

А кому чего и сколько ото всех недуг?! Опасности самодеятельной фитотерапии

Приятно, когда дешево. Еще приятнее – бесплатно. Речь – о лечении и лекарствах. При том, что все знают: дешево – хорошо не бывает. Но речь не о том, чтоб польза была, а о приятности здесь и сейчас – хотя бы для кошелька.

Зачем покупать дорогие лекарства, когда выдь на улицу – и вот она, «зеленая аптека»! Рви горстями, коси мешками, и будет тебе здоровья за бесплатно полон рот.

Впрочем, лукавлю же. Не все так просто, далеко не все гоняются именно за дешевизной. Изрядную долю любителей лекарственных трав обольщает идея экологической чистоты. Предполагается, что в аптеках – сплошная «химия», а то, что нащипал в лугах и полях, на дорожных обочинах – сплошь а-ля натюрель. Или просто натюрель, что стесняться!

Бесполезно взывать к уму-разуму самодостаточных лечителей себя и семьи, предлагать вспомнить, чему в школе учились (на уроках хоть химии, хоть ботаники). Нет, не вспомнят они о том, что все вокруг – сплошная химия, а еще биология. Ну, и физика. И даже местами математика. И травка, растущая в экологических чистых, например, отрогах Алтая, – химия, как ни крути.

Взять, например, любимое старыми бабушками и молодыми мамами растеньице, мать-и-мачеху, весенний первоцвет. Набираем в поисковике: «мать-и-мачеха ребенок кашель». И начинаем читать:

*...При кашле хорошо помогает сок из листьев мать-и-мачехи и подорожника...
...При кашле, появившемся на фоне ОРВИ, можно рекомендовать отхаркивающие средства растительного происхождения: отвары мать-и-мачехи, багульника, девясила...
...От кашля заваривать мать-и-мачеху (в магазине нат. продуктов покупали) и пить понемногу, но часто...*

В общем, при желании каждый этот опыт может повторить и получить тот же результат.

А кому чего и сколько ото всех недуг

Автор: admin
05.06.2014 14:59 -

Всюду находим советы использовать мать-и-мачеху при лечении детей. Отмечу разницу подходов: то сок рекомендуется, то отвар, то чай. «Понемногу, но часто» – обратите внимание!

Но мать-и-мачеха – не просто первоцвет с оригинальными листочками и желтыми цветочками. Это еще и растительный организм, характеризующийся определенным химическим составом. Каков этот состав?

А вот таков: мать-и-мачеха (как и ряд других растений семейств сложноцветные, бобовые, кипрейные, бурачниковые) содержит пирролизидиновые алкалоиды. Каковые, как сообщается в химической энциклопедии, «обладают широким спектром биол. активности. Попадание в пищу растений, содержащих П.а., может вызвать массовые отравления людей и животных». Опасность эти вещества представляют в силу своей гепатотоксичности – поражают печень.

И мать-и-мачеху в силу этого запрещено использовать в качестве лекарства – не в России, правда, а в Германии. Но и в России следует, используя такие травы, помнить: употреблять никак не «понемногу, но часто». Да, у ребенка сейчас смягчится кашель, но спустя некоторое время могут начаться проблемы с печенью, вплоть до самых грозных. В частности, именно производные пирролизидина винят в возникновении печеночного венно-окклюзионного синдрома, который может привести к циррозу.

Любимый многими иван-чай, кипрей узколистный, то есть, – также в подозреваемых по части гепатотоксичности. Уже это должно малость унять восторги любителей так называемого копорского чая. Только отмахиваются любители от предостережений: мол, сколько надо выпить, чтоб заболеть? Что ж, кто запретит проверять на собственном опыте...

Осень/зима – традиционная пора народной борьбы против так называемых «простуд». И против гриппа заодно. Что там у нас в арсенале? Чеснок, конечно, тоннами, с утра до вечера, и внутрь, и снаружи, тертый, цельный... Меж тем, у эпилептиков от чеснока учащаются припадки. Беременным и кормящим – чеснок не рекомендуется, тучным людям, гипертоникам – весьма нежелательно...

А кому чего и сколько ото всех недуг

Автор: admin

05.06.2014 14:59 -

Лук – естественно, от семи недуг. Но и он имеет противопоказания: опасен для тех, у кого уже больны сердце, печень, почки...

Ромашковый чай – тот самый, который, по Агате Кристи, любила мисс Марпл. Старушкам, возможно, такой чай не повредит, особенно если у них кислотность желудочного сока повышена. А вот кому повредит, так беременным. Которым вообще надо быть очень осторожными с растениями, содержащими эфирные масла.

Известное лекарство от великого множества недугов – зверобой. Любители траволечения готовы и рекомендовать, и употреблять его как добавку к чаю. Меж тем одно из вредных свойств зверобоя – фототоксичность (новоиманин, изготавливающийся из зверобоя продырявленного, в описании имеет указание на возможность фотосенсибилизации). Растение повышает чувствительность человека либо животного к солнечному свету. Так что, упившись зверобойного чайку – не ходите на пляж. Либо вообще от чудодейственного растения на лето откажитесь.

Травяные сборы – песнь особая. Составляются они из «частей»: такой-то травки – 2 части, такой-то – 1 часть... Беда только, что содержание тех или иных веществ в растениях зависит от условий произрастания и от соблюдения правил сбора.

Ибо только сам собиравший травы может быть уверен в том, что учел эти условия (скажем, не добывал траву от семи или девяти недуг на обочине автомагистрали) и соблюл правила (например, выкопал волшебные корешки не среди лета, а осенью. Когда, кстати, это делать труднее: растение, запасшее в подземных своих частях полезные вещества, от надземной части попросту извлекается).

А кто может быть уверен, что сборщик заготовил, скажем, именно девясил высокий, а не телекию красивую? Или – что из зверобоев он выбрал именно продырявленный, а из ромашек – именно аптечную? Что собранное и высушенное сырье не имеет бактериальной и грибковой обсемененности?

Подводя итог, призываю разумных читателей сделать для себя правилом в общении с лекарственными травами следующее:

А кому чего и сколько ото всех недуг

Автор: admin

05.06.2014 14:59 -

- 1) не применять никакие травы без врачебного совета;
- 2) не применять никакие травы без врачебного совета в лечении аллергиков, хронических больных, детей, людей в особых состояниях – беременных дам, кормящих матерей;
- 3) не применять травы, о ядовитости которых достоверно известно.

Лучше всего относиться к траволечению – как к явлению культуры, к одной из отраслей этноботаники. И развлекаться не самолечением, а чтением статей о растениях в «Школе Жизни».

Автор - **Люба Мельник**

[Источник](#)