

Сергей Валерьевич КОРЕПАНОВ

Врач, кандидат медицинских наук, директор Алтайского краевого фитоцентра «Алфит». Многолетний опыт онколога и травника позволил в доступной форме изложить возможности растений в профилактике и лечении рака.



Страдания и боль, с которыми сталкиваюсь постоянно, заставили написать эту работу.

Не думаю, что все, ознакомившиеся с ней, изменят образ жизни.

Здоровье ценишь, когда потеряешь.
Но в том, что читатель любого уровня найдет полезные для себя сведения — не сомневаюсь.

TIPO DECCHOHATILHAR DIVIDED ATIVA

ПРОДУКЦИЯ ФАРМЗАВОДА «ГАЛЕН»



НАПИТКИ ЧАЙНЫЕ ФИТОСБОРЫ «АЛФИТ»

Сборы изготовлены из высококачественного сырья, заготовленного в экологически чистых районах Горного Алтая. В рецептуре присутствует более 50 видов растений, составляющие славу Алтая. Каждый «Алфит», независимо от его лечебной направленности, обладает общеукрепляющим, иммуномодулирующим действием.



ФИТОСБОРЫ «АЛФИТ-АКТИВ»

Серия фитопрепаратов «Алфит-Актив» представляет собой новую модификацию широко известных фитосборов «Алфит». Наряду с направленным воздействием на определенные органы и системы, усиленная формула позволяет улучшить результаты лечения путем стимуляции собственных резервов организма, а также способствует снижению риска возникновения злокачественных новообразований.



СИРОПЫ РАСТИТЕЛЬНЫЕ «ЭКСТАЛ»

Густой водный экстракт, представляющий собой многокомпонентную концентрированную вытяжку из растений, получен вакуумным низкотемпературным методом. Данная технология позволяет максимально сохранить от разрушения биологически активные вещества.



КРЕМЫ НА РАСТИТЕЛЬНОЙ ОСНОВЕ «ФИТОЛ»

Лечебно-профилактическая серия «Фитол» разработана специалистами Алтайского краевого фитоцентра «Алфит» для наружного применения. Растительная основа состоит из экстрактов и эфирных масел алтайских трав, которые обеспечивают мощное оздоравливающее воздействие.



НОВАЯ СЕРИЯ «АЛФИТ СПЕЦИАЛЬНЫЙ»

Препараты серии «Алфит специальный» разработаны для устранения осложнений при хирургических вмешательствах на органах желудочнокишечного тракта — «Алфит специальный №1», и при хирургических вмешательствах на молочной железе и органах женской половой — «Алфит специальный №2».



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ФИТОТЕРАПИЯ

Фитотерапевтические средства отличаются от большинства фармакологических препаратов тем, что воздействуют всем или почти всем комплексом природных действующих веществ. Это наиболее физиологичный путь, закрепленный тысячами лет эволюции.

Настоящей, профессиональной клиническая фитотерапия была до середины 19 века. Между тем, благодаря развитию химии, уже к началу 19 века были получены первые отдельные действующие начала из растений. Научный мир замер от удивления и восторга, затем устремился на поиски активных веществ, надеясь с их помощью быстро и навсегда победить болезни. Параллельно велась работа по поиску синтетических заменителей таких веществ. А фитотерапия... была объявлена не современной, бытовой, народной и т.д.

Интерес к фитотерапии проявился в годы Великой Отечественной войны. Затруднилось поступление импортных лечебных средств и внимание обратили на лекарственные растения. По инерции ими занимались в послевоенное время и вновь забыли.

Последние годы наблюдается небывалый всплеск траволечения. Аптеки и базары наполнились лечебными травами. К сожалению, этот всплеск происходит не по инициативе врачей и проходит фактически без их участия. Просто из-за появления рыночных отношений «спрос родил предложение». Люди занимаются самолечением, опираясь на интуицию или рецепты средств массовой информации.

Настоящая же фитотерапия, как любая другая наука, требует профессионального подхода. Тем

более, что связана она со здоровьем человека и нации.

Алтайский фитоцентр «Алфит» поставил задачу стать профессиональным с момента своего образования с 1991 г. С этой целью была тщательно изучена фитотерапия до химической эпохи. Проанализированы труды по выделению действующих начал из растений. Надо отдать должное — последний момент всегда присутствовал в отечественной науке, но был и остается далеко оторванным от повседневной врачебной практики.

Фитоцентр не ставит целью заменить медикаментозные препараты травами. Но специалисты центра считают обоснованным и оправданным применять травы параллельно с ними. Опыт показывает, что это приводит к улучшению ближайших и отдаленных результатов лечения даже при тяжелой онкологической патологии, не говоря уже о хронических заболеваниях жизненно важных органов, где добавление фитотерапии приводит к таким результатам, о которых пациент и врач могли прежде только мечтать.

В фитоцетре разработаны, прошли клинические испытания и внедрены в практику фитосборы из алтайских трав практически при всех заболеваниях, где целесообразна и эффективна фитотерапия.

Разработана программа по фитотерапевтической специализации медицинских работников на базе Алтайского государственного медицинского университета. Создана отдельная программа по обучению населения правильному применению лекарственных растений в быту.

Работа проводится под руководством известного в стране специалиста по лекарственным растениям к.м.н. Сергея Валерьевича Корепанова.

- Врачи центра ведут прием по адресу: г.Барнаул, Матросова, 13
- Консультация и заказ продукции: 8-960-966-9549 (Доставка по РФ)
 www.fitoterapevt.su

РАСТЕНИЯ В ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИИ РАКА



НЕКОТОРЫЕ СВЕДЕНИЯ ПО НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ

Корепанов С. В.

К 663 Повторение издания: Растения в профилактике и лечении рака. — Барнаул: ОАО «Алтайский полиграфический комбинат», 1999. — 160 с.

Книга написана известным врачом, директором Алтайского краевого центра «Алфит». Многолетний опыт работы онколога и фитотерапевта позволил ему в ясной и доступной форме рассказать о возможностях растений в профилактике и лечении рака — одной из самых опасных и страшных болезней XX века.

В книге содержатся новые сведения по применению как ядовитых, так и неядовитых растений для лечения рака. Эти сведения являются важным вкладом автора в фитотерапию. Им добросовестно — из перво-источников — восстановлены забытые рецепты лечения многих других болезней.

Для широкого круга читателей.

ISBN 5-87912-099-6



сожалению, достижения медицины в области онкологии пока еще далеки от совершенства. Несмотря на несомненный прогресс в помощи населению, сохраняется высокий уровень смертности и инвалидизации при онкологических заболеваниях.

Было бы некорректным сегодня как преувеличивать, так и принижать значение многих лекарственных растений в профилактике и лечении злокачественных новообразований.

Вместе с тем научная медицина часто стремится дистанциироваться от фитотерапии и методов народной медицины в онкологии, зачастую просто критикуя такие подходы, но ничего не предлагая взамен. И больной, оставаясь один на один со своей страшной болезнью, хватается за любую «соломинку», которая может ему помочь. Именно этим и объясняется тот факт, что практически все онкологические больные на том или ином этапе своего заболевания принимают лекарственные растения и используют различные методы народной медицины. Но отсутствие нужных знаний приводит зачастую к неправильному их применению, нанося при этом существенный ущерб здоровью и так уже подкошенного болезнью организма.

Именно неудовлетворенность ряда онкологических больных полученным объемом и качеством специализированной помощи побуждает их обращаться к различным целителям, знахарям, а зачастую и просто к шарлатанам, подвергая свою жизнь серьезной опасности. Доктор С. В. Корепанов как раз и ликвидирует этот информационный пробел. Он легким, живым, доступным широкому кругу людей языком доводит до читателя те сведения, которые хорошо известны и научной медицине (касающиеся образа жизни, диеты, применения лекарственных растений), приводит убедительные примеры из личного опыта, подробно разъясняет методики применения лекарствен-

ных растений, дает их рецептуру. Он предостерегает от чрезмерного увлечения ядовитыми растениями; описывает отравления различными ядами, содержащимися в растениях, их профилактику и лечение.

Книга С. В. Корепанова, не претендуя на глубокие научные изыскания, скорее обобщает его личный опыт, а также опыт научной и народной медицины по растениям в противораковой борьбе.

Конечно, не все утверждения автора бесспорны, но они заставляют думать и занимать активную позицию в борьбе с этой тяжелой болезнью. Роль фитотерапии несомненно велика, – как мощного психотерапевтического средства у больных, зачастую находящихся на пределе своих физических и психических возможностей.

Одни лекарственные растения не могут решить проблему профилактики и лечения злокачественных новообразований, они не могут быть и альтернативой основному лечению.

Это бесспорно и доказано. Но и недооценивать их весьма полезную роль нельзя. Лекарственные растения являются богатым и сбалансированным источником многих натуральных биологически активных соединений, витаминов, микроэлементов, так недостающих больному организму.

Врач С. В. Корепанов сделал очень важное и полезное дело. Он довел до массового читателя ту полезную информацию о роли лекарственных растений в онкологии, которая имеется в запасниках человеческих знаний, народной медицины и пока еще мало была востребована.

Несомненно, данная книга принесет пользу и больным, и медицинским работникам, дополнит багаж их знаний в этой области и придаст дополнительные силы в борьбе с этим тяжелым недугом.

А. Ф. Лазарев,

директор НПО «Алтайский онкологический центр», доктор медицинских наук, профессор, заслуженный врач Российской Федерации



о лекарственным растениям написано много книг. Десятки названий, десятки авторов, стотысячные тиражи – и всегда они расходятся. Рынок порождает спрос. Спрос удовлетворяется разносортной литературой, которая, как правило, является компиляцией (переписыванием) сведений из предыдущих изданий.

Новая книга врача-онколога С. В. Корепанова о применении растений для лечения рака не повторяет маленькую брошюру того же автора, изданную в 1991 году — это совершенно новое обобщение опыта практического врача при лечении, пожалуй, самого страшного заболевания века.

Книга Сергея Валерьевича подкупает искренностью. Все, что написано автором, – не дань моде, а результат личного опыта, сведения, проверенные практическим применением. Перед вами книга лечащего врача, а не ученого или писателя. Ее смысл можно выразить фразой из этой же книги: «Боритесь за жизнь постоянно».

Официальная медицина имеет в своем арсенале много средств лечения злокачественных опухолей, в которых ведущую роль играют жесткие методы химиотерапии и лучевой терапии. Автор пытается найти новые пути лечения, которые не только не противоречат официально принятым методам, но значительно дополняют и расширяют их.

Наука до сих пор не знает причины возникновения этого страшного заболевания – нет и универсального средства его лечения. Создается впечатление, что рак и способы его лечения индивидуальны и не могут быть приведены к одному стандарту. Здесь надо учитывать все методы и возможности, в том числе и опыт народной медицины, наработанный многими поколениями, а также опыт врачей-практиков.

В небольшой по объему книге содержатся новые сведения по

применению как ядовитых, так и неядовитых растений для лечения рака. Эти сведения являются вкладом автора в фитотерапию. Сведения не бесспорны, но они — результат опыта, а следовательно, заслуживают самого пристального внимания.

Автором добросовестно – из первоисточников – восстановлены забытые рецепты.

Особого внимания заслуживают случаи применения трав в лечении различных заболеваний, собранные автором и приведенные в конце книги. Это то, что называется народной медициной, и то, что следует тщательно изучать и исследовать.

Я уверен, что во многих книгах по народной медицине будут использоваться сведения, собранные С. В. Корепановым. Они будут цитироваться с упоминанием автора и без оного, но так или иначе они войдут в арсенал знаний о лечении рака.

Думаю, что откровенная книга С. В. Корепанова вызовет широкий отклик среди самых разных слоев читателей и принесет несомненную пользу. Она даст надежду на жизнь и здоровье многим и многим больным.

За это мой низкий поклон автору.

А. Н. Куприянов, доктор биологических наук, профессор г. Кемерово

РАСТЕНИЯ В ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИИ РАКА





Вместо предисловия

зучая царство растительное, мы невольно должны преклоняться перед благостью Господа нашего Вседержителя, который сделал все так, что нет почти ни одного растения, которое бы не приносило пользы и не служило для человека.

И, право, нам, Русским, нет ни малейшей надобности обращаться за всеми врачебными средствами к иностранцам и за границу нашего отечества, когда у нас у самих в царстве природы находится целая масса всевозможных целительных растений, заменяющих вполне и с полным успехом все иностранное, за что нам приходится переплачивать целые суммы денег.

Дело только в том, что нам придется — если мы желаем только себе пользы — отрешиться от мысли, что наше отечество бедно лекарственными средствами и не имеет даже некоторых растений и затем — впрочем, это главнее всего—заняться серьезно тем, что произрастает в нашей России, и тогда-то мы увидим, что мы не только не бедны лекарственными растениями, но, напротив, у нас их столько и целебная сила их так велика сравнительно с теми, которые мы добываем из-за границы, что ни одному из нас никогда больше и не пойдет в голову обращаться за лекарствами к иностранцам, когда у нас самих есть и лучше, и целебнее, и дешевле средства.

Но, к несчастью, до сих пор еще мы, русские, за исключением нашего простонародья, не считали нужным обрабатывать и исследовать наш природный материал и даже до сих пор многие из наших самых лучших ученых врачей и людей науки не знают действия многих наших трав, кореньев, листьев, цветов и пр.

(Слова взяты без изменений из «Русского народного лечебного травника и цветника», составленного аптекарями Горецким и Вильком и изданного в 1885 г.)



Введение

рошло уже более 10 лет после выпуска мной небольшой брошюры «Травы против рака». Продолжаю постоянно общаться и работать с онкологическими больными. Убедился, что информация нужна и целесообразно продолжение.

Жизнь за этот промежуток времени претерпела невероятные изменения. В 1991 году я осторожно и робко писал о рецептах использования ядовитых трав, имеющих место в народной медицине. При этом не без оснований опасался тех или иных репрессивных мер.

Сейчас на руках у каждого больного масса популярных книг, брошюр, вырезок с множеством рецептов разного качества и уровня, порой смертельно опасных. Недостаток информации сменился перенасыщением. Приводится множество примеров чудесных исцелений сомнительными средствами.

У врачей-онкологов подобные публикации вызывают неприязнь и раздражение, поскольку в жизни они видят другие результаты. Неприязнь часто выливается в полное отрицание фитотерапии.

Парадоксально, но отношение официальной медицины к травам за эти годы изменилось мало.

По-прежнему серьезные медицинские журналы и монографии, за редчайшими исключениями, старательно описывают лечение заболеваний синтетическими препаратами. О травах — ни хорошо, ни плохо. Травы для них просто не существуют. Обидно видеть противоречие: насколько стремятся онкологические больные к помощи трав, настолько далеки от растений врачи. В результате больные попадают под влияние далеких от медицины, зачастую нечистых на руку «лекарей». Отдают последние деньги не только подобным «специалистам», но и многочисленным дистрибьюторам дорогостоящих импортных пищевых добавок из трав,

преподносимых как «чудодейственные» средства. Моя цель — помочь не растеряться в хаосе многочисленных популярных советов, сориентировать на эффективные, не подрывающие бюджет семьи отечественные травы. Показать их значение и возможности с точки зрения врачаонколога, без прикрас и преувеличений.

Совершенно не претендую на бесспорность, оригинальность и законченность. Сколько врачей — столько мнений. Просто думаю, что опыт работы с травами в онкологии дал запас знаний, которыми можно и нужно поделиться с окружающими.

На человека можно смотреть с бесконечного количества точек зрения. В данном случае я бы разделил людей всего на три группы.

Первая группа.

Не болеющие раком или не знающие, что болеют.

Вторая группа.

Пациенты, у которых обнаружен рак и которым онкологический центр помогает или пытается помочь специальным лечением.

Третья группа.

Онкобольные, которым официальная медицина не может помочь изначально или уже исчерпала все возможности.

Для первой группы я счел уместным написать все рекомендации в отдельной главе: «Профилактика рака с помощью простых и естественных средств». Комплексный подход более эффективен, поэтому в этой главе, рассказывая о растениях, в сжатой форме коснулся других, на мой взгляд, важных вопросов профилактики.

Больным второй группы, попавшим на прием в наш краевой фитоцентр «Алфит», мы назначаем индивидуальные для каждого травяные сборы. Сборы включают обязательные направления:

- 1. Общеукрепляющее действие.
- 2. Поддержка пораженного органа.
- 3. Профилактика побочных действий (в случае с химиолучевой терапией).
 - 4. Лечение сопутствующих заболеваний.

Для составления сборов в ассортименте аптеки фитоцентра всегда имеется более 50 наименований трав. В данной ситуации мы рассматриваем фитотерапию только как дополнительный, вспомогательный метод, улучшающий результаты основного лечения в онкологическом центре. Прием сильнодействующих (ядовитых) трав в этот период исключен.

Из второй группы пациенты попадают либо в первую группу, то есть излечиваются, либо в третью группу. По выпискам из онкоцентра и состоянию пациентов мы вполне можем оценить результат лечения.

Для третьей группы, где травы выходят на первое место, написан основной последующий материал.

Рак наступает

Технический прогресс, благами которого мы ежедневно пользуемся, достается человечеству дорогой ценой. Во всех странах мира имеет место рост онкологической заболеваемости и смертности — один из признаков нарастающего экологического кризиса. По данным Всемирной организации здравоохранения, в мире от злокачественных новообразований ежегодно погибают пять млн. человек.

Для всех форм рака характерно повышение частоты заболеваемости с увеличением возраста. Другими словами, с каждым новым годом жизни риск заболеть раком возрастает.

Средний возраст онкологической заболеваемости практически одинаков у мужчин и женщин, что объясняется омоложением рака молочной железы и шейки матки у женщин, т.к. по всем остальным локализациям налицо более молодой возраст у мужчин по сравнению с женщинами.

Имеются определенные территориальные и национальные особенности. К примеру, г. Барнаул среди крупных сибирских городов прочно занимает по онкологическим болезням первое место, опережая Томск, Омск, Красноярск, Новосибирск.

В Ханты-Мансийском национальном округе живут рядом ханты и манси. Ханты часто болеют раком, манси — редко. Почему? Еще предстоит узнать.

В деревне раком легких болеют реже, чем в городе. В Алтайском крае, согласно данным из кандидатской диссертации А. Г. Агеева, это соотношение выравнивается.

Причины возникновения рака — известные и малоизвестные, простые и экзотические. К примеру, вред курения известен всем. Многим покажется неожиданным факт, взятый мною из кандидатской диссертации С. А. Мухортова: массовые флюорографические исследования дополнительно дают России ежегодно 5400 смертей от рака. Ставится вопрос о проведении флюорографического метода обследования строго по показаниям в группах риска.

Или еще пример. Атмосферные озоновые дыры, уменьшение озонового слоя над Землей сделали опасными солнечные лучи. Возросла заболеваемость меланомой — очень злокачественной пигментной опухолью. Поэтому на сегодняшний день солнечный загар больше вреден, чем полезен.

Предполагаемых канцерогенных веществ (способствующих появлению рака) — множество. Даже простое их перечисление потребует отдельной книги. А сколько неизвестных? Полностью избежать контакта с ними — нереально. Между тем сам механизм возникновения рака до конца наукой не понят. Несовершенны потому и способы воздействия на него. В данной работе нет задачи посвящать читателя в существующие теории и версии. Однако можно считать доказанным, что для возникновения этого грозного заболевания необходимы, как минимум, два основных фактора:

- 1. Воздействие вредного начала на организм (к примеру, курение и загазованность атмосферы при раке легких).
 - 2. Снижение защитных сил, ослабление организма.

Для воздействия на первый фактор необходимы коренные преобразования в обществе. Будем оптимистами, поверим в Земной Разум, поверим в возрождающуюся Россию: улучшатся условия труда, появятся современные очистные сооружения, будет создана необходимая материальная и техническая база в здравоохранении.

Воздействовать же на второй фактор, то есть укреплять свой организм, человек может более активно, растения в этом — незаменимые помощники.



ГЛАВА І

Профилактика рака с помощью простых и естественных средств

І. Отказ от курения

II. Диета

- 1. *Количество пищи*. Контроль массы тела по формуле: рост минус 100 (вес должен соответствовать указанной разнице).
- 2. *Качество пищи*: 50% пищи должны составлять сырые растительные продукты (овощи, фрукты, травы), в том числе группа желто-зеленых сырых растительных продуктов 100 г в сутки;
 - употребление мяса не чаще одного раза в сутки;
 - не употреблять хлорированную воду;
 - отруби ежедневно;
 - частое употребление в пищу лука и чеснока.
- 3. *Периодические недлительные голодания* (обычно одни сутки в неделю).

III. Двигательная активность

(для людей, не связанных с физическим трудом)

- 1. Продолжительность: 2—2,5 часа в сутки;
- 2. Качество движения: худший, но допустимый вариант для ленивых только ходьба, лучший с вовлечением наибольшего количества мышц, т. е. максимального разнообразия различных упражнений, преимущественно гимнастического, а не нагрузочного характера; бег трусцой.

IV. Помощь трав

- 1. Растения-адаптогены (два курса в год: весной и осенью).
- 2. Травяные «чаи» 1—2 стакана в день ежедневно из 5—20 наименований нетоксичных трав.
 - 3. Съедобные дикорастущие растения.
 - 4. Растения источники селена (душица).
- 5. Профилактические противоопухолевые пищевые добавки из растений.
- 6. Не проводить онкопрофилактику сильнодействующими (ядовитыми) растениями!

V. Полноценный сон

От 7 до 11 часов — в зависимости от индивидуальных особенностей организма.

Критерии: легкое пробуждение и состояние хорошего отдыха после сна.

VI. Борьба со стрессами

- 1. Аутогенная тренировка.
- 2. Вечерняя гимнастика.

VII. Закаливающие процедуры

Обливание холодной водой раз в сутки.

VIII. Специфическая профилактика для групп риска

IX. Десять заповедей против рака

Указанный образ жизни не гарантирует полную защиту от возникновения онкозаболеваний, но резко уменьшает риск их появления. Это профилактика через укрепление организма. Результаты улучшения здоровья будут очевидны и окупят тот немалый труд, который придется затратить.

