапива червям, а капуста нам» (Забайкалье). Чтобы никто не мог отобрать плодородие, чехи Моравии клали крапиву в первую телегу навоза, вывозимого в поле. Крапивой украшали дежу, в которой замешивали обрядовые хлебы (Болгария).

◆ Крапиву использовали в колдовстве и магии: ее сжигали для отгона градовых туч; втыкали в одежду, в цепь очага, чтобы молния не ударила в дом. У сербов старая ведьма «посвящала» новую, ударяя ее веником из крапивы.

◆ Негативная символика крапивы отражена в поверьях: обильно разросшаяся крапива омыслялась как предвестие смерти, запустения, разрухи. В народных песнях запустелые дворы поросли крапивой, вдова сравнивается с сухой крапивой. Представления о крапиве как о растении «чужого», «дикого», «аномального» мира отразились в выражениях: найти в крапиве – родить внебрачного ребенка; крапивница – мать внебрачного ребенка; крапива, крапивник – внебрачный ребенок, подкидыш; прыгать в крапиву, скакать в крапиву – о прелюбодеянии, внебрачных связях. Ассоциируется с женщиной.

◆ Некоторые «доброжелатели» после очередной ссоры со своим соседом наговаривали беду на крапивные кусты, растущие на своем земельном участке, и под покровом ночи пересаживали их обидчику. Через некоторое время сосед чувствовал недомогание, испытывал лень ко всем ежедневным делам и в итоге «терял смысл жизни», полностью разочаровываясь в прелестях этого мира.

Крапивное волокно

◆ Долгое время крапива использовалась в качестве волокна для выработки тканей. В старину изделия из крапивы занимали не последнее место у славянских народов.

◆ Из крапивной пряжи вязали носки, которые носили при ревматизме и радикулите.

◆ Лубяные волокна крапивы шли на выработку пряжи, веревок, каната, шпагата, грубых тканей, рыболовных снастей, которые отличались крепостью, легкостью, долго не намокали в воде и не гнили. Волокно стеблей крапивы пригодно для изготовления бумаги, веревок, канатов, мешковины, рыболовных снастей, парусов, ковров. Волокнистый слой составляет 10,4 %, длина элементарного волокна у крапивы в среднем 25–30 мм, толщина 0,02—0,04 мм.

◆ Делали из волокон сита для процеживания меда и просеивания муки.

◆ Ткань, полученная из более мягких нитей крапивы, шла на рубахи и скатерти, полотенца, постельное белье и другие тонкотканые изделия.

◆ Из более твердых нитей крапивы готовили пряжу, идущую на грубое полотно – ватолу, из него шили одеяла, мешки, всевозможные подстилки и накидки для возов.

◆ Ткань, полученная из крапивы, очень напоминает лен. В немецкой армии во время Первой мировой войны ткань из крапивы использовалась для пошива обмундирования.

◆ Из крапивного полотна шили самые крепкие паруса.

◆ В Японии крапивный жгут в сочетании с шелком был главным материалом в изготовлении дорогих самурайских доспехов.

◆ Из одревеневших стеблей делали щиты, а из крепчайшего крапивного волокна, крученого и натертого воском, – непревзойденной прочности тетивы для луков.

◆ Из корней крапивы получают желтый и коричневый красители.

Древние о крапиве

Как лекарственное растение крапива известна давно. Еще Гиппократ, Плиний и Диоскорид упоминали об этом растении как о лекарственном. Римский поэт Овидий называл в своих трактатах крапиву основным компонентом для приготовления эликсира любви. В XI веке в сочинении итальянского врача Одо из Мена крапива упоминается как четвертое лекарственное растение, ей посвящены 45 стихотворных строк. В «Салернском кодексе здоровья» читаем целую поэму во славу крапивы:

Сон посылает больным, прекращает
противную рвоту,
Семя крапивное с медом и колики лечит
надежно.
Примется пить это средство – и кашель
запущенный сдастся,
Холод из легких оно изгоняет и язвы чрева,
Верную помощь дает при различных
болезнях суставов.
Взятое жатвы порой и сушеное семя крапивы
Будет полезным лекарством
во множестве случаев разных.

Лекарственные формы

Сбор и заготовка крапивы

Листья крапивы собирают с мая по июль – август. При сборе пользуются перчатками. Листья осторожно отрывают от стебля, а затем сушат.

Корневища выкапывают весной или осенью, очищают и сушат.

Сушить сырье необходимо в хорошо проветриваемых помещениях, можно на открытом воздухе, с подогревом (не выше 40 °С). На солнце крапиву сушить нельзя – от воздействия солнечных лучей разрушается хлорофилл, теряется часть витаминов.

Хранить готовое сырье нужно в темном сухом помещении, лучше в бумажных или тканевых мешках. Срок хранения до двух лет.

Заготавливают листья весной и в начале лета (июнь – июль), срывая их руками в перчатках, а чаще скашивая растение косами и срывая листья после увядания, когда они перестанут жалить.

Сушат сырье на чердаках под железной крышей или под навесами с хорошей вентиляцией, расстилая тонким слоем (3–5 см) на бумаге или ткани. При пересушивании они легко измельчаются. Сушку заканчивают, когда начинают ломаться центральные жилки и черешки. Сухие листья, прессуя, пакуют в тюки. Хранят в сухих, хорошо проветриваемых помещениях на подтоварниках или стеллажах без доступа прямых солнечных лучей. Корневища с корнями заготавливают осенью, расстилают на открытом воздухе и сушат. Семена собирают в период их полной зрелости.

В научной медицине для лечения используют листья, собранные в период цветения. В народной медицине употребляют листья, корни с корневищами, плоды. При некоторых заболеваниях и профилактически применяется и сок, получаемый из молодых стеблей и листьев.

Для длительного хранения сухие листья крапивы размельчают в блендере или с помощью ступки и пестика. Хранить сушеную крапиву нужно в герметичном контейнере. Такую заготовку используют в составе лечебных сборов, можно использовать в качестве приправы для супа, тушеных блюд или добавлять к салату из зелени.

Сок свежих листьев и свежие семена крапивы

Срезать крапиву, измельчить с помощью мясорубки, отжать сок.

При остеомиелите, при нарушениях пищеварения и при отложениях солей в суставах, улучшает обмен веществ, усиливает пищеварение, активизирует работу почек и отток мочи, снижает содержание шлаков, стимулирует эпителизацию трофических язв, варикозных язв, пролежней, втирается в очаги депигментации при витилиго.

Пить сок надо не стаканами, а по 20 капель на четверть стакана с теплой водой, или теплым молоком. Сок нужно принимать за 20–30 минут до еды, и обязательно три раза в день.

Отвар листьев

На 20 г сухих или 300 г свежих листьев крапивы взять 250 мл кипятка. Добавить в листья крапивы воду, довести до кипения, закрыть крышкой и кипятить около 2–3 минут. Настоять некоторое время. После чего процедить.

При заваривании крапивы нужно знать некоторые тонкости, чтобы не разрушить все витамины. Если берутся целые листья, нужно взять по 4 листочка на 1 человека, залить стаканом сырой воды, закрыть кастрюлю крышкой, довести до кипения на маленьком огне, сразу выключить огонь. Подождать, пока распарится лист, это примерно 30 минут и сразу пить этот отвар за 10–15 минут до еды в 3 приема. Пить отвар этот утром и вечером. Листья рекомендуется съесть.

Отвар семян

Начиная с августа, у крапивы происходит созревание семян. Семена у нее очень мелкие (примерно 1 мм), желтоватые или серые, продолговато-округлые. Семена крапивы содержат витамин С и жирное масло, включающее в себя линолевую кислоту.

Используется при почечно-каменной болезни, дизентерии и как антигельминтное.

Отвар из корней и листьев

Ликозид уртицин, содержащийся в крапиве, является прекрасным натуральным кардиостимулятором.

Используется при нарушении пищеварения, поносах, при кровохаркании, носовых кровотечениях, при длительных и обильных менструациях, уремии, геморрое, как мочегонное средство, при ревматизме, при сыпях на коже, при диабете, нервных припадках (эпилепсии, истерии), а также при хроническом бронхите и других заболеваниях дыхательных органов, при желтухе и заболеваниях печени, кожных заболеваниях, сопровождающихся зудом, и как средство, усиливающее лактацию.

Настойка

Из листьев крапивы готовится настойка. Для этого нужно использовать водку. Чтобы приготовить подобное лекарственное средство, необходимо использовать листья растения. На одну часть сырья приходится три части водки. Настаивать подобное средство нужно не менее 10 дней. Емкость с настойкой нужно хранить в темном прохладном месте. Сама емкость при этом должна быть стеклянной. Для хранения настойки подойдет шкаф или холодильник. После того как средство настоится, жидкость нужно тщательно процедить.

Листья содержат много витаминов, являясь своеобразным природным поливитаминовым концентратом: витамины К и В₂, каротин (14–30 мг/100 г), аскорбиновую кислоту (100–200 мг/100 г) и пантотеновую кислоту. В них также находится 17 % белка, 10 % крахмала, около 1 % Сахаров, много солей железа и калия. В плодах обнаружено до 22 % жирного масла.

Настой листьев

Возьмите 20 г сухих или 330 г свежих листьев крапивы, засыпьте их в термос, после чего в термос налейте стакан кипятка, закройте его, после чего он должен постоять около одного часа, затем настоем нужно процедить.

Возьмите 3 ст. ложки измельченной травы крапивы, и залейте в термосе двумя стаканами крутого кипятка. Дайте настояться 3 часа, и можно пить.

Для приготовления настоя возьмите 2 ст. ложки свежих листьев (высушенные не годятся), залейте 400 мл кипятка, настаивайте 2 часа, процедите.

Используется как кровоостанавливающее средство при маточных, легочных, почечных, кишечных, геморроидальных кровотечениях, при гиповитаминозах, а также при атеросклерозе, анемии, почечно-каменной болезни, холециститах, при дизентерии, при нефрите, в качестве отхаркивающего при туберкулезе легких, болезнях дыхательных путей, лактогенного, тонизирующего, повышающего тонус миометрия и толстого кишечника, при полименорее, фибромах матки, при запорах, острых и хронических энтероколитах, при эпилепсии, истерии, параличе, при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при остром суставном ревматизме, мышечных болях, подагре, а также при лечении различных кожных заболеваний – фурункулов, лишаяев.

Настой соцветий

Все отвары, настои и чай необходимо перед применением процедить.

Используется при крапивной лихорадке, ревматизме, почечно-каменной болезни, раке, а также в качестве отхаркивающего, мочегонного, противомаларийного средства и при хронических кожных заболеваниях.

Настой, настойки, отвары корней

У крапивы хорошо развита корневая система. Корень очень длинный, ползучий и разветвленный с множеством придаточных корешков. Корни полны витамина С и производных никотина.

При заболевании желудка, поносах, дизентерии, как антигельминтное, при фурункулезе, ревматизме, бронхиальной астме, при туберкулезе легких, в качестве отхаркивающего, противолихорадочного и противоракового средства, для укрепления волос. Засахаренные корни (сваренные в сахарном сиропе) эффективное средство при упорном кашле. Наружно отвар корневищ и корней используют в виде влажных компрессов при различных воспалениях кожи и в виде полосканий при воспалительных процессах полости рта и горла, а также для сидячих ванн при наружном геморрое.

Масло крапивы

Измельчить свежие листья крапивы, поместить в емкость, слегка уплотнить, залить любым растительным маслом, оставить для настаивания на две недели в прохладном темном месте, отфильтровать, хранить в холодильнике в бутылке из темного стекла.

Масло отлично заживляет раны.

Листья крапивы благодаря содержанию в них фитонцидов обладают свойством сохранять скоропортящиеся пищевые продукты (например, выпотрошенная рыба, набитая и обложенная крапивой, сохраняется очень долго).

Применение крапивы при различных болезнях

Авитаминоз

Наиболее часто причиной авитаминоза является низкое содержание витаминов в пище при однообразном питании. Особенно неблагоприятно влияют на организм рафинированные, сушеные и консервированные продукты, когда в организм поступает много углеводных компонентов, недостаточно белков животного происхождения и жиров и отсутствуют свежие овощи и фрукты. Играет роль также неправильное хранение продуктов и нарушенные правила кулинарной обработки этих продуктов и в результате витамины разрушаются. Авитаминоз может быть вызван при значительной физической и умственной нагрузке, нервно-эмоциональном напряжении, под влиянием низкой температуры воздуха, при кислородном голодании, при беременности, когда потребность в витаминах повышается. При авитаминозе появляется общая слабость, утомляемость, раздражительность, ухудшение сна, снижение работоспособности. С этим надо бороться, лучше народными средствами. Почти все люди страдают от авитаминоза весной. Помогают полноценное питание и витаминные составы.

Совместно по 1 ст. ложке сока крапивы 3 раза в день и по 2–3 ст. ложки сока одуванчика 3 раза в день.

Свежий сок крапивы принимать внутрь по 1 ч. ложке 3 раза в день.

Общеукрепляющее средство. Залить майскую крапиву (200 г) качественной водкой (0,5 л), поместить на сутки на окно, затем переместить на восемь суток в шкаф, после чего настой отфильтровать. Хранить в бутылке из темного стекла. Норма приема: 1 ч. ложка за тридцать минут до еды и перед сном.

3 ст. ложки смеси листьев крапивы, ягод смородины, шиповника, корня моркови (всех поровну) на 2 стакана кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать до еды.

Залить 2 ст. ложки сухих измельченных листьев крапивы 1 стаканом кипятка и настаивать 15–20 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

2 ст. ложки листьев крапивы на 0,5 литра кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Четыре раза в день принимать по полстакана настоя корней одуванчика лекарственного и полстакана настоя корней крапивы. Приготовление:

1 ч. ложку сухих, измельченных корней одуванчика и 1 ч. ложку корней крапивы залить стаканом кипятка и настаивать, укутав полотенцем, не менее получаса, процедить.

Пить отвар травы и семян портулака огородного с настоем листьев крапивы поровну. Приготовление: 2 ст. ложки сухого сырья залить стаканом кипятка и варить на слабом огне 5–7 минут, остудить, процедить. Выпивать стакан отвара в течение дня.

Пить настой листьев крапивы и листьев морозики по полстакана три-четыре раза в день. Приготовление: 1 ст. ложку сухой смеси листьев залить стаканом кипятка и настаивать под крышкой 15–20 минут. Сухие листья морозики и крапивы можно добавлять в заварку при приготовлении байхового чая.

Отвар почек или коры осины с отваром листьев крапивы принимать по полстакана три раза в день. Приготовление: 1 ст. ложку сухого, измельченного сырья залить стаканом кипятка, поставить на водяную баню и варить не более четверти часа, остудить, процедить.

При гипо- и авитаминозе витамина С пить настой цветков календулы и листьев крапивы как стимулирующее средство. Приготовление: 2 ст. ложки сухой смеси цветков и листьев поместить в предварительно прогретую посуду, залить кипятком и настаивать под крышкой 15–20 минут, процедить. Принимать по 2 ст. ложки четыре-пять раз в день перед едой.

Сок листьев грецкого ореха смешать с равным количеством меда, растворить полученную массу в стакане теплого отвара крапивы и выпить этот раствор в течение дня.

Аденома

Аденома простаты – заболевание, которое не терпит отлагательств и требует проводить немедленное лечение. Аденома предстательной железы (аденома простаты) – это предраковое состояние. Возникает в результате простатита, лечение обязательно. В первую очередь следует пересмотреть питание, иначе лечение народными средствами не даст эффекта. При аденоме простаты: полезно есть каши (овсяная, кукурузная, гречневая), приносит пользу вместо чая употреблять сок сырой тыквы, также рекомендовано пить льняное масло по 2 чайные ложки в день.

В качестве дополнительного лечения аденомы простаты и после консультации с доктором можно попробовать лечить народными средствами.

Сорвать два стебля крапивы (примерно сантиметров по тридцать) с листьями, измельчить при помощи ножниц, залить литром кипятка, после остывания отфильтровать. Принимать по 150 мл трижды в день минут за двадцать до приема пищи, через десять дней сделать перерыв на две недели, затем, в зависимости от самочувствия, лечение можно продолжить.

Настой из корней крапивы: 1 ст. л. корней залить 300 мг, кипятить 10 минут, настоять 2 часа, разделить на три приема и принять 3 раза в течение дня за полчаса до еды. Курс 2 месяца, затем перерыв и новый курс.

Сбор: в равных пропорциях взять листья осины, листья крапивы, корень травы пырея, золотарник, зеленчук, петрушку, цветы терновника, тополя, пустырника. 2 ст. ложки смеси необходимо заварить полулитром кипятка, дать ночь настояться. Применять по 150 мл этого средства три раза в день перед приемом пищи.

Смешать в одинаковых пропорциях ромашку, листья крапивы, омелу чистую, чистотел. Взять столовую ложку сбора и залить стаканом кипятка. Дать настояться 12 часов. Принимать по 50 мл перед едой.

Артрит

Это воспалительное заболевание суставов. Артрит может быть следствием инфекционных болезней (туберкулез, гонорея, бруцеллез, дизентерия, ангина и т. д.). Особую роль в развитии многих распространенных форм артритов играют аллергия, нарушения иммунитета. Возникновению артрита способствуют наследственная предрасположенность, хроническая очаговая инфекция (воспаление миндалин, придаточных пазух носа) и другие факторы, ослабляющие защитные функции организма. Крапива помогает суставам благодаря муравьиной кислоте.

Сорвать стебли крапивы с листьями, пропустить через мясорубку, выжать сок, добавить спирт и мед (по 100 мл), тщательно перемешать, поместить в холодильник на нижнюю полку на две недели. Норма приема: 30 мл трижды в день за тридцать минут до еды в течение шести месяцев. Лечение достаточно эффективно.

Взять одно яблоко средних размеров, нарезать по возможности мельче (а лучше вообще измельчить на мелкой терке), залить стаканом крутого кипятка и настаивать, тщательно укутав, примерно 2 часа, процедить через слой марли или ситечко. Принимать по одному стакану такого настоя с 1 ст. ложкой отвара крапивы 3–4 раза в день до еды. Пить это средство непременно в теплом виде.

Пить по 1/3 стакана 3 раза в день отвар листьев брусники с 1 ст. ложкой отвара крапивы.

Приготовление: 1 ст. ложку сухих, измельченных листьев залить стаканом воды и кипятить 15 минут, остудить, процедить. При приеме добавить 1 ст. ложку отвара крапивы.

Пить по одному стакану 3 раза в день настой листьев черной смородины с 1 ст. ложкой отвара крапивы. Приготовление: 3 ст. ложки сухих, измельченных листьев поместить в термос и залить тремя стаканами крутого кипятка, настаивать не менее часа, процедить. При приеме добавить 1 ст. ложку отвара крапивы.

Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день настой травы череды трех-раздельной с 1 ст. ложкой отвара крапивы. Приготовление: 1–2 ст. ложки сухой, измельченной травы поместить в предварительно разогретую посуду, залить стаканом кипятка и настаивать около получаса, процедить. При приеме добавить 1 ст. ложку отвара крапивы.

Делать компрессы с настоем травы полыни горькой с 1 ст. ложкой отвара крапивы. Приготовление: 1–2 ст. ложки сухой, измельченной полыни залить стаканом кипятка, настаивать не менее часа. При приеме добавить 1 ст. ложку отвара крапивы.

Делать компрессы на воспаленные болезненные суставы из натертой редьки, натертых корней хрена, корней крапивы.

Один раз в день делать ванночки с настоем или отваром хвои и отваром крапивы. Для этой цели подходит хвоя любых хвойных деревьев. Она может быть свежая или сухая.

Свежие листья лопуха большого и листья крапивы промыть холодной водой, слегка размять и оборачивать ими больные суставы на всю ночь (прикладывать нижней, пушистой стороной листа). Особенно эффективна эта процедура в мае. Можно использовать для процедуры и сухие листья лопуха и крапивы, но предварительно их следует запарить (обдать кипятком и по держать несколько минут в сосуде под крышкой).

Смазывать больные места спиртовой настойкой листьев крапивы. Процедуру проводить вечером перед сном.

Втирать в болезненные места мазь из сока чистотела большого и сока листьев крапивы. Приготовление: одну часть свежеежатого сока чистотела и одну часть сока крапивы смешать с четырьмя частями вазелина. Использовать 2–3 раза в день.

