

# Целебные свойства каштанов и желудей: как ими воспользоваться?

Наступила осень... Все чаще, прогуливаясь по парку, мы замечаем под ногами плоды каштана и дуба. Улыбнувшись, вспоминаем, как делали в детстве поделки из этого природного материала, и легонько поддеваем плод ногой. Он медленно катится и прячется в первых опавших листьях.

Знакомая история? А знаете ли вы, что каштаны и желуди, которые вот так без дела валяются под нашими ногами, являются источником полезных веществ и давно используются в народной медицине?

## Лечебные свойства каштанов и желудей

**Плоды конского каштана** имеют широкий спектр действия в народной медицине. Самое главное свойство каштана – способность повышать стойкость кровеносных сосудов, рассасывать тромбы (и предотвращать их появление), снижать свертываемость крови, понижать артериальное давление. Хорошо зарекомендовал себя каштан в лечении варикозного расширения вен, тромбофлебита, геморроя, ревматизма, подагры, сахарного диабета, заболеваний женской мочеполовой системы, невралгии.

**Желуди** не уступают каштанам в целебных свойствах. Они имеют бактерицидное, обволакивающее, противоопухолевое действие. Часто применяются в лечении мочеполовой системы: останавливают обильные менструации, используются при женских заболеваниях, повышают потенцию, лечат энурез. Желуди хорошо помогают при лечении десен и зубной боли, полезны при отравлениях разного рода. Кроме того, плоды дуба оказывают благотворное влияние на пищеварительную систему: их отвар применяется при расстройствах желудка, острых и хронических колитах.

## Как заготовить плоды?

Зрелые плоды каштана и дуба собирают и сушат в темном месте в течение 3-4 недель (можно использовать сушилку – при температуре 50 градусов 2-3 дня). Затем плоды измельчают и хранят в сухом месте. Заготавливать слишком большое количество плодов не рекомендуется – сырье быстро портится.

## Как лечиться с помощью каштанов и желудей?

Для лечения варикозного расширения вен, радикулита, болезней суставов и мышц используют **компресс из каштанов**: мелко порубленные плоды залить водкой в

соотношении 1:3. Настоять в течение недели. Применять в виде компрессов в течение двух-трех недель. При надобности повторить курс лечения через месяц.

В целях уменьшения боли при ревматизме, тромбофлебите можно воспользоваться таким рецептом: черный хлеб нарезать тонкими ломтиками, намазать сливочным маслом и насыпать сверху измельченные до состояния порошка плоды каштана. Такой **компресс** нужно наложить на больное место, утеплить с помощью ткани (платка).

**Отвар коры и плодов каштана** используют при геморрое. Нужно взять по одной чайной ложке измельченной коры и плодов, залить стаканом кипятка. Держать на паровой бане полчаса, процедить. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Повышенное давление и варикоз лечатся с помощью **настойки каштана**, которую принимают внутрь. 50 г мелко порубленных плодов заливают 0,5 л водки. Настаивают 5-7 дней. Принимают по 5-10 капель 3 раза в день. Курс лечения – две недели.

Следует быть осторожным, принимая настойку каштана внутрь! Во время такого лечения обязательно нужно контролировать свертываемость крови, учитывать противопоказания при пониженном давлении. Передозировка чревата судорогами конечностей.

При расстройствах желудка народная медицина рекомендует **настой желудей**: 1 чайную ложку измельченных плодов залить стаканом кипятка, охладить, процедить. Принимать внутрь по полстакана 3 раза в день. Длительность курса – месяц, спустя еще месяц рекомендуется повторить его.

При заболеваниях сердца хорош **кофе из желудей**. Плоды нужно слегка прожарить до покраснения, измельчить и заварить, как кофе. Добавить молоко, сахар. Такой кофе часто рекомендуют детям как в качестве обычного напитка, так и при кашле, бронхите, астме.

Автор: admin  
03.06.2014 10:45 -

---

Для лечения грыжи в качестве компрессов используют теплую **25-процентную настойку желудей** на красном вине.

При проблемах, связанных с мочеполовой системой, применяют **сок из желудей**. Его отжимают из зеленых плодов, принимают по 2-3 столовые ложки с медом (в соотношении 1:1) на голодный желудок 3-4 раза в день.

Возможно, гуляя по парку в следующий раз, вы уже не будете настолько безразличны к этим незатейливым, но таким полезным дарам осенней природы, поскольку теперь знаете об их целебных свойствах. Используйте их для своего здоровья, только не забудьте проконсультироваться со своим лечащим врачом. Будьте здоровы!

Автор - **Виктория Аблогина**  
[Источник](#)