Не обманитесь на столь простых пунктах и внимательно прочтите пояснения к ним.

І. ОТКАЗ ОТ КУРЕНИЯ

Здесь просто: курильщиков достаточно сводить в пульмонологическое отделение онкоцентра. Воочию увидев рак легких (на Алтае — первое место по частоте среди раковых заболеваний), половина «экскурсантов» тут же бросит курить и уж во всяком случае все перестанут окуривать в квартире своих собственных детей.

II. ДИЕТА

Несмотря на огромное уважение к лекарственным травам, считаю, что диете в профилактике нужно придавать гораздо большее значение. Несоизмерима сила воздействия небольшого количества трав и объема проходящей через организм пищи. Впрочем, растения и диета неразрывно связаны.

1. Количество пищи

Потребности в пище неопределенны и индивидуальны. Таблицы калорийности продуктов следует читать только для ориентировки. Единственным простым и надежным критерием разумного питания является масса тела.

Вполне подходит формула «Рост — 100 ± 5 кг». Чем меньше (\pm), тем лучше. То есть при росте 170 см оптимальная масса 170 — 100 = 70 кг. У высоких людей со слабой мускулатурой — «Рост — 105». Никаких поправок на пожилой возраст.

Вот и первая трудность. Достигать оптимального веса чаще всего приходится путем самоограничений, что требует значительного напряжения силы воли. Количество приемов пищи рекомендуют разное.

Мне ближе нестандартная, но вполне естественная точка зрения известного американского врача Шелтона: принимать пищу только при появлении голода. А это случается не чаще, чем один-два раза в сутки. При этом необходимо различать чувство голода и аппетит.

Аппетит — когда думаешь о каком-то определенном блюде. Голод — когда хочешь съесть любую пищу, пришедшую на ум. Именно в это время органы пищеварения оптимально готовы к работе, а строгая регулярность — питание по часам — природой не предусмотрена.

Больным с хроническими заболеваниями желудочнокишечного тракта все же больше подходит трех-, четырехразовое регулярное питание. Выходить из-за стола лучше с чувством небольшого недоедания, так как насыщение отстает от скорости поглощения пищи.

Следует помнить, что максимально сказывается на повышении массы тела ужин.

2. Качество пищи

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Качество от костра, сложенного из сухих березовых или подгнивших осиновых дров, различно, так же различно наше здоровье в зависимости от качества принимаемой пищи.

По анатомическому строению пищеварительной системы человек, извините за сравнение, травоядное животное, а не хищник. Следовательно, растительная пища для нас физиологичнее мясной.

Еще в начале века бельгийские ученые провели математический анализ кривой утомления при различном питании. Растительная пища давала в 25 раз меньшую интоксикацию азотными шлаками, чем смешанная. Поэтому выносливость вегетарианцев при мышечной работе была много больше, чем у людей, употреблявших мясо.

Преимущества вегетарианства для здоровья налицо, но убедить всех людей отказаться от мяса в силу известных причин невозможно. Как отмечает Н. П. Ковалева в книге «Лечение растениями», вегетарианцы болеют меньше, но долгожителей среди них немного. Видимо, всякая пища необходима для организма. Однако сместить акцент с животной пищи на растительную — возможно.

Я считаю идеальными в данном случае принципы известного американского диетолога Поля Брэгга:

- Половина пищи (50%) должна быть сырой, растительной. Это овощи, фрукты, травы, доступные для каждой конкретной местности.
 - Мясо один раз в день, не вечером.

Такое соотношение пищи оптимально для организма человека. Поступает достаточное количество витаминов и биологически активных веществ. Растительная клетчатка способствует активному выведению вредных веществ, яв-

ляясь лучшей профилактикой онкозаболеваний пищеварительного тракта, в первую очередь — толстого кишечника.

Поль Брэгт жизнью доказал эффективность своих рекомендаций (+ 24-часовое голодание, см. ниже). Мечтал дожить до 120 лет, но погиб в возрасте девяноста пяти лет от несчастного случая во время активной морской прогулки — катался по волнам на доске. При вскрытии сосуды (основной показатель возрастных изменений) соответствовали сосудам тридцатилетнего мужчины. Правда, к себе он был более строг. Дополнительно один раз в четыре месяца проводил 1—2-недельное голодание, мясо употреблял один раз в неделю. Однако считал подобные ограничения необязательными для своих последователей, так как для этого нужны еще и определенное состояние здоровья и не среднестатистическая сила воли.

Опасения последних лет, связанные с нитратами в растениях, несколько преувеличены. Конечно, нужно стремиться, насколько возможно, на этой загрязненной планете к экологически чистым продуктам. Во всяком случае, мало кто знает, что нитратов в мясе гораздо больше, чем в овощах и фруктах, т. к. они имеют свойство накапливаться в тканях при поедании трав животными.

Много вопросов вызывает у людей раздельное питание.

Белки мешают перевариваться углеводам и наоборот. Хлеб с мясом — крайне неудачное сочетание продуктов и т. д. Безупречными опытами показано, что при разумном количестве в пищеварительном тракте очень быстро происходит перераспределение пищи. Не нужно недооценивать организм, важно не переедать.

Наука постоянно развивается и накапливает неприятные факты. Так, хронические отравления могут вызвать гайтрогены кочанной и цветной капусты; пигмент ликопен, содержащийся в помидорах, повреждает печень; белок яиц вызывает истощение запасов биотина; фитиновая кислота в овсянке — депривацию кальция (даже не знаю, что такое депривация) и т. д. Уверен, что факты будут накапливаться и дальше, практически по любому продукту. Вот почему так важна умеренность в еде. Все эти токсические последствия появляются при избыточном употреблении пищи и отдельных продуктов.

Я сознательно не описываю всевозможные «чистки» организма и отдельных органов. Во-первых, потому что литературы с «чистками» достаточно, во-вторых, при описанном образе жизни организм, будучи прекрасной самовосстанавливающейся системой, очищается сам, во всяком случае, при отсутствии грубой патологии отдельных органов.

С точки зрения канцерогенности вареная пища безопаснее жареной. Вторичное использование жиров в процессе изготовления пищи категорически запрещено — это готовые канцерогены для желудочно-кишечного тракта.

Содрогание должны вызывать привокзальные чебуреки, изготавливаемые в течение суток на одной и той же периодически добавляемой жировой основе.

Афлотоксин, содержащийся в плесени, очень канцерогенен. Заплесневевшие продукты нельзя употреблять в пищу. Прямых доказательств пока нет. Клинические опыты по изучению действия афлотоксина не проводились. Но рацион, содержащий даже следы афлотоксина, вызывает рак печени у цыплят, голубей, кроликов, свиней, обезьян и некоторых других животных. Особенно много афлотоксина содержат пораженные плесенью земляные орехи — арахис. Зараженные орехи ссыхаются, теряют окраску. Их легко распознать, они явно «гнилые», с резко измененным вкусом.

Ученые-онкологи считают, что один процент онкозаболеваний возникает от употребления хлорированной воды. Хлор накапливается в тканях, оказывая канцерогенное действие. Профилактика проста: кипячение или 12-часовое отстаивание налитой из-под крана хлорированной воды.

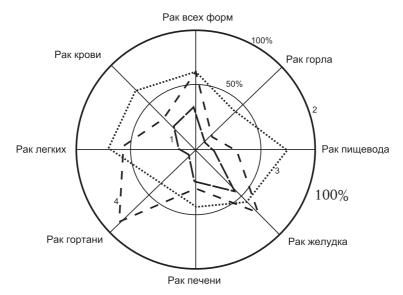
Так написал я в первом издании. После выхода книги мне позвонила Елена Гематовна Воронкова — заведующая судебно-химическим отделением Алтайского краевого бюро судебной медицины. Она рассказала о ранее неизвестных мне научных данных.

Воду, прежде чем кипятить, необходимо отстоять не менее суток, т. к. при быстром нагревании от взаимодействия хлора и фенола образуются диоксины — очень ядовитые соединения, подобные образующимся при сгорании ракетного топлива (фенолы часто присутствуют в воде и не поддаются очистке при ее заборе).

Таким образом, правильный путь — кипячение отстоянной воды.

ЖЕЛТО-ЗЕЛЕНЫЕ РАСТЕНИЯ

В последние годы во многих странах мира особое внимание уделяют потреблению группы растений, объединяемых условным названием «желто-зеленые». В Государственном противораковом центре Японии профессор Такэси Хираяма изучал зависимость между образом жизни, потреблением желто-зеленых овощей и распространением онкозаболеваний. Результаты японской статистики впечатляют:



Влияние желто-зеленой группы овощей на уязвимость организма раковыми заболеваниями, по данным доктора Хираяма, Япония:

- 1 наилучтий образ жизни: курение, употребление спиртных напитков и мяса животного происхождения носит случайный характер, а овощи желто-зеленой группы используются в пищу ежедневно;
- 2—наихудший образ жизи: систематическое курение и употребление спиртных напитков, использование в пищу мяса животного происхождения ежедневное, а овощей желто-зеленой группы от случая к случаю;
- 3 наихудший образ жизни, но ежедневное употребление овощей желто-зеленой группы;
 - **4 наилучший образ жизни,** но ежедневное курение.

Даже при наихудшем образе жизни (систематическое курение, употребление алкоголя, несбалансированность питания и т. д.) включение в ежедневное меню желто-зеленых растений вдвое снижает риск возникновения рака.

Критерии для включения растений в желто-зеленую группу — содержание бета-каротина не менее $0.6~\rm Mr/\%$ на $100~\rm r$ сырого вещества.

Для профилактики онкозаболеваний необходимо ежедневно съедать не менее 100 г упомянутых растений. Перечислю список. Прежде всего, растения, имеющие желтозеленую окраску, которым именно каротиноиды придают цвет. Это морковь, тыква, облепиха, цитрусовые. Также травы, в которых зеленый хлорофилл перекрывает цвет каротиноидов: петрушка, укроп, лук (перо).

При условии съедания 150 г в сутки к данной группе можно отнести помидоры и сладкий перец (концентрация каротина в них не «дотягивает» до 0.6 мг/%).

Каротиноиды устойчивы при хранении, но разрушаются при нагревании выше $60^{\circ}\mathrm{C}$.

Пищевое облепиховое масло (50 мг/% каротиноидов) содержит в чайной ложке суточную профилактическую дозу бета-каротина.

ОТРУБИ

Чем сильнее очищают муку, добиваясь высшего сорта, тем больше обесценивается она в оздоровительном плане. Ценнейшие составные части зерна — клетчатка и витамины группы В — уходят в отходы (отруби).

Отлаженная работа кишечника — важный момент профилактики рака. Знаю немало людей, устранивших проблему запоров ежедневным приемом отрубей. Одна-три столовых ложки (индивидуально) заливаются стаканом кипятка, съедаются или выпиваются, в зависимости от концентрации, в течение дня. Вкус — нейтральный. Если заливать кипяченым молоком вместо воды — напоминает кашу.

Самый простой путь ежедневного употребления отрубей— использование отрубного хлеба, хотя, на мой взгляд, добавляют их в него мало.

Три года назад на Северном Кавказе знакомый биолог угощал лепешками из отрубей, которые придумал сам. От-

руби смешивал с мукой в соотношении 1:1 (без муки лепешки рассыпаются), добавлял немного воды, соли; раскатывал тонким слоем и в течение 3—5 минут поджаривал на растительном масле. Общее время приготовления не более 10 минут. Я, поедая вкусную лепешку, похвалил за находчивость. Биолог смущенно признался, что пришлось придумать рецепт из-за временных материальных трудностей. По-видимому, это как раз тот случай, когда «нет худа без добра».

Прием отрубей — профилактика не менее грозного спутника пожилых людей — атеросклероза. При крупных элеваторах всегда имеются магазины, где пшеничные отруби можно приобрести по сверхдоступным ценам.

ЛУК И ЧЕСНОК

Многие исследователи в разных странах отмечают снижение онкозаболеваемости при частом употреблении лука и чеснока. Так, в монографии К. Штерка и Р. Вилхейма (1943 г.), посвященной биохимии злокачественных опухолей, приводятся статистически достоверные данные о том, что в странах, где употребляют в пищу много чеснока, рак встречается значительно реже.

Один миллионер, получив от онкологов смертельный приговор, продал предприятие и отправился путешествовать. В горах подходы к небольшой избушке завалило снежной лавиной. Помощь пришла, насколько я помню, месяца через два. Во всяком случае, не раньше. Питался попавший в беду человек только луком и чесноком, мешок с которыми оказался в избушке. Опухоль исчезла бесследно. Трудно сказать, что повлияло: лук, голод, стресс? Во всяком случае, такой достоверный факт в истории имеется.

3. Периодические недлительные голодания

При переваривании мясных продуктов, переедании в кровь всасывается большое количество недоокисленных, ненужных организму веществ — шлаков. В нашу жизнь прочно вошла иридодиагностика — диагностика по радужной оболочке глаза. Так вот, иридодиагносты отмечают зашлакованность радужной оболочки у 90% населения, то есть у девяти из десяти читающих эти строки. А это означает зашлакованность позвоночника — предрасположенность к остеохондрозу, зашлакованность стенок сосудов — предрасположенность к

атеросклерозу; зашлакованность кожи — к преждевременным морщинам и т. д. Наконец, зашлакованность организма — это общее его ослабление, фактор риска для возникновения рака.

Выведению из организма шлаков способствуют антиоксиданты. Простые и доступные антиоксиданты — растительные масла. Поэтому 1—2 столовые ложки растительных масел должны присутствовать в рационе ежедневно.

Максимальный эффект в выведении шлаков дает голодание.

Наиболее доступно и безобидно 24-часовое голодание еженедельно. В течение суток человек принимает только воду. После окончания голодания первой пищей должен быть салат из свежих овощей на основе моркови, капусты. За салатом должно следовать блюдо из вареных овощей. Только второй прием пищи может быть мясным или любым другим.

Подробности о лечебном голодании можно найти в замечательной книге американского диетолога Поля С. Брэгга «Чудо голодания» (М., «Молодая гвардия», 1990 г. и другие издания этой книги).

Наши отечественные ученые считают, что перед голоданием необходимо очищение желудочно-кишечного тракта: слабительное вечером перед голоданием, очистительная клизма утром в день голодания. Это предупреждает вторичное всасывание отработанных веществ в кишечнике при голодании.

III. ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ

Движение — жизнь!

Короче и точнее не скажешь. Физические упражнения регулируют и укрепляют не только мышечную систему. Они оптимизируют работу внутренних органов, эндокринной и даже нервной систем. Чем больше мышц вовлекается, тем оптимальнее и правильнее работа организма. Поэтому даже тяжелый, но однообразный физический труд не заменяет работу с другими группами мышц.

Талантливый врач и ученый Н. М. Амосов вот уже более трех лет проводит над собой уникальный эксперимент.

В прямом смысле сражается со старостью с помощью физических упражнений. На сегодняшний день, имея за плечами возраст более 80 лет, он ежедневно совершает пробежки по 5—6 км, делает в день 4500 гимнастических упражнений, из них — 3500 с гантелями весом 5 кг. Судя по состоянию здоровья Николая Михайловича, старость практически отступила. Но Амосов предупреждает и об осторожности в применении больших физических нагрузок пожилыми людьми.

Одно дело слышать и знать о пользе физкультуры. Другое дело — видеть результаты своими глазами. В разное время поступили в отделение онкоцентра, где я работал, две глубоко пожилые пациентки. Первый вопрос, который они задали, был одинаков: «Сергей Валерьевич, я всю жизнь занималась зарядкой, могу ли это делать теперь?»

Физкультура не предохранила их от онкологического заболевания, что лишний раз говорит о необходимости комплексной профилактики. Но видели бы вы, уважаемые читатели, как резко отличаются они от своих сверстниц: по меньшей мере выглядят на 20 лет моложе. Это ли не мечта любой женшины?

К слову сказать, не забывайте о ежедневном самомассаже. При этом резко улучшается питание кожи и подкожных слоев. Благодарное тело не замедлит с результатами.

Не забывайте о массаже близким вам людям. Сегодня же сделайте его, пусть непрофессионально, но с душой. Благодарность превзойдет ожидаемую вами.

IV. ПОМОЩЬ ТРАВ

1. Растения-адаптогены

Более 20 лет занимаясь фитотерапией, не устаю удивляться и восхищаться этими растениями. Какое бы воздействие ни получал человек, будь то вредные выбросы атмосферы или подтачивающая силы болезнь, адаптогены, мягко изменяя иммунологические показатели, заставляют организм интенсивнее бороться и помогают побеждать. Одна чайная ложка экстракта элеутерококка, принятая в первый день острого респираторного заболевания, не менее

чем в 60% случаев прекращает заболевание, а в остальных — заметно смягчает его течение. А ведь ОРЗ имеет вирусную природу, ученые всех стран до сих пор ломают головы, как эффективно бороться с вирусами.

В профилактике онкологических заболеваний с помощью трав на первое место, не сомневаясь, поставлю группу адаптогенов. Это легендарный женьшень, элеутерококк, золотой корень (родиола розовая), маралий корень (левзея сафлоровидная), аралия, китайский лимонник и т. д. Многие врачи традиционно до настоящего времени считают адаптогены не показанными в онкологии. Обоснование простое: стимулируется организм, должен стимулироваться и рост опухоли. Что же оказалось при проверке? Лаборатория онкофармакологии Томского НИИ фармакологии на протяжении ряда лет изучает влияние растений-адаптогенов на опухолевый процесс. Результаты превзошли ожидания. Адаптогены не стимулируют рост опухоли, а задерживают его, укрепляя организм.

Более того, при удалении опухолей на фоне адаптогенных трав (прием до и после операции) возрастает процент полной излеченности. В главе по лечению я расскажу подробнее о поразительных результатах исследований томской лаборатории. Снято очевидное противоречие. Врачи давно рекомендовали эти травы для профилактики опухолей, но запрещали при их возникновении. Между тем существует скрытый период развития рака с известной вероятностью, возможный у каждого. Естественно, вопрос принимать или не принимать адаптогены для профилактики рака люди решали по-разному, часто не в пользу трав. Деликатничали и медики, рассматривая ситуацию как «палку с двумя концами». В свете современных представлений не использовать адаптогены для профилактики рака — считаю большой ошибкой. Их основные побочные действия:

- 1. Повышение артериального давления у гипертоников.
- 2. Повышение массы тела у людей, склонных к полноте (при длительном применении).
 - 3. Нарушения сна при приеме вечером.
- 4. Раннее половое созревание у детей (при длительном применении).
 - 5. Повышение полового влечения.

Как избегать побочных действий? К счастью, просто. Малые дозы адаптогенов влияют на иммунитет, почти не уступая большим: так, 5—10 капель спиртовой настойки этих трав по силе почти равны действию чайной ложки (200 капель). Побочные действия в таких дозах не проявляются. На дозы более чайной ложки иммунная система начинает реагировать слабее.

Факты удивительные, но доказанные наукой. Поэтому применять адаптогены с профилактической противоопухолевой целью достаточно в дозе 5—10 капель 1—2 раза в день (в первую половину дня). Продолжительность курсов 1,5—2 месяца. Курсы целесообразно проводить два раза в год — весной и осенью (периоды максимальной уязвимости организма).

Кроме растительных, применяют адаптогены животного происхождения (препараты из пантов марала), минерального происхождения (мумие). У пантокрина — вытяжки из пантов — те же дозы и курсы. Мумие применяют по 0,2 г (величина рисового зерна) — два раза в день. Разводят небольшим количеством любой жидкости, не содержащей спирт. Спирт с мумие оказывают на организм неблагоприятное действие. Курсы с мумие обычно не длительнее месяца.

2. Травяные "чаи"

Человеческий организм — сложная саморегулирующаяся система. Для ее работы требуется поступление большого количества биологически активных веществ, известных и неизвестных науке. Несколько сотен различных веществ содержат растения. При этом химический «портрет» каждого растения неповторим. Разобраться во влиянии на человека этой широчайшей гаммы веществ наука пока не в состоянии. Единственная лаборатория, которой это под силу, — наш организм. Весь комплекс химических соединений в растительных клетках удивительно сбалансирован для человека. В нормальных условиях организм постоянно выхватывает из пищи необходимые ему вещества, а вредные и ненужные с легкостью отбрасывает. При нашем искусственно разработанном питании человек получает одни вещества в избытке, других не видит совсем. Саморегулирующаяся система не-

дополучает нужные компоненты, происходит сбой в работе отдельных органов, вплоть до возникновения опухолей.

Как обеспечить бесперебойную работу системы? Дать разнообразие веществ и довериться организму. Всем известны плоды шиповника, боярышника, лист смородины, малины, березы, ромашка, душица, зверобой, спорыш, крапива, подорожник, мята, чабрец, тысячелистник, одуванчик, мелисса, солодка, календула, медуница, иван-чай. Эти растения вполне совместимы и пригодны для травяных «чаев», консультации врача не требуется. Противопоказаний нет.

Можно услышать возражения: зверобой повышает давление, крапива — свертываемость крови, спорыш способствует запорам и т. д. Чем больше будет количество трав, тем меньше нежелательные действия какого-либо отдельного растения. Если введете в рацион в равных соотношениях пять неядовитых трав — вы на пути к здоровью, отпадает необходимость в дорогостоящих пищевых добавках. Если десять — встретили хорошего врача; двадцать — познакомились с гениальным хранителем здоровья. Одна-две столовые ложки сбора на один-два стакана кипятка — суточная доза. Периодически меняйте состав и соотношение трав. На каждый месяц приема целесообразен недельный перерыв.

Чем быстрее каждый конкретный человек приобщится к травам, тем более долгую и плодотворную жизнь он проживет. Так что (надеюсь, у читателя есть чувство юмора) вернее Станислава Лема не скажешь: «Людям, как и козам, нужна трава, только козы понимают это лучше».

Травяные «чаи» — важный компонент онкопрофилактики и оздоровления. Не нужно путать их со сборами направленного действия, в составлении которых необходима помощь врача-фитотерапевта.