Несколько раз в день втирать в болезненные места мазь из порошка чистотела большого и листьев крапивы. Приготовление: одну часть порошка чистотела и одну часть порошка листьев крапивы смешать с четырьмя частями свежего сливочного масла.

Цветки василька синего – 5 г, цветки календулы – 5 г, цветки пиона – 5 г, плоды можжевельника – 5 г, побеги сладко-горького паслена – 5 г, кора крушины – 5 г, цветки бузины черной – 10 г, листья крапивы двудомной – 10 г, кора ивы – 20 г, трава хвоща полевого – 20 г, листья березы белой —20 г. Три столовые ложки сбора залить 0,5 л кипятка, через 10 минут сварить и процедить. Принимать каждые 2 часа по стакану горячего отвара. Применяется и при суставном артрите, подагре, ревматизме.

Листья березы белой – 25 г, листья крапивы двудомной – 25 г, трава дрока – 25 г, трава фиалки трехцветной – 25 г. Столовую ложку сбора на стакан кипятка. Отстоять. Пить по 2 стакана в день.

Трава грыжника – 20 г, листья крапивы двудомной – 25 г, трава золототысячника —20 г, почки сосновые – 20 г, корень барбариса – 20 г, корень ивы – 20 г. Столовую ложку сбора на стакан кипятка. Отстоять. Пить по 2 стакана в день.

Корень гледичии колючей – 200 г, корень крапивы двудомной – 25 г. Пол-литровую банку настроганных корней залить 0,5 л 40 %-ного спирта и нагревать на водяной бане (но не до кипения). Настаивают сутки и снова так же нагревают, потом настаивают 3 дня. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за 10 минут до еды в течение 30–40 дней при хронических полиартритах.

Корень девясила высокого – 15 г, листья крапивы двудомной – 25 г, трава донника – 15 г, трава зверобоя – 15 г, цветы ландыша лекарственного – 15 г, трава багульника – 20 г, семена льна – 10 г, трава можжевельника – 10 г, трава тысячелистника – 10 г, трава череды – 25 г. 5–6 ст. ложек смеси заварить в термосе 1 л кипятка. Через 6 часов процедить. Это суточная доза. Принимать в течение 3–5 недель до улучшения, затем перейти на 3 ст. ложки на 0,5 л кипятка. Лечение продлить 6–8 месяцев (применяется и при ревматизме).

Трава дрока красильного – 20 г, трава иван-да-марьи – 20 г, почки березы – 20 г, листья крапивы двудомной – 20 г. 2 ст. ложки смеси настоять в 250 мл кипятка, процедить. (Принимается также при подагре, ревматизме.)

При обменном полиартрите, отложении солей делать следующее. Стакан свежеприготовленной кашицы картофеля и кашицы из порошка листьев крапивы смешать с 2–3 ст. ложками очищенного керосина, положить на плотную ткань и приложить как компресс на больное место. Сверху обернуть сначала пергаментной бумагой, потом теплым шерстяным материалом и оставить на 2 часа. Процедуру можно делать ежедневно.

При инфекционном полиартрите рекомендуется смешать по 400 г сока чеснока, корней хрена, корней и ботвы сельдерея, сока от 5 лимонов, 2 ст. ложки отвара крапивы. Хранить в холодильнике в плотно закрытой посуде. Перед употреблением встряхивать. Принимать по десертной ложке утром за 30 минут до еды.

Стакан измельченных внутренних перегородок плодов грецких орехов залить 0,5 л водки и 0,5 л отвара крапивы, настоять в темном месте 3 недели, периодически встряхивая содержимое, процедить. Принимать по столовой ложке 2–3 раза в день за 20 минут до еды. Курс лечения один месяц. Перерыв 2–3 недели.

Стакан скорлупы кедровых орехов залить 0,5 л водки и 0,5 л отвара крапивы, настоять в темном месте две недели, периодически встряхивая содержимое, процедить. Принимать 3 раза в день, начиная с 5 капель, ежедневно добавляя по капле на прием. Довести до 25 капель на прием, затем уменьшать ежедневно по капле, доведя до 5.

Кашицу из тертой черной редьки и кашицы из порошка листьев крапивы прикладывать к болезненным участкам тела на 20–30 минут.

Свежеприготовленный цельный или разбавленный отваром крапивы или растительным маслом сок редьки в соотношении 2:1 втирать 1 раз в день в болезненные участки тела.

Сок редьки – 2 стакана, сок крапивы – 2 ст. ложки, водка – 1/2 стакана, мед – 1 стакан, соль поваренная – 1 ч. ложка. Все хорошо размешать до состояния однородной массы. Втирать в болезненные участки кожи 1 раз в день.

300 г кашицы репчатого лука, 100 мл меда, 20 мл сока крапивы. 600 мл сухого вина настоять неделю в темном, прохладном месте, периодически встряхивая содержимое, процедить. Принимать по 2 ст. ложки 3 раза в день до еды.

При лечении уратного артрита и суставного артрита (а также ревматизма и подагры) применяется следующий сбор: цветки василька синего – 5 г, цветки календулы – 5 г, цветки пиона – 5 г, плоды можжевельника – 5 г, побеги паслена сладко-горького – 5 г, кора крушины – 5 г, цветки бузины черной – 20 г, листья крапивы двудомной – 20 г, кора ивы – 20 г, трава хвоща полевого – 20 г, листья березы – 20 г. Три столовых ложки сбора залить 0,5 литрами кипятка: через 10 минут сварить и процедить. Пить каждые 2 часа по стакану горячего настоя.

При ревматическом полиартрите, боли в суставах готовят следующий отвар: корица китайская, листья крапивы двудомной – 20 г, ветки – 10 г, пион белоцветковый, корневище —12 г, солодка уральская, корневище – 6 г, имбирь лекарственный, корневище – 10 г, сапожниковия растоп., корневище – 10 г, эфедра китайская, трава – 10 г, аконит Фишера, клубни – 10 г, атрактилис яйцевидный, корневище – 10 г, анеморрена асфоделиевая, корни – 6 г. Указанное сырье отваривают в 800 мл воды до получения 450 мл отвара. Назначают по 150 мл 3 раза в день.

Собирают молодые листочки черной бузины ранней весной, цветы, кору – летом, ягоды – осенью. Пьют по 3 стакана в день напар из цветов бузины в дозе – 20 г на 1 литр воды с добавлением отвара крапивы. При этом рекомендуется лежать в постели. (Этот же чай пьют при ревматизме, подагре.)

Делают горячие обклады из маленьких мешочков, наполненных поровну смесью цветов черной бузины, крапивы и ромашки, политых кипятком.

Спиртовой настой сушеных цветов каштана конского и листьев крапивы (40 г на 1 л спирта) применяется для растирания при артритических (и ревматических) болях.

В эмалированную посуду налить 600 мл воды, нарезать и сложить 4 лимона, кипятить до тех пор, пока не останется 200 мл воды, затем процедить, отжать сырье, перелить в стеклянную посуду, добавить туда 1 стакан меда, сок свежего лимона, 1 ст. ложку сока крапивы, хорошо размешать, закрыть крышкой. Принимать по 1 ст. ложке на ночь.

При артрите рекомендуется принимать ванны со следующей эмульсией. Растворить в эмалированной кастрюле 30 г тертого детского мыла в 500 мл отвара крапивы, добавить 0,75 г салициловой кислоты, кипятить на малом огне, помешивая деревянной ложкой. Горячую смесь соединить с 0,5 г живичного аптечного скипидара, хорошо перемешивая. Эмульсию хранить в широкогорлых бутылках или банках с притертой пробкой. Этого количества хватит на 10–15 ванн. Ванны делать 2 дня подряд, 2 день – перерыв и т. д. Продолжительность ванны 15 минут, температура 37–38 градусов, объем 150–170 литров. В первые 2 ванны налить по 10 мл эмульсии, во вторые – 20 мл, затем 30, 40, 50, 60, 70, 80, 85, 90 мл, во все последующие ванны налить по 90 мл эмульсии.

При болях в суставах 500 г сока клюквы смешать с 200 г сока чеснока, 20 г сока крапивы, настоять сутки, периодически встряхивая содержимое, затем добавить 1 кг меда и все тщательно смешать. Хранить в темном прохладном месте. Принимать по чайной ложке 3 раза в день за 15 минут до еды.

Для очистки суставов приготовить 30 г лаврового листа и 30 г листьев крапивы (на курс лечения). Взять 5 г лаврового листа, 5 г крапивы, залить 300 мл кипяченой воды, кипятить на слабом огне 5–8 минут, настаивать в термосе 2 часа, отжать, процедить. Выпить маленькими глотками в течение дня. Больше 1 ст. ложки настоя не принимать во избежание кровотечения. Лучше настой готовить вечером, а принимать днем. Питание – вегетарианское. На 2 и 3 день

повторить то же самое лечение. После 7-дневного перерыва снова принимать настой из лаврового листа. При выраженных отложениях солей в суставах и позвоночнике эту процедуру можно делать сначала 1 раз в 3 месяца (4 курса в год), а затем 1 раз в год. Очистка суставов проводится после тщательной очистки кишечника во избежание аллергии.

Смешать в равных частях сок из свежих огурцов, крапивы, свеклы и моркови. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Обладает свойством выводить мочевую кислоту из организма.

Смешать 2 ст. ложки свежесушеных, истолченных в мелкий порошок цветков зверобоя обыкновенного, или донника лекарственного, или порошок листьев крапивы с 50 г вазелина, тщательно растереть. Применять в виде компрессов для уменьшения боли и приостановления воспалительного процесса при артрите. Мазь хранить в прохладном темном месте.

Астма сердечная

Сердечная астма характеризуется приступами одышки, удушья и требует экстренной медицинской помощи, так как даже предвестники астмы могут привести к летальному исходу. Причины сердечной астмы кроются в патологическом процессе, происходящем в левом предсердии, – повышенном давлении. Сердечная астма сопровождается симптомами, характерными для недостаточности отделов сердца, расположенных слева. Сердечная астма – следствие острой сердечной недостаточности левого желудочка. Ослабление мышечного тонуса левого желудочка становится причиной застоя крови в малом круге кровообращения, сопровождающегося проникновением плазмы крови в ткани легкого, а порой и в бронхи.

Взять 0,5 столовой ложки молодых листьев крапивы, по 1 ст. ложке молодых листьев лебеды и листьев камыша. Смешать и измельчить листья, залить 1 стаканом кипятка, настаивать, укутав, 2 часа, добавить 0,5 ч. ложки пищевой соды, размешать и настаивать 10 дней в тепле на свету. Принимать при сердечной астме по 1 ч. ложке 1 раз в день за 30 минут до еды в течение 3–4 недель.

Гастрит

Воспалительное заболевание слизистой оболочки желудка. Причинами его являются неправильное питание, воздействие алкоголя, никотина, пищевые отравления. Может быть острым, когда ощущаются боли под ложечкой, тошнота, рвота, или хроническим, который проявляется чувством тяжести под ложечкой, болью, изжогой, отрыжкой.

Препараты на основе или с долей крапивы двудомной издавна используются в лечении целого ряда заболеваний желудочно-кишечного тракта – язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрита. Они играют важную роль в регулировании деятельности органов пищеварения. Крапива используется для лечения кровотечений, возникающих в желудочно-кишечном тракте.

Гастрит с пониженной кислотностью. Рецепт 1: по 2 части листьев крапивы двудомной и травы зверобоя продырявленного, по 1 части травы володушки золотистой и листьев какалии копьевидной. *Приготовление:* 3 ст. ложки измельченной смеси заварить 750 мл кипятка в термосе, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 1 стакану 3 раза в день за 20 минут до еды. Курс – по 8 недель с перерывом на 10 дней в течение 3–4 месяцев.

Взять измельченные ягоды шиповника – 3 ст. ложки; толченую бруснику – 2 ст. ложки; сушеную крапиву – 3 ст. ложки. Компоненты поместить в большой заварочный чайник или другую стеклянную или фарфоровую емкость, залить 3 стаканами кипятка. Емкость накрыть крышкой, укутать и дать настояться в течение трех часов. Состав процедить и пить по стакану за полчаса до еды.

Гастрит с пониженной кислотностью. Рецепт 2: по 2 части листьев крапивы двудомной и подорожника обыкновенного, 3 части травы зверобоя продырявленного, 1 часть кукурузных рылец. *Приготовление:* 3 ст. ложки измельченной смеси заварить 750 мл кипятка в термосе, настаивать 3 часа, процедить. Принимать по 1 стакану 3 раза в день за 20 минут до еды. Курс – по 8 недель с перерывом на 10 дней в течение 3–4 месяцев.

Залить 1 ст. ложку сухих листьев крапивы 1 стаканом кипятка, кипятить 10 минут на медленном огне, остудить, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 4–5 раз в день.

2 ст. ложки листьев крапивы на 0,5 литра кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Берется 2 листа крапивы, цветки ромашки аптечной, лист подорожника, трава зверобоя. 4 ст. ложки смеси заливают 1 л кипятка, настаивают в теплом месте 2 часа и пьют по 1 стакану в день и в течение недели.

Принимать сок укропа огородного с отваром крапивы; отжимается сок из надземной части растения; пить по 1 ч. ложке сока и 1 ст. ложке отвара 3 раза в день; рекомендуется в средство добавлять мед.

Принимать отвар травы базилика обыкновенного с листьями крапивы. *Приготовление:* 1 ч. ложка сухой смеси трав залить стаканом воды и варить на слабом огне 5–7 минут, дать остыть, процедить: выпить отвар в несколько приемов в течение дня.

Пить ежедневно по 500 мл овощных соков, полезна смесь следующих соков: морковного (3 части), крапивного (1 часть), свекольного (1 часть), огуречного (1 часть).

Принимать настой шишек хмеля обыкновенного с листьями крапивы. *Приготовление:* 2 ч. ложки сухой смеси сырья залить стаканом кипятка и настаивать под крышкой несколько часов; процедить, пить по четверти стакана 3 раза в день за 15 минут до еды.

Принимать настой цветков календулы лекарственной с листьями крапивы. *Приготовление:* 2 ч. ложки сухой смеси цветков и листьев залить 400 мл кипятка, настаивать около четверти часа, процедить; пить по полстакана четыре раза в день.

Пить чай из корней пиона белоцветкового с листьями крапивы. Приготовление: 1 ст. ложку сухой, измельченной смеси сырья залить стаканом кипятка и настаивать, хорошо укутав, не менее четверти часа, процедить; выпить за один прием.

Принимать настой травы тысячелистника обыкновенного с листьями крапивы. Приготовление:

1 ст. ложку сухой смеси сырья залить стаканом кипятка и настаивать в закрытой посуде примерно час; процедить, пить по 1 ст. ложке настоя три-четыре раза в день до еды.

Принимать настой листьев и корней земляники лесной с листьями крапивы. Приготовление: 1 ст. ложку сухой смеси сырья залить стаканом холодной кипяченой воды и настаивать в закрытой посуде не менее 6 часов, процедить; пить настой по полстакана 1 раз в день.

Принимать смесь: 4 части сока сливы домашней, 2 части сока сливы колючей (терна), 1 часть сока крапивы и 1 часть меда. Все смешать непосредственно перед употреблением; пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Сок картофеля свежеприготовленный с отваром крапивы принимать по три четверти стакана натощак, после приема необходимо лечь на полчаса, через час можно есть; продолжать лечение десять дней, затем – десять дней перерыва и еще десять дней лечения.

Трава чистотела – 10 г, листья крапивы – 10 г, корень девясила высокого – 10 г, трава приворога – 10 г, корень любистка – 10 г, корень окопника лекарственного – 10 г, листья мяты перечной – 10 г, корень просвирника (алтея) – 10 г, листья мать-и-мачехи – 10 г. 1 ст. ложку сбора на стакан кипятка, варить 5–7 минут, настоять. Выпивать по 2–3 стакана в день.

Трава полыни горькой – 35 г, листья крапивы – 10 г, трава золототысячника – 35 г. 1 ч. ложку сбора заварить стаканом кипятка, остудить, процедить, пить по стакану настоя в день.

Корень алтея – 30 г, корень крапивы – 10 г, корень окопника лекарственного – 20 г. 1 ст. ложку сбора на стакан кипятка, варить 5–7 минут, настоять. Выпивать глотками стакан отвара каждый день перед едой.

Трава золототысячника – 20 г, листья крапивы – 10 г, листья мяты перечной – 80 г. 2 ч. ложки сбора настоять на стакане кипятка. Принимать по стакану за полчаса до еды.

Листья Melissa – 30 г, листья мяты перечной – 30 г, листья крапивы – 10 г, цветки ромашки – 40 г. 2 ч. ложки сбора настоять на стакане кипятка. Принимать по стакану за полчаса до еды.

Корень валерианы – 25 г, листья крапивы – 10 г, листья вахты трехлистной – 25 г, листья мяты перечной – 25 г, кожура апельсина – 25 г. 2 ч. ложки сбора настоять на стакане кипятка. Принимать по стакану настоя после еды.

Плоды фенхеля – 20 г, листья крапивы – 10 г, корень алтея – 20 г, цветки ромашки аптечной – 20 г, корневище пырея – 20 г, корень солодки – 20 г. 1 ст. ложка сбора на стакан кипятка, варить 5–7 минут, настоять. Вечером выпивать по стакану отвара.

2 ст. ложки травы золототысячника и 1 ст. ложку листьев крапивы настоять на 0,5 л кипятка в термосе 2–6 часов. Принимать в течение дня за 30 минут до еды теплым по полстакана 3 раза в день.

Порошок травы золототысячника с порошком листьев крапивы. Принимать смесь по 1–2 г несколько раз в день.

Трава золототысячника – 20 г, листья крапивы – 10 г, трава зверобоя – 20 г. 2–3 ст. ложки смеси настаивать в 2,5 стакана кипятка, выпивать в течение дня в 4–5 приемов.

Корень окопника – 25 г, листья крапивы – 10 г, корень алтея – 25 г, трава чистотела – 15 г, трава девясила высокого – 25 г, листья мяты перечной – 25 г, листья мать-и-мачехи – 25 г. 3 столовые ложки смеси отварить в 250 мл воды 5–7 минут. Остудить, процедить. Принимать по 2–3 стакана в день.

Корень окопника – 20 г, листья крапивы – 10 г, корень валерианы – 20 г, корень алтея – 20 г, корень солодки – 20 г, листья мяты перечной – 20 г, листья березы – 20 г, плоды аниса

– 20 г. 2 ст. ложки смеси отварить в 0,5 л кипятка (15 минут), настоять, процедить. Принять в течение дня в 3–4 приема.

Корень окопника – 50 г, корень крапивы – 10 г. 1 ст. ложку смеси корней варить 5 минут в 0,5 л воды, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день до еды.

Корень девясила высокого (порошок) – 20 г, листья крапивы – 10 г. Взять смесь на кончике ножа, смешать с 1 ч. ложкой меда. Принимать 5 раз в день при гастрите.

Листья и корень одуванчика – 30 г, листья крапивы – 10 г. 1 ст. ложку смеси настоять в термосе (8–10 г в 0,5 л кипятка). Принимать по 2/3 стакана 3 раза в день до еды.

Свежую сырую мякоть тыквы съедать, начиная с 20–30 г один раз в день, постепенно увеличивая дозу до 150 г 2–3 раза в день за 20–30 минут до еды. Запивать стаканом отвара листьев крапивы. Курс лечения 1,5–2 месяца. После перерыва в 10–15 дней лечение можно повторять.

Свежеприготовленный сок тыквы пить по полстакана 1–2 раза в день за 10–15 минут до еды, постепенно увеличивая его количество до 2–3 стакана в день. Запивать стаканом отвара листьев крапивы. Больным, которые плохо переносят цельный сок, рекомендуется делать из него напиток, разбавляя сок холодной кипяченой водой в соотношении 1:1.

Вареный или полусырой корнеплод свеклы красной принимать, начиная с 20–30 г один раз в день, постепенно увеличивая количество до 100 г 1–2 раза в день за 20–30 минут до еды или натощак. Запивать стаканом отвара листьев крапивы.

150–200 г свежих клубней топинамбура тщательно вымыть, очистить и принимать ежедневно 2–3 раза в день перед едой. Запивать стаканом отвара листьев крапивы.

50–100 г свежеприготовленного сока клубней топинамбура принимать 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды. Запивать стаканом отвара листьев крапивы.

1–2 ст. ложки порошка корня топинамбура растворить в 0,5 л отвара крапивы, процедить и пить по стакану 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды.