3. Съедобные дикорастущие растения

Съедобным дикорастущим растениям придаю особое значение как мощному источнику восстановления здоровья и доступному эффективному заменителю дорогостоящих продуктов, что важно в наше непростое время. Даже прочтя то немногое, что здесь будет написано, читатель сможет, прожив лето в лесу, не только не умереть с голода, но

и оздоровить при этом организм. Можно прожить «по-робинзоновски» на природе и год. Правда, чтобы научить этому, потребуется отдельная книга, которую по возможности напишу.

Во избежание нелепых, даже трагических ошибок, познавать новые растения нужно советуясь со специалистами.

Думаю, большинство людей недооценивает значение и возможности дикорастущих трав. Я рассказывал в первом издании, что мы можем организовать для населения курсы по практической и медицинской ботанике. Больных к нам обращается после издания книги много, но и до этого их было не меньше. О профилактике и резервах здоровья люди задумываются мало. Были лишь единичные звонки. Пренебрегать помощью специалистов, которые выведут в поле, покажут полезные растения, расскажут о них, откроют неведомые доселе резервы — разумно ли это?

Тем не менее, людям легче, сидя у экрана телевизора, пользоваться тяжелой и безответственной рекламой, покупать дорогостоящие и красиво упакованные суррогаты природы.

При упоминании о салатах из дикорастущих трав у 90% читателей в памяти возникнет салат из листьев одуванчика и на лице появится скептическая гримаса. Я не понимаю, почему в литературе постоянно переписывается рецепт этого горького салата. Сколько перед приготовлением ни вымачивай листья в соленой воде — горечь остается. Считаю рассказы о салате из листьев одуванчика антирекламой.

Не обладают горечью молодые листья крапивы, лапчатки гусиной, иван-чая, просвирника низкого (в народе «калачиков»), манжетки, медуницы, пастушьей сумки, первоцвета, спорыша, амаранта. Все перечисленные растения можно без опаски добавлять в обычные салаты. Обладая нейтральным вкусом, они не влияют на кулинарные свойства, но резко повышают ценность салатов.

А листья «дикого» тмина, ярутки, сныти не уступят культурным пряностям. Ярутка к тому же — общепризнанное стимулирующее средство для мужчин.

 Δ остоинства дикорастущих трав — поливитаминность, свежесть и доступность.

Зеленый пигмент хлорофилл по формуле удивительно напоминает гемоглобин крови и оказывает мощное оздо-

равливающее действие. Чемпион среди растений по содержанию хлорофилла — крапива (до 8%).

Если в летнее время, особенно садоводам, аргументы покажутся недостаточными, то ранней весной не воспользоваться дарами природы — преступление против собственного здоровья.

Биолог нашего фитоцентра, а ныне директор ООО «Лекра-СЭТ» В. И. Кошелев пять лет назад ранней весной принес «охапку» медуницы и крапивы, собранную им на лесной проталине. Мы осознавали, что это первая зелень наступившего года, но наблюдали за его действиями без энтузиазма. Василий Иванович измельчил смесь, добавил растительное масло, 3—4 вареных яйца, соль по вкусу. Огромную тарелку салата шесть человек с аппетитом съели за 10 минут. С тех пор это мое любимое ранневесеннее блюдо.

У медуницы используется вся надземная часть, у **крапивы** — **листья**, которые для профилактики ожога рекомендуют **облить кипятком**. Я убедился, что, если срывать только листовые пластинки и мелко измельчать, горячая обработка не требуется.

Больные с хроническими тромбофлебитами опасаются повышения свертываемости крови и обострения заболевания от крапивы. Опыт фитотерапии показывает, что крапива, наоборот, оказывает лечебное действие при тромбофлебите за счет выраженного противовоспалительного действия.

Аичный врач Екатерины II профессор Нестор Амбодик в 1784 г. писал: «Северные народы, особливо исландцы и лапландцы, с великой жадностью едят сырые и невареные младые отпрыски дягиля* прежде, нежели цветы на них проникать станут; а внутрь употребляя однолетний дягилев корень, лапландцы себе обещают долговременную жизнь. Свежие и зеленые листы младой лебеды в весеннее время иногда употребляются вместо салата. Крестьяне во время неурожая хлеба заменяют недостаток оного созрелыми семенами лебеды. Они из сих семян мелют муку, мешают оную с ржаной мукой и пекут хлебы, вкусу не противные и здравию не вредные. Что в случае голода действительно семена лебеды могут быть безвредно употребляемы в пищу,

^{*} Дягиль — Archangelica officinalis — растение семейства сельдерейных (зонтичных), обычное в России.

то опытом доказывают целые уезды, избавившиеся сими семенами от следствий голода. Доказательством может служить и общенародная российская пословица: то еще не беда, когда есть лебеда».

В 1942 году Л. П. Сергиевской в Томском университете была написана статья «Дикорастущие съедобные травы». Лидия Палладьевна прожила долгую и необычную жизнь. Строгая вегетарианка посвятила жизнь изучению растений. Даже в выходные и праздники, принося в жертву личное, также отдавала работе. Продолжая труды своего учителя, томского профессора Порфирия Никитича Крылова, не менее фанатичного и талантливого, довела до издания 12 томов непревзойденного по точности описания определителя растений Западной Сибири (первый том вышел в 1927 г., последний — в 1964 г.). Последние годы жизни говорила: «Похороните меня в ногах учителя». Лидию Палладьевну похоронили на территории университета не в ногах, а рядом с учителем. Это были люди-легенды.

Приехав в 1997 г. в библиотеку университета познакомиться с работами Крылова и Сергиевской по народной медицине, я захотел сходить на могилы выдающихся ботаников. Ни один из встреченных студентов не мог указать мне место их захоронения. Отыскал сам, сетуя на неумолимое время и короткую память ныне живущих. Я отвлекся. Лидия Палладьевна чем могла помогала народу в тяжелое для него время, открывая тайны дикорастущих трав, спасая людей от голодной смерти. Кроме салатов, описывала она, как из дикорастущих растений можно приготовить щи, борщи, каши, пюре, соусы, хлеб и лепешки. К примеру, при приготовлении пюре или соуса сваренное растение следует протереть через решето или перед варкой очень мелко искрошить. Вода, в которой варится растение, не сливается, а уваривается до нужной густоты. После протирки вся масса заправляется мукой, маслом, сметаной и т. п.

Целый ряд растений Сергиевская считала возможным использовать как заменитель хлеба: пырей, рогоз, тростник, стрелолист, сусак, кипрей (иван-чай) и некоторые другие. Высушенные корни и корневища перечисленных трав измельчают и используют как дополнительный наполнитель к муке. Такая мука по питательным и вкусовым качествам не уступает злаковой, но не имеет клейковины, поэтому без

добавления пшеничной или ржаной муки хлеб просто рассыпается.

Лидия Палладьевна писала: «Употребление этого продовольствия очень незначительно вследствие недостаточного знакомства населения с дикими растениями, употребляемыми в пищу». Ситуация не изменилась и по сей день.

Все перечисленные дикорастущие съедобные растения не входят в Красную книгу, в достаточном количестве произрастают на всей территории России.

Еще раз предупреждаю, что при использовании незнакомых трав необходима консультация специалиста по растениям.

4. Амарант — хлеб будущего?

Оптимально сбалансированные продукты — тоже укрепление организма и профилактика рака. Приведу пример неисчерпаемых резервов дикорастущих растений.

Ученые всех стран бьются над улучшением качества белка хлебных злаков, и никак это не получается. Удается увеличить количество белка в зернах, но соотношение аминокислот в них так и оставляет желать лучшего. О чем речь?

Существуют так называемые незаменимые аминокислоты, не синтезируемые человеческим организмом. Продукты с повышенным содержанием незаменимых аминокислот — мечта человечества.

Красивое название «амарант» знакомо не всем. Куда понятнее синонимы — щирица, подсвекольник. Кто еще не понял, пусть вспомнит самый частый картофельный сорняк, высокий и стройный, обгоняющий картофельные кусты в росте. При нерадивом отношении к картофельному участку он, иссушая почву, снижает урожаи. Припоминаете, но сомневаетесь — спросите у ботаников.

Так вот древние инки и ацтеки тысячелетиями использовали для получения лепешек семена амаранта. Древние по-своему мудры. Ученые изучили семена амаранта. Результаты ошеломили. Мало того, что рекордное количество белка — 16—18% (у пшеницы в среднем — 12%). Главное — содержание важнейшей незаменимой аминокислоты лизина в 3—3,5 раза выше, чем в пшенице. По мнению американских специалистов, амарант более ценный диетический продукт, чем пшеница, кукуруза, рис или соя.

Терпеливые энтузиасты, вручную собрав урожай на пустыре и измельчив на кофемолке, смогут убедиться, что по вкусовым качествам мука щирицы не уступает пшеничной. Вдиетических магазинах США продаются продукты с добавкой из амаранта добрых трех десятков наименований — печенье, паста, замороженные хлебцы и т. д.

На заре перестройки новорожденные предприниматели, услышав об амаранте, закупили семена культурного американского вида и... просчитались. Семена щирицы малы, их переработка требует новых технических решений, что не так просто. Закончу оптимистичными словами пропагандиста «старой—новой» культуры американца Ломана: «Вопрос состоит не в том, станет ли амарант главной зерновой культурой, а в том, когда он ею станет».

5. Растения — источники селена

В научных кругах много говорят сегодня о роли микроэлемента селена в профилактике онкозаболеваний. Стали появляться дорогостоящие препараты.

Открою маленький секрет: **чемпион** среди растений по селену — **обыкновенная душица**. Она содержит 50 мкг/г **селена**. Для сравнения: в мяте — 3 мкг/г, тысячелистнике — 6 мкг/г, зверобое — 5 мкг/г, подорожнике — 0,7 мкг/г.

Суточная потребность в селене удовлетворяется одной чайной ложкой душицы, добавляемой в любой сбор. Противопоказаний она не имеет. Боятся принимать душицу некоторые мужчины, считая, что она снижает половое влечение и потенцию. Роль в этом душицы преувеличена, и чайная ложка в сутки никак не повлияет на жизненный тонус мужчины.

6. Реабилитационные фитосборы «Алфиты»

С 1991 г. по 1996 г. на Алтае выпускались разработанные в краевом фитоцентре водно-спиртовые эликсиры «Алфит-1» и «Алфит-2», созданные на основе лучших алтайских трав. Основная цель создания — массовая профилактика здоровых людей, учитывая онко- и экологическую обстановку. Эликсиры хорошо зарекомендовали себя, но выпуск был прекращен из-за нестабильной, постоянно усложняющейся ситуации со спиртом. В дальнейшем при участии и помощи

Московского онкологического научно-исследовательского института им. А. П. Герцена, Научно-практического объединения «Алтайский онкологический центр» разработаны сухие брикетированные аналоги: реабилитационные фитосборы «Алфит-1», «Алфит-2» (иммуномодулирующие).

Основные показания:

- Один из элементов в системе профилактических противораковых мер.
- Дополнительный общеукрепляющий компонент в лечении онкологических больных практически на всех его этапах.

В состав сборов входят натуральные растения: золотой корень, пион, чага, солодка и крапива в оптимальном соотношении. Как фитотерапевт, много лет проработавший с растениями, не сомневаюсь, что одно-двухмесячные курсы приема «Алфитов» хотя бы два раза в год (весной, осенью) принесут немалую пользу каждому. Разве не нужно нам мягкое иммуностимулирующее, общеукрепляющее и антистрессовое действие? Учитывая сложную экологическую и экономическую обстановку, вопрос кажется смешным и глупым. Трудность в другом. Вокруг множество препаратов, берущихся исправить организм и вмиг оздоровить его. За дело взялись беспредельные рекламные агентства. Распознать шарлатанов практически невозможно. Называют это рыночными отношениями. Через несколько лет над большинством препаратов будут грустно смеяться, если совсем не забудут. «Алфиты» созданы специалистами-онкологами и фитотерапевтами. Работая над созданием сборов, мы учитывали многолетний опыт применения входящих в состав трав. В 1998 году в Томском НИИ фармакологии (лаборатории онкофармакологии) проведены углубленные исследования «Алфитов» на мышах. Не сомневался в положительной оценке сборов, но результаты превзошли мои ожидания. Вот некоторые показатели экспериментов. Мышам с аденокарциномой Эрлиха* давали заведомо высокие, токсичные дозы химиопрепаратов. Рост опухоли тормозился, она уменьшалась в размерах, но к концу эксперимента от токсичного влияния химиопрепарата погибало 70% мышей.

^{*} Одна из разновидностей раковых опухолей, удобная для экспериментов.

Если в схему лечения дополнительно включали «Алфиты иммуномодулирующие», гибель животных отмечалась лишь в 10-20% случаев.

Наблюдалось ярко выраженное защищающее действие травяных сборов.

Сами по себе сборы при изолированном применении также оказывали угнетающее действие на рост опухоли, хотя и меньшее, чем при использовании химиопрепаратов. «Алфиты» значительно улучшали показатели крови при совместном применении с химиопрепаратами (которые, как известно, угнетали кровь). Причем улучшались показатели всех элементов крови: лейкоцитов, тромбоцитов, эритроцитов и гемоглобина. Несмотря на то, что травы известны и официально признаны, проводились клинические испытания на базе НПО «Алтайский онкологический центр». Многочисленные положительные отзывы пациентов и лечащих врачей подтверждают эффективность сборов.

Форма выпуска — мелкоизмельченные брикетированные травы — имеет ряд преимуществ:

- Точная дозировка.
- **Быстрота приготовления.** «Водяной бани» не требуется. **Необходимое количество брикетов заливается стаканом кипятка**, перемешивается. По мере остывания настой готов к употреблению.
- Мелкоизмельченный осадок, принимаемый внутрь, оказывает дополнительное положительное воздействие, хотя, если при этом в желудочно-кишечном тракте возникает дискомфорт, настои лучше процеживать.

Механизм действия сборов через иммунитет и нормализацию обмена веществ значительно расширяет показания «Алфитов иммуномодулирующих». Их целесообразно применять как реабилитационный (восстановительный) компонент после перенесенных операций, болезней, тяжелых стрессов.

Хороший эффект наблюдается при мастопатиях, торможении роста миомы, хронических воспалительных гинекологических заболеваниях, при простатитах у мужчин.

Честно сказать, я не знаю таких заболеваний, при которых «Алфиты иммуномодулирующие» нецелесообразны.

Учувствительных гипертоников нельзя исключить повышение давления на «Алфит иммуномодулирующий — утренний», т.к. в его состав входит золотой корень, тогда дозу рекомендуется уменьшить до 0,5 таблетки.

При клинических испытаниях за счет сбалансированности сбора повышения артериального давления не отмечалось.

Оптимальное действие проявляется при сочетанном применении «Алфита утреннего» и «Алфита вечернего».

К моменту выхода книги освоен серийный выпуск «Алфитов» направленного действия — легочный, печеночный, почечный и т. д., что еще больше расширит сферу их применения.

Не уступая по действию зарубежным и отечественным препаратам с подобным действием, «Алфиты» отличаются доступной ценой, причем в любой точке России. Цену мы берем под свой контроль. О реальной цене на «Алфиты» и возможности приобретения всегда можно справиться по телефонам:

8-960-966-9549; 8(3852)619549

V—VI. СОН И БОРЬБА СО СТРЕССАМИ

По сну все понятно. Аутогенная тренировка требует пояснения. Пусть не обижаются специалисты на вольную трактовку этого понятия.

И самые счастливые люди, и отчаянные неудачники имеют одновременно светлые (комфортные, приятные) стороны жизни и темные (неблагоприятные).

Умение жить светлыми моментами больше, чем темными, дано не каждому.

Оптимистический настрой улучшает качество жизни, взаимоотношения с окружающими, помогает преодолевать трудности. Стремление к нему можно и нужно развивать. Используются анализ, сравнение, самовнушение, т. е. элементы аутогенной тренировки.

Даже Н.М. Амосов в книге «Преодоление старости» признается в приходящих иногда депрессивных мыслях. Обычное в жизни явление. Научиться довольствоваться тем, что имеешь, находить в этом радость — один из элементов здорового образа жизни.

Под вечерней гимнастикой я понимаю несложный комплекс гимнастических упражнений за 1,5—2 часа до сна. Ученые доказали, что с помощью движений стрессовые изменения крови нейтрализуются в несколько раз быстрее, чем без них. Пытаясь просто снять стрессы покоем, телевизором, сном, мы удлиняем их вредное действие. Можно

заменить комплекс упражнений прогулкой по улице. Не зря слово «моцион» трактуется как прогулка для укрепления здоровья.

VII. ЗАКАЛИВАЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ

Закаливание укрепляет организм. Других мнений нет. Важно правильно его проводить.

Рецепт для ленивых: однократное обливание холодной водой любой температуры с последующим растиранием никогда не приводит к простуде, дает неповторимое чувство бодрости и здоровья.

При ежедневном обливании снижается частота простудных заболеваний; хороший эффект при остеохондрозе позвоночника.

VIII. СПЕЦИФИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА ДЛЯ ГРУПП РИСКА

Все заболевания в какой-то мере наследственны. Вернее, передается не сама болезнь, а слабость тех или иных органов и их восприимчивость к заболеванию. Если один из родителей страдает сахарным диабетом, дети должны вести образ жизни, щадящий для поджелудочной железы (нарушения ее работы — источник сахарного диабета) и т. д. Часто этого достаточно для профилактики заболевания.

То же относится и к онкологии. При раке у родителей дети автоматически попадают в группу риска по данному заболеванию. Прежде всего по пораженному органу. Так по городам России сейчас активно создаются маммологические центры. При возникновении у матери рака молочной железы дочери также попадают под диспансерное наблюдение этих центров.

Специфическая профилактика включает в себя: диспансерное наблюдение у врачей-онкологов или узких специалистов по органам риска, активную поддержку органов риска с помощью трав. В группе риска по раку же-

лудка — желудочный сбор, раку легких — легочный сбор и т. д. Курсы не реже двух раз в году.

Я сознательно не даю конкретные рецепты сборов. Считаю более эффективным индивидуальное назначение трав врачом-фитотерапевтом. При этом учитываются особенности человека и ассортимент доступных трав. Если с фитотерапевтом — проблема, целесообразен прием «Алфитов».

Ядовитые травы в профилактике не используются.

Медикаментозная поддержка органов риска нерациональна из-за побочных действий.

В специфической профилактике нуждаются также работники с вредными условиями труда.

Полноценное диспансерное наблюдение в кризисное для страны время осуществлять трудно, поэтому необходима определенная активность населения. Как в горькой поговорке: «Сам о себе не позаботишься — никто не позаботится». Она тем более справедлива для остальных вышеперечисленных пунктов, ибо образ жизни человек формирует сам.

Несколько советов по специфической профилактике женщинам

1. Рак шейки матки

Наиболее частая злокачественная опухоль женских половых органов.

Ученые заметили, что не болеют раком шейки матки монахини в монастырях, не жившие половой жизнью. Значит, причина в мужчинах? Сравнили христианок с мусульманками. У мусульманок рак шейки матки встречается гораздо реже. Оказалось, что канцерогенна смегма — секрет из желез крайней плоти полового члена мужчины.

Получается, что обрезание крайней плоти, обряд мусульман, оправдано с точки зрения профилактики рака шейки матки. Убедить любимого мужчину в необходимости обрезания не всегда просто.

В таком случае перед половой жизнью обязателен тщательный гигиенический уход с применением простых моющих средств.

Отказываться от мужчин ради профилактики рака шей-ки матки нецелесообразно.

Рак шейки матки встречается чаще у женщин, рано начавших половую жизнь, имевших много родов и абортов. Рак тела матки, напротив, у мало живших половой жизнью, нерожавших, не кормивших грудью. Здесь, как и во всей окружающей жизни, нужна «золотая середина».

Женщины, посещающие гинеколога один раз в 6 месяцев, от рака шейки матки не умирают. Почему? Заболевание прогрессирует сравнительно медленно. Мазок на онкоцитологию обязателен при профосмотре. Он отличается высокой информативностью: выявляет рак первой стадии в 95% случаев. В это время симптомов еще нет, даже гинеколог не всегда видит изменения на шейке. Излеченность такого рака в современном онкологическом центре — 100%.

2. Фиброзно-кистозная мастопатия

Фиброзно-кистозная мастопатия считается предраковым заболеванием. Не все женщины знают, что она бывает двух видов: диффузная и узловая.

Диффузная мастопатия имеет множественные, но умеренно выраженные изменения молочных долек. Доброкачественна по течению. Лечится без операций. Очень редко переходит в рак.

Тем не менее консультация онколога поможет выбрать оптимальную тактику.

Узловая — имеет одиночные, более плотные, по сравнению с окружающими тканями, узлы. Такая мастопатия часто переходит в рак, поэтому требует быстрой диагностической пункции с последующей операцией. Даже при благоприятной пункции пробное лечение без операции — не более 2—3 месяцев. При отсутствии эффекта не нужно терять время.

При диффузной мастопатии в составе комплексного лечения хороший эффект оказывают устранение стрессовых ситуаций, нормализация половой жизни, прием поливитаминов и «Алфитов».

3. Рак яичников

Ни одно современное ультразвуковое исследование не может пока четко отличить доброкачественную опухоль яичника от злокачественной.

Доброкачественные опухоли придатков часто переходят в рак. Методом выбора на сегодняшний день при раке яичников являются оперативное лечение и химиотерапия.

Прогрессирует это заболевание быстро. Дорого время. При обнаружении образования в придатках — обязательна консультация онколога. Наблюдение и пробное лечение без операции — не более одного-двух месяцев.

4. Миома матки

Записывая эти строки, вспоминаю большое количество широко раскрытых испуганных глаз пришедших на прием пациенток. Диагноз один — миома матки. Видимо, не всегда гинекологи успевают на приеме снять страхи по этому заболеванию. Миома — доброкачественная, медленно растущая, практически не переходящая в рак опухоль. Протекает чаще бессимптомно, обнаруживается случайно на профосмотрах. После климакса постепенно рассасывается сама собой. Встречается у каждой третьей-четвертой женщины после 40 лет. Может возникнуть раньше.

Первое, что надо сделать, узнав о миоме, — успокоиться. Затем спокойно, с помощью гинеколога и ультразвукового исследования, наблюдать за ее развитием. Первое время один раз в 3 месяца, затем один раз в 6 месяцев.

Возникают при миоме ситуации, требующие оперативного лечения, но они редки. Операции не опасны для жизни и дальнейшего здоровья.

Основные показания для операции: большие размеры (больше 12 недель беременности по объему); быстрый рост опухоли; обильные месячные (при росте миомы в полость матки). Что можно предпринять? Для замедления роста миомы принимаются овощные соки: картофельный, морковный, свекольный. Чередуются курсами в 10—14 дней по 0,5—1 стакану в день за 30 минут до еды, свежеприготовленные. Исключение — сок свеклы. Чтобы не вызвать неприятных ощущений в пищеварительном тракте, он должен постоять 3—4 часа.

Из трав для замедления роста миомы применяют йодсодержащие растения (ряска, зюзник, дурнишник), корни лопуха и бадана. Схемы подбираются индивидуально.

При обильных месячных часто позволяют избежать опе-

раций кровоостанавливающие травы: крапива, пастушья сумка, спорыш, тысячелистник и их сочетания. Наибольший эффект оказывают корни бадана или кровохлебки, но они не желательны при склонности к запорам.

Принимают кровоостанавливающие травы в дни менструаций в дозе одна столовая ложка травы или сбора на стакан кипятка в сутки. При необходимости можно удва-ивать дозу.

5. Постменопауза

Если спустя один годи более после прекращения менструаций (обычно возраст старше пятидесяти лет) появились кровянистые выделения из половых путей, немедленное посещение гинеколога — обязательно.

ІХ. ДЕСЯТЬ ЗАПОВЕДЕЙ ПРОТИВ РАКА

Известный онколог, доктор медицинских наук, профессор А. Ф. Лазарев, популяризируя научные знания, подчеркивает значимость десяти простых, но очень важных советов для профилактики и раннего выявления рака:

1. Не курить.

Компромиссный вариант — сигареты с фильтром (содержание смол не выше 5 мг).

2. Сбалансированная диета:

- больше овощей, фруктов, витаминов;
- меньше животных жиров, мяса, спиртных напитков и кофе.
- **3.** Прогулки в экологически чистых условиях (особенно вредны прогулки в туманные дни в промышленных центрах).

4. Для женщин:

- после 25 лет не реже одного раза в три года гинекологическое обследование;
- после 30 лет ежемесячное самообследование молочных желез;
- маммография в 40 и 45 лет, после 50 лет каждые два года;

- тщательная гигиена интимной жизни.
- **5.** Строгие санитарно-гигиенические меры при приготовлении пищи, особенно при использовании свежих овощей и фруктов.
- **6. Осиплость в голосе** немедленное обследование у участкового врача.
- **7**. **Кровь в экскрементах** немедленная консультация у участкового врача.
- **8**. **Мужчинам после 55 лет** ежегодное клиническое обследование простаты.
- **9. Изменение формы, цвета, состояния родинок** немедленная консультация у участкового врача.
- 10. Появление узелков или уплотнений на теле, потеря веса, стойкие необычные симптомы (нарушения в работе органов пищеварения, кашель) немедленная консультация у участкового врача.



ГЛАВА II

Применение сильнодействующих (ядовитых) трав в лечении рака

1. Общие вопросы

Понять трагидраматическую роль траволечения в онкологии можно только взглянув на траволечение в целом, в историческом его развитии.

На Земле 500 тысяч видов цветковых растений. В бывшем Советском Союзе— 20 тысяч видов. В Алтайском крае — 2 тысячи. Трудно себе представить, чтобы какое-то растение совсем не влияло на человеческий организм. В народной медицине используется до 85 процентов видового состава. Как обстоят дела в научной медицине?

В 1-й отечественной Фармакопее (1866 г.) насчитывалось 256 видов растений.

Что вы думаете происходило по мере развития науки? Количество видов неуклонно сокращалось. В 1910 году VI Фармакопея насчитывала 173 растения. В недавно принятой XI Фармакопее я не насчитываю уже и 100. Официальное объяснение: «Успехи химии, давшей ряд высокоэффективных синтетических лекарственных препаратов, заменивших препараты из растительного лекарственного сырья».

Мне непонятно противопоставление медикаментозной терапии и фитотерапии. Первая незаменима при лечении острых заболеваний, особенно требующих неотложной помощи. При хронических же заболеваниях, реабилитации больных фитотерапия, наряду с другими средствами немедикаментозной терапии, играет доминирующую роль.

Эффект трав мягкий и медленный, но он более стоек, чем у синтетических препаратов. При траволечении наблюдается меньше побочных действий, гораздо реже возникают рецидивы.

Сведения по народной медицине с большим трудом стали пробиваться в печать с 60-х годов. Я считаю достойной внимания книгу В. П. Махлаюка «Лекарственные растения в народной медицине».

Читали бы вы рецензию на эту книгу в журнале «Аптечное дело» N = 3 за 1965 г.! Заканчивалась она словами: «Перечень недостатков и ошибок можно продолжать, ими насыщена каждая страница. Приволжское книжное издательство оказало плохую услугу читателю, выпустив эту книгу».

Но народная медицина в жизни имеет место. Несколько лет назад меня поразил случай. В Усть-Пристанском районе от полуграмотной женщины услышал народный рецепт по использованию паслена сладко-горького в лечении остеохондроза. К народным рецептам всегда отношусь внимательно, пытаюсь анализировать, по возможности проверять.

В данном случае отнесся скептически: предлагалось использовать осенние стебли этого стелющегося полукустарника. Обычно стебли лекарственных растений содержат минимальное количество действующих начал и ухудшают качество сырья, смешиваясь с более действенными листьями и цветами.

Немного задумался, когда второй раз услышал подобный рецепт от народного целителя Λ . Λ . Воробьева уже в Советском районе Алтайского края.

Позже нашел этот рецепт в самом старом травнике из моей библиотеки. Первой страницы нет. По шрифту и стилю — конец XVIII—начало XIX веков. Рецептура удивительно совпадала. «Зауважал» я этот рецепт и стал его проверять. Получил вполне хорошие результаты по снятию обострения остеохондроза. Из поколения в поколение люди передают друг другу крупицы народных знаний.

Теперь ближе к онкологии. В 1986 г. я перешел работать из общей гинекологии в онкогинекологию. Из уст в уста, из рук в руки передавалось там множество «чудодейственных» противораковых рецептов. Каждая третья больная принимала или собиралась принимать народные средства, прежде всего ядовитые. Нередко советовались со мной. Честно говоря, растерялся. Всегда с симпатией относился к фитотерапии, у ботаников учился узнавать травы, но как рекомендовать ядовитые растения, не разрешенные в медицине?

Представил варианты поведения.

- 1. Запретить прием ядовитых трав (первая заповедь врача не навреди!).
 - 2. Не обращать внимание на самолечение.
- 3. Попытаться разобраться, есть ли смысл и рациональное зерно в применении ядовитых растений.

Не обращать внимание — не смог. Пытался запрещать, если был уверен в успехе основного лечения. В неудачных случаях запретил бы, если б знал другой способ помочь. Сопереживал, наблюдая за результатами лечения сомнительными рецептами. Лечение в онкоцентре тяжелое. Назначал в своих палатах общеукрепляющие сборы трав. К сожалению, это нетипично. Стали обращаться за помощью больные не гинекологического профиля. Расспрашивал их о результатах лечения сильнодействующими травами. Был удивлен, увидев, как редко встречаются побочные действия. Если они изредка и появлялись, то после перерыва или снижения дозы проходили через 1—3 дня.

Убедившись в безвредности ряда народных рецептов, через год стал осторожно назначать их сам. Разумеется, в тех случаях, когда официальная медицина исчерпала свои возможности.

Сейчас, за годы работы, сложились определенные взгляды на лечение ядовитыми травами. Постараюсь доступно изложить их.

Официальная онкология также пользовалась и пользуется ядовитыми растениями, вернее, препаратами из них. Подбирались растения, непосредственно угнетающие рост опухоли. Из них выделяли основное действующее начало, концентрировали, стандартизировали. Так возникла химиотерапия. Из безвременника осеннего появился колхицин, из барвинка розового — винкристин и т. д. Химиотерапия играет заметную роль в лечении онкологических больных, назначается только врачами-онкологами.

В брошюре «Травы против рака» я образно назвал лечение ядовитыми травами — «народной химиотерапией». Сейчас вижу, насколько неудачен этот термин. Химиотерапия, повреждая опухоль, снижает иммунитет. Малые дозы ядовитых растений не влияют непосредственно на опухоль. Они стимулируют иммунную систему, т. е. заставляют работать сам организм.

Взгляд упрощенный, в Природе все сложнее. Для хороших исследований нужен не один десяток миллионов долларов. Отсутствие побочных действий, улучшение общего состояния и замедление роста опухоли позволяют думать о таком механизме.

Отсюда вытекает важный практический вывод: ядовитые травы нельзя сочетать с химиолучевой терапией. Не потому, как считает большинство врачей, что яд наслаивается на яд. Просто назначение сильнодействующих трав теряет смысл: иммунитет временно снижен и не отреагирует на стимуляцию. Снижающая сила химиотерапии всегда превышает силу трав.

Вынужден признать, что фитотерапия сильнодействующими травами — не всесильна. Излечение от трав наступает почти так же редко, как и описанное в разное время разными учеными самоизлечение от рака. Но с такой же уверенностью могу сказать, что прием трав в III (см. введение) группе населения — безусловно оправдан. Много, очень много случаев, когда больные, вместо отведенных месяцев, жили и живут годы. Опухоль, не рассасываясь, как бы застывает в своем развитии.

Зачем я это пишу? Больные, окрыленные успехом, делают через год-два снимки легких, желудка и т. д. Испытывают разочарование, обнаружив ту же самую картину.

Главное даже не в этом. Травы делают чудеса, продляя жизнь, но излечить полностью чаще всего не могут.

Своевременно проведенная операция ведет к полному выздоровлению. Сколько людей безнадежно потеряли время, принимая внутрь болиголов, накладывая снаружи голубую глину, приклеивая к телу медные полоски и т. д. Особенно это касается рака молочной железы, матки, т. е. тех заболеваний, где онкология достигла высоких результатов. Мне известны случаи, когда, начав лучевую или химиотеранию, но начитавшись популярных изданий, больные прерывали лечение. Страшны результаты для тех, кто начинает и не заканчивает эти виды лечения. Не спешите пренебрегать советами онкологов.

Судьба — часто неблагодарная спутница. Сейчас пишу для тех, кого отнес во введении к III группе. В онкоцентре сделали все возможное и вежливо дали это понять.

У человека наступает второй психологический шок. Первый появлялся при начальном соприкосновении с онкологией. Постепенно шок проходил, появлялась вера в лечащего врача, в благоприятный исход. Однако судьба распорядилась по-своему. Второй шок кажется необратимым. Но организм устроен иначе. Происходит это у каждого по-своему, в разное время. Человек вспоминает про собственные резервы, которые есть в каждом, про силы природы, способные помочь. Заложенное в генах стремление победить помогает в борьбе.

Уже никто не вправе осудить меня и вас. Меня — за то, что назначаю не разрешенные медициной травы, превращаясь из врача в лекаря. Вас — за непокорность судьбе.

При назначении сильнодействующих трав следую определенным принципам:

1. Принцип безусловной добровольности

Никогда не навязываю лечение сильнодействующими травами сомневающимся больным. Последнее слово всегда за пациентом. Ограничиваюсь назначением индивидуального сбора из фармакопейных трав.

2. Принцип непрерывности

Лечение травами проводится пожизненно непрерывными курсами. Вернее, с небольшими перерывами от недели до месяца. Зависимость от этих трав не развивается. На любом этапе, под влиянием любого обстоятельства (например, авторитетного мнения врача) можно прервать лечение. Однако опыт показывает, что прекращение приема ухудшает результаты.

3. Принцип нетоксичных доз

Для лечебного эффекта не требуется достигать токсических доз. При появлении неприятных ощущений дозировку следует уменьшить. Во время следующего курса возможно дальнейшее повышение дозы. Срабатывает механизм митридатизма — постепенного привыкания организма. Порог токсической реакции повышается.

4. Принцип взаимозаменяемости трав

Проводить одним растением не более трех курсов подряд, чтобы избежать полного привыкания организма к определенному растению.

5. Принцип обязательного сочетания с комплексом неядовитых трав

Сборы индивидуальны. Поддерживают пораженные органы, обладают общеукрепляющим действием.

6. Принцип совместимости с медикаментами

Медикаменты, назначаемые врачами по месту жительства, совместимы с траволечением. Это могут быть обезболивающие, сердечные, мочегонные, отхаркивающие и другие необходимые средства.

7. Неспецифичность действия ядовитых растений

Применение целесообразно независимо от локализации и вида опухоли, т. к. механизм действия — стимуляция защитных сил организма.

(Упрощенный термин «рак» подразумевает в тексте все злокачественные новообразования.)

Используются следующие растения: болиголов пятнистый; вех ядовитый; ферула джунгарская; аконит джунгарский; софора японская; алоказия крупнокорневая; зеленые грецкие орехи; гриб мухомор.

Никогда не рекомендую сулему, боясь токсического влияния на почки, хотя и о ней слышал положительные отзывы.

Считаю, что растительные средства физиологичнее для организма. На курс берется одно растение, в редких случаях два одновременно. Применяется в виде 40—50°-ной спиртовой настойки (50 — качественнее, 40 — доступнее). Дозируются каплями. Схемы примерно одинаковые. Разная степень ядовитости учитывается при изготовлении настоек. Например, сухих плодов софоры на 0,5 литра спирта берется 50 г; сухих надземных частей ферулы — 30 г; аконита и веха — по 10 г.

Сырье перед заливкой мелко измельчается, настаивается 2 недели, процеживается.

Свежая надземная верхушечная часть болиголова рыхло заполняется в сосуд и заливается спиртом. У алоказии на 0.5 л спирта используется один свежий, мелкоизмельченный, средних размеров лист (30 на 30 см).

Наибольшее распространение в народе получила схема лечения «горкой»: постепенное повышение капель с последующим снижением. К примеру, первый сорокадневный курс начинается с одной капли, ежедневно увеличивается на одну

каплю. На 20-й день достигает максимума, затем постепенно снижается до одной капли. Повторные курсы могут быть до 40 капель.

Капли разводятся в теплой кипяченой воде: до 20 капель на 0,5 стакана воды, более 20 капель — на стакан. Разведение предохраняет пищеварительный тракт от раздражения. Мухомор лучше разводить на 0,5 стакана молока.

Каждое из указанных растений я принимал в максимальной дозировке, тем не менее, считаю необходимым предупредить об осторожном их применении.

В популярной литературе сейчас много усиленных, «концентрированных» схем. При длительном лечении курсы действительно усложняются. Есть у меня пациентка-врач с волнообразно протекающим злокачественным заболеванием. При обострениях она принимает болиголов чайными ложками, но шли мы к этому долго и осторожно. Лучше проводить усиленные курсы под медицинским наблюдением. При отсутствии такой возможности можно посоветоваться с нами.

Общие для трав признаки передозировки: тошнота, отвращение к лекарству, обильное слюноотделение, не характерные ранее боли в животе. При правильном капельном применении эти проявления редки, выражены не резко. Достаточно 2-3 дня перерыва с последующим снижением дозы.

Встречаются редкие нетипичные, индивидуальные реакции. Так, у одного больного с выраженным атеросклерозом сосудов головного мозга уже на 6-й капле появляются сильные головные боли. Попробовали три растения с одинаковым результатом, остановились на постоянной ежедневной дозе 4 капли в день, курсами по 2 месяца с небольшими перерывами.

Наблюдаются элементы самовнушения. Предупрежденный о возможных побочных действиях больной на седьмой капле почувствовал сразу все симптомы передозировки, что практически не встречается. Пришлось сказать, что это нормальная реакция, и она будет продолжаться до 9-й капли. Так и случилось. Десятая капля и все последующие переносятся уже без проблем.

Редко привожу примеры, боюсь «сглазить». Четыре случая все-таки расскажу.

Пациентка Б., 79 лет, пенсионерка, в прошлом медсестра, жительница г. Барнаула.

В 1972 г. перенесла тяжелое, но успешное лечение по поводу рака сигмовидной кишки в онкоцентре г. Барнаула. Выпила, кстати, в первые годы после операции большое количество ядовитых народных средств.

В 1995 г. выявлено второе раковое заболевание — пищевода, не связанное с первым (другое строение опухоли).

По ряду причин проводить специальное лечение уже не было возможности. Дали группу инвалидности. Наблюдается у меня с 25 марта 1995 г. Получает сильнодействующие травы по вышеописанным принципам.

Пишу эти строки 15 декабря 1997 г. Обходимся без таблеток и наркотиков при обычном активном образе жизни.

Пациентка Φ ., **1926 г.** рождения, пенсионерка, жительница г. Барнаула.

Диагноз: рак молочной железы.

Впервые обратилась к врачу с опухолью в подмышечной области величиной с куриное яйцо в августе 1989 г. Из-за ошибки в диагнозе попала к онкологу только в 1990 г., после того как опухоль прорвалась и изъязвилась.

Врачи не отказывали в специальном лечении, но откровенно выражали сомнение в успехе. Приняла решение лечиться самостоятельно. Проводит интенсивную фитотерапию. Несколько лет наблюдается у меня. Я попросил подробно — для данной работы — описать ее борьбу с болезнью.

Увы, обычная скромность русского человека уложила историю в три неполных странички. О лечении написано еще меньше. Часть текста я все же приведу: «Пила травы, настоянные на очищенном самогоне: лист березы весенний, медвежьи ушки, зверобой, душицу и перечную мяту, все вместе. Принимаю болиголов курсами до 45 капель. В перерывах пью мумие. Все время, как чай, пью травы. Чагу настаиваю и пью по стакану 3—4 раза в день; чистотел по 0,5 стакана 2—3 раза в день. Изменила диету. Исключила из пищи все молочные продукты, мясо, хлеб — ограниченно. Питаюсь свежими овощами: капуста, морковь, свекла сырая и вареная; из свеклы пью сок. Боритесь за жизнь постоянно!»

Пациентка живет обычной жизнью, даже более активной для ее возраста. Проявления болезни есть, но она с ними борется, не теряя надежды и мужества.

Пациентка К., 47 лет, жительница Алтайского края.

Тяжелое онкологическое заболевание легких. Наблюдается более трех лет.

Мне нравится ее активный подход к своему здоровью. Кроме назначенного обширного курса фитотерапии, периодически принимает барсучий жир, прополис, один раз в сутки обливается холодной водой, делает несложную гимнастику, совершает ежедневные прогулки. Ухудшения здоровья за указанное время нет.

Пациент Б., 69 лет, Крутихинский район.

В 1994 году поставлен диагноз: опухоль толстого кишечника с метастазами в печень. Диагноз подтвержден гистологически. С 1994 года принимает сильнодействующие травы. К настоящему времени ультразвуковое исследование метастазов в печени не обнаруживает. Основная опухоль за эти годы уменьшилась в 2 раза, что подтверждено врачами онкоцентра в апреле 1997 года.

Все больше врачей начинают меня понимать, за что выражаю им искреннюю признательность. Каким бы независимым внешне ни казался человек, мнение коллег для работы и жизни имеет большое значение. Понимаю несовершенство такого лечения: недостаточная изученность, колебания действующих начал в зависимости от географии, времени сбора и т. д.

Ядовитость растений к северным широтам уменьшается. Яркий пример — чемерица. На Украине корень смертельно ядовит, в северных районах местное население иногда употребляет в пищу как пряность. Известный исследователь Севера А. Ф. Миддендорф в 1867 г. писал: «По всему северу Енисейского края хорошо известен туруханский хрен, отличающийся своей едкостью. Он вскоре сделался моим любимым блюдом, но я не ел бы его с таким усердием, если бы заранее знал, что это был корень чемерицы».

Если предложат более совершенное и действенное лече-

ние — буду первым его пропагандистом. Случаи самоизлечения убеждают, что организм при определенных условиях может справиться с раком. Поднять защитные силы организма на новые рубежи — вот задача будущего в лечении злокачественных опухолей. Это же является частной задачей любого борющегося за свою жизнь, ему некогда ждать будущего.

Перечисляя выше профилактические меры, я написал: не проводить онкопрофилактику ядовитыми растениями. Ниже писал, что назначаю такие травы только III группе пациентов.

Был бы неискренним, не рассказав об исключениях. Даже далекие от медицины люди знают, что гарантию излеченности рака не может дать ни один врач. Причем при одних опухолях (рак кожи, например) излеченность очень высокая и приближается к 100%, при других значительно ниже.

Часть пациентов, прошедших полноценное лечение в онкологическом центре, настаивает на приеме сильнодействующих трав с профилактической целью. Понимая, что они все равно это будут делать, считаю правильнее подобную профилактику осуществлять под моим наблюдением. Фактически это не профилактика, а лечение возможных «ростков» опухоли — метастазов. Иногда это оправдано психологически, иногда, к сожалению, действительно выявляются метастазы. Дозы здесь иные, чем в ІІІ группе. Осложнений от подобных легких профилактических курсов я не наблюдаю.

Другое исключение связано не с онкологией. Общеизвестно, что при многих хронических заболеваниях традиционное лечение не удовлетворяет ни больного, ни врачей. Иногда в таких случаях я и пациент, прекрасно осознавая, что делаем, проводим стимулирующее лечение малыми дозами сильнодействующих трав. Эффект нередко превышает ожидания.

К примеру, хорошие результаты получены при лечении болевого синдрома при эндометриозе у женщин малыми дозами препарата из мухомора.

С другой стороны, считаю принципиально неправильным проводить лечение ядовитыми травами и другими

нетрадиционными методами при неясном диагнозе, а потому при неясных возможностях официальной медицины. Еще раз повторяю, что при этом можно жестоко ошибиться, потеряв драгоценное время.

Уровень диагностических центров достиг небывалых прежде возможностей. Только полностью обследованному пациенту, учитывая мнение узких специалистов, можно назначать траволечение в виде основного или дополнительного метода.