Плоды фенхеля – 20 г, листья крапивы – 10 г, корни алтея – 20 г, цветы ромашки аптечной – 20 г, корневище пырея – 20 г, корень солодки – 20 г. Вечером выпивать по стакану отвара: 1 ст. ложка сбора на стакан воды.

4 ст. ложки ягод калины и 1 ст. ложку листьев крапивы залить 0,5 л кипятка, укутать, настаивать 2 часа. Выпить в течение суток.

Трава золототысячника – 20 г, листья крапивы – 10 г, листья мяты перечной – 80 г. Настой из 2 ч. ложек смеси на стакан кипятка. Пить по одному стакану за полчаса до еды.

Корень солодки – 10 г, плоды фенхеля (укроп) – 20 г, листья крапивы – 10 г, листья Melissa – 70 г. 1 ст. ложку сбора залить стаканом кипятка, кипятить 3–5 минут, отстоять, процедить. Принимать по 2–3 стакана настоя в день.

Зверобой продырявленный – 10 г, листья крапивы – 10 г, репешок обыкновенный, трава – 10 г, подорожник большой, лист – 20 г, мята перечная, лист – 20 г, ромашка аптечная, цветки – 20 г. 5–6 г смеси указанных растений заварить 500 мл кипятка, настаивать в течение 30 минут, принимать через каждый час 0,75 мл. При рвоте, сразу после нее, обязательно принимать маленькими глотками, теплым. В сутки можно заваривать 2 раза в зависимости от состояния больного. Обычно расстройство желудка, рвота прекращаются после приема 3–5 порций настоя. Первые дозы необходимо принимать без сахара, в последующие можно добавить небольшое его количество. При тяжелых состояниях настой принимают за несколько часов более 3 л, в горячем виде, к рукам и ногам прикладывают грелки.

Сушеница болотная, трава – 10 г, листья крапивы – 10 г, ромашка аптечная, трава – 10 г, роза крымская и белая, лепестки – 10 г, календула лекарственная – 10 г, хвощ полевой, побеги – 10 г, репешок, надземная часть – 20 г, полынь полевая – 20 г, шиповник коричный, плоды – 30 г, укроп огородный, семена – 30 г, зверобой продырявленный – 40 г, подорожник большой – 40 г, тысячелистник обыкновенный – 70 г. 6 г смеси заварить 500 мл кипятка, томить 30

минут, не кипятить. Принимать 4 раза в сутки по 100 мл за 15 минут до еды. Вкус настоя слабо горький.

Если у больного склонность к поносу, к этому сбору добавить 10 г коры дуба. Если склонность к запору – кору крушины, александрийский лист или ревень.

Семена кориандра рекомендуется добавлять в лекарственный сбор в толченом виде как ароматическое и улучшающее вкус и пищеварение желчегонное средство.

Если боли в желудке носят острый характер, к данному сбору добавляется 10 г листа мяты перечной, следует избегать передозировки.

При остром гастрите и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки можно к данному сбору добавить семена льна 10 г, обладающих обволакивающим, противовоспалительным и легким слабительным средством.

С этой же целью можно использовать клубни ятрышника пятнистого.

Настой душицы с листьями крапивы. Приготовление: 2 ч. ложки смеси трав, измельченной до 0,5 мм, заливают стаканом кипящей воды, закрывают, настаивают в течение 15–20 минут, процеживают, пьют в теплом виде за 15–20 минут до еды, 0,5 стакана 3–4 раза в день.

Настойка календулы с листьями крапивы. Приготовление: из краевые цветки и листья залить 70 %-м спиртом. Настаивать в темном месте неделю. Настойку назначают по 30 капель (до 1 ч. ложки) на прием 2–3 раза в день.

Готовят также из всех надземных частей растения с листьями крапивы. Соотношение растительного сырья к спирту 1:10.

Геморрой

Геморрой – это самое частое заболевание заднего прохода, по поводу которого обращаются к врачу. При геморрое основные проявления болезни – боль, выделения крови и выпадение узлов из заднего прохода. При геморрое воспаляются и повреждаются вены в стенках заднего прохода. Иногда геморрой приводит к образованию трещин заднего прохода. При трещинах заднего прохода боли возникают не тотчас, а спустя некоторое время после опорожнения кишечника. Постепенно усиливаясь, они могут длиться часами.

Свежий сок из листьев крапивы принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день.

При геморрое, когда шишки расположены внутри и сильно болит поясница, рези внизу живота – ежедневно пить по 4 стакана отвара из листьев крапивы жгучей и коры крушины, каждой по 8 г на 1 л воды. Кипятить 20 минут.

При геморрое и запорах ставится клизма – небольшая чайная ложка свежего сока Melissa лекарственной и сока крапивы на стакан воды.

При кровотечениях принимают готовый жидкий экстракт или домашний настой крапивы двудомной. Готовят настой из 15 г измельченных сухих листьев крапивы двудомной на стакан кипятка, настаивают 10 минут и принимают в охлажденном виде по столовой ложке 3–4 раза в день.

При геморроидальных кровотечениях, болях и запорах готовят отвар из равных частей крапивы и коры крушины. Пол-литра кипятка заливают 15 г смеси, кипятят 10 минут, процеживают, охлаждают и пьют по 0,5 стакана до еды, 3–4 раза в день.

Взять по 2 ст. ложки листьев и корневищ крапивы, залить 1 л кипятка, поставить на огонь и кипятить 15 минут, процедить. Принимать по 1 стакану утром натощак и вечером перед сном.

Измельчить сухую крапиву (5–7 ст. ложек) залить кипятком (0,5 л), протомить на слабом огне 30 минут, оставить для настаивания на 1 час.

Принимать отвар зверобоя и листьев крапивы по одной четверти стакана 3–4 раза в день на протяжении 10 дней.

Есть при геморрое как можно больше сырой тертой моркови с листьями крапивы, а на ночь выпивать стакан очень горячего настоя конского щавеля.

Применять для лечения геморроя отвар чистотела и листьев крапивы: чайную ложку сухой смеси трав залить стаканом кипятка, настаивать полчаса и пить несколько чашек в день.

Заваривать в чайнике цветки коровяка и листья крапивы, пить, как чай; кровотечение останавливается через 2–3 дня, и еще через несколько дней болезнь исчезает полностью.

Заварить литром кипятка 30 г травы тысячелистника и 30 г листьев крапивы. Пить как чай.

Цветки ромашки аптечной – 25 г, листья крапивы – 20 г, корень одуванчика – 25 г, корень мыльнянки – 25 г. 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, настоять в течение 6 часов, прокипятить 5–7 минут, процедить. Применять как клизму.

Крапива жгучая — 8 г, кора крушины – 8 г. Сбор варить 5–6 минут в 1 л воды, настоять 30 минут, процедить. Пить по 4 стакана в день.

Цветы льнянки – 10 г, кора дуба – 10 г, крапива жгучая – 10 г, трава водяного перца – 10 г. Замочить на 12 часов в растопленном свином сале, помешивая, слить в банку, завязать пергаментной бумагой. Пропитать мазью тампон и ввести в анальное отверстие полностью на 4–5 часов.

Корень валерианы – 20 г, крапива жгучая – 10 г, цветки ромашки аптечной – 20 г, корень одуванчика – 20 г, корневище пырея – 20 г. 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, настоять в течение 6 часов, прокипятить 5–7 минут, процедить. Применять как клизму.

Семя каштана конского (измельченного вместе с кожурой) – 30 г, листья крапивы – 20 г, цветки ромашки аптечной – 30 г, листья шалфея – 20 г, кора дуба – 50 г. 3 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, выдержать 6 часов. Использовать для ванн и припарок на анальную область.

Корень ревеня – 10 г, листья крапивы – 20 г, трава привороота – 20 г, листья мяты перечной – 50 г, трава тысячелистника – 20 г. 1 ст. ложку сбора заварить стаканом кипятка, отстоять 30 минут, процедить. Пить 2 раза в день за полчаса до еды.

Трава шандры – 20 г, листья крапивы – 20 г, корень валерианы – 20 г, цветки ромашки – 20 г, корень одуванчика – 20 г, корневище пырея – 20 г.

2 полные столовые ложки смеси залить 0,5 л воды, настоять в течение 6 часов. Вскипятить. Отстоять, процедить. Использовать отвар для клизм, пока не появятся позывы к дефекации. Повторять при необходимости не более 3 раз с интервалами в 5 минут.

Цветки ромашки аптечной – 25 г, листья крапивы – 20 г, корень одуванчика – 25 г, корень мыльнянки – 25 г. 2 полные столовые ложки смеси залить 0,5 л воды, настоять в течение 6 часов. Вскипятить, отстоять, процедить. Использовать отвар для клизм, пока не появятся позывы к дефекации. Повторять при необходимости не более 3 раз с интервалами в 5 минут.

Кора дуба – 30 г, листья крапивы – 20 г, льняное семя – 30 г, цветки ромашки аптечной – 40 г. 2 полные столовые ложки смеси залить 0,5 л холодной воды, отстоять 6 часов. Вскипятить, остудить, процедить. Использовать для клизм, вводить пока не появятся позывы к дефекации.

Семя каштана (измельченного вместе с кожурой) – 30 г, листья крапивы – 20 г, цветки ромашки аптечной – 30 г, листья шалфея – 20 г, кора дуба – 50 г. 3 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка. Выдержать 6 часов. Употреблять для ванн и припарок на анальную область.

Кора дуба – 50 г, листья крапивы – 20 г, трава хвоща полевого – 20 г, корень валерианы – 20 г. 3 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка. Выдержать 6 часов. Употреблять для ванн и припарок на анальную область.

Плоды бузины черной (сухие) – 18 г, листья крапивы – 20 г. Полную столовую ложку смеси сырья настаивать 10–12 часов на 250 мл кипяченой воды комнатной температуры. Пить по 1/2 стакана на ночь как слабительное.

6–8 листьев бузины (можно свежие или сухие), листья крапивы – 20 г, шалфей лекарственный – 15 г. Все это отварить 10 минут в 1,5 стакана воды, добавить 1 ст. ложку меда. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день в течение 4–5 недель. (Используется и как кровоочистительное.)

Корень бузины черной – 30 г, листья крапивы – 20 г. Варить в 1 л воды, пока не выкипит до 0,5 л. Пить по 100 мл до еды 40–60 дней и дольше.

Корень ревеня – 10 г, листья крапивы – 20 г, трава шандры – 20 г, трава привороота – 20 г, листья мяты перечной – 50 г. 1 ст. ложку смеси на стакан кипятка, заварить, остудить. Выпивать по 1 ст. ложке за полчаса до еды.

Корень ревеня – 20 г, листья крапивы – 20 г. 1/4 чайной ложки измельченного сырья залить 1/2 стакана кипятка. Выпить в один прием.

Корень ревеня – 20 г, листья крапивы – 20 г, корневище аира – 80 г. 1/2 чайной ложки измельченного корня залить стаканом кипятка. Выпить частями в течение дня.

Трава горца перечного – 100 г, листья крапивы – 20 г. Кипятить смесь 15 минут в 2 л воды, затем прибавить 0,5 л молока и столовую ложку крахмала. Делать теплые сидячие ванны ежедневно в течение 1–2 месяцев.

Трава горца почечуйного – 30 г, листья крапивы – 20 г. 1 ст. ложку смеси трав настоять в 250 мл кипятка, остудить, процедить. Принимать по 0,5 стакана 2–3 раза в день после еды.

Цветки льнянки – 10 г, листья крапивы – 20 г, кора дуба – 10 г, трава водяного перца – 10 г. Всю смесь погрузить на 12 часов в 1 стакан растопленного свиного смальца, подогреть, размешивая, и процедить. Мазь наносят на тампон и вставляют в анальное отверстие, удерживают 4–5 часов.

Свежеприготовленный сок тыквы и отвар листьев крапивы пить по полстакана 1–2 раза в день за 10–15 минут до еды, постепенно увеличивая его количество до 2–3 стаканов в день.

Вареный или полусырой корнеплод свеклы красной принимать, начиная с 20–30 г один раз в день, постепенно увеличивая количество до 100 г 1–2 раза в день за 20–30 минут до еды или натощак. Запивать отваром крапивы.

Цельный свежеприготовленный сок свеклы пить, смешав с отваром крапивы. Постепенно увеличивать объем с 1 ч. ложки до 100–200 мл 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды. Курс лечения до 2 месяцев.

Настой из листьев шалфея и листьев крапивы – листья измельчают до 0,5 мм, берут 10 г смеси, заливают стаканом кипятка, настаивают 20 минут, охлаждают, процеживают. Годность настоя 2–3 дня. Хранить в прохладном месте.

Листья шалфея – 10 г, листья крапивы – 10 г, семена аниса – 10 г, почки сосны – 10 г, корень лакричника – 20 г. 1 ст. ложку сбора заварить стаканом кипятка, настоять и выпить в течение дня.

Настой листьев шалфея и листьев крапивы: 20 г смеси листьев на стакан кипятка, настоять, охладить – для микроклизм.

Для промываний отвар омелы, крапивы, тысячелистника, водяного перца, дубовой коры, трава и цветы глухой крапивы – каждого по 10 г, а омелы 15 г. Кипятить 15 минут на слабом огне.

Собирают все растение ястребинки волосистой вместе с корнем и листья крапивы. При геморрое делают напар: 40 г смеси на 1 л воды.

Де лается напар из листьев земляники и листьев крапивы: 50 г смеси листьев на 1 л. воды.

Сок из свежих цветов каштана и сок листьев крапивы по 25–30 капель на 1 ст. ложку воды, 2 раза в день, при расширении вен на ногах и при опухании геморроидальных шишек. После длительного применения сока геморроидальные боли исчезают и, если болезнь не запущена, исчезают шишки.

Свечи, изготовленные из смеси крапивы и меда, помогают при обострениях геморроя.

Внутренние (желудочные, кишечные, геморроидальные) кровотечения и кровоизлияния. Сбор кровоостанавливающий: листья крапивы (1 часть), трава пастушьей сумки (1 часть), трава хвоща (1 часть). 2 чайной ложки смеси настаивать 8 часов в двух стаканах «серебряной» воды, процедить, добавить 1 стакан кипятка. Принимать по полстакана через день.

Для серебрения воды возьмите любое изделие из серебра (монету, ложку, украшение), помойте и опустите в емкость с холодной кипяченой (или фильтрованной) водой. Через сутки серебряная вода слабой концентрации будет готова. Такую воду рекомендуется употреблять в профилактических целях.

Для приготовления серебряной воды более сильной концентрации возьмите любое изделие из чистого серебра. Тщательно вымойте. Налейте в трехлитровую эмалированную кастрюлю воду, опустите серебряное изделие, поставьте на огонь и доведите до кипения. Когда вода в кастрюле выкипит примерно до половины, снимите ее с огня. Через два часа серебряная вода средней концентрации будет готова к употреблению. Ее применяют в лечебных целях.

Ионы серебряной воды (Ag⁺) легко проникают через внешнюю оболочку патогенных микробов, вирусов, грибков и вызывают их гибель, при этом не затрагивают полезную микрофлору, то есть употребление серебряной воды не приводит к дисбактериозу.

Гипертония

Гипертония – одно из самых распространенных заболеваний сердечно-сосудистой системы. Если давление иногда повышается при стрессе или физической нагрузке, то это считается нормальным явлением. Однако регулярное повышение артериального давления приводит к развитию гипертонии – уменьшению просвета стенок мелких артерий, затрудняющего продвижение крови по сосудам. В первую очередь гипертония повреждает жизненно важные органы: сердце, головной мозг, почки. Сосуды, питающие сердце (коронарные артерии), не в полной мере обеспечивают разросшуюся мышцу кислородом и питательными веществами, поэтому появляется кислородное голодание сердечной мышцы (ишемия). Гипертония в пожилом возрасте способствует прогрессированию атеросклероза. Опасность в том, что при сильном спазме сосудов приток крови к органам (к мозгу, сердцу, почкам) недостаточен. При чрезмерном спазме и наличии бляшек на стенках сосудов кровь может перестать циркулировать по артерии. В этом случае наступает инсульт или инфаркт миокарда.

Чтобы избежать гипертонии, следует вести здоровый образ жизни. Важна двигательная активность: ежедневные прогулки на свежем воздухе, спорт (настольный теннис, плавание), умеренные физические нагрузки (облегченный труд, утренняя зарядка). Эмоциональный взрыв служит причиной гипертонии. Не копите негативные эмоции в себе: либо обращайтесь к психотерапевту, либо «выговоритесь» близкому человеку.

Большую помощь может оказать лечение травами. Используются в основном седативные травы, которые имеют успокаивающий эффект.

Залить 1 ст. ложку измельченных листьев крапивы 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут. Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день за полчаса до еды. Курс лечения – неделя, затем сделать перерыв на 5 дней, начать второй курс лечения. Настой помогает на начальном этапе заболевания.

Быстро снижают давление отвары и настои из крапивного сока. Пить его надо трижды в день по 1 ст. ложке.

Крапиву пропустить через мясорубку, через марлю отжать сок. Добавить немного кефира и меда. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Собрать 3 кг крапивы. Все вымыть, обсушить, пропустить через мясорубку, отжать получится примерно 300 г крапивного сока, добавить поллитровую банку меда, принимать по 1 ст. ложке. Этот мед снижает давление.

Крапива двудомная (не путать с крапивой жгучей). Нарезать помельче 50–70 г крапивы, поместить в эмалированную посуду, залить 450 мл воды. Через полчаса поставить на маленький огонь, дать закипеть и еще томить 10 минут. Остудить, процедить, хранить в холодильнике. Перед употреблением подогреть до комнатной температуры и пить 2–3 раза в день по 1/3 стакана. Курс лечения 5 дней подряд, трижды с перерывами в 2–3 дня.

При гипертонии употребляют листья, стебли и цветы черноголовки обыкновенной с листьями крапивы. Цветы и листья сушат и употребляют вместо чая. Внутрь принимают в виде отвара: 2 ст. ложки сырья на 300 мл кипятка, кипятить на медленном огне 10 минут, принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

При гипертонии используют шелковицу белую (тутовое дерево). Применяется кора корней, листья, плоды и кора ствола с отваром крапивы. На стакан отвара крапивы 1 ст. ложка коры шелковицы, настоять 15 минут, принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Применяют отвар из корня, коры ствола и листьев шелковицы: разовая доза 5 г на стакан отвара крапивы, варить 10 минут, принять в течение дня.

Настой: сушеницы топяной – 20 г, листьев крапивы – 20 г. Измельченную смесь трав заливают двумя стаканами кипятка, кипятят 5 минут в закрытом сосуде, настаивают в течение 2 часов, принимают по 0,5 стакана 2–3 раза в день.

При язвенной болезни желудка сочетают с синюхой голубой (лазурной).

Отвар цветов и плодов софоры японской с листьями крапивы. *1 способ:* на стакан кипятка 1 ст. ложка смеси сырья, кипятить на слабом огне 5 минут, принять в течение дня. *2 способ:* цветы и плоды софоры японской – 2 ст. ложки, листья крапивы – 1 ст. ложка, залить 0,5 л кипятка, варить на слабом огне 20 минут. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Сбор: раковина жемчужного моллюска – 25 г, реманния китайская, листья крапивы – 20 г, корни – 25 г, пория кокосовидная, склероции – 12,5 г, пион полукустарниковый, корни – 10 г, кизил лекарственный, плоды – 12,5 г, диоскорея батат, корневище – 15,5 г, шелковица белая, листья – 10 г, хризантема китайская, цветы – 10 г.

Для приготовления отваров используют аптечный чайник из глины, мало отличающегося от обычного чайника. Лекарственные растения, помещают в чайник и заливают 800 мл горячей или холодной воды и кипятят до тех пор, пока в чайнике останется 300 мл отвара. Процедить через нитяное сито. Небольшой осадок на дне сосуда не является противопоказанием для применения отвара. Приготовленный отвар назначают для приема в течение дня. После приема этого лекарства исчезает головокружение, шум в ушах и другие субъективные симптомы в течение трех дней.