Существует особая, совсем небольшая группа больных из наблюдавшихся у меня. Это люди, которых вполне успешно могла бы вылечить официальная онкология. Но ни я, ни другие онкологи не смогли их убедить. Они пошли своим путем. Что могу сказать? Их опыт лишний раз подтверждает, что к мнению медиков надо прислушиваться.

Немного усложню текст, но постараюсь эту ситуацию объяснить подробнее. Разные у людей характеры. С точки зрения психологии, данных людей можно отнести к смешанному авторитарно-аутистскому типу. Авторитарный — т. е. имеющий свое непоколебимое мнение. Аутист живет идеей более, чем реальной жизнью. И, если отношение к лечению не совпадает с врачебным, переубедить его практически невозможно.

Есть, кстати, такой тип и среди людей, решивших, что они по призванию — целители. Своей убежденностью и настойчивостью они могут долго «морочить голову» больным, тратя попусту драгоценное для пациента время.

Встречается авторитарно-аутистский тип и среди врачейонкологов. Для таких существует только официальный метод — других нет. Один врач, прощаясь с больным, сказал: «Я больше ничем не могу тебе помочь, но ты ни к кому не обращайся. Раз я не смог — никто не поможет». Эти слова не придуманы. А теперь поставьте себя на место человека, которого в данной ситуации провожают.

К авторитарно-аутистскому типу можно отнести Адольфа Гитлера. Будьте осторожны с непреклонно-категоричными людьми. Чаще всего их убеждения далеки от жизни, которая намного богаче и сложнее.

2. Краткая характеристика ядовитых растений

Болиголов пятнистый (Conium maculatum L.)

Растение было известно еще Гиппократу. О применении его при раке сохранились наиболее отдаленные данные. Средство это «сильно могучее, раки заживляющее, коего оно боль утоляет и опухоль разбивает» — так пишут о нем в старинных русских травниках.

Известный для своего времени венский врач Штерк в 1760 г. писал: «Но славнейшее из всех лекарств при раке есть болиголов — это действительнейшее лекарство от рака, какого бы вида он не был. Я передавал несколько сот фунтов болиголова, не мало не вредя темпераменту и часто с нарочитой пользой».

Как болеутоляющее и спазмолитическое средство, болиголов удержался в Государственной Российской фармакопее с I по IV издание (с 1866 г. по 1902 г.)

Новый всплеск массового применения этого растения в народной медицине нашей страны отмечается с начала 90-х годов, после популярных публикаций целителя из Симферополя В. Тищенко.

Болиголов относится по ботанической характеристике к семейству сельдерейных (по старой классификации — зонтичных). По внешнему виду отдаленно напоминает укроп, значительно выше (до 1—1,5 метра), с многочисленными мелкими белыми цветками. Характерны для болиголова наличие бурых, неправильной формы пятен по стеблю и неприятный мышиный запах от цветов.

Так как растения семейства зонтичных довольно трудно различать, необходима консультация специалиста.

Используются свежесорванные соцветия и незрелые семена болиголова. Верхушки растения (мелкие листочки и зонтики соцветий) рыхло, не трамбуя, укладывают в сосуд, заливают спиртом. Незрелые зеленые семена содержат наибольшее количество основного начала — кониина (до 0,4%).

На 0,5 литра спирта берется 1 стакан незрелых свежесорванных семян. В обоих случаях используется 40° — 50° -ный спирт.

Настаиваются составы в темном месте, периодически

взбалтываются (2—3 раза в сутки); через 2 недели процеживаются, и настойка готова к употреблению.

Наиболее распространена схема: с 1 капли до 40 и обратно. Первый курс целесообразно проводить до 20 капель.

Я просмотрел по болиголову большое количество литературы. Наиболее полное описание симптомов отравления нашел в классическом труде французского профессора Корневена «Ядовитые растения и отравления ими причиняемые». Перевод проф. Хр. Гоби. СПб. 1895 г.

Таких отравлений, к счастью, я не встречал, но о них необходимо помнить и придерживаться установленных многовековыми опытами доз. Привожу выдержки из работы без изменений: «В свежем состоянии все наземные части этого растения ядовиты, но опыт показал, что особи, растущие в северных странах, менее ядовиты, чем те, которые растут в странах южных. Перед цветением листья бывают более опасны, чем после цветения, так как яд большею частью перекочевывает в плоды. Последние бывают более ядовиты в незрелом виде, чем в зрелом. Корень содержит в себе лишь чрезвычайно малые количества тех алкалоидов, которые заключаются в наземных частях. Скошенный и высушенный на вольном воздухе, как сено, болиголов теряет наибольшую часть своих главных ядовитых алкалоидов, которые легко улетучиваются. Гибельные свойства этого зонтичного уничтожаются варкой; Плиний говорит даже, что стебли этого растения можно есть, если они сварены.

Тардьё дал прекрасное описание отравления человека болиголовом, которое мы здесь и воспроизводим: «Приблизительно час спустя после принятия болиголова внутрь появляются некоторая неясность мышления, головокружение, потемнение сознания и очень острые головные боли. Отравленный субъект шатается, словно пьяный, ноги его подкашиваются. Иногда, но отнюдь не всегда, им ощущается томительное стеснение под ложечкой и сильные желудочные боли. Горло пересыхает, является жгучая жажда, а между тем глотать становится невозможно. Иногда бывает легкая рвота, но без последствий. Лицо очень бледно, черты его сильно искажены, но сознание остается полным. У больных сохраняется слух, хотя они лишаются возможно-

сти говорить; взгляд их неподвижен, зрачки расширены, зрение неясно, и подчас они ничего не видят. Судорожные движения, титанические подергивания в членах чередуются с обмороками, с упадком сил, которые повторяются через известные промежутки времени; затем больным овладевает какое-то оцепенение, и только хрипящее дыхание обнаруживает присутствие жизни. Тело охладевает, голова опухает, и опухоль распространяется иногда и на другие части тела; глаза выступают вперед, а кожа становится багровосиневатого цвета.

В некоторых случаях обнаруживается буйный бред и эпилептические судороги. Смерть наступает всегда очень быстро; не более как через три, четыре или шесть часов отравление болиголовом оканчивается роковым образом. Никакого специального противоядия от него неизвестно».

Вех ядовитый (Cicuta virosa L.)

Народные названия: вех, омег ядовитый. Растение семейства сельдерейных (зонтичных), ближайший родственник болиголова. Современные ученые до сих пор спорят: вехом или болиголовом был отравлен приговоренный античным судом к смерти знаменитый древнегреческий философ Сократ в 399 г. до новой эры. Настолько близки свойства этих растений. Склоняются все-таки к цикуте (латинское название веха). В малых дозах оба растения оказывают мощное лечебное воздействие при злокачественных опухолях. Растет вех на сырых, болотистых местах. Внешнее сходство с морковью и выраженный морковный запах подземной части приводили к трагическим отравлениям детей. На продольном разрезе утолщенного округлого корневища отчетливо видны параллельные поперечные перегородки, что является отличительным признаком данного растения.

Десять граммов сухого корневища измельчается, настаивается в 0,5 литра 40°-ного спирта. Применяется по схемам, аналогичным болиголову. Отравление сходно с отравлением болиголовом (см. выше). Отличается только длительной, неукротимой рвотой. При болиголове рвота редкая и непродолжительная.

Л.Г.Воронкова, заведующая судебно-медицинским отделе-

нием Алтайского бюро судебной медицины, рассказала о случае смертельного отравления парами настоя корневищ веха. Несколько лет назад 58-летняя жительница г. Барнаула для лечения больных ног накопала и настояла в горячей воде корневища этого растения, делая горячие ножные ванны, укрылась над емкостью одеялом. Через 30 минут ее обнаружили мертвой.

Случай необычен тем, что летучие ядовитые вещества в вехе не описаны, но на мышах Лена Гематовна подтвердила печальный жизненный эксперимент. Это лишний раз подтверждает, насколько опасно и рискованно пользоваться сильнодействующими малоизученными средствами.

Ферула джунгарская (Ferula soongarica Pall.)

Третье растение семейства сельдерейных (зонтичных). Население Алтая знает только народные названия, называя его омиком, иногда горным омегом.

Долго интриговал меня омик, появляясь в виде высушенного корня то на рынках у бабушек, то в руках у больных. Думал обратиться к биологам в Алтайский университет, они не раз выручали в подобных случаях. Заведующая кафедрой ботаники Т. А. Терехина опередила меня встречным вопросом: «Какое растение в народе называют омиком?». Круг замкнулся. Узнал, что пожилой мужчина в пос. Казенная Заимка недалеко от Барнаула копает корень. Приехал с просьбой показать растение. У мужчины масса неотложных дел, на селе без дела не сидят. Выручили захваченные на всякий случай две бутылки водки. Нашлось и время, и даже машина. В тот же день растение было определено — ферула джунгарская.

Типичное зонтичное растение с пышными, красивыми, мелко изрезанными листьями. Характерны для корня омика: острый запах сосновой смолы и белые капли смолистого вещества на разломе, желтеющие с течением времени. Заготавливая ежегодно корень на склонах Оби, мы встречаем свежие и старые ямы, а то и копающих людей. Подолгу беседуем. Пьют ферулу годами, нахваливают, прикладывают местно для обезболивания. На первом месте в народной медицине по показаниям — доброкачественные и злокачественные заболевания желудка.

По ядовитым средствам ферула слабее веха и болиголова. 50 граммов свежего (30 г сухого) измельченного корня заливают 0,5 л водки, настаивают 10—14 дней.

В народе часто применяют по чайной ложке 1-2 раза в день за 30 минут до еды. Безопаснее и оправдала себя на практике капельная схема.

Мухомор красный (Amanita muscaria)

К мухомору у меня особенное отношение. Именно его я первым из ядовитых растений применил в работе, от него увидел первые положительные результаты.

Рассказывают, жил на Алтае старик, который после особой обработки употреблял мухоморы в пищу и считал, что вкуснее грибов нет. Я верю этой истории. Еще в 1851 г. известный русский натуралист Д. Кайгородов поразил ученых мужей, съев на научном совете у всех на глазах 0,5 кг специально приготовленных мухоморов. Рецепта, к сожалению, не знаю.

В народной медицине Алтая мухомор популярен. Существует по меньшей мере три способа приготовления лечебного состава из него. Наиболее распространен и несколько необычен следующий способ. Шляпки мухоморов (без ножек) укладывают плотно в стеклянную банку (чаще трехлитровую), закрывают капроновой крышкой. Банку закапывают в землю на глубину метр (минимальные атмосферные колебания, оптимальная температура). Извлекают из земли через 30—40 дней. Получившуюся неоднородную массу процеживают через 3—4 слоя марли. В результате из трехлитровой банки шляпок получается около 0,6—1 литра темно-коричневой, густой жидкости со специфическим запахом.

Хранят в холодильнике. Без добавления спирта на поверхности появляется тонкая пленка плесени. Свойства жидкости при этом не теряются. Можно консервировать состав спиртом в соотношении 1:4 (одна часть спирта, четыре части жидкости). Считается, что лечебные свойства состава сохраняются не менее двух лет.

При онкологических заболеваниях принимают внутрь. Чаще других растений мухомор употребляется в постоян-

ном режиме, т. е., начиная с капли, постепенно доводится до необходимой дозы — 20—30 капель, и в дальнейшем курс продолжается на этой максимальной дозе 1—2 месяца. После перерыва в 7—10 дней схема повторяется. Ранее описанное лечение «горкой» также приемлемо для мухомора.

Местно состав из мухомора оказывает выраженное противовоспалительное и ранозаживляющее действие. Наблюдал несколько случаев эффективного излечения длительно незаживающих гнойных послеоперационных ран.

Также используется наружно при болях в суставах, в позвоночнике.

Аконит (Aconitum Sp.)

Аконит — ядовитое растение семейства лютиковых — мало кому известен в наши дни. Между тем в тибетской медицине его уважительно называли царь-травой, в старинных русских травниках — царь-зелье. В народной медицине наших дней больше называют аконит вторым его официальным именем — борец. В книге «Лекарственные растения в терапии злокачественных опухолей» К. П. Балицкого как средство народной медицины упомянут аконит джунгарский (Aconitum soongaricum Stapf), произрастающий в районах Средней Азии. В народе его и несколько сходных видов называют «иссык-кульский корешок».

У нас на Алтае указанные виды не растут. Население иногда применяет в качестве заменителя аконит северный (Aconitum septentrionale Koelle), высокое — до 1,5 метра — растение, с широкими листьями и собранными в метелку шлемовидными грязно-фиолетовыми цветками. Корневище, не в пример надземной части, небольшое, сетчатого строения. Аконит северный обширными зарослями встречается в таежных районах Алтая, нередок в лесостепных колках.

Собранные нами сведения убеждают в том, что среднеазиатские акониты эффективнее. Применяли мы в последние 3-4 года только их.

Десять граммов сухого корня измельчают, настаивают в $0.5 \ \Lambda \ 40-50^\circ$ -ного раствора спирта в течение двух недель. Применяют по описанной выше схеме «горкой» с максимумом в 40-45 капель.

С применением водного раствора я не встречался. Прочитал о нем в статье Γ . Нандельштедта. Десять граммов измельченного корня варят в 1,5 литра воды на малом огне в эмалированной посуде с отверстием для пара. Варят в течение двух часов, пока отвар не станет чистым и прозрачным.

Хранят в холодильнике.

Применяют по 1 столовой ложке три раза в день за 30 минут до еды. Появление легкого головокружения при приеме аконита — сигнал к ограничению верхней дозы. На следующем курсе, вследствие привыкания организма, возможно повышение дозы.

Противоядием аконита считается кислое молоко и лук. При необходимости промывают желудок.

На наружные раковые язвы делают компрессы из водных и спиртовых препаратов слабо смоченными марлевыми салфетками по часу 2—3 раза в день. Обрабатываются также окружающие здоровые участки кожи и близко расположенные лимфатические узлы.

Алоказия крупнокорневая (Alocasia macrorhiza Schott.)

Алоказия крупнокорневая, известная еще под названием «арма», — широко распространенное комнатное растение семейства ароидных, с сердцевидными большими листьями, которые и пытается применять народная медицина. Растение очень ядовито.

В трудах Всесоюзного института лекарственных растений (ВИЛАР, 1973 г.) описано случайное тяжелое отравление молодых ученых-физиков, принявших небольшое количество корня алоказии. Знаю больную, попробовавшую «на язык» сок алоказии. Она, в буквальном смысле, несколько часов держала язык в сосуде с холодной водой, чтобы уменьшить сильнейшую боль и жжение.

В ВИЛАРе, благодаря настойчивым просьбам народной целительницы из г. Кобулети А. В. Горобец, в начале шестидесятых годов изучалось наружное применение 40%-ной спиртовой настойки (один лист средних размеров на 0,5 литра спирта).

Отмечено положительное обезболивающее действие настойки при суставных болях, остеохондрозе, миозитах.

Я наблюдал больных, у которых улучшалась подвижность суставов, имел место определенный рассасывающий эф-

фект при полиартрите. Применение армы внутрь не исследовалось.

В народной медицине онкологические больные принимают настойку внутрь, чаще по одной чайной ложке в день, за 30 минут до еды, иногда постепенно доходят до одной столовой ложки в день.

Лучше начинать с более безопасной капельной схемы, описанной при лечении болиголовом. Эта схема является универсальной при использовании ядовитых растений в народной медицине.

Зеленые грецкие орехи на керосине

Неоднократно слышал хорошие отзывы о целителе М. П. Тодике, доценте Молдавского госуниверситета, и его методе лечения зелеными грецкими орехами. Три года назад в книге В. К. Тотрова узнал подробности метода.

В очищенном керосине настаивают зеленые плоды диаметром 12 мм. 70—80 штук измельченных плодов заливают керосином в трехлитровой банке, не доливая на 4 пальца до горловины, закатывают металлической крышкой. Банку зарывают в землю на глубину 70 см сроком на три месяца. Принимают при раке по одной чайной ложке 2—3 раза в день за 20 минут до еды от одного до трех месяцев.

До начала лечения проводится простая проба: кожа за ухом обрабатывается небольшим количеством лекарства. При аллергии на лекарство появляется покраснение или мелкая сыпь. Хороший обезболивающий эффект оказывают компрессы из описанного лекарства. Кусочек четырехслойной марли, пропитанной и слабо отжатой, прикладывается на больной участок, накрывается целлофаном или пергаментной бумагой. Продолжительность — не более трех-четырех часов. Лучше начинать с небольшого по времени сеанса, чтобы избежать ожогов у пациентов с чувствительной кожей. После компресса кожу обмыть и обработать питательным кремом. Применение не чаще одного раза в сутки, по мере необходимости.

Попытки выращивать на Алтае грецкий орех показали, что дерево декоративно, неплохо растет, но не плодоносит. Заказывать лекарство лучше в южных районах или доставлять зеленые плоды самолетом — плохо выдерживают дорогу.

Измельчают в резиновых перчатках, иначе руки окрашиваются в черный цвет, месяцами не отмываются.

Керосин, предпочтительнее авиационный, очищают. В трехлитровую банку наливают 1 л керосина и 1 л очень горячей воды. Закрыв банку полиэтиленовой крышкой и надев на руки перчатки, чтобы не обжечься, энергично взбалтывают несколько раз, затем дают несколько минут отстояться. Шлангом откачивают воду. На месте разделительного слоя керосина и воды скапливается слой мути. Этот слой также удаляется.

Софора японская (Sophora japonica L.)

Дерево семейства бобовых. В диком виде растет в Южном Китае и Японии. В бывшем СССР культивируется на Кавказе, в Крыму, Средней Азии и Южном Казахстане.

Бутоны, соцветия и плоды софоры используются для промышленного получения рутина, уменьшающего, подобно витамину Р, ломкость и проницаемость капилляров. Бобы срезают незрелыми в сухую погоду в сентябре—октябре.

Настойка готовится из расчета 50 г сухих измельченных плодов на $0.5 \, \Lambda \, 40 - 50^\circ$ -ного раствора спирта (в лечении по Голюку даже 200 г на $0.5 \, \Lambda \, 56^\circ$ -ного раствора спирта).

Пригодна для лечения по универсальной капельной схеме «горкой». Причем начальная доза допускается в 15 капель, максимальная — 60 капель.

Настойка плодов софоры используется в более мягких, разгрузочных курсах при длительном лечении ядовитыми растениями.

Обладает умеренным гипотензивным (снижающим артериальное давление) действием, что учитывается при наличии сопутствующих заболеваний. Наружно используется как противовоспалительное и ранозаживляющее средство.

Чистотел большой (Chelidonium majus L.)

Растение семейства маковых с характерным желтооранжевым соком на изломе. Старинное народное средство. Чистотелу из ядовитых растений в плане изучения повезло больше других.

В 1896 г. в журнале «Врач» появилось письмо старшего врача Брянской городской больницы Н. Денисенко об успешном применении им, главным образом при наружных

опухолях, вытяжки из чистотела внутрь и в виде инъекций в вещество опухоли.

В то время это средство вызвало бурный резонанс и активное изучение. Появился целый ряд интересных работ. Однако впоследствии ученые, неудовлетворенные мягким эффектом чистотела, утеряли к нему интерес.

Чистотел по ядовитости значительно слабее болиголова, веха, аконита. В капельной схеме не применяется. Больные широко используют его в самостоятельном лечении.

В суточной дозе, 1 чайная ложка на 1 стакан кипятка, чистотел не опасен для здоровья. При дозе, выше указанной, возможно токсическое влияние на печень. Важное место отведено чистотелу в лечении по Голюку.

Схема М. В. Голюка

Завершает главу схема лечения онкологических заболеваний по М. В. Голюку, народному целителю из Приморского края, ныне ушедшему из жизни. Схема приведена в качестве примера комплексного использования народной медициной адаптогенов, ядовитых и неядовитых растений.

До сих пор пользуется известной популярностью в народе. Схема состоит из комбинации пяти растений. Следует помнить, что чистотел и софора японская ядовиты, марьин корень — слабо ядовитое растение. Это требует строгого соблюдения указанных в рецептуре доз.

- Первый, второй и третий день принимать настой бадана.
- Четвертый день настойку чистотела.
- Пятый, шестой день настойку софоры японской.
- Седьмой, восьмой, девятый настойку элеутерококка.

Одновременно со всеми перечисленными травами на протяжении курса принимать настойку марьиного корня. С десятого дня прием повторять по указанной схеме. И так в течение трех месяцев.

РЕЦЕПТУРА К СХЕМЕ М. В. ГОЛЮКА

(без поправок и комментариев)

1. Корни бадана

50 граммов измельчить, засыпать в эмалированную посуду, налить 350 граммов воды с температурой 60 градусов. Дать настояться в закрытом виде 8 часов. Настой не сцежи-

вать, хранить в холодильнике. Принимать по одной столовой ложке 3 раза в день за 1 час до еды.

2. Марьин корень

50 граммов измельчить, засыпать в бутылку с водкой. Настаивать 10 суток в темном месте. Не сцеживать. Принимать по 30—40 капель три раза в день за 30 минут до еды, разводят в небольшом количестве воды.

3. Чистотел

12 г сухой травы измельчить, засыпать в бутылку с водкой, настоять 5 суток. Принимать по одной столовой или десертной ложке три раза в день за 40 минут до еды.

4. Софора японская

200 г плодов порезать на дольки, засыпать в бутылку с 56°-ным спиртом. Настоять 10 суток в темном месте, периодически встряхивая.

Пить по 35 капель 2—3 раза в день за 40 минут до еды. Кончается настойка — в плоды снова влить 150 г 56°-ного спирта (в первый раз залить 500 г спирта), настоять две недели и продолжать употреблять.

5. Элеутерококк

100 г корня нарубить на кусочки 0,6-1 см, засыпать в бутыль 0,7 л и залить 500 г 40° -ной водки. Настоять в темном месте в течение десяти суток. Прием по 40 капель три раза в день за 40 минут до еды.

Дополнение

При наружных опухолях параллельно с приемом внутрь производится втирание софорой японской три раза через три минуты. Через 30 минут наложить примочку из настоя бадана на 1 час. Через 30 минут после удаления примочки вновь втирание софорой три раза через три минуты. Курс продолжить в течение трех месяцев.