Гипертония и наличие у больного тахикардии, потливости, застойных явлений со стороны периферических сосудов (яркий румянец с синюшным оттенком, онемение пальцев рук и ног): гипс – 30 г; реманния китайская, корни – 30 г; листья крапивы – 20 г, соломоцвет двузубый, корни – 25 г; офипогон японский, корень – 30 г; анемаррена асфоделиевая, корень – 10 г; дудник китайский, корень – 30 г; горечавка шероховатая, корень – 30 г; алоэ китайское, сабур – 15 г; сосюрея лопуховидная, корень – 6 г; мошус – 1,5 г; гордения жасминовидная, плоды – 30 г; коптис китайский, корневище – 30 г; шлемник байкальский, корень – 30 г; бархат амурский, кора – 30 г; ревень дланевидный, корневище – 15 г; горец многоцветковый, корень – 15 г. Из указанных веществ готовят порошок, из которого при добавлении меда делают пилюли по 0,5 г каждая. Назначают по 4 пилюли 3 раза в день. Одновременно советуют принимать в пищу имбирь.

Гипертония у больных страдающих заболеванием мышцы сердца: раковина морского жемчужного моллюска – 15 г; листья крапивы – 20 г, реманния китайская, корни – 10 г; кодонпис тангшен, корни – 10 г; дудник китайский, корни – 10 г; туя восточная, семена – 15 г; унаби, плоды – 15 г; пория кокосовидная, склероции – 15 г; коптис китайский, корневище – 3 г; сосюрея лопуховидная, корень – 6 г. Отвар готовят в 800 мл воды. Приготовленный отвар принимают 3 раза в день в течение 2–3 недель.

Гипертония у больных, страдающих заболеванием почек: дереза китайская, плод – 10 г, листья крапивы – 20 г, хризантема китайская, цветы – 10 г, пория кокосовидная, склероции – 12 г, кизил лекарственный, плоды – 10 г, реманния китайская, корни – 12 г, частуха восточная, корневище – 10 г, пион полукустарниковый, корень – 6 г, диоскорея батат, корневище – 12 г, дедробий благородный, трава – 12 г. Отвар является, как указывают китайские врачи, очень эффективным средством лечения гипертонии. Готовят отвар в 800 мл воды. Указанная доза отвара является суточной, лекарство больному назначают по 100 мл 3 раза в день.

Гипертония у больных с наличием расширения сердца, головокружением, одышкой, потливостью, застойных явлений: реманния китайская, корни – 10 г, листья крапивы – 20 г, дудник китайский, корни – 10 г, пория кокосовидная, склероции – 6 г, аир злаковый, корни – 6 г, лимонник китайский, плоды – 10 г, офипогон японский, корни – 15 г, унаби, плоды – 10 г, гордения жасминовидная, плоды – 3 г, норичник олдегема, корни – 10 г, хризантема китайская, цветы – 6 г, горец многоветковый, стебли – 15 г, солодка уральская, корневище – 6 г, кодо-

нописис тангшен, корни – 6 г. Отвар готовят в 800 мл воды. Указанное количество является разовой и суточной дозой.

Гипертония с невысоким артериальным давлением, но выраженными субъективными симптомами: реманния китайская, корни – 9 г, листья крапивы – 20 г, диаскорей батат, корневище – 15 г, пория кокосовидная, склероции – 6 г, пион полукустарниковый, корни – 9 г, анемаррена асфоделиевая, корни – 15 г, глечия прибрежная, корни – 15 г, унаби. плоды – 10 г, панцирь черепахи – 10 г, аир злаковый, корни – 6 г, дудник китайский, корни – 6 г, горец многоцветковый, корневище – 10 г, шелковица белая, кора ветвей – 15 г, шлемник байкальский, корневище – 6 г. Указанное количество лекарственных трав отваривают в 800 мл воды обычным способом упаривают до объема 250 мл. Полученное количество отвара является разовой дозой и суточной дозой: принимается в течение 2–4 месяцев.

Гипертония, начальные стадии: ремнецветник паразитический, стебли – 25 г, листья крапивы – 20 г, кизил лекарственный, плоды – 10 г, пион полукустарниковый, корень – 10 г, частуха восточная, корневище – 15 г, черноголовка обыкновенная, трава – 10 г, пион белоцветковый, корневище – 15 г, володушка козецелистная, корни – 7 г, шлемник байкальский, корневище – 10 г, реманния китайская, корни – 10 г. Готовят отвар обычным способом в 800 мл воды. Отвар принимают по 100 мл 3 раза в день. После 3–4 приемов лекарства артериальное давление снижается.

Пьют настой или отвар из цветов или листьев гречихи, лучше цветов, с добавлением листьев крапивы 1:10. Пить без дозировки, как чай.

Отвар: 1 ст. ложка смеси створок фасоли и листьев крапивы на стакан воды. Прокипятить 5 минут и принимать по 1/3 стакана 4–5 раз в день.

При гипертонии принимают картофельный сок с отваром крапивы 2–3 раза в день по 0,5 стакана, за 0,5 часа до еды.

Взять по одному стакану: сок красной моркови, сок хрена, мед, 1 ст. ложку отвара крапивы и 1 лимон. Хорошо смешать в эмалированной посуде, продолжительно перемешивая деревянной лопаточкой, полученную смесь налить в сосуд, плотно закрыть и поставить в прохладное место. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день до еды или 2–3 часа спустя. Курс лечения 2 месяца.

Отвар: 20 г измельченных сухих створок фасоли кипятят в 1 л воды. Полученный отвар, примерно 0,5 л, выпивают равными частями в течение дня. Можно для отвара применять смесь – створки фасоли, листья черники, овсяная солома, листья крапивы, в равных частях.

1 ст. ложку пустырника, 2–3 ст. ложки крапивы настоять в стакане «золотой» воды. Пить в течение дня по глотку.

«Золотая вода» – это вода, обогащённая ионами золота. 1 способ: 200 мл питьевой воды налить в керамический или стеклянный сосуд (можно металлический – покрытый эмалью положить туда же кусочек чистого золота, весом около 5 г. Поставить на огонь и кипятить до тех пор, пока половина воды не выкипит. 2 способ: в 100 мл воды, налитой в стеклянный сосуд положить кусочек золота, затем поставить на солнечное место и настаивать в течение недели.

1 ч. ложку травы багульника и 1 ч. ложку листьев крапивы настаивать 8 часов в двух стаканах «серебряной» воды в закрытом сосуде, процедить. Принимать по полстакана 4 раза в день;

Для серебрения воды возьмите любое изделие из серебра (монету, ложку, украшение), помойте и опустите в емкость с холодной кипяченой (или фильтрованной) водой. Через сутки серебряная вода слабой концентрации будет готова. Такую воду рекомендуется употреблять в профилактических целях.

Для приготовления серебряной воды более сильной концентрации возьмите любое изделие из чистого серебра. Тщательно вымойте. Налейте в трехлитровую эмалированную кастрюлю воду, опустите серебряное изделие, поставьте на огонь и доведите до кипения. Когда

вода в кастрюле выкипит примерно до половины, снимите ее с огня. Через два часа серебряная вода средней концентрации будет готова к употреблению. Ее применяют в лечебных целях.

Ионы серебряной воды (Ag⁺) легко проникают через внешнюю оболочку патогенных микробов, вирусов, грибков и вызывают их гибель, при этом не затрагивают полезную микрофлору, то есть употребление серебряной воды не приводит к дисбактериозу.

3 ч. ложки травы пастушьей сумки и 1 ч. ложку листьев крапивы настаивать 8 часов в двух стаканах «серебряной» воды, процедить. Принимать по 1–2 ст. ложке 3–4 раза в день;

2 ч. ложки травы пустырника и 1 ч. ложку листьев крапивы настаивать 6–8 часов в двух стаканах «серебряной» воды. Принимать по полстакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды;

1 ст. ложку цветочных корзинок пижмы обыкновенной и 1 ч. ложку листьев крапивы настаивать 4 часа в двух стаканах «серебряной» воды в закрытом сосуде. Принимать по полстакана 2–3 раза в день за 20 минут до еды. Через 20 дней сделать перерыв на 10 дней, потом сеанс лечения можно повторить.

1 ч. ложку сухих корневищ с корнями девясила и 1 ч. ложку листьев крапивы настаивать 8 часов в одном стакане «серебряной» воды, процедить. Принимать по полстакана 4 раза в день за 20 минут до еды.

Очистить от кожуры 100 г грецких орехов, протереть на мелкой терке, смешать с и 1 ч. ложкой листьев крапивы и небольшим количеством «серебряной» воды и с половиной столовой ложки меда. Принимать по пол столовой ложке 3 раза в день.

Инсульт. Взять 20 г измельченной крапивы, залить 1 л кипятка, поставить на огонь и кипятить 10 минут. Настаивать ночь, процедить. Принимать по половине стакана 3 раза в день.

Головная боль

Болезненные ощущения могут быть вызваны: сосудистыми заболеваниями головного мозга; вирусными и бактериальными инфекциями; неудобным положением головы и шеи; травмами; неправильным режимом дня и продолжительным эмоционально-стрессовым состоянием.

К сосудистым заболеваниям, симптомом которых является присутствие такой боли, относится: мигрень; ишемическая болезнь сосудистой сетки ГМ; венозный артрит. Одно из самых эффективных средств против этого – полноценный отдых или прогулка на свежем воздухе, вдали от напряженных дорог. Мигрень сопровождаются приступы боли, чаще в одной половине головы. В происхождении этого заболевания играет роль наследственный фактор и вегетативно-сосудистые расстройства. Приступ мигрени обуславливается изменением тонуса вне- и внутричерепных сосудов.

При недомоганиях, связанных с усталостью или физической и нервной нагрузкой, в народной медицине применяют препараты лекарственных растений.

Залить 3 ст. ложки измельченных листьев крапивы 2 стаканами воды и кипятить 2–3 минуты. На стаивать 1 час. Принимать по 1/2 стакана в течение дня.

Принимать настой травы тимьяна ползучего с листьями крапивы. 1 ст. ложку сухой смеси травы и листьев залить полулитром кипятка и настаивать, хорошо укутав, до 40 минут, процедить. Пить настой по полстакана 3–4 раза в день.

Принимать мацерат корня валерианы лекарственной с листьями крапивы: 1 ч. ложку смеси сушеного, измельченного корня и 1 ч. ложку листьев крапивы залить стаканом холодной кипяченой воды и настаивать в закрытой посуде 6–8 часов, процедить. Выпить мацерат в несколько приемов в течение дня.

Принимать отвар веточек вереска с листьями крапивы. 1 ст. ложку смеси сухого сырья залить 500 мл воды и варить на слабом огне четверть часа, дать остыть, процедить. Выпить в 3–4 приема в течение дня.

Приготовить сбор: листья ореха грецкого – 20 г, листья крапивы – 20 г, шишки хмеля – 40 г, листья шалфея – 40 г. Чайную ложку сбора на стакан кипятка. Пить 2–3 раза в день по стакану настоя.

При головной боли, мигрени можно использовать сбор: корень первоцвета – 20 г, листья крапивы – 20 г, цветки лаванды – 20 г, листья мяты перечной – 20 г, листья розмарина – 20 г, корень валерианы – 20 г. 1 ст. л. сбора залить стаканом кипятка, принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Экстракт из свежесжатого сока листьев аконита (борец настоящий, он же голубой лютик) с листьями крапивы. Внутрь дается в виде порошка из смеси корней и листьев крапивы или пилюль в дозе от 1 до 3 г на прием при мигрени.

150 г тертого на мелкой терке хрена, 0,5 кг измельченных с коркой, но без семян, апельсинов, 300 г сахара и 1 л красного сухого вина и 300 мл отвара крапивы варить в закрытой посуде на кипящей водяной бане 1 час. Охладить, процедить, остаток отжать. Пить при мигрени по 1/3 стакана через 2 часа после еды.

Собирают цветы первоцвета лекарственного (буквица, баранчики) и делают напар цветов с листьями крапивы: 20 г цветов и 20 листьев на 1 л воды. Принимают по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Столовую ложку смеси: травы Melissa, листьев крапивы и тысячелистника залить стаканом кипятка, настоять в плотно закрытой посуде 30 минут, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3–4 раза в день до еды при головной боли.

При сильных головных болях пить по четверти стакана 3 раза в день до еды свежий сок ягод черной смородины, добавляя 1 ст. ложку отвара крапивы.

Мята перечная, душица, листья крапивы, кипрей – соединить все составляющие в равных частях по весу. 1 ст. ложку измельченной смеси залить 0,5 л кипятка, настоять в плотно закрытой посуде в теплом месте 30 минут. Принимать по стакану при головной боли.

При постоянных головных болях пить свежеприготовленный сок картофеля. Приготовить свежий сок картофеля, натерев его предварительно на терке и выдавив через марлю, или пропустив через соковыжималку. Добавить 1 ст. ложку отвара крапивы. Пить сок перед едой 3 раза в день по 3 столовых ложки, всего 7–8 дней. Можно пить по четверти стакана в день.

При головной боли сосудистого происхождения применяется настой и отвар из корня, листьев и цветов пуэрарии волосистой и листьев крапивы. Отвар: 5 г смеси сырья залить 0,5 л кипятка и подержать на водяной бане 15 минут, охладить при комнатной температуре в течение 45 минут, процедить, отжать сырье, перелить в стеклянную посуду с пробкой. Принимать по четверти стакана 3 раза в день.

Настой: 2 ст. ложки смеси из корня, листьев и цветов пуэрарии волосистой и листьев крапивы залить в термосе 0,5 л кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Принимать по четверти стакана 3 раза в день.

Желчно-каменная болезнь

Желчнокаменная болезнь связана с образованием в желчном пузыре и желчных протоках камней из холестерина, желчных пигментов, известковых солей. Причины: нарушение холестеринового обмена, застой желчи, инфекция желчных путей.

Холецистит – острое или хроническое воспаление желчного пузыря обычно при желчнокаменной болезни.

Поскольку крапива обладает желчегонным действием (в виде густого экстракта входит в состав аллохола), ее использование рекомендуется при заболеваниях печени, желчного пузыря.

Отжать сок из листьев крапивы. Принимать по четверти стакана сока 2–3 раза в день или по 1 ст. ложке через каждые 2 часа.

2 ст. ложки листьев на 0,5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Срезать крапиву, измельчить с помощью мясорубки, отжать сок. Принимать трижды в день по 2 ст. ложки перед приемом пищи (за полчаса).

Камни в желчном пузыре. Промыть свежие корни крапивы, тщательно измельчить, 1 ст. ложку прокипятить в течение пятнадцати минут в 1 стакане сахарного сиропа 15 минут. После охлаждения принимать до четырех раз в день перед едой по 1 ст. ложке.

По 7 ст. ложек листьев крапивы двудомной, цветков ромашки аптечной, травы мяты перечной, горца птичьего (спорыша), хвоща полевого, бессмертника песчаного (цмина), плодов шиповника коричневого. *Приготовление:* все измельчить, перемешать, залить 7 стаканами кипятка, варить на слабом огне или водяной бане 10 минут и настаивать под крышкой до охлаждения. Пить теплый отвар по половине стакана за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс лечения – 3 месяца, перерыв 10 дней, и так в течение года.

По 10 г травы хвоща полевого, почечного чая и листьев крапивы двудомной, 20 г травы горца птичьего (спорыша). *Приготовление:* 2 ст. ложки смеси заварить 500 мл кипятка, настаивать в тепле 5–6 часов, охладить и процедить. Пить теплым по половине стакана 3 раза в день перед едой.

Гепатит. Первый этап лечения. По 60 г листьев крапивы двудомной, подорожника большого, травы донника лекарственного, лапчатки гусиной, лапчатки прямостоячей (калгана), расторопши пятнистой, зверобоя продырявленного, мяты перечной, шалфея лекарственного, цветков ромашки аптечной и календулы лекарственной, кукурузных рылец, 20 г травы чистотела большого и мед. *Приготовление:* растительную смесь измельчить и хорошо перемешать. Залить 1 ст. ложку измельченной смеси 300–500 мл холодной воды, довести до кипения и варить на слабом огне 3–5 минут. Настаивать 1 час. В охлажденный и процеженный настой добавить 1 ст. ложку меда. Пить в течение 1,5–2 мес. теплый настой 3 раза в день по половине стакана за 20–30 минут до еды.

Гепатит. Второй этап лечения. По 50 г листьев крапивы двудомной и эвкалипта круглого, травы донника лекарственного и расторопши пятнистой, корня одуванчика лекарственного и девясила высокого, мед. *Приготовление:* растительное сырье измельчить и перемешать. 1 ст. ложку смеси залить 500 мл холодной воды, довести до кипения и варить на слабом огне 10–15 минут. Охладить, процедить и добавить 1 ст. ложку меда. Выпить за день чуть теплый отвар в 3–4 приема за 30 минут до еды. Курс лечения – 1,5–2 месяца, затем нужно сделать перерыв на 1 месяц и повторить курс.

Холецистит. По 2 части листьев крапивы двудомной и плодов шиповника коричневого, по 1 части корня синюхи голубой, травы володушки золотистой и горца птичьего (спорыша). *Приготовление:* сбор измельчить, перемешать. 3 ст. ложки смеси заварить в термосе 750 мл кипятка, настаивать 2–3 часа, процедить. Это количество настоя необходимо выпить за день в

3–4 приема. Пить за 20 минут до еды каждый день в течение 8 недель, затем следует сделать перерыв на 10 дней, повторить прием.

Общеукрепляющий настой для желчного пузыря: 50 г плодов шиповника коричневого, 20 г сухих листьев крапивы двудомной, по 10 г травы пижмы обыкновенной, хвоща полевого и горца птичьего (спорыша). *Приготовление:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, выдержать на водяной бане 15 минут и настаивать в течение 1 часа. Настой пьют теплым по половине стакана 3 раза в день до еды в течение 1 месяца, затем нужно сделать перерыв на 2 недели и повторить курс еще дважды.

После операции на желчном пузыре больным, как правило, предписывают специальный режим питания. Очень полезно в этот период пить сок крапивы и пырея по 2 ст. ложки 4 раза в день за полчаса до еды.

Залить 1 ст. ложку измельченных листьев крапивы 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут. Принимать по половине стакана 1 раз в день в течение месяца.

Залить 4 ст. ложки измельченных листьев 0,5 л воды, кипятить 5 минут, процедить. В отваре развести 1 ст. ложку меда и пить в горячем виде по половине стакана 4 раза в день.

Сухая крапива, шиповник, сухая морковь, листья смородины, брусники. Взять все по 1 ст. ложке. Залить кипятком, настоять в термосе. Пить вместо чая. Можно добавить мед. Очищает организм, сосуды, хорош такой чай для печени и почек.

Взять измельченные ягоды шиповника – 3 ст. ложки; толченую бруснику – 2 ст. ложки; сушеную крапиву – 3 ст. ложки. Компоненты поместить в большой заварочный чайник или другую стеклянную или фарфоровую емкость, залить 3 стаканами кипятка. Емкость накрыть крышкой, укутать и дать настояться в течение трех часов. Состав процедить и пить по стакану за полчаса до еды.

Для интенсивного изгнания песка применяют смесь: спорыш, кукурузные рыльца, доли стручков фасоли карликовой формы, травы грыжника гладкого, листьев крапивы и листа толокнянки – все берется поровну. Дневной прием 15 г смеси на 200 мл кипятка. Напар пьют теплым, весь в течение дня. При желчекаменной болезни больные иногда обходились без операции.

Корень цикория – 50 г, листья крапивы – 25 г, листья мяты перечной – 50 г. 1 ст. ложку сбора на стакан кипятка, отстоять, процедить. Пить горячим по 1–2 стакана в день при желчекаменной болезни.

Корень одуванчика – 25 г, листья крапивы – 25 г, корень стальника колючего – 25 г, кора крушины – 25 г, листья мяты перечной – 25 г. Столовая ложка сбора на стакан кипятка, отстоять, процедить. Пить горячим по 1–2 стакана в день как желчегонное средство.

Трава полыни горькой – 10 г, листья крапивы – 25 г, цветки бессмертника (цмин песчаный) – 10 г, кора крушины – 10 г, корень одуванчика – 10 г, корень марены – 40 г. 2 ст. ложки смеси на стакан кипятка. Парить 30 минут, процедить. Утром и вечером пить по стакану отвара при желчно каменной болезни.

Трава лапчатки гусиной – 30 г, листья крапивы – 25 г, трава чистотела – 30 г, листья Melissa – 30 г, листья мяты перечной – 30 г. Столовая ложка сбора на стакан кипятка, отстоять, процедить. Пить горячим по 1–2 стакана в день.

Листья вахты трехлистной – 30 г, листья крапивы – 25 г, трава полыни горькой – 30 г, листья мяты перечной – 30 г. 2 ст. ложки на стакан кипятка. Парить 30 минут, процедить. Принимать по 3–5 ст. ложек отвара за пол часа до еды (желчегонное средство).