При раке желудка, двенадцатиперстной кишки, пищевода, легких через 1,5—2 недели начинается рвота, которую не нужно сдерживать. Через 10—12 минут нужно поесть. Через 3—4 часа рвота может повториться. Так продолжается 2—3 недели и прекращается в дальнейшем.



ГЛАВА III

Лечение рака неядовитыми растениями

Не всегда люди решаются на лечение ядовитыми растениями. Сомнений много, я понимаю и никогда не настаиваю. С растениями неядовитыми — сомнений нет. Возникает другая проблема, как разобраться в окружающем изобилии трав и рецептов. Приведу пример из литературы по пижме (В. С. Городинская. «Таинство сил исцеляющих», 1990 г.). Пример не совсем удачен для данной главы, т. к. пижма относится к умеренно ядовитым растениям, но написан литературно человеком, заслуживающим доверия. Привожу с небольшими сокращениями.

«С детства и до сего дня мне не дает покоя удивительный случай. Отец моей подруги тяжело заболел. По всем медицинским данным, включая биопсию, — рак желудка. Врачи утверждали, что ему осталось жить не более двух месяцев, и потому отправили умирать домой.

Он вышел из больницы худой — скелет, а не живой человек, еле поднялся по трем ступенькам на крыльцо. Есть ничего не мог, его жестоко рвало кровью.

Мы с ужасом смотрели на дядю Мишу и не знали, чем ему можно помочь. Поэтому, когда три дня спустя он попросил нарвать ему пижмы, мы с радостью принесли громадные букеты. Он заваривал это растение и пил настой. Пил не так, как рекомендуют во всевозможной литературе. Готовил сразу четыре литра настоя и выпивал его за день. Я, дочь врачей, уже тогда знала о ядовитых свойствах пижмы и смотрела на это самоубийство с ужасом. Окружающие протестовали и убеждали не пить в таких количествах этот ядовитый напиток. Но дядя Миша только отмахивался.

63

Знал ли он о приговоре врачей или просто понравился ему этот горький напиток, мне неизвестно. Было это более 30 лет назад. Дядя Миша до сих пор жив и бодр».

С подобного рода историями обязательно сталкивается каждый больной. Разными бывают только растения. Работая много с литературой, знахарями, больными, могу сказать, что редкое растение не попало в список «чудодейственных».

Только в моей картотеке насчитывается 224 растения, с которыми связывают противоопухолевое действие. Не все истории достоверны, но я допускаю, что в части из них были счастливые исходы. Каждому больному человеку нужны для выздоровления свои природные компоненты. Удачное совпадение: потребность организма — нужное растение, в жизни встречается не так уж редко. Весть о выздоровлении проносится по округе, следует серия неблагоприятных исходов. Ведь растение было необходимо только тому счастливо выздоровевшему человеку.

Приходят иногда пациенты с просьбой найти только какие-либо конкретные малоизвестные растения: подмаренник цепкий, проломник северный, девясил британский, кермек Гмелина, бодяк щетинистый, карагану древовидную, чистец болотный и т. д.

Все они есть в картотеке. Показываешь искомую травку и мысленно желаешь человеку удачи. Если б мысли действительно материализовались в такой степени, в какой пытаются нас убедить приверженцы восточных религий.

Последовательно, путем пробного лечения подбирать эффективные растения, как, например, при хронических гастритах или бронхитах, времени онкобольному не отпущено.

Поэтому, назначая неядовитый состав трав при раке, я придерживаюсь принципа многокомпонентности сбора, надеясь на мудрость организма. По частоте счастливых историй и описаний на первых местах: лопух большой (корень и надземная часть), пион уклоняющийся (корень), чага, репешок волосистый (подземная и надземная части).

Из них только пион слабо ядовит, что в многокомпонентном сборе значения не имеет.

Эти четыре растения я стараюсь включать в сборы всегда, добавляя другие, исходя из особенностей конкретного больного. Обязательно учитываю пораженный орган.

Если нет возможности посоветоваться со специалистом, смелее самостоятельно подбирайте сборы из нетоксичных трав. Опасности неправильного подбора преувеличены, организм корректирует и врачебные сборы. Случалось не раз, когда люди, много лет проработавшие с травами, начинали говорить о сборах из тридцати и более трав, идеально подобранных ими по количеству, химическому составу и свойствам. Я начинал улыбаться в глаза, независимо от ранга и положения человека. Сказки это. Для идеального подбора компонентов тридцати трав не хватит ни знаний науки, ни жизни человека. А тут еще такие разные люди.

С другой стороны — опыт работы старенькой бабушки Таисьи Григорьевны, которая немало лечила людей за свою жизнь. Один из ее методов, универсальный для всех, состоял в следующем. Все известные ей травы (мне смогла назвать 43) смешивала приблизительно в равных пропорциях, готовила из них водные настои, консервируя для хранения спиртом и медом.

Рассуждения ее сводились к следующему. Организм наш, непонятно кем и когда сотворенный, куда более умный и совершенный, нежели самоуверенный разум. И надо этому организму, для того чтобы справился с болезнью, дать разнообразнейший набор витаминов и микроэлементов в небольших дозах. Хорошее он выберет, с плохим справится, глядишь, и победит недуг.

Поскольку в разные сезоны Таисье Григорьевне удавалось набирать разное количество трав, сборы постоянно менялись. Осложнений старенькая целительница за сорок летработы не отмечала.

Десять, пятнадцать доступных трав являются важным подспорьем организму в борьбе с раком. С увеличением количества трав возрастает ассортимент биологически активных веществ и снижаются побочные действия отдельных растений.

Наиболее близок к оптимальному — индивидуальный сбор, составленный фитотерапевтом после общения с пациентом.

Суточная доза варьируется в широких пределах, она не должна быть меньше столовой ложки сбора на стакан кипятка.

Курсы приема — по месяцу, с семидневными перерывами. Через 2—3 месяца, во избежание привыкания и ослабления действия, компоненты сбора целесообразно хотя бы частично менять.

Существует целая серия лекарств, которую образно можно назвать «народными фитопрепаратами».

Вот один из примеров:

Чага — 150 г (измельчить). Водка — 500 г.

Алоэ — 500 г (пропустить через мясорубку). Мед — 300 г. Сахар — 250 г. Сок подорожника — 200 г. Настойка полыни— 10 мл.

Сосновые почки, настой (25 г в литре кипятка, настоянные в течение 6 часов).

Все смешивается, настаивается при комнатной температуре 3—5 суток, процеживается, принимается по 1—2 столовых ложки два раза в день за 30 минут до еды. Существует множество вариантов.

Если такие рецепты не токсичны, не возражаю против их изготовления и приема. Они удобны в применении, приготовлены собственными руками. Скрупулезная рецептура и сопроводительная характеристика оказывают мощное психологическое воздействие.

ОБ АДАПТОГЕНАХ

В главе по профилактике я указываю на пользу адаптогенов. Сейчас расскажу подробнее.

Прошло более десяти лет, как Алтайский онкологический центр посетила заведующая лабораторией онкофармакологии Томского НИИ фармакологии профессор Кассиния Валентиновна Яременко. Приехала и перевернула мое представление об этой группе растений. Мало русскому человеку услышать: месяца не прошло — поехал в Томск убедиться

в ошеломивших меня результатах. С тех пор стараюсь наблюдать за работой лаборатории. Кассиния Валентиновна живет и работает в настоящее время в Санкт-Петербурге. Лаборатория продолжает свое дело, возглавляемая не менее талантливым и обаятельным ученым — Зуевой Еленой Петровной.

Что же поразило меня и, надеюсь, поразит вас. Адаптогенные травы (женьшень, золотой корень, маралий корень, элеутерококк и др.) считались стимуляторами роста опухоли. Их не назначали онкологическим больным.

Что делали в лаборатории: наблюдали за мышами, прививали им злокачественные опухоли, отслеживали результаты оперативного и химиолучевого лечения. Мыши—короткоживущие особи: в течение года результаты налицо. Половине мышей давали адаптогены, половине — нет. Результаты— судите сами:

1. Профилактика возникновения опухолей.

Опыты на мышах высокораковой линии A/Sn проводились в 1985—1987 гг. В рацион опытной группы добавляли родиолу розовую (золотой корень). Частота появления рака снизилась в 3,3 раза по сравнению с соответствующим контролем.

2. Возрастание процента полного излечения при совместном применении адаптогенов и химиопрепаратов.

К известным травам типа женьшеня после работ лаборатории попал... самый обыкновенный подорожник. У него несколько другой адаптивный механизм, но те же результаты. При лечении привитых опухолей одним сарколизином (химиопрепарат) полное излечение наблюдалось у 12% мышей, при совместном применении сарколизина и сока подорожника — у 75%!!!

3. Увеличение продолжительности жизни от совместно- го применения растений и химиотерапии (при невозможности полного излечения).

От сарколизина у мышей с опухолями продолжительность жизни увеличивалась в 2 раза, от сарколизина и золотого корня — в 3 с лишним раза по сравнению с контрольной (без лечения) группой. Удлинение жизни происходит за счет замедления роста опухоли, а не стимуляции его!

Подобные результаты наблюдаются и от других адаптогенов.

4. Предупреждение «взрыва метастазирования».

Я уже говорил, что нет пока при раке средства лучше своевременной операции. Но рак коварен и долго незаметен. Появление первых симптомов часто говорит о большом распространении процесса. Несвоевременная операция, даже «пробная лапаротомия» (разрезали, посмотрели, зашили), часто вызывает в послеоперационном периоде «взрыв метастазирования» — бурное развитие метастазов. В народе указанное состояние объясняют просто: «воздух в живот запустили». В опытах на мышах показано, что при приеме адаптогенов до и после операции «взрыв метастазирования» предотвращается более чем в 50% случаев.

5. Ослабление побочных действий химиолучевой терапии.

Доказано, что при совместном применении с адаптогенами ослабляются поражения слизистых оболочек и органов кроветворения при химиолучевом лечении. На образном языке больных «меньше падают лейкоциты и гемоглобин».

Уместно заметить, что улучшают показатели крови и мочегонные сборы трав при химиолучевой терапии за счет более быстрой очистки крови от токсинов. Противоопухолевый эффект при этом не уменьшается.

Можно было бы продолжить, но, думаю, достаточно, чтобы прийти к однозначному выводу: адаптогены необходимы и незаменимы на всех этапах лечения онкологических больных. Конечно, я старался показать лучшие результаты лаборатории. Все они опубликованы в научной литературе (см. список литературы).

Показать подобные результаты в онкологических клиниках сложнее: другие временные измерения, многокомпонентность лечения и т. д. С людьми не экспериментируют их лечат. Тем не менее, ряд работ убедительно показывает пользу адаптогенов в комплексном лечении раковых больных (Лазарев А. Ф., Шойхет Я. Н., 1996 г.; Гвамичава Л. Р. с соавторами, 1966 г.; Назаренков В. Р., Мягкий М. А., 1968 г.; Цейтлин Г. Я., 1979 г. и др.).

Если объяснить упрощенно, это выглядит так: у организма имеется совершенно определенный уровень обмена веществ, мало подверженный колебаниям, так называемый гомеостаз. И раковые опухоли, и жесткие методы лечения

могут его нарушать, порой необратимо. Адаптогены в меру своих сил восстанавливают гомеостаз, способствуя лучшим результатам.

Немного осталось врачей, которые выступают против этой группы растений. Чаще они недооценивают роль каких-то там «травок» в лечении и именно по таким соображениям забывают их назначать.

Не забывайте об этом те, для кого пишу сейчас книгу. Здесь тот случай, когда самолечение поможет и не принесет вреда. Принимайте аптечные настойки элеутерококка, женьшеня, родиолы, левзеи и т. д. в обычных дозировках (20—30 капель 2 раза в день утром и в обед в небольшом количестве воды за 30 минут до еды). Предостережения посмотрите в главе по профилактике. Приходите к нам за адаптогенными смесями, пейте в летнее время сок подорожника и консервируйте его на зиму (добавляя 20—25% медицинского спирта).

Остановлюсь на некоторых отдельных растениях и вопросах.

Чемпион по популярности среди жителей Алтая — лопух. Не токсичен. Используются все части растения: корни, листья, семена. Применяются наружно и внутрь при самых различных заболеваниях. Корни копают весной, при появлении первых ростков, или осенью, после увядания надземной части обязательно не плодоносящего растения. Лопух—двулетник, поэтому после плодоношения корень погибает. Молодые листья собирают в первой половине лета до их огрубения.

В лечении онкологических заболеваний препараты лопуха чаще используются в виде натурального сока, консервированного медом и спиртом. Сок отжимают с помощью мясорубки или соковыжималки. На 500 граммов добавляют по 150 г меда и спирта, хранят в холодильнике, принимают по 1—2 столовых ложки 3—4 раза в день за 30 минут до еды.

В сок из надземной части можно добавить в 2—3 раза больше меда, так как он очень горький по вкусу. В соотношении 1:1 с медом сок неплохо хранится в холодильнике без спирта.

Настой семян пьют как общеукрепляющее средство.

Большой популярностью в народе пользуются морковь и свекла. Общеизвестен описанный в прошлом веке Н. И. Пироговым достоверный случай излечения раковой язвы тертой морковью.

Не вызывает сомнений мощное общеукрепляющее воздействие свежеприготовленного сока моркови.

Венгерский ученый А. Ференци (1955 г., 1959 г.) сообщил о применении красной свеклы в лечении 56 больных раком IV стадии. В течение 2—3 месяцев пациенты принимали ежедневно по 200 г свеклы. У всех наблюдалось значительное улучшение: больные прибавляли в массе, улучшались самочувствие и аппетит, у некоторых уменьшалась в объеме опухоль. Однако вскоре после прекращения лечения наступал рецидив.

Так как свекла быстро приедается, целесообразнее чередовать прием в сыром и вареном виде. Действие не зависит от способа приготовления.

Данные были впоследствии подтверждены другими исследователями.

Исходя из сказанного, красная свекла и морковь всегда должны быть на столе онкологического больного.



Сведения по народной медицине, собранные А.Б.Николаевым

В 1993 году судьба свела меня с А. Б. Николаевым. Свела не случайно, я долго искал встречи с ним и ни разу впоследствии об этих поисках не пожалел.

Ботаник по образованию, светлый по человеческим качествам, Александр Борисович посвятил более сорока лет сбору сведений по народной медицине. Собирал с присущей ему аккуратностью и порядочностью сначала по роду службы, затем — по зову души.

Перед самым переизданием книги он попросил процитировать слова профессора И. А. Кассирского (1966 г.): «Неправильно считать, будто наблюдать и разгадывать тайны природы могут только ученые в стенах лабораторий. Практические наблюдения нередко решают многие вопросы раньше, чем специально поставленные исследования. Народные массы повседневно встречаются с природой, миллионы глаз пристально всматриваются в тайны мира. В продолжение тысячелетий у людей накапливается огромный опыт. Задача подлинной науки заключается в том, чтобы не пренебрегать этим опытом, отбросить все неправильное и лишнее, но в то же время научно осваивать и использовать все ценное».

В профилактике и лечении заболеваний Александр Борисович высоко ценит пыльцу растений. Воспроизвожу его статью из газеты «Сельская жизнь» от 8 мая 1993 года.

ЦВЕТОЧНАЯ ПЫЛЬЦА — ПРИРОДНЫЙ ДАР ЗДОРОВЬЯ

Лекарственные препараты, состоящие из многих компонентов, начинают привлекать к себе все большее внимание медиков. Есть все основания предполагать, что таким средствам принадлежит большое будущее. Они нормализуют биохимические процессы, расстроенные болезнью, удовлетворяют потребность в витаминах и солях, повышают устойчивость организма к инфекциям и неблагоприятным внешним факторам.

Еще в 1949 году академик Н. Цицин высказал мысль, что такого рода целебные соединения нужно искать и среди природы. «Биопрепараты, которые человек научится в недалеком будущем приготавливать главным образом из пыльцы, – писал он, – будут иметь настолько широкое применение, что даже трудно себе представить в данное время». Он обратил внимание на то, что добрая половина пчеловодов отличается долгожительством потому, что она систематически потребляет пергу — пыльцу с медом.

Чем же замечательна пыльца? Поскольку она является мужскими половыми клетками цветковых растений и предназначена для оплодотворения женских половых клеток в цветке, то каждое пыльцевое зернышко несет в себе бесчисленное множество единиц наследственности — генов. Однако нельзя обеспечить жизненные процессы потомства без набора питательных веществ. И действительно, в каждой пылинке таких веществ обнаружено более сотни.

Цветочная пыльца содержит в больших количествах все заменимые и незаменимые аминокислоты, все витамины, минеральные соли, крайне необходимые для нашего организма ферменты. Она содержит 27 минеральных веществ, каждое из которых имеет исключительно важное значение в нормальной жизнедеятельности организма человека. Никакая лаборатория не в состоянии создать такой многокомпонентный продукт, какой уже имеется в живой природе.

В ряде стран цветочную пыльцу уже давно используют как ценный, отличающийся поливитаминностью, диетический продукт. В Болгарии, например, продают обогащенный пыльцой мед. В Румынии из цветочной пыльцы фармацевты создали препарат, содержащий витамины группы «В», углеводы, протеины, минеральные вещества. Выпускается он в виде таблеток, прописывается детям, ослабленным людям и спортсменам для поддержания формы.

Еще в 1954 году на Международном конгрессе в Копенгагене фран-

цузские ученые Реми Шовен и Ален Кайя сообщили, что систематическое употребление пыльцы укрепляет защитные силы организма, излечивает целый ряд желудочно-кишечных болезней, особенно колиты (воспаление толстой кишки), анемию (малокровие) у детей, быстро увеличивая число красных кровяных шариков.

В 1959 году А. Кайя опубликовал во Франции монографию о цветочной пыльце – труд большого научного значения. В 1965 году тот же автор доложил на XX Международном конгрессе пчеловодов в Бухаресте, что шведские медики Э. Упмарк и Г. Джонсон своей работой в клиниках Упсальского и Лундского университетов доказали, что пыльца оказывает исключительное действие при лечении простатита (воспаление предстательной железы) и аденомы ее. Более того, пыльцу в таких случаях можно использовать и как профилактическое средство. Шведский препарат из пыльцы «цернилто» уже более двух десятков лет применяется во многих странах для лечения и профилактики простатита и аденомы простаты. По мнению А. Кайя (1965 г.), если каждый мужчина после 40—45 лет периодически станет употреблять по 15 граммов пыльцы в день, то в значительной мере гарантирует себя от тяжелых страданий.

Большие перспективы сулит использование пыльцы для борьбы с преждевременным старением. Установлено, что при старении в тканях и органах людей и животных значительно уменьшается количество витаминов, многих аминокислот и минеральных веществ, чрезвычайно важных для нормального протекания обмена веществ. Но ведь комплекс именно этих веществ и дает нам природа в виде цветочной пыльцы.

Использование пыльцы далеко не ограничивается диетическим питанием, медициной, косметикой. Народное хозяйство имеет возможность использовать пыльцу много шире, например, в сельском хозяйстве. Уже установлено, что даже незначительная добавка пыльцы к корму птиц и домашних животных повышает привесы и устойчивость к заболеваниям. В рыбных хозяйствах пыльцой можно прикармливать мальков. Нет сомнения, что и на кролефермах, зверофермах примесь пыльцы к кормам улучшит качество ценных мехов.

Собирая сведения о цветочной пыльце, я натолкнулся на журнал «Огни Болгарии», № 1 за 1968 год. Очень интересные факты приводит журнал. В частности, сообщает, что «большую сенсацию вызвало выздоровление молодой датчанки Иды Эльмгард, приговоренной врачами к смерти. После перенесенной тяжелой болезни мозга она постепенно теряла слух, зрение, речь. Девушку спасли инъекции экс-

тракта цветочной пыльцы, и, к изумлению врачей, она снова обрела зрение, речь, слух». Да и мне, когда я собирал сведения по народной медицине методом опроса населения, приходилось временами получать письма с отзывами на лечебные свойства пыльцы. Приведу некоторые из них.

- А. Г. Забалуев из Баку сообщил, что острый гастрит и упадок сил отравляли ему жизнь. В начале мая с сосны он собрал 2 килограмма пыльцы и начал принимать ее по 1 чайной ложке перед обедом. Очень быстро гастрит перестал мучить, восстановилась бодрость духа.
- В. П. Кузьменко из города Марганец Днепропетровской области организовал коллективный сбор пыльцы с разных неядовитых растений. Удалось собрать два килограмма, которые поровну отдали малокровному мальчику и пожилому мужчине, страдающему простатитом. В обоих случаях действие было необычайно эффективно, излечение полное.
- Э. А. Горбачевский из города Лозовая Харьковской области сообщил, что знает женщину, которой 87 лет. Она никогда ничем не болела, потому что когда была ребенком, ее мать настойчиво кормила многочисленных детей пыльцой, собираемой со ржи. Хлеб, намазанный маслом или медом, густо посыпала пыльцой, при этом говорила, что пыльца спасет их от всех болезней. Так оно и было все дети выросли здоровыми, стали долгожителями.

Ветврач И. Ф. Сластников из села Сорвижы Кировской области тяжко заболел дизентерией. Врачи длительно лечили, но болезнь перешла в хроническую форму. Собрав весной пыльцу сосны, начал принимать по чайной ложке 2–3 раза в день. Очень быстро поправился.

Мне могут возразить — как же собрать пыльцу в достаточном количестве? Но и эту трудность при желании можно преодолеть. Уже появились пыльцеуловители различных конструкций. Пользуясь ими, можно собрать пыльцу в больших количествах. Есть среди них и нехитрые устройства. Во время воскресной прогулки семья из трех человек может собрать до килограмма пыльцы. При этом, конечно, надо учесть, что пыльца некоторых растений — например багульника, белены, аконита — ядовита. Но подавляющее большинство растений, особенно сосна, тополь, береза, лещина, дают ценную пыльцу, а с кукурузы без всяких приспособлений можно собирать сотни килограммов пыльцы, что может принести фермеру больший доход, чем сама кукуруза. При этом сбор пыльцы совершенно не отразится на урожае зерна.