Трава чистотела большого – 50 г, листья крапивы – 25 г, листья мяты перечной – 50 г. 2 ст. ложки на стакан кипятка. Парить 30 минут, процедить. Утром и вечером по 1 стакану отвара при желчно каменной болезни.

Цветки арники горной – 20 г, листья крапивы – 25 г, корневище касатика – 10 г, листья вахты трехлистной – 20 г, корень одуванчика – 20 г, листья мяты перечной – 20 г, корень

цикория – 20 г. 2 ст. ложки на стакан кипятка. Парить 30 минут, процедить. Принимать через день по 2–3 стакана отвара при желчнокаменной болезни.

Листья вахты трехлистной – 15 г, листья крапивы – 25 г, корень горечавки – 15 г, корень одуванчика – 20 г, листья мяты перечной – 20 г. 2 ст. ложки на стакан кипятка. Парить 30 минут, процедить. Принимать 2 раза в день за полчаса до еды по стакану отвара.

Кора крушины – 10 г, листья крапивы – 25 г, плоды фенхеля – 10 г, цветки цмина песчаного – 20 г, листья мяты перечной – 20 г, трава тысячелистника – 20 г, трава полыни горькой – 20 г. 2 ст. ложки на стакан кипятка. Парить 30 минут, процедить. Утром и вечером пить по стакану отвара при желчнокаменной болезни.

Корень одуванчика – 20 г, листья крапивы – 25 г на 250 мл кипятка, варить 7–10 минут, отстоять до охлаждения, процедить. Принимать по 1 ст. ложке за 30 минут до еды как желчегонное.

Трава копытня европейского – 40 г, листья крапивы – 25 г, цветки цмина песчаного – 60 г. 2 ст. ложки смеси настоять на 250 мл кипятка 30 минут, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3–4 раза в день при заболевании печени.

Трава зверобоя – 40 г, листья крапивы – 25 г, трава спорыша – 20 г, трава дикого цикория – 30 г, трава цмина песчаного – 40 г, кора крушины – 30 г, цветки ромашки – 10 г, цветки ноготков – 40 г. Полную столовую ложку смеси залить водой (1,5 стакана) на ночь. Утром кипятить 5–7 минут, настоять 20 минут. Это порция дневного приема, принимать при болезни печени (посоветоваться с врачом).

Делается напар из листьев земляники и листьев крапивы: 50 г смеси на 1 л воды. Применяется при желтухе.

Цветки арники горной – 10 г, листья крапивы – 25 г, листья вахты трехлистной – 20 г, трава тысячелистника – 20 г, трава полыни горькой – 20 г. 2 ст. ложки на стакан кипятка. Парить 30 минут, процедить. Утром и вечером пить по стакану отвара. При желчнокаменной болезни.

Трава чистотела – 20 г, листья крапивы – 25 г, листья ореха грецкого – 20 г, корень цикория – 20 г. Полную чайную ложку залить стаканом кипятка. Настоять 30 минут, процедить. Пить утром и вечером по стакану настоя при холецистите и холангите.

Кора крушины – 10 г, листья крапивы – 25 г, плоды фенхеля – 10 г, цветки цмина – 20 г, листья мяты перечной – 20 г, трава тысячелистника – 10 г, трава полыни горькой – 10 г, трава чистотела большого – 5 г. 2 ст. ложки на стакан кипятка. Парить 30 минут, процедить. Принимать по стакану отвара утром и вечером при болезни печени (посоветоваться с врачом).

Корень цикория дикого – 25 г, листья крапивы – 25 г, плоды можжевельника – 20 г, корень одуванчика – 25 г, трава дымянки – 25 г. 3 полные чайные ложки сбора залить стаканом кипятка. Отстоять, процедить. Пить утром и вечером по стакану настоя при холецистите.

Трава Melissa – 10 г, листья крапивы – 25 г, трава золототысячника – 10 г, трава полыни горькой – 10 г, листья ореха грецкого – 10 г, кора барбариса – 10 г. Отвар из 1 ст. ложки сбора на стакан воды. Пить по 3 стакана в день при холецистите и холангите.

Льнянка обыкновенная – 15 г, листья крапивы – 25 г, цветки цмина песчаного – 15 г, кукурузные рыльца – 10 г. Столовую ложку смеси настоять 10 минут в 250 мл кипятка. Принимать по четверти стакана 3 раза в день до еды при желтухе.

Плоды барбариса – 20 г, листья крапивы – 25 г, листья березы белой – 20 г, плоды можжевельника – 20 г, трава полыни горькой – 20 г, трава тысячелистника – 20 г. Полную чайную ложку залить стаканом кипятка. Настоять 30 минут, процедить. Пить утром и вечером по стакану настоя при холецистите и холангите.

Кора крушины – 10 г, листья крапивы – 25 г, корень одуванчика – 20 г, корень барбариса – 20 г, корень цикория – 20 г. Полную чайную ложку залить стаканом кипятка. Настоять 30 минут, процедить. Принимать вечером по стакану отвара при холецистите и холангите.

Кора крушины – 10 г, листья крапивы – 25 г, плоды тмина – 10 г, трава зверобоя – 10 г, трава волчеца кудрявого – 10 г, трава тысячелистника – 10 г. Приготовить настой из 1 ст. ложки смеси на стакан кипятка, выпить за день в 2–3 приема при циррозе печени.

Корень цикория – 20 г, листья крапивы – 25 г, трава хвоща полевого – 20 г, трава тысячелистника – 20 г, трава зверобоя – 20 г. Приготовить настой из 1 ст. ложки смеси на стакан кипятка, выпить за день в 2–3 приема при циррозе печени.

Плоды шиповника – 40 г, корневище пырея – 40 г, листья крапивы двудомной – 20 г. Приготовить настой из 1 ст. ложки смеси на стакан кипятка, выпить за день в 2–3 приема при циррозе печени.

Трава ячменника пахучего – 50 г, листья крапивы – 25 г. 2 полные чайные ложки настоять на стакане воды в течение 8 часов. Выпивать за день глотками как желчегонное.

Корень цикория – 40 г, листья крапивы – 25 г, цветки цмина песчаного – 40 г. Полную столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, кипятить 5 минут. Выпить в 3 приема за день как желчегонное средство.

Корень цикория – 2 чайные ложки, листья крапивы – 1 ст. ложка. Залить стаканом кипятка. Остудить, процедить. Выпить глотками в течение дня при желчнокаменной болезни.

Плоды барбариса – 20 г, листья крапивы – 25 г, листья березы – 20 г, плоды можжевельника – 20 г, трава полыни горькой – 20 г, трава тысячелистника – 20 г. Полную чайную ложку смеси залить стаканом кипятка. На стоять, процедить. Настой пить утром и вечером по стакану при холецистите и холангите.

Листья мелиссы (мята лимонная) – 30 г, листья крапивы – 25 г, листья мяты перечной – 30 г, цветки ромашки аптечной – 30 г. 1 ст. ложку смеси залить стаканом кипятка. На стоять, процедить. Выпивать по 2–3 стакана настоя при желчнокаменной болезни.

Листья мяты перечной – 10 г, листья крапивы – 25 г, трава полыни горькой – 10 г, цветки цмина песчаного – 10 г, кора крушины – 10 г, корень одуванчика – 10 г, корень марены красильной – 40 г. 2 ст. ложки смеси на стакан кипятка. Варить 5 минут. Отстоять, процедить. Утром и вечером пить по стакану от вара при холецистите и холангите.

Листья мяты перечной – 20 г, листья крапивы – 25 г, трава полыни обыкновенной – 20 г, трава зверобоя – 30 г, корень валерианы – 20 г, шишки хмеля – 10 г. 3 полные чайные ложки сбора залить стаканом кипятка. Отстоять, процедить. Утром и вечером пить по стакану настоя при холецистите и холангите.

Трава зверобоя – 40 г, листья крапивы – 25 г, корень одуванчика – 40 г, цветки цмина песчаного – 15 г, трава лапчатки гусиной – 15 г, трава вахты трехлистной – 15 г, цветки ромашки аптечной – 15 г, трава золототысячника – 15 г. 3 полные чайные ложки смеси залить стаканом кипятка. На стоять 2 часа. Процедить. Утром и вечером выпить по стакану настоя при холецистите.

Трава тимьяна ползучего – 10 г, листья крапивы – 25 г, трава дымянки – 10 г, трава приворога – 10 г, трава шандры (конская мята) – 10 г, трава фиалки трехцветной – 10 г, листья мяты перечной – 10 г, корневище аира – 10 г, трава тысячелистника – 10 г. 1 ст. ложку смеси залить стаканом кипятка. Кипятить на слабом огне 3–5 минут. Отстоять, процедить. Пить по стакану 3 раза в день при холецистите и холангите.

Трава золототысячника – 25 г, листья крапивы – 25 г, трава чистотела – 25 г, трава дымянки – 25 г, корень одуванчика – 25 г. 1 ст. ложку смеси настоять в 250 мл кипятка. Принимать 3 раза в день по половине стакана как желчегонное.

Корень девясила – 30 г, листья крапивы – 25 г, корень солодки – 30 г. 2 ч. ложки смеси кипятить 30 минут в 0,5 л воды. Принимать по 15 мл 3 раза в день как желчегонное.

Кора крушины – 20 г, листья крапивы – 25 г, листья мяты перечной – 20 г, плоды кишнеца – 15 г, трава чистотела – 15 г, трава зверобоя – 30 г. 1 ст. ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять, процедить. Пить через день по 2–3 стакана настоя при желчнокаменной болезни.

Соцветия цмина активируют образование и секрецию желчи, восстанавливают клеточки печени, пострадавшие от алкоголя и от самых разнообразных химиопрепаратов. Цмин применяют при алкогольных поражениях печени, циррозе. Из цмина и крапивы готовят настой: 2 ст. ложки смеси сухого сырья залить 1 л воды. Кипятить в эмалированной кастрюле, при закрытой крышке, на малом огне 10 минут. Настоять 20 минут. Принимать по 1/2 стакана 3–4 раза, за 20 минут до еды как желчегонное средство. Курс лечения: 3–4 и более месяцев.

Цветки цмина песчаного – 30 г, листья крапивы – 30 г. Полную столовую ложку смеси цветков и листьев залить 250 мл кипятка, на стоять в термосе в течение 6 часов. Пить теплым по 0,5 стакана за 20–30 минут до еды при заболеваниях печени.

Трава с цветками цмина – 14–16 стеблей, листья крапивы – 25 г. Измельчить, смешать, варить 8–10 минут в 1 л воды. Пить по 0,5 стакана вместе с 0,5 стакана горячего молока и 2 ч. ложками меда за 30 минут до еды. 4 дня принимать, 2 дня перерыв, и т. д. в течение 2 месяцев при холецистите.

Сок травы буквицы – 100 мл, листья крапивы – 25 г, мед – 1 ст. ложка, вода кипяченая – 100 мл. Смешать, пить по 1 ч. ложке 3 раза в день при желтухе.

Корень валерианы – 20 г, листья крапивы – 25 г, шишки хмеля – 20 г, листья трифоли – 40 г, листья мяты перечной – 40 г. 1 ст. ложку смеси залить 0,5 литра кипятка, настоять 30 минут, остудить, процедить. Принимать по 0,5 стакана 2 раза в день как желчегонное и успокаивающее.

Трава дымянки – 10 г, листья крапивы – 25 г, трава чистотела – 10 г, листья мяты перечной – 20 г, листья трифоли – 20 г, корень копытня – 20 г, корень одуванчика – 20 г. 1 ст. ложку смеси настоять в 250 мл кипятка. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день до еды как желчегонное.

Трава золототысячника – 30 г, листья крапивы – 25 г, корень аира – 30 г, цветки цмина – 30 г. 1 ст. ложку смеси настаивают в 0,5 л сырой воды на ночь, потом кипятят 5–7 минут. Принимают по 1 стакану натощак, а остальное в течение дня в 4 приема через час после еды при холецистите.

Из соцветий пижмы и листьев крапивы готовят настой: 2 ст. ложки сырья за литр 1 л воды. Кипятить в закрытой эмалированной кастрюле на слабом огне 25 минут. Настоять 50 минут. Принимать по трети стакана 3 раза в день, независимо от приема пищи. Курс лечения: 1–2 месяца.

Из расторопши и листьев крапивы готовят настой: 2 ст. ложки смеси сырья залить 1 л воды. Кипятить в закрытой эмалированной кастрюле на малом огне 10 минут. Настоять 20 минут. Принимать по 1/2 стакана 4–5 раз в день, за 20 минут до еды. Курс лечения: 3–4 и более месяцев.

Цикорий оказывает желчегонное действие, регулирует обмен веществ. Применяют его при алкогольном поражении печени, циррозе. Готовят настой: 2 ст. ложки сухого цикория смешать с 1 ст. ложкой сухих листьев крапивы, залить 1 л воды. Кипятить в эмалированной кастрюле под крышкой на слабом огне 20 минут. Настоять 40 минут. Принимать по половине стакана 4 раза в день, независимо от еды. Курс лечения: 3–4 и более месяцев.

Одуванчик оказывает желчегонное, спазмолитическое действие, нормализует функцию печени. Из корней одуванчика и листьев крапивы готовят отвар: 2 ст. ложки смеси измельченных корней одуванчика и листьев крапивы залить 1 л воды. Кипятить в эмалированной кастрюле под крышкой на слабом огне 30 минут. Настоять 60 минут. Принимать по половине стакана 3–4 раза в день, независимо от еды. Курс лечения: 2–3 и более месяцев.

Из чистотела и листьев крапивы готовят настой: 2 ст. ложки смеси сырья залить 1 л воды. Кипятить в закрытой эмалированной кастрюле на малом огне 15 минут. Настоять 30 минут. Принимать по трети стакана 3 раза, независимо от еды. Курс лечения: 1–2 месяца.

Кукурузные столбики с рыльцами оказывают желчегонное действие, уменьшают вязкость отделяемой желчи, восстанавливают пораженные клетки печени. Настой: 2 ст. ложки столбиков и 1 ст. ложку листьев крапивы залить 1 л воды, кипятить в закрытой эмалированной посуде 15 минут на слабом огне. Настоять 30 минут. Принимать по половине стакана 3–4 раза в день за 20 минут до приема пищи. Курс лечения: 3–4 и более месяцев.

Зверобой улучшает функцию печени. Готовят настой: 2 ст. ложки зверобоя и 1 ст. ложку листьев крапивы залить 1 л воды, кипятить в эмалированной посуде под крышкой 20 минут на слабом огне. Настоять 40 минут. Принимать по половине стакана 3 раза в день независимо от приема пищи. Курс лечения: 1–2 месяца.

Календула улучшает состав желчи, восстанавливает клетки печени. Настой: 2 ст. ложки цветков календулы и 1 ст. ложку листьев крапивы залить 1 л воды, кипятить в закрытой эмалированной посуде 15 минут на слабом огне. Настоять 30 минут. Принимать по половине стакана 4 раза в день за 15–20 минут до еды. Курс лечения: 2–3 и более месяцев.

100 г сухих измельченных листьев крапивы двудомной залить 1 л красного вина типа «Кагор», настоять в темном прохладном месте 3 недели, периодически встряхивая содержимое, затем довести до кипения, варить на слабом огне в закрытой посуде 10–15 минут, охладить, процедить, остаток отжать. Принимать при желтухе по 50 мл 3 раза в день до еды.

Желудочно-кишечный тракт

Препараты на основе или с долей крапивы двудомной издавна используются в лечении целого ряда заболеваний желудочно-кишечного тракта – язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрита. Они играют важную роль в регулировании деятельности органов пищеварения. Крапива используется для лечения кровотечений, возникающих в желудочно-кишечном тракте. Благодаря высокому содержанию хлорофилла лечение препаратами на основе крапивы повышает тонус кишечника, стимулирует заживление поврежденных тканей при язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

Взять 2 части крапивы, по 1 части коры крушины ольховидной и травы тысячелистника. Залить 2 ст. ложки смеси 1 стаканом крутого кипятка, настаивать 1 час, остудить, процедить, довести объем жидкости кипяченой водой до 200 мл. Принимать по трети стакана утром и на ночь.

Взять измельченные ягоды шиповника – 3 ст. ложки; толченую бруснику – 2 ст. ложки; сушеную крапиву – 3 ст. ложки. Компоненты поместить в большой заварочный чайник или другую стеклянную или фарфоровую емкость, залить 3 стаканами кипятка. Емкость накрыть крышкой, укутать и дать настояться в течение трех часов. Состав процедить и пить по стакану за полчаса до еды.

Приготовить сбор: корневище лапчатки прямостоячей – 15 г, листья крапивы – 15 г, корневище горца змеиного – 15 г, трава пастушьей сумки – 10 г, трава лапчатки гусиной – 10 г, листья мяты перечной – 10 г, цветки ромашки аптечной – 10 г. 1 ст. ложку сбора залить стаканом кипятка. Принимать по 2–3 стакана настоя в день при колите.

Кора ивы белой – 10 г, листья крапивы – 15 г, корень земляники – 8 г. Смешать и все отварить в 0,5 л кипятка 10 минут на малом огне. Пить глотками в течение дня при язвенном колите.

Повышенная кислотность: 1 ст. ложка листьев крапивы двудомной, 1 ч. ложка меда. *Приготовление:* листья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, охладить, добавить мед. Пить по трети стакана 3 раза в день за 1 час до еды.

Повышенная кислотность: 1 ст. ложка сухих листьев крапивы двудомной, 1 стакан молока. *Приготовление:* крапиву залить горячим молоком, выдержать на водяной бане 5–7 минут, охладить до комнатной температуры. Пить по трети стакана 3 раза в день за 1 час до еды.

Колит лечат сбором: корневище лапчатки – 20 г, корневище горца змеиного – 15 г, листья крапивы – 15 г, трава пастушьей сумки – 30 г, трава лапчатки гусиной – 10 г, листья мяты перечной – 10 г, цветки ромашки аптечной – 10 г. 1 ст. ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 10–15 минут, пить по столовой ложке 3 раза в день перед едой.

Спастический колит, энтероколит. При повышенной кислотности желудочного сока применяют следующую смесь: перечная мята, измельченный лист – 15 г, листья крапивы – 15 г, бобовник – 2 г, тысячелистник – 15 г, семена укропа – 15 г, трава зверобоя – 30 г. 2 ст. ложки сбора залить двумя стаканами кипятка, парить в течение двух часов, процедить и принимать в течение дня всю порцию по 1–2 ст. ложки на прием.

Хронический колит и гастрит: шлемник байкальский, корневище – 6 г, листья крапивы – 15 г, ревеня дланевидный, корневище – 10 г, коптис китайский, корневище – 2 г. Готовят порошок, который используют в виде таблеток. Назначают по одной таблетке 3 раза в день.

1 ст. ложку высушенных цветков ромашки и 1 ст. ложку листьев крапивы заварить в стакане кипящей воды на 1–2 часа, профильтровать, добавить 1 ч. ложку меда. Использовать внутрь по 1 ст. ложке 3 раза в день после еды или в виде клизм.

Спазмы и желудочные боли с рвотой: 1 ч. ложка сушеного корня крапивы жгучей, 1 стакан молока. *Приготовление:* измельченные корни залить горячим молоком и кипятить 5 минут

на слабом огне, затем охладить и процедить. Четверть отвара выпить в горячем виде, остальной отвар пить через каждые 2 часа по 2 ст. ложки до исчезновения болезненного состояния.

Язва желудка. Измельчить свежие листья крапивы (1 ст. ложку), протомить на слабом огне в стакане кипятка в течение 15 минут, после остывания отвар отфильтровать, принимать до четырех раз в день до еды по 1 ст. ложке.

Запор

Запоры имеют различную причину, но необходимость выведения продуктов жизнедеятельности из организма велика и существует много способов очистить организм.

Из одной части листьев крапивы и цветков тысячелистника, трех частей коры крушины. Столовую ложку смеси заливают стаканом кипятка, настаивают полчаса, процеживают и пьют половину стакана напитка на ночь. Две недели длится курс лечения.

Народная медицина рекомендует старшим детям и взрослым при хронических запорах либо в качестве профилактики их выпивать утром натощак стакан теплого отвара крапивы, предварительно разведя в нем 0,5 чайной ложки пищевой соды.

Регулярно пить свежий сок моркови, а также свеклы, шпината, сельдерея или их смеси, разбавленные отваром крапивы.

Свежеприготовленный сок свеклы пить, постепенно увеличивая объем с 1 ч. ложки до 100–200 мл 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды. Можно разбавлять отваром крапивы. Курс лечения до 2 месяцев.

Народная медицина рекомендует при атонических запорах включать в рацион пищу, усиливающую перистальтику кишок и тем самым предотвращающую запоры: все холодные напитки, особенно молоко, мороженое, квас, отвар крапивы, соль и соленые блюда, мед, патоку, молочный сахар, свеклу, редьку, репу, гречневую кашу, простоквашу, кефир, кумыс, сливы, вишни, абрикосы, смородину, щавель, помидоры, капусту, белое вино.

Принимать сок свежего картофеля с отваром крапивы по полстакана 10 дней.

Пить свежий сок алоэ по 2 ч. ложки плюс 50 мл отвара крапивы 3 раза в день на протяжении 10 дней.

Русские знахари советовали страдающим запорами пить отвар крапивы, в котором проварить овес или сливы.

2 ч. ложки меда растворить в стакане отвара крапивы и выпить утром натощак.

Могут быть полезны для клизмы льняное семя, овес, ячмень. Взять 1 ложку толченого льняного семени (его можно заменить овсом, ячменем или листьями мальвы), вскипятить в 4 стаканах отвара крапивы, процедить и добавить 1 ст. ложку соли или 2 ст. ложки льняного или конопляного масла. Клизма при приеме должна быть теплой.

Можно лечиться отваром подорожника. В мае вырвать с корнем небольшой кустик этого растения, обмыть его хорошо, но не чистить ножом, добавить корень крапивы и варить в 2 стаканах воды 8–10 минут, этот отвар выпить в течение дня. Так делать месяц.

Плоды жостера слабительного принимают в виде отвара при запоре. Столовую ложку целых плодов заливают стаканом отвара крапивы и доводят до кипения, настаивают 2 часа в теплом месте, процеживают; принимают по полстакана на ночь.

Трава сушеницы болотной – 15 г, листья крапивы – 10 г, цветы тысячелистника – 20 г, трава зверобоя – 30 г, листья мяты перечной – 20 г, цветы ромашки аптечной – 10 г, трава спорыша – 15 г, семя укропа – 10 г, семя тмина – 10 г, шишки хмеля – 5 г, кора крушины – 20 г, корень валерианы – 10 г. 4 ст. ложки сбора залить литром кипятка и поставить в духовку на ночь. Утром процедить, выпить натощак стакан напара, а остальное в 4 приема в течение дня, каждый раз через час после еды. В зависимости от степени запоров дозу коры крушины уменьшать или увеличивать, как слабительное.

Плоды аниса – 10 г, листья крапивы – 10 г, корень дягиля лекарственного – 10 г, кора крушины ломкой – 10 г. Полную чайную ложку смеси залить стаканом воды, варить несколько минут. Пить по 2 стакана в день теплого отвара после еды.

При хронических запорах пьют ежедневно напар из 1 ч. ложки льняного семени на стакан отвара крапивы, причем не процеживают, а выпивают этот напар вместе с семенами. Пьют перед отходом ко сну.

Кора крушины – 15 г, корень крапивы – 15 г, корень солодки – 15 г, плоды фенхеля – 15 г, корень алтея – 30 г, льняное семя нетолченное – 30 г. 2 ч. ложки сбора заварить стаканом кипятка. Отстоять, процедить. Принимать по стакану натошак, при запорах вследствие атонии кишок.

Корень девясила высокого – 10 г, корень крапивы – 10 г, корень солодки – 10 г, корень дягиля – 10 г, корень мыльнянки – 10 г, цветки лаванды – 10 г, корень валерианы – 10 г, кора крушины – 25 г. Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, прокипятить 2–3 минуты, остудить, процедить. Принимать по 3 стакана в день при хроническом запоре.

Цветки бузины черной – 10 г, листья крапивы – 20 г, цветки крапивы глухой – 10 г, цветки ромашки – 10 г, цветки терновника – 10 г, кора крушины – 25 г. Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, прокипятить 3 минуты, остудить, процедить. Принимать по 2–3 стакана в день при хронических запорах.

Кора крушины (порошок) – 20 г, листья крапивы (порошок) – 20 г, плоды жостера (порошок) – 20 г, плоды фенхеля (порошок) – 10 г. Хорошо смешать. Принимать по 1/2 или по 1 ч. ложке без верха 2–3 раза в день при хроническом запоре.

Ишемическая болезнь сердца

Ишемическая болезнь сердца представляет собой обусловленное расстройством коронарного кровообращения поражение миокарда. Миокард нуждается в большем количестве кислорода, чем его поступает с кровью. ИБС может протекать остро (в виде инфаркта миокарда), а также хронически (периодические приступы стенокардии).

Залить 0,5 л кипятка на 5 столовых ложек высушенной и измельченной травы крапивы, собранной перед цветением, и кипятить 5 минут на малом огне. Принимать с медом или сахаром по 1/2 стакана 4 раза в день.

Отвар. Перед самым цветением у молодой крапивы срезают верхушки вместе с листьями, сушат в тени. 5 ст. ложек измельченной травы заливают 0,5 л воды, кипятят на слабом огне и принимают 4 раза в день по полстакана, подсластив по вкусу медом или сахаром.

Залить 15 г измельченных корней крапивы 1 стаканом кипятка, кипятить на малом огне 10 минут, настоять 30 минут. Принимать по 2–3 ст. ложки 2–3 раза в день за 30 минут до еды в течение 3–4 недель.

Измельчить при помощи мясорубки свежую крапиву (примерно сорок сантиметров от верхушки), отжать сок, смешать с медом или сахаром (1:1), хорошо размешать, принимать по чайной ложке трижды в день перед едой.

В стеклянную бутылку или банку положить 200 г измельченной крапивы и залить 0,5 л водки. Выдержать на свету в течение суток, затем убрать в темное место на неделю. Процедить и оставить на хранение в стеклянной емкости, в темном месте. Принимается такой настой по 1 ч. ложке утром до еды и вечером – перед сном.

Кашель

Кашель – защитно-приспособительная реакция, обеспечивающая сохранность и очищение трахеобронхиального дерева от раздражающих агентов (мокрота, слизь, гной, кровь) и инородных тел (пыль, кусочки пищи и другие). Как симптом кашель может сопровождать различные виды ОРЗ, при которых имеет место поражение дыхательных путей (сохраняясь и после перенесённой инфекции). Кашель может быть единственным симптомом таких грозных болезней как рак лёгкого, туберкулёз, бронхиальная астма, опухоли средостения. Нередко болезненный и мучительный кашель сопровождает воспаление плевры – плеврит. Кашель может быть и признаком сердечной недостаточности, в таком случае кашель усиливается в положении лёжа и в ночное время. В некоторых случаях кашель может быть симптомом болезней лорорганов (синусит, отит) или заболеваний нервной системы (нейрогенный кашель). Как один из признаков гастроэзофагеального рефлюкса также может наблюдаться кашель. Кашель является защитным рефлексом, при различных болезнях основной задачей является не устранить, а облегчить кашель.

Залить 1 ч. ложку цветков крапивы двудомной 0,5 л крутого кипятка, настаивать, укутав, 20–30 минут, процедить. Пить как чай для отхаркивания и разжижения мокроты.

Порошок растертых семян крапивы назначают внутрь по 2–4 г 3–4 раза в день при бронхите.

Заварить 2–4 ст. ложки семян крапивы 0,5 л кипятка и настоять ночь в термосе. Пить по 1/2 стакана 3–4 раза в день или чаще, дно меньшими, порциями. Можно заварить 1 стаканом кипятка 2 столовые ложки корня крапивы, греть на малом огне 5 минут, настоять 30 минут. Принимать так же.

Свежие корни крапивы двудомной мелко нарезать и отварить в сахарном сиропе. Принимать по 1 ст. ложке несколько раз в день при хроническом кашле.

Залить 1 ст. ложку измельченного корня крапивы двудомной 1 стаканом кипятка, держать на кипящей водяной бане 15 минут, охладить при комнатной температуре, процедить, подсластить медом. Пить по половине стакана 4–6 раз в день за 30 минут до еды при сильных приступах кашля.

Сорвать цветы крапивы, настоять в кипятке (1:10) в течение получаса, отфильтровать, принимать по 1 ст. ложке за 20 минут до еды три раза в день. Лечиться до выздоровления.

Крапива неплохо снимает спазмы, и это ее свойство можно подкрепить и дополнить действием багульника. 1 ст. ложку крапивы и 2 ст. ложки багульника заваривают 1 л кипятка. Настаивать чай нужно до тех пор, пока он не остынет до комнатной температуры. Пьют его по полстакана по 5–6 раз в день. Уже через две недели симптомы коклюша и астмы пропадут, если заболевание не успело перейти в тяжелую форму.

Крапивница, аллергия

При аллергиях, астмах, крапивнице и еще других аллергических дерматитах использовались листья этого растения как лечебное и гомеопатическое средство для облегчений раздражений.

Залить 1 ст. ложку сухих или свежих цветков крапивы 1 стаканом кипятка. Настаивать, укутав, 30 минут, процедить. Принимать по половине стакана 4–5 раз в день или по 1 стакану 3 раза в день в теплом виде.

Принимать отвар зелени укропа огородного и листьев крапивы. *Приготовление:* 4 ст. ложки смеси сухого сырья залить стаканом воды и варить при слабом кипении 5 минут, остудить, процедить, пить по полстакана три раза в день.

Взять измельченные ягоды шиповника – 3 ст. ложки; толченую бруснику – 2 ст. ложки; сушеную крапиву – 3 ст. ложки. Компоненты поместить в большой заварочный чайник или другую стеклянную или фарфоровую емкость, залить 3 стаканами кипятка. Емкость накрыть крышкой, укутать и дать настояться в течение трех часов. Состав процедить и пить по стакану за полчаса до еды.

Трава золототысячника – 20 г, листья крапивы – 20 г, трава иван-да-марьи – 20 г, трава дымянки – 10 г, побеги паслена – 10 г, листья копытня – 10 г, трава багульника – 10 г. 1 ст. ложку смеси настоять в 250 мл кипятка в течение часа. Принимать по трети стакана настоя 3–4 раза в день. Весь настой – дневная норма при экземе, псориазе, дерматитах.

2 ст. ложки измельченных корней сельдерея пахучего и 2 ст. ложки листьев крапивы залить 1 стаканом холодной кипяченой воды, настаивать 3–4 часа, процедить. Пить по трети стакана 3 раза в день за 30 минут до еды при аллергической крапивнице и дерматитах.

Кровотечения

Кровоостанавливающие свойства крапивы объясняются наличием в ее составе особого антигеморрагического витамина К, стимулирующего образование в печени протромбина, одного из основных свертывающих факторов крови, эскулена, а также большого количества витамина С.

Из листьев крапивы варятся отвары, настои, используется свежий сок и готовится спиртовой экстракт для лечения кишечных, почечных, легочных и геморроидальных кровотечений. Также крапива используется при обширных ранах, которые вызваны несчастным случаем или являются следствием хирургического вмешательства, чтобы предотвратить носовые кровотечения и обильные менструации. Медициной в гинекологии широко используется экстракт крапивы при лечении маточных кровотечений и чтобы восполнить кровопотери при менструациях.

Необходимо помнить, что листья крапивы богаты витамином К, который способствует выработке в печени протромбина, поэтому крапива в свежем виде (салаты, соки, настои из свежей крапивы) повышает свертываемость крови. Однако при высушивании витамин К разрушается, в результате экспериментов выявлено, что настоем из сухой крапивы (столовая ложка на двести мл. кипятка) снижает текучесть и свертываемость крови.

Маточное кровотечение, обильные менструации. Выжать сок из свежих листьев крапивы. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день за 20 минут до еды, разведя сок в 1/2 стакана воды.

Маточное кровотечение. Смешать в равных пропорциях листья крапивы, травы пастушьей сумки, хвоща полевого. Взять 1 ч. ложку смеси, залить 1 стаканом воды комнатной температуры, настаивать 8 часов, процедить, добавить половину стакана кипятка. Принимать по половине стакана 2 раза в день.

Маточное кровотечение. Экстракт жидкий аптечный, принимать по 30 капель 3–4 раза в день до еды.

При маточном кровотечении нужно заварить 1 ст. ложку измельченной крапивы 1 ст. кипятка, кипятить в течение 10 минут на маленьком огне, процедить. Принимать 4–5 раз в день по 2 ст. ложки.

При эрозии шейки матки. Для лечения эрозии шейки матки нужно смочить ватный тампон в свежееотжатом соке из листьев крапивы и вставить во влагалище. Рекомендуется соблюдение постельного режима в течение 2–3 дней.

Настоять в течение получаса свежие листья крапивы (80 г) в 0,5 л кипятка. Пить независимо от принятия пищи по 100 мл до пяти раз в день.

При внутренних кровотечениях: заварить 1 ст. ложку сухих измельченных листьев крапивы 1 стаканом кипятка, поставить на водяную баню, варить в течение 10 минут, дать остыть, процедить. Пить 4–5 раз в день перед едой по 1 ст. ложке в течение 2-х недель.

Кровоточивость десен. Залить 1 ст. ложку измельченных листьев крапивы двудомной 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать в виде настоя по половине стакана 3 раза в день после еды.

Очищение крови. Способ I. Чтобы крапива помогла максимально очистить кровь, необходимо правильно собрать это растение. Самое оптимальное время сбора – это май. Именно в этот период года растения зеленеют, в том числе и крапива. В мае она считается максимально насыщенной полезными элементами. Для чистки крови необходимо собирать самые молодые листья. Хранить растение в холодильнике не нужно долго. Пока оно свежее, его необходимо использовать.

При желании запастись этим растением к зиме листья крапивы можно засушить. Листья нужно аккуратно промыть, а затем оставить сушиться, разложив их в тени на столе, который

будет накрыт чистой тканью с натуральными волокнами. Листья можно хранить целый год и растение не потеряет своих целебных свойств, так что чистку крови можно будет проводить не только весной и летом, но даже зимой. Курс очищающего лечения рассчитывается на пару недель.

Напиток для этой процедуры можно приготовить очень легко. Берутся сначала две ложки листьев крапивы (сухих или молодых). Залить их двумя литрами кипяченой горячей воды. Теперь средство должно настаиваться более трех часов. Такой чай лучше выпить после обеда. Если получится, то нужно выпить полностью два литра напитка. В этот день необходимо помнить, что после восьми часов вечера пить любые жидкости запрещается. Когда двухнедельный курс окончен, то нужно сделать перерыв на такой же срок, а потом снова можно повторить курс, который очищает кровь.

Очищение крови. Способ II. Проводить чистку можно и с помощью сока крапивы. Свежевыжатый крапивный сок имеет множество полезных элементов. Необходимо выбирать молодые листья и срывать такую листву до того, как растение начнет цвести. После сбора листву нужно тщательно промыть. Затем листья нужно нарезать, добавить немного воды. Далее, смесь нужно пропустить через мясорубку или миксер. В итоге, напиток получится достаточно густым. Процеживать его не стоит, то есть пить крапивный сок нужно вперемешку с листьями. Для вкуса в напиток можно добавлять мед. Для очистки крови следует выпивать всего пару ложек такого напитка перед едой три раза в сутки. Готовое средство можно хранить не более пары дней в холодильнике.

Лихорадка

Лихорадка – это не самостоятельное заболевание. Лихорадка является общей реакцией организма на болезнетворные воздействия (инфекцию, травму и др.). Лихорадка возникла как защитно-приспособительная реакция на инфекцию организма высших животных и человека, поэтому помимо повышения температуры тела при этом процессе наблюдаются и другие явления, характерные для инфекционной патологии. Обычно лихорадка сопровождается приступами жара.

В своём развитии лихорадка всегда проходит 3 стадии. На первой стадии температура повышается, на второй – удерживается некоторое время на повышенном уровне, а на третьей – снижается до исходной.

Корни крапивы вместе с чесноком настаивают на водке в течение 6–7 дней, процеживают и этой настойкой натирают больного, дают внутрь по 1 столовой ложке 3 раза в день при лихорадке.

Взять 2 столовые ложки измельченных корней крапивы и 1 дольку чеснока, которую тоже надо измельчить. Залить все 1 стаканом водки. Настаивать в течение 6–7 дней, процедить. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день или натирать больного.

Малокровие

Малокровие – группа клинико-гематологических синдромов, общим моментом для которых является снижение концентрации гемоглобина в крови. Основным средством в профилактике анемии является сбалансированное и богатое витаминами питание. В дневной рацион обязательно должны входить все необходимые витамины и микроэлементы. Белковые вещества в комплексе с железом составляют основу для синтеза гемоглобина, поэтому крапива эффективно применяется для лечения малокровия. Она увеличивает количество гемоглобина и эритроцитов в крови. Настой или чай из крапивы может стать одной из составляющих режима питания при низком гемоглобине.

При малокровии рекомендуется есть щи из верхушек молодой крапивы, свежей или сушеной: 1 пригоршня травы на 1 л воды.

2 ст. ложки листьев на 0,5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по трети стакана 3 раза в день.

Свежий сок крапивы принимать внутрь по 1 ч. ложке 3 раза в день.

Берут 4–5 листочков молодой крапивы, а сухой – 1 ст. ложку с верхом. Сырье надо очень медленно залить стаканом не совсем крутого кипятка. Настоять под крышкой 25 минут. Пьют его до еды по 1/4 части, порционно.

Улучшить состав крови и скорость ее свертываемости за счет увеличения числа эритроцитов, можно, если употреблять ежедневно отвар из 1,5 ст. ложки сушеных листиков или 5 штук свежих, заваренных 250 мл кипящей воды. Принимают напиток за 4 равных приема.

Лист крапивы, цветки тысячелистника, корень одуванчика (всех поровну). Столовую ложку смеси заварить 1,5 стаканами кипятка, настоять 3 часа, процедить. Выпить за сутки в 3–4 приема за 20 минут до еды. Курс лечения 8 недель.

Сухую измельченную крапиву (2–3 ст. ложки) залить половиной литра кипятка и настаивать на водяной бане в течение 10–15 минут, после чего охладить до комнатной температуры и процедить. Весь объем приготовленного настоя нужно выпить в течение дня небольшими глотками. Лечение рекомендуется проводить месячными курсами с двухнедельным перерывом.

Лист крапивы, цветущие верхушки гречихи, лист кипрея (всех поровну). 3 ст. ложки смеси заварить 2 стаканами кипятка, настоять 3 часа, процедить. Выпить за сутки в 3–4 приема за 20 минут до еды. Курс лечения 6–8 недель.

Лист крапивы, цветки тысячелистника, корень одуванчика (поровну). 1 ст. ложку смеси заварить 300 мл, настоять 3 часа, процедить. Принимать по 100–150 мл 3–4 раза в день. Курс лечения – 1 месяц.

Лист крапивы, лист березы (поровну). 2 ст. ложки смеси залить 1,5 стакана кипятка, настоять 1 час, процедить, добавить половину стакана свекольного сока. Выпить за сутки в 3–4 приема за 20 минут до еды. Курс лечения 8 недель.

Лист крапивы, цветущие верхушки гречихи, лист кипрея. Всего взять поровну. 3 ст. ложки заварить 2 стаканами кипятка, настоять 3 часа, процедить. Принимать по 100 мл 4 раза в день.

Лист крапивы и березы смешать поровну 2 ст. ложки смеси залить 300 мл кипятка, настоять 3 часа, процедить. Выпить за сутки в 3–4 приема. Курс лечения – 3–4 недели.

Нарушение обмена веществ

Обмен веществ – набор химических реакций, которые возникают в живом организме для поддержания жизни. Эти процессы позволяют организмам расти и размножаться, сохранять свои структуры и отвечать на воздействия окружающей среды. Обмен веществ – это процесс преобразования питательных веществ, полученных из пищи, в необходимые для жизнедеятельности организма калории. Хороший обмен веществ в организме человека – верный спутник благополучной счастливой жизни. Нарушение обмена веществ вызывают болезни в организме человека.

Сколько видов обмена, соответственно столько же видов и нарушений обмена веществ. С возрастом обмен веществ в организме человека замедляется и продуктов распада накапливается все больше и больше. Вот так и возникает «зашлакованность» организма, как мы ее называем. На самом деле – это результат нарушения обмена веществ.