Отдавая дань уважения, с разрешения Александра Борисовича, привожу выдержки из его богатейшей коллекции. Понимаю, что часть сведений субъективна, порой наивна с точки зрения врача-онколога, но письма написаны разными людьми во Всесоюзный институт лекарственных растений. Написаны с искренним желанием помочь быстрее справиться со смертельно опасным заболеванием. Далеко не всегда у института была возможность проверить сведения.

Я выбрал рецепты неопасные, их применение в качестве дополнительных методов не принесет вреда.

Арбуз (Citrullus vulgaris Schrad.)

По данным опроса.

Шишов из Краснодара. Брать только темно-зеленые арбузы; обмыв, соскоблить с корки зеленую, богатую хлорофиллом часть, высушить.

Один грамм этого сухого порошка заварить стаканом кипятка, полчаса настаивать и выпивать маленькими глот-ками, как чай. Делать это раз в сутки. Применять при раке рта, пищевода, желудка.

Горец змеиный, раковые шейки (Polygonum bistorta L.) По данным опроса.

Было два сообщения, что корни применяют в быту как противораковое средство.

А. М. Реученко (БССР, Могилевская обл., Чауский район, п/о Драковка, деревня Риминка) сообщает, что местные жители корнем растения пользуются при раке печени и желудка. Называют растение «рак-корень». Настаивают на водке или самогоне и принимают по одной столовой ложке три раза в день до еды. Были случаи, когда врачи уже отказывались оперировать больного, считая безнадежным, а это средство излечивало, и доживали больные до глубокой старости.

Девясил высокий (Inula helenium L.)

По данным опроса.

С. Короновская, Москва. Порошком корня лечат раковые опухоли.

X. Булатов (Узбекистан, Андижанский район, ст. Савай) сообщил, что местные жители травой, цветами и корнями девясила лечат рак, в то время как аптеки его рекомендуют только при простуде.

Земляника лесная (Fragaria vesca L.)

По данным опроса.

А. П. Индеров из Чувашской АССР сообщил о благотворном противораковом действии чая из корней земляники и клубники, особенно при раке легких.

Каланхоэ, живое дерево (Kalanchoe Sp.),

По данным опроса.

Ф. Л. Козлов, г. Элиста. Половинку — один лист этого комнатного растения съедать, хорошо разжевывая, 2—3 раза в день за час до еды. Этим простым средством много больных, которым не помогли врачи, избавились от страданий, операций и смерти с диагнозами: рак желудка, язва желудка, цирроз печени, холецистит, другие болезни печени. Так, мужчина в 80 лет излечил рак желудка свежими листьями каланхоэ.

Карагана древовидная (акация желтая)

(Caragana arborescens Lam.)

По данным опроса.

М. И. Дорофеева из Москвы сообщила, что видела женщину, которой врачи поставили диагноз рак матки и молочной железы, считая ее безнадежной. Она вылечилась и после этого 15 лет живет. По совету травницы принимала три раза в день по столовой ложке (потом по рюмке) водочную настойку из цветков (горсть на 0,5 литра водки).

Клюква (Vaccinium oxycoccus L.)

По данным опроса.

Корр. Х. На Курильских островах был случай, когда больному раком желудка шаман рекомендовал пить сок клюквы. Через год врачи констатировали полное рассасывание опухоли.

Лабазник шестилепестный (Filipendula hexapetala Gilib.)

С. М. Кит и В. М. Годун, 1964 г. «На территории западных областей Украины местными жителями широко используется лабазник как противораковое средство».

По данным опроса.

Н. И. Соломченко, врач из Донецка. Корнеклубни («земляные орешки») — 100—200 г измельчить и залить 0,5—1 л водки, две недели настаивать. Принимать по чайной ложке 2—3 раза в день как противораковое средство. На курс лечения — 3 литра.

Левзея (маралий корень) (Leuzea carthamoides D.C.)

Ф.С.Ханеня, проверяя растение на противораковую активность, нашел, что растение весьма перспективно, особенно если применять не только корень, а все растение целиком.

По данным опроса.

П. С. Зеленко, Алтай. Знает случаи излечения рака (нижней губы, желудка, грудной области). Готовились в домашних условиях водные или водочные вытяжки корня. После шести месяцев приема опухоли рассосались.

Лук репчатый (Allium cepa L.)

Шелуха лука содержит красящее вещество кверцетин, который действует как Р-витамин, он задерживает развитие опухолей («Вопросы онкологии». 1962, № 7. С. 93).

По данным опроса.

Врач Соломченко Н. И. из Донецка сообщил, что в быту рак лечат луком синего сорта (острые сорта). Отцеживают через три слоя марли 0,5 литра сока, смешивают с 0,5 литра коньяка, сутки настаивают и принимают по одной столовой ложке три раза в день до еды. На курс лечения требуется 3 литра.

Лютик едкий (Ranunculus acris L.)

По данным опроса.

Е. К. Яушевская сообщила, что у женщины на щеке под глазом был кожный рак. Врачи предложили операцию, но больная отказалась, а когда согласилась, врачи нашли, что поздно. Дома стала прикладывать цветы лютика, излечила себя полностью.

Овощные соки

В. П. Гончаренко. В клинике Краснодара оперировали больного. Рак желудка оказался столь запущенным, что проф. Керопиан ограничился осмотром, не затронув опухоль.

По совету травницы приготовили смесь из соков моркови, репчатого лука, редьки и свеклы, по стакану каждого. Туда добавили 3 стакана сахара, полстакана водки. Взбалтывали до растворения сахара и сутки давали отстояться.

Больному давали по столовой ложке три раза в день за полчаса до еды. Перед приемом смесь взбалтывали. Постепенно больной полностью поправился.

Вскоре после опубликования первого издания книги одна из моих больных принесла изготовленный по данному рецепту состав, немного видоизменив его. Вместо 3 стаканов сахара взяла стакан меда и стакан сахара. Принесла со словами: «Половину для себя, половину Вам, Сергей Валерьевич, для профилактики». Получился приятный напиток, с удовольствием выпил, правда, тоже видоизменив схему, перенеся весь прием на вечер, т. к. запах лука слабо, но чувствуется.

Подорожник большой (Plantago major L.)

По данным опроса.

- Е. Бабаева из Иркутска сообщила, что в Забайкалье настойку корня подорожника пьют как противораковое средство. Настаивают на водке.
- П. П. Якуткина, Дальневосточный край. Сок подорожника с медом в соотношении 1:1 по 1—3 столовой ложке три раза в день народное, часто верное средство при белокровии.
- Я. К. Верьяненков, Воронежская обл. Рак желудка и кишечника в быту часто лечат отваром подорожника, медленно высушенного на чердаке. Растение засушивается целиком, с корнями.
- А. Б. Николаев 10 июня 1963 г. собрал листья подорожника большого и передал заведующему лабораторией противораковых средств ВИЛАР Ф. С. Ханеня и получил от

него ответ: лучшего средства против рака, чем это, пока не знает, получены факты очень убедительные.

Подсолнечник (Helianthus annuus L.)

По данным опроса.

С. Плаксин из Подольска в 1974 г. устно сообщил, что женщине по поводу фибромиомы предложили делать операцию, она отказалась и по совету травницы начала лечиться: 100 г желтых лепестков подсолнечника (свежих или сушеных) 2 недели настаивала в трех литрах водки. Систематически принимала эту настойку (дозу не указал, не знает), опухоль рассосалась. Этот рецепт в Сибири некоторые знают и хранят под секретом.

Из Оренбургской области (Ново-Орский район, с. Ново-Орск) сообщили, что в быту отвар из сушеных лепестков подсолнуха пьют как противораковое средство. Более подробных сведений нет.

Полынь обыкновенная, чернобыл, чернобыльник (Artemisia vulgaris L.)

Корр. X. сообщила: отказавшись от удаления фибромиомы матки, начала пить настой травы, и опухоль рассосалась, пила без нормы как чай.

М. Саратовкина из Москвы сообщила, что ей известны больные, от которых врачи отказались, обрекая на смерть, а они вылечились тем, что пользовались чернобыльником вместе с корой осины. Брали поровну траву и кору, мелко секли и заваривали как чай. Пили вместо воды и чая без нормы. За 2 месяца такого лечения исчезали боли, рассасывались опухоли. Сначала такой настой действовал отхаркивающе до розовой мокроты, постепенно все нормализовывалось.

Ромашка (Matricaria sp.)

Н. А. Богоявленский, 1955 г. По материалам древнерусской письменности (XI—XVII вв.) среди средств лечения рака народная медицина упоминает ромашку, особенно при раке матки.

По данным опроса.

Ф. А. Асраров, Пермская обл., г. Кизел. Вся трава ромашки безъязычковой в отваре, внутрь и наружно, как противораковое в народе.

Сабельник болотный (Comarum palustre L.)

В. П. Иванов (генерал-майор инженерной службы), Москва. Сообщил, что его брат лежал в больнице с диагнозом лейкоз (рак крови). Врачи обрекли его на смерть через 5—7 дней; выписали умирать дома.

Случайно узнав об исцелении ряда больных с такой же болезнью, жена брата достала настойку из сабельника болотного. Немедленное употребление настойки закончилось тем, что брат через полтора месяца поправился полностью в свои 70 лет. Нужно столовую ложку измельченного корневища на 0,5 литра водки. Принимать по одной столовой ложке три раза в день за полчаса до еды. На курс лечения требуется 3 литра. Через 6 лет В. П. Иванов вновь сообщил уже несколько измененный рецепт: порубив мелко корневище сабельника, отмерить пол-литровую банку, залить эту порцию литром водки, настаивать 3 недели. Принимать по одной столовой ложке три раза в день. Брат его жив и здоров.

Очень удивлен и возмущен, что медики совершенно не интересуются сабельником болотным.

Свербига восточная (Bunias orientalis L.)

По данным опроса.

З. С. Вьюкова (врач) из Москвы сообщила, что употребление в пищу молодых, очищенных от грубой кожицы стеблей свербиги излечивает кожный рак. Так, у четырех больных с опухолями на лице употребление в пищу около двух килограммов свербиги в течение 4—5 дней приводило к отделению опухоли. На ее месте появлялся зуд (его нельзя расчесывать). Постепенно зуд исчезал.

Чем больше съедать свербиги, тем полезнее для больного. Есть без нормы, как обычный салат.

Очищенные стебельки свербиги издавна являются лакомством для детей. Эти стебли имеют своеобразный запах и вкус, напоминая редьку.

Спаржа лекарственная (Asparagus officinalis L.)

По данным опроса.

К. В. Морозов из Курской области сообщил, что в быту травой спаржи лечат рак. Небольшое количество травы кипятят 5 минут на малом огне, потом 30 минут томят.

Принимают по 1/2 стакана 4 раза в день. Еще из травы готовят ведро напара для ванн: этим настоем больного обмывают 2 раза в день. Настой не выливают, а хранят 5 дней для ежедневных обмываний. Сначала больного обмывают обычной теплой водой, потом теплой водой со спаржей. Такие обмывания хорошо залечивают все раны на теле.

Сосна обыкновенная (Pinus silvestris L.)

По данным опроса.

Корр. X. Больная раком желудка не оперировалась по причине тяжелого сопутствующего заболевания, но дома сама себя вылечила: пила водный настой почек сосны, добавляя в настой мед.

Т. А. Бурева из Минска. Сообщила, что у женщины-врача признали рак пищевода в запущенной форме, отказались лечить. Больная приготовила водочную настойку из пыльцы сосны (40% бутылки занимала пыльца и 60% — водка). Больная принимала средство маленькими глотками и сравнительно быстро поправилась.

И. Ф. Сластников (ветврач), Кировская обл., Арбажский район, с. Сорвижи. У женщины был рак влагалища с прорастанием в прямую кишку. Больную признали безнадежной, но она излечилась, применяя наружно и внутрь пыльцу сосны.

Сам ветврач заболел хронической формой дизентерии. Излечился, принимая пыльцу сосны по чайной ложке три раза в день. Через 2 недели был совершенно здоров.

М. Пименова, Москва. Знакомую женщину, больную раком желудка, в неоперабельном состоянии выписали домой. Родственники собрали ранней весной почки сосны (до их распускания), заваривали как чай, добавляя сахар, и поили больную. Постепенно излечили.

Тысячелистник обыкновенный (Achillea millefolium L.)

По данным опроса.

Мужчина излечил рак желудка — пил один год напар из тысячелистника. Также М. Ф. Ващенко излечилась от полипоза матки. Пила с молоком и сливочным маслом отвар тысячелистника.

Н. Малногова из Целиноградской области сообщила, что местное население отваром тысячелистника (трава с соцветиями) с медом лечит рак.

Укроп (Anethum graveolens L.)

По данным опроса.

П. П. Решетняк (врач-онколог) предложил изучить укроп как лечебное и профилактическое средство против рака. Применять в виде настоя всей травы; аналогично использовать петрушку и сельдерей. Также рекомендует эти растения применять в геронтологии.

Цикорий дикий (Cichorium intybus L.)

По данным опроса.

- И. Я. Пинскер (Москва) передала надземную часть (стебли с цветками) проверить на противораковое действие. Зав. лабораторией ВИЛАР Ф. С. Ханеня установил значительную активность растения в эксперименте, особенно при лейкемии.
- Φ . М. Мельников: растением лечат рак желудка, используют отвар всего растения или только надземную часть. Отвар готовят из 100 г травы на 1 литр воды. Принимать по 1 стакану 3—4 раза в день за 3 минуты до еды.

Череда трехраздельная (Bidens tripartita L.)

По данным опроса.

Корр. Х. Настой травы задерживает развитие раковой опухоли, если начать его систематически принимать.

Чеснок (Allium sativum L.)

Мадаус, 1938 г. (на нем. яз.). Народная медицина чесноком пользуется даже при раковых язвах, как сообщает Шульц.

Каспару, 1936 г. (на нем. яз.). Удалось установить в опыте

на животных: чеснок оказывал торможение развития раковых опухолей.

В. Э. Левин, 1965 г., рукопись врача. Ряд авторов — С. Р. Лоран, Л. С. Френкель, В. Э. Левин и др. считают, что употребление чеснока предохраняет от рака.

По данным опроса.

А. Я. Суворов, Костромская обл., г. Галич. Видел женщину, у которой врачи признали рак. Лечилась чесноком: очистить зубки без ножа от шелухи. Стакан зубков настоять в 0,5 литра водки, принимать по чайной ложке настойку три раза в день перед едой. Быстро поправилась.

По данным опроса.

Н. Г. Матвеева из г. Андижана сообщила, что чеснок помогает при раке матки и яичников. Предлагает отжатый сок из натертого чеснока смешать с пятью частями воды и использовать для спринцеваний.

Щавель конский (Rumex confertus Willd.)

По данным опроса.

- А. И. Гапопольская, Московская обл., пос. Александровка. В быту корнями конского щавеля, с добавлением листьев подорожника большого или среднего, лечат рак желудка. Готовят отвар (получается очень горький) и принимают по столовой ложке три раза в день перед едой.
- П. А. Бразицкий, г. Кишинев. Больная раком печени с распространением на легкие пила долго отвар метелок с семенами конского щавеля и вылечила себя сама. Потом пила отвар подорожника и спорыша.



ГЛАВА IV По следам русских печатных травников и цветников

Хотя данная глава представляет больше исторический интерес, на определенные мысли, небесполезные в борьбе с раком, она наводит.

Ограничусь лишь некоторыми трудами, изданными до нашего столетия. Найти их самостоятельно читателю затруднительно.

Печатные сочинения, содержащие сведения о лекарственных растениях, начали появляться в России с XVIII века. Над более ранними — рукописными — поработать пока не довелось.

Первым обобщающим руководством по растениям явилась книга Н. М. Максимовича-Амбодика «Врачебное веществословие» (1783 г.). Мне удалось просмотреть лишь одну из нескольких частей труда известного ученого, личного врача Екатерины II. Рецептов по онкологии не встретил.

Второй травник, к сожалению, назвать не могу, т. к. нет первых страниц. Его я переснял у А. Б. Николаева, которому книга досталась уже без титульного листа. Поэтому воспроизвожу 271-ю страницу и часть 272-й страницы прямо из книги в надежде, что кто-нибудь из библиофилов опознает и подскажет автора, название и год издания. Будем с Александром Борисовичем очень благодарны.

$\Gamma A A B A XV. -P.$ ОТДВЛЕНІЕ. 1. Оть рака.

Американскаго винограда свёжая трава,

корень. Phytolaccae herba, radix.

Прикладывать соко выжатой изо цвлаго сшебля и выпаренной на солнечномь жару до густоты мази.

Можжевельника Донскаго или Казацкаго листья. Sabinae folia.

употреблять присыпку, или катаплазмь.

Болиголовь, Цикута, ел сгущенной сокь. Cicutae, seu conii maculati herba, succus inspissatus.

Принимать вв порошкв отв зхв грановь до одного скрупула cb сахаромь; или экспракту оть одного грана до скрупула в день.

Красавицы, Сонной Одури ли тья, корень. Belladonnas folia, radix.

Принимать взрослому вв порошкв omb 5mm до 12mm грановь; младенцу отв одного до бти грановь вв двэстэих деи ичи : фров иопроиж

Катаплазмы делаются следующим образом:

траву мелко изрубить, налить на нее горячей воды столько, чтоб при смешивании было подобие жидкой каши, которая кладется в тряпку и прикладывается к больному месту (Сие показание Собирателево).

взрослому 2, 4, 8 грановь; младенцу 1, 1, 2, 3 грана; или наливку вь цьлой день изь скрупула сушелистьевь сь десятью ункипятку, по ложкъ всю; а цами снаружи употреблять катаплазмь.

Анхорадогная или Хинная корка. chinae, s. cortex peruvianus.

Принимать от скрупула до эолотника и больше вь порошкь; или наливку изв золошника самаго мвлкаго порошку св восьми унцами **МОНДОКОЖ** воды, настоянную чрезь 24 часа, по чайной чашкь.

Mopross. Danci valgaris, s. sativi radix. Принимать соку по ложко; а снаружи упопреблять катаплазмь.

Татарника свёжая трава. Cardui tomentosi herba recens.

Прикладывать корпію напоенную сокомь изь сей правы выжипымь.

Гран — в России до введения метрической системы мер 1 гран = $62,2 \text{ M}\Gamma = 0,0622 \text{ }\Gamma.$

В простонародье граном считали тяжесть одного ячменного зерна. Скурпул — в России до введения метрической сиситемы мер 1 скур- $\pi y \lambda = 20$ гран = 1,244 г.

Унция — в России до введения метрической системы мер 1 унция = 29.8г. Золотник — в России до введения метрической системы мер 1 золотник = 4,266 г.

Корпия – нащипанные из тряпок нитки, употреблявшиеся прежде вместо ваты (Прим. автора)

Пояснения к малоизвестным растениям:

K peyenmy № 1.

Американский виноград — вовсе не виноград, а лаконос американский, растение семейства лаконосовых. Внешне лаконос — гигантская трава высотой до трех метров. Родом из тропиков. Культивировался в винодельческих районах и одичал в теплоумеренных областях Кавказа, Украины и Молдавии. Как раз в XVIII веке сок ягод придавал светлым винам красивый красный цвет. В настоящее время из-за токсичности как краситель не применяется. Растение входит в фармакопею ряда стран. В онкологии использует только народная медицина.

K рецепту № 4.

Красавицей и Сонной одурью называли белладонну (красавку). Известное ядовитое растение, культивируемое как сырье для медицинских препаратов. В диком виде растет в горных районах Крыма, Кавказа, Карпат. Требует осторожности в применении.

K peuenmy № 5.

О хинном дереве слышали многие, но редко кто из россиян видел. Произрастает оно в Южной Америке. Печально известный в сталинское время академик Лысенко указывал, что надо постепенно из поколения в поколение приспосабливать к нашим суровым условиям капризное растение. Не приспособили.

В травнике 1817 г. Кашинского есть другой путь. Автор пишет, что полноценным заменителем хинной корки во всех отношениях (в том числе и для снижения температуры) является корень гравилата городского. Об этом растении, наоборот, почти никто не слышал, но все видели. Обычная для России трава. Любой ботаник по вашей просьбе покажет ее.

K peuenmy № 7.

Татарником в науке сейчас называют другое растение. В данном случае речь идет о чертополохе. А так как в народе чертополохом называют несколько совершенно разных растений, для выявления «истинного» без ботаника опять же не обойтись.

Следующий травник на нашем пути — Доктора Медицины и Хирургии Ивана Кашинского, изданный в 1817 г. Автор посвятил свой труд его Величеству Императору Александру Павловичу — Самодержцу Всея России.

За хорошее отношение к врачам и медицине Кашинский даже посвятил императору Александру стихи:

Великий Александр! Должайший век живи, Делами громкими вселенну удивляя, Залог божественной к Отечеству любви И благоденствие повсюду назидая.

Я думаю, многие медики нашего времени стали бы поэтами при хорошем к ним отношении.

Об Иване Кашинском знаю мало. Растения описаны подробно, со знанием дела, в строгом алфавитном порядке, но обрываются на букве «О». Видимо, не успел автор довести задуманное дело до конца -732 страницы. В книге нет указателя по заболеваниям, онкологические рецепты разбросаны по тексту.

Какие из них заслуживают внимания:

Авран лекарственный (Gratiola officinalis L.)

Растет по всей России на мокрых заливных лугах и болотистых местах.

«Экстракт, приготовляемый через отваривание в воде и выпарение сухой травы, почитается весьма действительным средством при затвердении желез, застарелых и раковых язвах. Для разводящего действия дается внутрь по 2—6 гран, растворив в столовой ложке мятной или другой ароматической воды поутру и вечеру».

Можно в тех же дозах давать порошок сухой травы. Передозировка вызывает жидкий стул и рвоту.

Вяз полевой (Ulmus campestris L.)

«Отвар корки употребляется для утоления болей, происходящих от внутреннего или сокрытого рака.

<u>Количество:</u> 1 или 2 унции молодой средней корки варят в 2-х фунтах воды, пока останется половина жидкости; процеженный отвар принимают по чайной чашке весь день, продолжая таковые приемы несколько времени».

Болиголов пятнистый (Conium maculatum L.)