Залить 1 столовую ложку сухих листьев крапивы 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Стимулирование кровообращения. Приготовить листья крапивы, заполнить ими кастрюлю на треть объема, долить кипятком до самого верха, после того, как вода станет теплой, погрузить в нее ноги на семь – десять минут. Лечиться таким образом через каждые три дня.

Каждый день принимать отвар крапивы с черникой или брусникой один месяц, затем перерыв, через две недели начать принимать его снова. Для отвара взять 20 г крапивы и большую ложку ягод на 300 мл воды. Дневную порцию – 1 стакан разделить на 4 приема.

Взять измельченные ягоды шиповника – 3 ст. ложки; толченую бруснику – 2 ст. ложки; сушеную крапиву – 3 ст. ложки. Компоненты поместить в большой заварочный чайник или другую стеклянную или фарфоровую емкость, залить 3 стаканами кипятка. Емкость накрыть крышкой, укутать и дать настояться в течение трех часов. Состав процедить и пить по стакану за полчаса до еды.

Пропустить крапиву через мясорубку, добавить столько же кефира или чуть больше, 1 ст. ложку меда. Принимать 4 раза в день по четверти стакана.

Недостаточная лактация

Недостаточная лактация – одна из основных причин перевода ребенка на искусственное вскармливание.

Выжать сок из свежих листьев крапивы, разбавить его водой в соотношении 1:2, довести до кипения, остудить. Принимать по 1–2 ч. ложки 3 раза в день во время еды.

Залить 1 ст. ложку сухих измельченных листьев крапивы 1 стаканом кипятка и настаивать 10 минут. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Напиток из мяты, крапивы, душицы. Травы смешивают в равных пропорциях. 1 ст. ложку смеси запаривают 2 стаканами кипятка и настаивают в термосе 2 часа. Пьют по половине стакана 2–3 раза в сутки.

Нервные расстройства

Это группа нервно-психических заболеваний. Проявляются разнообразными нервно-психическими расстройствами. Они легче возникают у лиц со слабой нервной системой. Надо помнить, что формированию слабости нервной системы и особенностей личности (на их фоне развивается невроз), часто способствует неправильное воспитание ребенка в раннем возрасте. Бывает, в семье грубо подавляются интересы ребенка, не считаются с его привязанностями, унижают, оскорбляют. Ребенок вырастает робким, застенчивым, не уверенным в себе. Его нерешительность затрудняет общение со сверстниками. И наоборот – из ребенка делают кумира семьи, ему все разрешается, удовлетворяются любые желания. Ему внушают, что он исключительный, сверхспособный, красавец и т. д. В результате у ребенка нет желания трудиться, он не умеет преодолевать трудности. Вступая во взрослую жизнь, такой человек часто переживает конфликт с обществом. Возникают всевозможные комплексы, которые и приводят к неврозам.

В стеблях и листьях крапивы содержится огромное количество витаминов, укрепляющих нервную систему. Благодаря витаминам группы В особое влияние оказывается на нервную систему.

Прокипятить в течение десяти минут семена крапивы (1 ст. ложку) в стакане воды, оставить для настаивания на час, отфильтровать, добавить качественный мед (1 ст. ложку). Лекарство принимать перед сном (на ночь) по половине стакана.

Шишки хмеля – 30 г, листья крапивы – 10 г, трава тысячелистника – 20 г, корень валерианы – 30 г, листья Melissa – 30 г. Полную столовую ложку смеси залить стаканом кипятка. Отстоять, процедить. Выпить глотками за день. Применяется при сердечном неврозе.

Трава пустырника – 20 г, листья крапивы – 10 г, корень валерианы – 10 г, цветки лаванды – 10 г, плоды тмина – 10 г, плоды фенхеля – 10 г. 1 ст. л. смеси залить стаканом кипятка. Отстоять, выпить в три приема за один день. При неврозе и бессоннице.

Смешать по 1 ст. ложке крапиву (собранную во время цветения), цветы бузины и календулы. Настаивать в трех стаканах «золотой» воды. Выпивать в течение дня, каждый раз де лая небольшой глоток.

«Золотая вода» – это вода, обогащённая ионами золота. Приготовление. 1 способ: 1 стакан (200 мл) питьевой воды наливается в керамический или стеклянный сосуд (можно металлический – покрытый эмалью), кладут туда же кусочек чистого золота, весом около 5 г. Ставят на огонь и кипятят до тех пор, пока половина воды не выкипит. 2 способ: в 100 мл воды, налитой в стеклянный сосуд кладут кусочек золота, затем ставят на солнечное место и настаивают в течение недели.

Бессонница, истерия, неврозы. Употребляют сок или отвар ягод калины обыкновенной с медом и отваром крапивы.

Смесь из 1 ст. ложки мяты, 1 ст. ложки крапивы и 1 ст. л. ромашки залить 0,5 л кипятка, закрыть крышкой на 1 час, а затем процедить. Мед добавлять по вкусу. Принять в течение дня.

При бессоннице, тревожности и нервной гипервозбудимости пить чай, приготовленный из 1 ч. ложки сухих измельченных листьев крапивы. Их заливают кипятком (200–250 мл) и настаивают 15–20 минут. Затем чай процеживают и пьют ежедневно перед сном.

Повышенный уровень сахара в крови

Состояние повышенного содержания сахара в крови называется гипергликемией. Нормальным уровнем сахара в крови следует считать 3,3–5,5 ммоль/л. Основным гормоном, регулирующим допустимый уровень сахара в крови, является гормон поджелудочной железы – инсулин. В крапиве содержится секретин, способствующий выработке инсулина. Высокий уровень сахара в крови неизбежно вызывает осложнения, которые подразделяют на: острые (возникающие при повышении уровня сахара до критических цифр); поздние (характерные для длительного течения сахарного диабета). Крапива способствует выведению сахара из организма и в тоже время наличие в ней сахаров не способствует активному употреблению в чистом виде. При диабете лучше принимать сборы с участием крапивы.

Взять в равных частях листья крапивы, листья черники, травы зверобоя продырявленного. Залить 1 столовую ложку смеси 300 мл горячей воды, кипятить 5 минут, настаивать не менее 30 минут, процедить. Принимать по половине стакана 3–4 раза в день перед едой в течение месяца. Вместо зверобоя можно также использовать листья одуванчика и траву спорыша.

Взять 2 ст. ложки измельченной крапивы и всыпать ее в 1 стакан простокваши. Пить по 1–2 стакана в день.

Каждый день принимать отвар крапивы с черникой или брусникой один месяц, затем перерыв, через две недели начать принимать его снова. Для отвара взять 20 г крапивы и большую ложку ягод на 300 мл воды. Дневную порцию – 1 стакан разделить на 4 приема.

Взять измельченные ягоды шиповника – 3 ст. ложки; толченую бруснику – 2 ст. ложки; сушеную крапиву – 3 ст. ложки. Компоненты поместить в большой заварочный чайник или другую стеклянную или фарфоровую емкость, залить 3 стаканами кипятка. Емкость накрыть крышкой, укутать и дать настояться в течение трех часов. Состав процедить и пить по стакану за полчаса до еды.

Подагра

Заболевание, обусловленное нарушением обмена мочевой кислоты в организме и характеризующееся отложением мочекислых солей (уратов) в различных тканях и органах, преимущественно в суставах. Развитие подагры, как правило, сопровождается острым приступообразным воспалением одного или нескольких суставов (артрит). Как правило, первыми поражаются суставы нижних конечностей, особенно часто плюснефаланговый сустав большого пальца. Болевой приступ обычно начинается внезапно, чаще ночью. После переизбытка, алкогольного эксцесса, а нередко без видимой причины возникает острая боль в пораженном суставе, образуется припухлость, сопровождающаяся краснотой и резкой болезненностью при малейшем движении. Появляется озноб с повышением температуры. Через несколько дней, как правило, явления артрита полностью проходят. Перерывы между приступами могут продолжаться от нескольких дней до 1–2 лет. При прогрессировании болезни приступы становятся более частыми и длительными, периодически воспаляются новые суставы, в ряде случаев признаки воспаления суставов стойко сохраняются в течение этих недель.

Крапива помогает от подагры, благодаря наличию веществ, разлагающих мочевую кислоту. Считается, что мочевая кислота «ответственна» за приступы боли и другие симптомы подагры.

Сухие листья крапивы (2 ст. ложки) залить двумя стаканами кипятка, оставить на один час для настаивания, отфильтровать. Принимать по трети стакана трижды в день перед приемом пищи.

2 ст. ложки листьев на 0,5 литра кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по трети стакана 3 раза в день.

При лечении подагры (уратного и суставного артритов, ревматизма) можно приготовить следующий настой: цветки василька синего – 5 г, цветки календулы – 5 г, цветки пиона – 5 г, плоды можжевельника – 5 г, побеги паслена сладко-горького – 5 г, кора крушины – 5 г, цветки бузины черной – 20 г, листья крапивы двудомной – 20 г, кора ивы – 20 г, трава хвоща полевого – 20 г, листья березы – 20,0 г. Взять 3 ст. ложки сбора и залить 0,5 литрами кипятка, через 10 минут сварить и процедить. Пить каждые 2 часа по стакану горячего настоя.

Смесь: цветы таволги – 10 г, листья крапивы – 10 г, лист толокнянки – 15 г, травы грыжника – 10 г, кукурузных рылец – 15 г, створок бобов фасоли, корня бузины травянистой – 15 г, березовых почек – 15 г, хвоща полевого, травы спорыша и лепестков василька по 10 г. Все измельчить и смешать, взять 4 ст. ложки смеси, залить с вечера 1 л воды, утром кипятить 5–10 минут. Отстоять, напарить 0,5 часа, процедить и отжать. Пить теплым в 6–7 приемов в течение дня.

Настой корня пырея и листьев крапивы. 4 ч. ложки смеси из мелченного корня и листьев залить стаканом кипятка, дать настояться 12 часов в прохладном месте и процедить, оставшееся сырье повторно залить стаканом кипятка, дать настояться 10 минут и процедить, приготовленные настои смешать. Принимать по полстакана 4 раза в день.

На 2 стакана воды 2 ч. ложки брусничных листьев и 1 ст. ложку листьев крапивы. Рекомендуется пить по 0,5 стакана 2–4 раза в день, без перерыва, в течение 1–1,5 месяцев.

Сбор: цветки василька синего – 5 г, цветки календулы – 5 г, цветки пиона – 5 г, плоды можжевельника – 5 г, побеги паслена сладко-горького – 5 г, кора крушины – 5 г, цветки бузины черной – 20 г, листья крапивы двудомной – 20 г, кора ивы – 20 г, трава хвоща полевого – 20 г, листья березы – 20 г. 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л кипятка; через 10 минут сварить и процедить. Пить каждые 2 часа по стакану горячего настоя.

4 ст. ложки свежей травы череды и 3 ст. ложки листьев крапивы поместить в эмалированную посуду, залить 5 стаканами кипятка, накрыть крышкой, нагреть 15 минут на водяной

бане, затем охладить в течение 45 минут при комнатной температуре, процедить, отжать сырье. Хранить в стеклянной закрытой посуде не более 2 дней. Втирать настой в больные места, затем делать согревающий компресс (тепло укутывать больные места). Полезно натирать больные места и свежей травой.

Из расчета 50 г ягод и свежих веток можжевельника с хвоей и 200 г корней крапивы на ведро кипятить в закрытой посуде 30 минут. При температуре воды 33 °С ежедневно по 20 минут принимать ароматизированные ванны до полного излечения.

Понос

В большинстве случаев понос является защитной реакцией, направленной на удаление из организма ядовитых веществ, болезнетворных микроорганизмов, слизи, продуктов гниения или брожения некоторых лекарственных препаратов. Понос не самостоятельное заболевание, а симптом многих болезненных процессов. При повторяющемся поносе следует уточнить, какие факторы провоцируют расстройство стула: пищевые продукты, лекарства, эмоциональное потрясение.

При поносе берут 30 г листьев крапивы заливают 1 л кипятка, настаивают 10 минут, фильтруют и выпивают в течение дня.

Смешать по 1 ч. ложке листьев крапивы двудомной и листьев ежевики, залить 400 мл кипятка, настоять в теплом месте 2 часа. Пить по половине стакана 3–4 раза в день.

При поносах есть сухую натертую крапиву с хлебом.

Смешать лист крапивы, лист грецкого ореха, лист перечной мяты, лист черники в равных пропорциях. Заварить в 400 мл воды, пить по полстакана при поносе.

По 1 ч. ложке зверобоя продырявленного (травы) и по 2 ч. ложки листьев ежевики и крапивы двудомной заварить в 300 мл кипятка. Целебный травяной чай пить при поносе – по стакану за 1 раз.

Почечные болезни

При заболеваниях почек и мочевыводящих путей травяные настои с содержанием крапивы благотворно сказываются на нормализации мочеиспускания, сдерживают воспалительные процессы, усиливают обменные процессы в организме, что в целом положительно влияет на терапевтическое лечение больных. Крапива способствует размягчению некоторых видов камней и выводу песка из мочевыводящих путей.

Камни в почках. По 10 г плодов земляники лесной и побегов хвоща полевого, 40 г плодов шиповника коричневого, 30 г листьев крапивы двудомной, по 20 г листьев брусники обыкновенной, толокнянки обыкновенной, подорожника большого и травы буквицы лекарственной, по 10 г листьев березы белой, смородины черной, травы лаванды колосовой, будры плющевидной, плодов можжевельника обыкновенного, шишек хмеля обыкновенного и лепестков розы крымской, по 1 части листьев базилика мятолистного, лепестков красной розы и цветков ромашки аптечной. Все измельчить и перемешать. Настой готовить из расчета 10 г сбора на 750 мл кипятка. Пить по 150 мл 3 раза в день за полчаса до еды теплым.

Камни в почках. 2 ст. ложки листьев крапивы на 0,5 литра кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по трети стакана 3 раза в день.

Камни в почках. Порошок растертых семян крапивы назначают внутрь по 2–4 г 3–4 раза в день.

Камни в почках. Настой крапивы, принятый с медом или сахаром, улучшает работу почек. Для такого отвара достаточно 1 ч. ложки сушеных листьев крапивы на 1 стакан воды.

Воспаление почек. По 1 ст. ложке листьев крапивы двудомной и корня солодки голой (лакричника). *Приготовление:* измельченный сбор залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1–2 часа. Охладить при комнатной температуре и процедить. Пить утром и вечером по 1 стакану.

Нефрит, пиелонефрит. Залить 1–2 ст. ложки сухих листьев крапивы 1 стаканом кипятка, настаивать на водяной бане 15 минут. Принимать по половине стакана перед едой 3 раза в день.

Пиелонефрит. Рекомендуется обильное питье, легкоусвояемая диета. В период между обострениями можно принимать настои лекарственных растений. Настой: по 20 г листьев крапивы двудомной и березы повислой, 50 г семени льна посевного, 10 г листьев земляники лесной. *Приготовление:* все смешать, измельчить 1 ст. ложку смеси заварить 1 стаканом кипятка, настаивать 2–3 часа, процедить. Настой принимать по 1–2 стакана в теплом виде в несколько приемов в течение дня.

Нефрит и пиелонефрит. 1–2 ст. ложек листьев крапивы с медом или сахаром, настой держат на водяной бане 15 минут. За один раз надо выпивать перед едой не весь стакан, а треть или половину.

Нефрит, пиелонефрит. Взять в равных частях листья крапивы и цветки календулы. Залить 1 ст. ложку сбора 1 стаканом кипятка, настоять. Принимать по половине стакана 3–4 раза в день через 1 час после еды.

Цистит. По 10 г плодов земляники лесной и побегов хвоща полевого, 40 г плодов шиповника коричневого, 30 г листьев крапивы двудомной, по 20 г листьев брусники обыкновенной, толокнянки обыкновенной, подорожника большого и травы буквицы лекарственной, по 10 г листьев березы белой, смородины черной, травы лаванды колосовой, будры плющевидной, плодов можжевельника обыкновенного, шишек хмеля обыкновенного и лепестков розы крымской. *Приготовление:* все измельчить и перемешать. 5 г сбора заварить 500 мл кипятка, настаивать под ватной куклой 30 минут. Пить по 150 мл 3 раза в день за полчаса до еды теплым. Вкус настоя приятный, запах специфический.

Крапивная лепешка против энуреза: 120 г ржаной муки, 40 г семян крапивы двудомной, 1 ч. ложка меда. *Приготовление:* муку и семена смешать, добавить немного воды и меда, выме-

свить тесто в гладкий колобок, приплюснуть и выпекать в духовке или электропечке. Чтобы достичь положительного эффекта, нужно есть каждый вечер по 1 лепешке в течение месяца.

Отеки, проблемы с мочевыделением. По 50 г листьев крапивы двудомной и березы повислой, цветков бузины сибирской и терна. *Приготовление:* 1 ст. ложку измельченного сбора заварить 1 стаканом кипятка, кипятить 10 минут на слабом огне или водяной бане, охладить, процедить. Для повышения диуреза выпить отвар во время завтрака.

Общеукрепляющий настой для почек и мочевого пузыря. 2 части травы горца птичьего (спорыша), по 1 части листьев крапивы двудомной, травы хвоща полевого и почечного чая. *Приготовление:* сбор измельчить, перемешать. 1 ст. ложку сбора заварить 300 мл кипятка, кипятить на слабом огне 5 минут, настаивать 4 часа в теплом месте. Пить по половине стакана 3 раза в день за 15 минут до еды.

Простатит

Это воспалительные поражения предстательной железы. Предстательная железа – это мужской орган, вследствие чего простатит может развиваться только у мужчин. Причинами заболевания могут быть снижение иммунитета, переохлаждение, снижение физической активности, малоподвижный сидячий образ жизни, длительное половое воздержание и наоборот чрезмерная половая активность, злоупотребление алкоголем и др.

В лечении проблем с предстательной железой используют чаще всего сушеную крапиву в виде порошка. Из нее готовятся настои различной консистенции, которые употребляют внутрь. Используется в терапии простатита и свежая крапива.

Сама по себе крапива обладает не очень большим антибактериальным эффектом, поэтому нельзя забывать при лечении простатита инфекционного характера и о других терапевтических методах воздействия на организм. Именно комплексный подход к лечению является главным залогом успеха. крапива оказывает самое непосредственное влияние на потенцию. Профилактика простатита: своевременное и полное излечение воспалительных заболеваний мочеиспускательного канала, мочевого пузыря. Необходимо следить за регулярной деятельностью кишечника. Людям, работающим преимущественно в положении сидя, рекомендуются физические нагрузки, пешеходные прогулки, спортивные занятия – бег, плавание, игра в теннис.

Настой крапивы оказывает сильное мочегонное воздействие. Причем при его употреблении можно наблюдать именно процесс нормализации работы почек и вывода урины, а не банальное ускорение выведения мочи из организма. Сокращается количество позывов, а каждое посещение туалета становится более полноценным. Такая ситуация помогает сгладить течение калькулезного простатита и препятствует формированию солевых отложений как в почках, так и в протоках простаты.

Насыпать в тару 10 ст. ложек с семенами крапивы. Залить их литром классического виноградного портвейна. Прокипятить получившуюся консистенцию 5–7 минут. Процедить. Принимать такой напиток требуется по 1 ст. ложке, 3 раза в день.

Настой водки и крапивы: взять очищенные корни крапивы; мелко нарезать или натереть их; высыпать в подготовленную емкость; залить 0,5 л водки; поместить в темное место и настаивать 3 недели, периодически встряхивая. Процедить по прошествии указанного срока. Принимать каждый день по 20 мл.

Взять 8 ст. ложек кашицы хрена и по 2 ст. ложки измельченных листьев грецкого ореха, листьев крапивы и цветущих верхушек базилика, залить 1 л красного сухого вина, настоять сутки, периодически встряхивая содержимое, довести до кипения, варить в закрытой посуде на малом огне 10 минут, настоять до охлаждения, процедить. При простатите пить по 100 мл 3 раза в день до еды. При остром простатите пить по 50 мл каждый час.

Сбор: 100 г сухих листьев крапивы, 300 г кашицы репчатого лука, 100 г меда, 600 г сухого вина настоять неделю в темном, прохладном месте, периодически встряхивая содержимое, процедить. Принимать по 2 ст. ложки 3 раза в день до еды. *Курс – до 3 недель.*

Использовать настой почек тополя обыкновенного на отваре листьев крапивы. Приготовление: 1 ст. ложку почек нужно залить стаканом теплого отвара крапивы и настоять около часа, процедить. Выпить полученный настой в несколько приемов в течение дня.

Настой из молодых клейких листочков тополя обыкновенного на отваре листьев крапивы. Приготовление: 1 ст. ложку листочков нужно залить стаканом теплого отвара крапивы и настоять около часа, процедить. Выпить полученный настой в несколько приемов в течение дня.

Принимать отвар корней солодки голой с отваром крапивы. Приготовление: 1 ч. ложку сухих, измельченных корней залить стаканом отвара крапивы и варить на слабом огне 8—10 минут, остудить, процедить. Принимать по четверти стакана 4 раза в день до еды.

Принимать настой плодов петрушки огородной с отваром крапивы. Приготовление: половину чайной ложки измельченных плодов петрушки залить стаканом отвара крапивы и настаивать в закрытой посуде не менее 8 часов, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 5 раз в день.

Пить настой листьев или коры лещины древовидной с отваром крапивы. Приготовление: 1 ст. л. сухого, хорошо измельченного сырья поместить в предварительно прогретый термос, залить стаканом отвара крапивы и настаивать несколько часов, остудить, процедить. Пить по 1 ст. ложке четыре – пять раз в день.

20 г истолченных семян тыквы обыкновенной заварить стаканом настоя листьев крапивы, настаивать 30–45 минут, процедить. Пить по полстакана 4–5 раз в день до еды.

При орхите (воспалении мужских половых желез) рекомендуется ежедневно пить в общей сложности по меньшей мере 0,5 л следующих смесей соков: моркови, свеклы, огурца (10:3:3); моркови, шпината (5:3); моркови, сельдерея, петрушки (9:5:2) с одной столовой ложкой отвара крапивы.

При воспалении предстательной железы смешать в равных частях свежеприготовленные соки свеклы, моркови и огурцов. Принимать по полстакана 3 раза в день за 30 минут до еды с одной столовой ложкой отвара крапивы.

Раны

Свертывание крови (гемокоагуляция) – сложный биологический процесс образования в крови нитей белка фибрина, образующих тромбы, в результате чего кровь теряет текучесть, приобретая творожистую консистенцию. При вытекании крови из раны на поверхность кожи, тромбоциты склеиваются и разрушаются, а содержащиеся в них ферменты попадают в плазму крови. При наличии в плазме крови солей кальция и витамина К плазменный белок фибриноген образует нити фибрина. Витамин К также стимулирует выработку в печени одного из важнейших факторов свертывания крови – протромбина. В крапиве содержится значительное количество витамина К, она способствует заживлению ран. Пользоваться кровоостанавливающими растениями следует осторожно, особенно пожилым людям и тем, у кого повышен протромбиновый индекс (около 100 %), так как злоупотребление ими может привести к тромбозам.

Заполнить пол-литровую банку листьями свежей крапивы, залить ее 70 %-ным спиртом и настаивать 2 недели. Обрабатывать настойкой раны или делать холодные компрессы.

При кровотечении из раны прикладывать свежие, ошпаренные кипятком листья крапивы.

Для промывания ран. Измельчить сухую крапиву (5–7 ст. ложек) залить кипятком (0,5 л), протомить на слабом огне 30 минут, оставить для настаивания на 1 час. Смочить тампон и промыть рану.

Масло крапивы для лечения ран. Измельчить свежие листья крапивы, поместить в емкость, слегка уплотнить, залить любым растительным маслом, оставить для настаивания на две недели в прохладном темном месте, отфильтровать, хранить в холодильнике в бутылке из темного стекла. Масло отлично заживляет раны.

Порошок. 0,5 кг свежих листьев и молодых стеблей крапивы настаивают на спирту, всыпают 150 г порошка сухих листьев, размешивают и выпаривают спирт. Остаток высушивают и растирают в мелкий порошок. Этим порошком и присыпают кровоточащие раны.

Ревматизм

Древнее заболевание, при котором поражаются любые органы и системы: мозг, почки, печень и т. д. В происхождении ревматизма решающую роль играют стрептококковые инфекции и генетическая предрасположенность организма. Начало заболевания может быть острым: через 10–14 дней после перенесенной инфекции (ангины, скарлатины, фарингита) повышается температура тела, появляются сильные боли, покраснения и припухлость крупных суставов конечностей – локтевых, лучезапястных, коленных, голеностопных.

При ревматизме делают растирания на отварах и мазях из следующих растений: белена, волчегородник, звездчатка, крапива, кубышка, можжевельник, мята, пижма, подсолнечник, помидор, сирень, одуванчик, тимьян, хмель, хрен, эвкалипт, ясень.

Выжать сок из свежих листьев крапивы. Принимать по половине стакана полученного сока с 1 ст. ложкой меда 3 раза в день.

Свежей крапивой стегать больные места. Можно чередовать: один день стегать больные места крапивой, на следующий день натирать их керосином.

2 ст. ложки листьев на 0,5 л. кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по трети стакана 3 раза в день.

Взять измельченные ягоды шиповника – 3 ст. ложки; толченую бруснику – 2 ст. ложки; сушеную крапиву – 3 ст. ложки. Компоненты поместить в большой заварочный чайник или другую стеклянную или фарфоровую емкость, залить 3 стаканами кипятка. Емкость накрыть крышкой, укутать и дать настояться в течение трех часов. Состав процедить и пить по стакану за полчаса до еды.

Сухие листья крапивы (2 ст. ложки) залить двумя стаканами кипятка, оставить на один час для настаивания, отфильтровать. Принимать по трети стакана трижды в день перед приемом пищи.

Листья толокнянки – 10 г, листья крапивы – 15 г, трава грыжника – 10 г, корень стальника колючего – 10 г, кора крушины – 10 г, побег паслена сладко-горького – 10 г, корень мыльнянки – 10 г. 1 ст. ложку смеси залить стаканом кипятка, варить 15 минут. Принимать утром натощак по 1–2 стакана отвара.

При ревматизме можно делать горячие обklady из маленьких мешочков, наполненных поровну смесью цветов черной бузины, листьев крапивы и ромашки, политых кипятком.

На 2 стакана воды 2 ч. ложки брусничных листьев и 1 ст. ложку листьев крапивы. Рекомендуется пить по 0,5 стакана 2–4 раза в день, без перерыва, в течение 1–1,5 месяцев.

Настой корня пырея и листьев крапивы. 4 ч. ложки смеси из мелко измельченного корня и листьев залить стаканом кипятка, дать настояться 12 часов в прохладном месте и процедить, оставшееся сырье повторно залить стаканом кипятка, дать настояться 10 минут и процедить, приготовленные настои смешать. Принимать по полстакана 4 раза в день.

Пока растут свежие листья лопуха и крапивы, можно их использовать для обертывания больных мест, сверху наматывать утепляющую ткань (или вощеную бумагу). Свежие листья лопуха и крапивы требуется тщательно промыть теплой водой, слегка размять и прикладывать к больному месту нижней, пушистой стороной. Можно использовать для процедуры и сухие листья, но предварительно их следует запарить (обдать кипятком и подержать несколько минут в сосуде под крышкой).

10 г сухого измельченного корня лопуха, 10 г листьев крапивы и 10 г сухого измельченного корня девясила поместить в эмалированную посуду, залить стаканом (200 мл) кипятка, накрыть крышкой и нагревать 30 минут на водяной бане, затем в течение 10 минут охладить при комнатной температуре, процедить, отжать сырье, перелить в стеклянную посуду с проб-

кой. Хранить в темном прохладном месте. Принимать по половине стакана в теплом виде 2–3 раза в день за 15–20 минут до еды. Можно делать компрессы.

Из сушеного толченого корня лопуха и листьев крапивы приготавливают отвар: 120 г сушеных корней лопуха, собранных в начале августа, и 100 г листьев крапивы замочить в теплой кипяченой воде. Когда сырье немного обмякнет, очистить, натереть на терке, кашицу залить 0,5 л кипятка и подержать на водяной бане 15 минут, охладить при комнатной температуре в течение 45 минут, процедить, отжать сырье, перелить в стеклянную посуду с пробкой. Хранить в темном прохладном месте не более 2 суток. Принимать по 1 ст. ложке 4 раза в день за 10–15 минут до приема пищи. Лечение проводить в течение месяца.

Процедура в бане. 1 часть сока корня лопуха, 1 часть листьев крапивы и 4 части сливочного масла поместить в стеклянную баночку, хорошо перемешать, плотно накрыть крышкой. Хранить в темном прохладном месте. Мазью натереть пораженные суставы, лечь на верхнюю полку в бане и в течение 0,5 часа выпить 1 стакан отвара лопуха. Через 15–20 минут выступит обильный пот. Больному оставаться в бане до тех пор, пока тело не станет сухим. Жажду можно утолять сывороткой из-под молока. Сойдя с верхней полки, вновь натереться той же мазью, обложить больное место ватой, забинтовать. Делать лучше на ночь, это дает хороший результат.

Сбор: цветки василька синего – 5 г, цветки календулы – 5 г, цветки пиона – 5 г, плоды можжевельника – 5 г, побеги паслена сладко-горького – 5 г, листья крапивы двудомной – 20 г, кора крушины – 5 г, цветки бузины черной – 20 г, кора ивы – 20 г, трава хвоща полевого – 20 г, листья березы – 20 г. 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л кипятка; через 10 минут сварить и процедить. Пить каждые 2 часа по стакану горячего настоя.

4 ст. ложки свежей травы череды и 3 ст. ложки листьев крапивы поместить в эмалированную посуду, залить 5 стаканами кипятка, накрыть крышкой, нагревать 15 минут на водяной бане, затем охладить в течение 45 минут при комнатной температуре, процедить, отжать сырье. Хранить в стеклянной закрытой посуде не более 2 дней. Втирать настой в больные места, затем делать согревающий компресс (тепло укутывать больные места). Полезно натирать больные места и свежей травой.

Из расчета 50 г ягод и свежих веток можжевельника с хвоей и 200 г корней крапивы на ведро кипятить в закрытой посуде 30 минут. При температуре воды 33 °С ежедневно по 20 минут принимать ароматизированные ванны до полного излечения.

Перемешать распаренные траву мокрицу (звездочка – огородный сорняк, стелющийся по земле, с мелкими зелеными листочками и белыми цветочками) и листья крапивы и прикладывать к больным местам, делать согревающие компрессы.

Свежей двудомной крапивой натирать больные места, затем плотно укутывать.

100 г травы душицы и 100 г листьев крапивы залить 2 л кипятка в эмалированной посуде, накрыть крышкой, 15 минут нагревать на водяной бане, охладить при комнатной температуре в течение 45 минут, отжать сырье, процедить, перелить в стеклянную посуду с пробкой. Хранить не более 2 дней. С этим настоем принимать теплую ароматную ванну (20 минут).

10 г сухой измельченной травы зверобоя и 10 г листьев крапивы поместить в эмалированную посуду, залить стаканом (200 мл) кипятка, накрыть крышкой, нагревать 15 минут на водяной бане, затем охладить при комнатной температуре в течение 45 минут, отжать сырье, процедить, перелить в стеклянную посуду, долить кипятком до 200 мл, плотно закрыть пробкой. Принимать по трети стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Препарат желателен готовить ежедневно, т. к. хранить его можно не более 2 суток. Принимать до полного излечения.

10 г травы душицы и 10 г листьев крапивы поместить в эмалированную посуду, залить 300 мл (1/2 стакана) кипятка, накрыть крышкой, 15 минут нагревать на водяной бане, затем охладить при комнатной температуре в течение 45 минут, отжать сырье, процедить, перелить

в стеклянную посуду, долить кипяченой воды до 300 мл. Настой хранить не более 2 дней. Пить по 100 мл 3 раза в день за 15 минут до еды.

100 г листьев шаровидного эвкалипта и 100 г листьев крапивы поместить в эмалированную посуду, залить 0,5 л кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, накрыв крышкой. Затем остудить при комнатной температуре в течение 45 минут, процедить, перелить в стеклянную посуду с пробкой. Хранить не более 2 дней. Втирать в больные места.

20 г сухих цветков красного клевера и 10 г листьев крапивы поместить в эмалированную посуду залить 200 мл (стакан) кипятка, накрыть крышкой, нагревать 30 минут на водяной бане. Остудить при комнатной температуре 10 минут, отжать сырье, процедить, перелить в стеклянную посуду с пробкой. Хранить в темном месте не более 2 суток. Принимать по 2 ст. ложке 3 раза в день.

В стеклянную бутылочку поместить 20 г сухого измельченного корня дягиля лекарственного и 10 г листьев крапивы, залить смесь 100 мл водки, плотно закрыть пробкой, настоять в темноте в течение 7 дней. Процедить, отжать сырье. Проводить натирание больных мест.

Половину чайной ложки красного стручкового жгучего перца и 50 г листьев крапивы поместить в 2 стакана холодной кипяченой воды и настоять в течение 8 часов. Процедить, отжать сырье, закрыть пробкой. Растирать суставы.

100 г цветов и тонких веточек желтой акации и 100 г листьев крапивы хорошо измельчить, поместить в бутылку, залить 100 мл водки, закрыть пробкой и настаивать 8 дней в темном месте. Затем процедить, отжать сырье, перелить в стеклянную посуду, закрыть пробкой. Хранить в темном прохладном месте. Втирать настойку в больное место, затем накладывать согревающий компресс.

Настой листьев смородины и листьев крапивы: 1 ст. ложку сухих измельченных листьев черной смородины и 1 ст. ложку листьев крапивы заварить 2 стаканами кипятка, настаивать 6 часов, процедить. Пить по 0,5 стакана 4 раза в день при ревматизме.

Настой листьев березы и листьев крапивы: свежие измельченные листья до 0,5 см, промывают холодной кипяченой водой, воду сливают, снова заливают кипяченой водой, температуры 40–50 градусов, настаивают в течение 3,5 часов, сливают, выжимают листья, затем настоем ставят отстояться на 6 часов, осадок удаляют. Применяется настой в качестве мочегонного, потогонного средства, при ревматизме.

Приготовить смесь (составляющие берут в частях по объему): сок алоэ – 1, сок крапивы – 1, красное сухое вино – 2, мед – 2. Смесь настоять в темном прохладном месте одну неделю, периодически встряхивая содержимое. Принимать по 1 ст. ложке 3–5 раз в день до еды.

Одним из лучших народных средств лечения ревматизма считается отвар из 1 ч. ложки брусничных листьев и 1 ч. ложки листьев крапивы на 2 стакана воды. Рекомендуются пить по 0,5 стакана 2–4 раза в день, без перерыва, в течение 1–1,5 месяцев.

Тромбофлебит

Тромбофлебит – это воспаление стенки вены с закупоркой вены сгустком крови (тромбом). Наиболее часто встречается тромбофлебит нижних конечностей. Большую роль играет повышение свертываемости крови, изменение стенки вены. Чаще всего тромбофлебит развивается при варикозном расширении вен.

Залить 1 столовую ложку листьев крапивы 1 стаканом кипятка, настоять 40 минут, процедить. Пить по 1–2 столовые ложки 3–4 раза в день до еды. При этом следует соблюдать диету: не есть мясо, рыбу, а также жареной пищи.

Туберкулез

Это хроническое инфекционное заболевание, которое развивается вследствие воздействия на организм микобактерии туберкулеза – туберкулезной палочки, палочки Коха. Чаще всего микобактерией поражаются органы дыхания, и развивается туберкулез легких. Однако туберкулезный процесс может иметь место и в тех или иных внутренних органах, и в костях, и даже в коже.

Смешать по 1 ст. ложке листьев и корней крапивы, залить 0,5 л кипятка, греть на малом огне 5 минут, настоять 30 минут и процедить. Пить по четверти стакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды. Можно также готовить по отдельности отвары из листьев и корней крапивы.

Приготовить настой: залить 0,5 л кипятка или кипящего молока 4 ст. ложки смеси соплодий хмеля, листа крапивы двудомной, травы зверобоя, первоцвета, золототысячника, трифоли, тысячелистника, сабельника, цветущих головок клевера лугового, корней синюхи и цветов калины, взятых поровну, настаивать в термосе 4 часа и процедить. Выпить полный стакан утром натощак, остальное – поровну перед обедом и перед ужином.

Поместить в эмалированную посуду 10 г сухих измельченных листьев крапивы двудомной и 10 г сухой измельченной травы зверобоя, залить 400 мл (2 стакана) крутого кипятка, накрыть крышкой, нагревать на водяной бане 45 минут, охладить при комнатной температуре в течение 30 минут, процедить, отжать сырье, закрыть пробкой. Хранить не более 2 дней в прохладном месте. Принимать в теплом виде по половине стакана 4 раза в день.

При заболеваниях легких 40 г сухой измельченной травы медуницы лекарственной (медунка, лёгочница) и 30 г листьев крапивы поместить в эмалированную посуду, залить 1 л крутого кипятка, накрыть крышкой, нагревать на водяной бане 15 минут. Остудить при комнатной температуре в течение 45 минут, процедить, отжать сырье, перелить в стеклянную посуду с пробкой. Хранить не более 2 дней. Принимать по 1 стакану 4–5 раз в день в теплом виде.

Отвар из крапивы, настой и жидкий экстракт усиливают основной обмен, обладают кровоостанавливающим действием, показаны больным туберкулёзом, страдающим диареей.

Шпоры

Шпоры на ногах представляют собой патологию, которая заключается в разрастании некоторых костей ступни, как правило, в области пятки и большого пальца ноги.

Листья и корни крапивы истолочь, прикладывать на ночь к шпорам, перед сном пропарив ноги в горячей воде с хвоей ели и морской солью (по 1 ст. ложке на ножную ванну).

Крапива в косметике

В косметологии крапива ценна прежде всего своими дубильными веществами, муравьиной кислотой, кремниевой кислотой. Людям с жирной кожей, себореей, зудом, шелушением кожи следует использовать крапиву. Также крапивой лечится перхоть.

Сборы для укрепления и улучшения роста волос

Измельчить листья крапивы и листья мать-и-мачехи (1:1), прокипятить в течение пятнадцати минут шесть ст. ложек смеси в стакане кипятка, отфильтровать. Мыть или полоскать голову до трех раз в неделю.

Измельчить сухие листья крапивы (70 г) и корни лопуха большого (30 г), тщательно перемешать, залить кипятком (на десять частей воды одну часть травяного сбора), оставить для настаивания на час. Этим настоем мыть голову. Настой эффективен также при облысении.

Настоять сухие листья крапивы (1 ст. ложку) в стакане кипятка в течение тридцати минут, отфильтровать. После мытья головы обычными моющими средствами втирать приготовленный настой в кожу головы, можно использовать для этой цели пульверизатор. Настой хорош при выпадении волос.

Жирная себорея, выпадение волос

Смешать 0,5 л оливкового масла и до 2 ст. ложки крапивы и лопуха (корни) и настаивать 14 дней. Процедить, втирать в кожу головы. Ополаскивать волосы следует подкисленной уксусом или лимоном водой.

Залить 2 ст. ложки измельченных листьев крапивы 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить и ополаскивать голову после мытья.

Приготовить настой из крапивных листьев в соотношении 1:10. Полученный настой соединить с водой и столовым уксусом, взяв их в соотношении 1:5:5. Ополаскивать голову после мытья 2–3 раза в неделю. Курс лечения – 10 процедур.

3 ст. ложки сухих листьев крапивы на 0,5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Смачивать голову после мытья и слегка втирать в кожу, голову не вытирать. Втирать 2–3 раза в неделю 2–3 месяца.

Для укрепления волос

Настой: 100 г листьев крапивы измельчают, заливают половиной чайной ложки уксуса и таким же количеством воды, варят полчаса, остужают и позже моют им волосы или втирают в кожу головы. Результат не заставит себя ждать, причем попутно можно избавиться от перхоти.

Для придания свежести коже рук и лица

Используют лосьон: в 1 ст. ложку сока свежей крапивы добавляют кипяток и протирают руки и лицо два раза в день, для жирной кожи вместо воды следует добавить 100 мл медицинского спирта.

Для жирной кожи

Тоник из крапивы, водки и глицерина: 1 ст. ложка крапивного сока, полстакана водки, 2 ст. ложки глицерина. Перемешать. Получилась основа тоника. Непосредственно перед применением разбавить водой в соотношении 1:2 (1 часть основы, 2 части воды). Использовать для протирания кожи лица и рук.

Для протирания лица

Можно использовать ледяные кубики. 1 ст. ложку сока крапивы залить 100 мл воды, заморозить кубики. Протирать лицо для придания тонуса коже. Нельзя использовать при угрях.