«Внутрь в виде порошка или сгущенного сока одобряется в золотушном затвердении и раке того же свойства; также в нечистых раковых и венерических язвах производит хорошее нагноение; поправляет острую сукровицу, полагает оным пределы, очищает и, наконец, заживляет.

Снаружи в мешочках прикладываемая трава, распаренная предварительно в горячей воде либо сваренная в молоке в виде катаплазмы, разводит твердые опухоли.

Внутренним и внешним употреблением болиголовной травы вылечивали затвердение предстательной железы; даже маточный рак этим средством удачно пользовали Эргельберг, Молинари, Нолан, Лот; в затвердениях брюшных внутренностей, многими примерами удостоверяют Штерк, Кварин, Коллин и др.

<u>Количество.</u> Сухую траву дают в порошке сначала по одному грану, поутру и вечеру с сахаром, или солодкового корня порошком, умножая постепенно до 10–20 гран.

Снаружи прикладывают истолокши свежую болиголовную траву к зобу, переменяя 2 раза в день.

В виде мази смешивают порошок травы с медом, которая тоже хорошо очищает и заживляет раковые язвы.

Цорн свидетельствует, что деревенские мужики вылечивают открытый рак, прикладывая на язву болиголовные свежие листы, смазанные медом. Консбуух тоже пользовал удачно личные раки, отварив болиголовную траву в известковой воде и чаще оною примачивая.

<u>Примечания.</u> Менх напоминает: ежели болиголов при благоразумном употреблении в продолжение 4 недель желаемой пользы не оказывает или болезнь более еще усилится, то оставить должно!»

Белладонна (Atropa belladonna L.)

«Снаружи, свежие толченые листы, в виде катаплазмы прикладываемые, полезны в раковых затвердениях желез и злокачественных язвах, что подтверждают многочисленными примерами разные авторы. Равным образом и сушеные листы красавицы, в виде припарки снаружи прикладываемые, приводят в разрешение упомянутые опухоли. Амбодик, Куллен счастливо пользовал раки на грудях и губах приемом наружно и внутрь; Дегмер, Гуфеланд и др. – затвердения внутренностей, особенно желудка, печени, кишок и чревных желез.

Фон ден Блок одобряет во всех тех случаях, где болиголов никакого действия не оказывает.

Наливкою и отваром листов, внутрь и снаружи употребляемых, излечены были грудные раки в течение 17 месяцев.

Количество: должно внутрь давать с осторожностью!

Сухие листы или корень в порошке: по 1 грану до 3-х в день и мало-помалу возвышать прием до 6 и 8 гран взрослым людям; младенцам: от 1/8 до 1/4 грана и более 2–3 гран никогда не дают.

Если окажется сухость во рту, напряжение гортани или кружение головы — дозу уменьшают».

Морковь (Daucus sativus Roehl.)

«Снаружи свежая сочная морковь толченая или на терке истертая прикладывается в виде холодной катаплазмы к раковым язвам. Прикладка эта, переменяемая поутру и ввечеру, притупляет остроту едких язв, утоляет боли, укрощает отделение смрадной сукровицы, отражает гнилость, умягчает мозолеватые края упомянутых язв и, наконец, приводит оные к заживлению.

Морковная катаплазма, смешанная с травою болиголова в грудных, личных и губных раках, гораздо больше пользу оказывает, нежели одна морковь».

Мухомор (Amanita muscaria Quel.)

«Внутрь одобряется в затвердении гортанных желез или других частей и зобах. Снаружи порошком присыпают упорные злокачественные язвы.

<u>Количество.</u> Внутрь дается корень, истертый в порошок, от 10 до 20 гран с разведенным уксусом два или три раза в день.

<u>Примечания.</u> Часть корня, находящуюся в земле, собрав осенью, очистив, высушив и стерши в порошок, хранить в сухом месте, закупоривши хорошо в стеклянном сосуде. Шпренгель замечает, что это острое средство, неосторожно употребляемое, может причинить опасное воспаление!

Свежие грибы, собрав в свое время и искрошив, наполняют оными бутылку, которую, закупорив, зарывают в навоз, чтобы распустились в слизистую жидкость, которой натирают онемелые или параличные члены; иные к этой слизи прибавляют равное количество винного спирта, что гораздо бывает действительнее».

Вот откуда берет истоки народный способ приготовления сока из шляпок мухомора.

Как видим, большое значение придавали раньше наружному применению трав в лечении рака.

Последующие рецепты из травника Кашинского посвящены чисто наружному использованию.

Горец перечный (Poligonum hidropiper L.)

«Толченым прикладывается для разведения твердых холодных опухолей»*.

Гулявица чихотная (Achillea ptarmica L.)

Современное название — тысячелистник птармиковый, ближайший родственник тысячелистника обыкновенного, с более крупными цветками.

«Свежая толченая трава, прикладываемая снаружи, очищает гнилые язвы, разводит затверделые опухоли и помогает при начинающемся раке».

Девясил высокий (Inula helenium L.)

«Снаружи толченые листы прикладываются для разведения твердых опухолей, порошок корня, в виде мази употребляемый, такую же пользу оказывает».

Дурнишник (Xantium strumarium L.)

«Снаружи свежие толченые листья служат катаплазмою, разводящею золотушные и другие твердые опухоли».

Зверобой (Hypericum perforatum L.)

«Ежели в один фунт водяной или винной зверобойной настойки распустить один золотник поташу (калия карбоната), то оная снаружи, будучи прикладываема посредством напитанных полотенцев, хорошо разводит ушибы, затвердение грудей и других частей холодные опухоли».

Аир (Acorus calamus L.)

«Крепким отваром аира промываются цинготные, гнилые, венерические и раковые язвы».

92

 $^{^{\}star}$ Холодные опухоли — опухоли не воспалительного характера. Могут быть как злокачественными, так и доброкачественными. (Прим. автора).

Крапива (Urtica dioica L.)

«Толченые с солью листы прикладывают к раковым язвам не без успеха».

Одуванчик (Taraxacum officinalis L.)

«Свежий корень и листы истолченые прикладываются с большим успехом для разведения твердых и болящих опухолей».

Fopox (Pisum sativum L.)

«Гороховая мука, в виде сухой припарки прикладываемая, весьма хорошо разводит твердые опухоли грудей».

Тепловая процедура с гороховой мукой противопоказана при злокачественных опухолях. Дело в следующем.

При температуре тела 41°С и выше в течение нескольких часов погибают все раковые клетки, но это несовместимо и с жизнью человека. Хотя ученые интенсивно работают в данном направлении, нагреть тело выше 41°С безнаказанно пока не удается. Нагревание опухоли неравномерное и частичное, которое происходит при тепловых процедурах, стимулирует более быстрый ее рост. Поэтому любые процедуры с нагреванием онкологическим больным противопоказаны.

В 1818 году, через год после издания травника Кашинского, увидела свет новая книга «Полный настоящий простонародный русский лечебник» Доктора Философии и Медицины Феликса Лоевского. Это не травник, а, скорее, руководство по простым и доступным домашним народным средствам того времени.

В предисловии Лоевский писал: «Уверившись многократными замечаниями, а впоследствии и собственными опытами, что простой народ большее имеет доверие к простым лекарствам и оные охотно принимает ...всегда старался пользовать их от всяких приключающихся им болезней простейшими домашними средствами и в течение тридцатилетнего моего жительства в России видел от них желаемые успехи».

В V части XXII главы читаем:

«Дабы избавиться от рака, вернейшее средство есть сок морковный, или из травы тысячелистника, или будры*, или из всех, вместе смешанных, какие есть травной части принимать по столовой ложке пять раз в день и запивать молоком, и на рак прикладывать размазню из травы болиголова пополам с тертой морковью три раза каждый день, пока рак еще не открыт. Ежели он уже вскрылся, то прикладывать на корпии помянутый сок по крайней мере раз пять в сутки и более.

Один исцелил личный рак, прикладывая к нему жеваный шалфей.

Из свежей моркови приготовляется превосходное лекарство от рака следующим образом: взять свежую морковь, натереть ее на терке, слегка отжать. Потом разложить ее как густой пластырь на рану и хорошенько наполнить ею все ямки и полости, так чтобы везде к мясу непосредственно она прикасалась. Потом прикрыть оное сухою салфеткою. Сий пластырь каждые 12 часов переменять должно. Когда старое снимется долой, вымыть и очистить рану кисточкою из корпии в теплый увар болиголова. Средство сие в немного дней укрощает и прогоняет зловоние, с которым болезнь сия соединена бывает, гноение уменьшается и рана вместо едкой материи дает хороший гной. Следственно, состояние больного делается сносное.

Когда бы средство сие и никакого действия не произвело, то и сего уже много, что при продолжительном его употреблении, твердые и мозолистые края раны становятся мягки, опухоль уменьшается и мало-помалу совсем пропадает: нарастает здоровое мясо, рана заволакивается и, одним словом, излечивается ...Весьма хорошо при том, если бы больные больше ели морковь, вареную в молоке».

Первый российский атлас лекарственных растений был выпущен Доктором Медицины Императорского Московского Университета Профессором Ботаники Статским Советником Иваном Двигубским в 1828 году.

Согласно кратким сведениям, сопровождающим рисунки, к средствам, разбивающим холодные опухоли наружно, можно отнести еще душицу (Origanum vulgare L.), ягоды и листья вороньего глаза (Paris quadrifolia L.), ромашку аптечную (Matricaria officinalis L.), кислицу обыкновенную (Oxalis

^{*} Будра — обычное для России растение семейства губоцветных. Научное название — будра плющевидная (Glechoma hederacea L.)

acetosella L.), донник желтый (Melilotus officinalis L.), чабрец (Thimus serpyllum L).

Надземную часть подмаренника цепкого (Galium aparine L.), «стертую с салом, прикладывают к зобу».

Белены черной (*Hyosciamus niger L.*) **«толченые свежие листья**, смешанные со свиным салом или вареные в молоке, прикладывают снаружи для разбивания и смягчения разных опухолей».

Болиголов рекомендуется внутрь и снаружи при раке и ряде других болезней.

Вех попадает в немилость:

«Цикута (вех) (Cicuta virosa L.) принадлежит к самым сильным Европейским ядовитым растениям. Ее употребляют иногда только снаружи, прикладывая толченую к затвердевшим опухолям, внутрь же опасно давать; особливо ядовит её корень. В несчастных случаях отравления цикутою надобно произвести рвоту механическим образом или большим количеством воды теплой, смешанной с льняным или конопляным маслом; давать парное молоко, разведенный уксус и клейкия вещи».

Санкт-Петербург. 1871 г. Из типографии Скарятина вышла книга «Целебные силы природы. Полный целебный травник». 510 страниц. Больше не переиздавалась.

Мне этот травник дорог особенно. Его — без названия и первых страниц — несколько лет назад принесла показать одна из пациенток г. Барнаула. Изложение, объем знаний настолько увлекли, что я не поленился отыскать эту книгу, а заодно и другие, упомянутые здесь, в библиотеке Всесоюзного института лекарственных и ароматических растений под Москвой.

Неоценимую помощь оказал при этом сотрудник института, известный биолог, эрудит в области лекарственных растений, профессор Алексей Иванович Шретер, которому выражаю искреннюю признательность.

«Целебные силы природы» не имеют одного автора. Ниже названия написано: **«составлено по указаниям известнейших ученых медиков и народных врачей».**

Потому, возможно, информация здесь не однородна, порой противоречива. Возьмем все тот же болиголов. Кони-ин— основное его действующее начало. Справедливо написано, что **«действия высушенной травы непостоянны, т. к. кониин**

улетучивается, в сухой траве едва ли находятся даже его следы». А через страницу идут рецепты по использованию сухих листьев внутрь и наружно.

При полярности мнений даже скептики не отрицают совсем действие болиголова:

«С давних времен до сих пор некоторые врачи полагают, что от болиголова исчезают некоторыя опухоли, затвердения, гипертрофии и даже скирр*. Хотя он в большей части подобных случаев вовсе не действует или же полезен против отдельных проявлений, как против боли, раздражения, отека окружающих частей, однако не следует вовсе отрицать факта, что в отдельных случаях болезней, принятых за рак, болиголов производил коренное исцеление или способствовал к этому. Это особенно относится к туберкулезным, хроническивоспалительным страданиям лимфатических, брыжечных желез и опухолям, к подозрительным язвам кожи, губ, грудных желез, печени, селезенки и щитообразной железы; также к опухолям матки и грудных желез».

При случайном отравлении болиголовом **«дубильное ве**щество и жидкости, содержащие его, составляют, говорят, самыя лучшия противоядия».

К примеру, отвар корней кровохлебки, лапчатки или бадана.

В этой книге нашел я более или менее вразумительное описание травного пластыря, о котором часто упоминают в старых травниках:

«Так как болиголовный пластырь состоит из растопленной пластырной массы (из воска, канифоли и оливкового масла), к которой добавляют порошок травы, то он действует менее наркотически, а скорее как обыкновенный пластырь. Но он употребляется с большим доверием, как разрешающий болеутолительный пластырь при разных страданиях от мозолей до грудного рака; так им покрывают всю грудь чахоточных и дают пластырю лежать несколько дней».

^{*} Скирр — одна из форм рака. (Прим. автора.)

Последний «Полный русский словарь — травник и цветник» (Е. Н. Залесова и О. В. Петровская), о котором кратко упомяну, составляет 4 тома. Общее число страниц — 1152.

Начиная с 1898 г., в Санкт-Петербурге издавалось каждый год по тому. Написан травник двумя врачами-женщинами, что уже само по себе для того времени интересно.

Сведения по онкологии в основном повторяют предыдущие.

Авторы Е. Н. Залесова и О. В. Петровская тяготели и к гомеопатии — лечению сверхмалыми дозами растений. Гомеопатические показания, при всем моем уважении, вызывают иногда улыбку. Наверно, это от невежества. Так, «болиголов в гомеопатии... дается также от тоски, дурного расположения духа, чувства страха, грусти, при неохоте к труду и забывчивости».

Залесова и Петровская с чисто женской скрупулезностью записывали существующие народные и научные названия растений. Перечислю только два растения, и вы поймете, зачем я, засоряя текст, пишу в скобках единое международное латинское название. Пока вы просто читаете, можете не обращать на эти термины внимания. Если будете отыскивать растение для практического применения и прибегать к помощи биологов — термины просто необходимы.

Народные названия разных растений часто совпадают, внося путаницу.

Всем известна душица (Origanum vulgare L). Вот ее названия: Блошника, Блошничник, Блошница, Дрок, Душица, Бабина-душица, Душица боровая, Душница, Душка, Душмянка, Духовой цвет, Зеновка, Дикий зверобой, Клоповная, Костоломная трава, Ладанка, Лебедка, Материйка, Мацердушка, Мацеранка, Марынка, Мята лесная, Мята глухая, Мята полевая, Пчелолюб, Цветки, Чабер, Чистик.

Другое растение для примера — цикорий (Cichorium intybus L.).

Высокая придорожная трава с большими красивыми нежно-голубыми цветами. Корни добавляют иногда к кофе, широко используют в народной медицине. Перечисляю названия: Батоги, Батожки, Батог Петров, Батожок, Батоги синие, Горчанка осенняя, Папавка, Попутник черный, Подорожник, Придорожная трава, Пуговник, Солнцева трава,

Рыло свиное трава, Цикорий полевой, Цихорная трава, Цвет татарский, Цветок синий, Шербак, Баранья трава, Желтяница, Шкедра, Серпник, Кульбаба, Артишок.

Мы прикоснулись с вами к истории нашей Родины. Прислушались к мнению людей, которых уже нет, но которые искренне до сих пор стараются нам помочь.

Закончу краткий обзор словами из травника Горецкого и Вилька (1885 г.): «Дай Бог, чтобы наш труд принес хоть небольшую пользу для общего блага и народного здоровья».



ГЛАВА V

Рекомендации онкологическому пациенту

Я считаю эту главу основной. С нее лучше начинать пациенту и его близким. Долгие объяснения и второстепенные вопросы найдете потом в других главах.

Нелепо утверждать, что мои рекомендации — единственно верный и оптимальный путь. Но это путь, по которому иду я и мои больные в течение многих лет. Мне есть чем заняться в этой жизни. Поверьте, если бы не видел реальной пользы для больных, то никогда не решился бы взять на себя такую ответственность — помогать, когда помочь трудно, когда не всегда можно помочь.

Рак требует месяцы, а больной живет годы полноценной жизни — это ни с чем не сравнимая радость для врача.

Еще несколько лет назад от пациентов скрывали, что у них рак.

Я считаю это правильным. Не все находят в себе силы достойно сражаться, видя перед собой такого противника. Догадываться — одно, знать — другое. Реальность такова, что скрытый диагноз сейчас исключение, а не правило. Пошли по пути развитых западных стран, но там помощь, какую на данном витке истории наша страна не в состоянии организовать.

Итак, человек получает диагноз. В полушоковом состоянии он и его семья должны принимать жизненно важные решения. Советчиков вокруг «море»: разрешили писать все и лечить всем.

Основных направлений все-таки два: онкологический центр и народная медицина. Оба направления друг друга не любят и «золотой середины» не признают. И удач, и неудач хватает в обоих лагерях.

Так случилось, что мне оказались дороги оба пути, а при разумном сочетании я увидел лучшие результаты.

99

Пациент и его родственники по большому счету сами выбирают путь, соглашаясь или не соглашаясь на какое-либо лечение. Хочу, чтобы мнение онколога стояло в семейном «консилиуме» на первом месте. Раковых заболеваний — множество разновидностей. Каждое по-своему опасно и по-своему уязвимо. Разобраться в этом лабиринте может только специалист: при раке легкого — онкопульмонолог, раке яичников — онкогинеколог и т. д. Поэтому, если помощь возможна в онкологическом центре, она должна стать основной, приоритетной, не отвергая в качестве помощницы народную медицину.

Почему-то, когда дело касается выращивания роз, с опытным садовником не спорят. Онкобольные же часто идут на поводу у всякого рода целителей, теряя драгоценное время. Не существует пока метода эффективнее своевременной операции, и не целителям решать — уместна она или нет. Даже если у вас на этот счет свое мнение, пройдите полное обследование и выслушайте специалиста — никто насильно лечить не будет.

Более 5 лет я проработал в радиогинекологии, там, где облучают рак шейки матки.

Честно признаюсь, добросовестно занимаясь гинекологией и следя за литературой, я тем не менее по-дилетантски представлял, что буду лишь ненадолго продлять жизнь обреченных людей. Ко мне до сих пор ходят пациентки с III стадией, прошедшие облучение в те годы. О пациентах со II и I стадиями я не говорю, они уже забыли про болезнь. Считаю самой большой ошибкой в жизни женщины, если при раке шейки матки она откажется от облучения.

Лечение в онкоцентре трудное, отнимает немало физических и душевных сил.

Может ли помочь в этот период народная медицина?

Траволечение я с горечью отношу к народной медицине, ибо врачами оно пока всерьез не воспринимается. Убежден в необходимости траволечения, но прежде — два предостережения:

- 1. Не применяйте сильнодействующие (ядовитые) травы во время всего лечения в онкоцентре хирургического, лучевого и химиотерапевтического, включая перерывы между отдельными методами и курсами. Объяснение прочтете в главе по ядовитым травам.
- 2. Не покупайте дорогостоящие травы и так называемые пищевые добавки, особенно импортные, кто бы вам их ни рекомендовал. Коммерции здесь больше, чем пользы. Дорогие заморские травы с экзотическими названиями и продуманной рекламой преимуществ не имеют, поэтому не продавайте дачи, машины, квартиры; не экономьте на питании. Понятие «дорогостоящие» каждый понимает по-своему, цены меняются. Во всяком случае разумная стоимость месячного курса меньше минимальной заработной платы для России на соответствующий период.

Так что же можно, а скорее, нужно:

1. На любом этапе специального лечения важен одновременный прием растений-адаптогенов (золотой корень, маралий корень, элеутерококк, женьшень и др.) Удобнее принимать в аптечных спиртовых настойках от 5 до 20 капель два раза день — утром, в обед, за 30 минут до еды в небольшом количестве воды (меньше капель — гипертоникам).

Не верьте распространенному мнению, что адаптогены, стимулируя организм, стимулируют и рост опухоли. Это утверждение «с точностью до наоборот» опровергнуто многолетними научными исследованиями. Адаптогены тормозят рост опухоли, уменьшают процент послеоперационного метастазирования (возврата опухоли), смягчают побочные эффекты химиолучевой терапии.

2. Пейте параллельно настои из неядовитых трав! Фитотерапевт поможет подобрать оптимальный сбор из доступных трав. Если специалиста рядом нет, составляйте рецепты сами. Почти у каждого в семье есть душица, зверобой, шиповник, семя укропа, лист смородины, спорыш, ромашка и т. д. Парадоксально, но чем больше трав в сборе, тем меньше вероятность побочных действий; организму же — богаче набор веществ для борьбы. Поэтому пять трав — хорошо, десять — лучше.

При **поражении легких** больше добавляйте легочных трав: **мать-и-мачеху, почки сосны, девясил, солодку;** при почечных процессах — **спорыш, семя укропа, брусничник** и т. д.

Одна столовая ложка сбора на стакан кипятка пусть будет суточной дозой. Принимать по 1/2 стакана за 30 мин. до еды два раза в день.

Если не отекают ноги, т. е. справляются сердце и почки, предпочтительнее в два раза увеличить суточную дозу (2 столовые ложки на 2 стакана кипятка).

Технику правильного приготовления посмотрите в следующей главе.

Поскольку врачи по-разному относятся к травам, «возьму грех на душу» и скажу: врача-противника фитотерапии — не посвящайте, пейте тайком адаптогены и травы. Вреда не будет, а пользу ощутите.

Наоборот, к врачу, рекомендующему травы, прислушивайтесь больше, чем ко мне, — он лучше меня вас знает.

3. Рак часто застает врасплох, не все больные начинают быстро и активно себе помогать.

В нашем фитоцентре при участии и помощи Московского онкологического научно-исследовательского института им. П. А. Герцена, Научно-практического объединения «Алтайский онкологический центр» для реабилитации онкологических больных разработаны брикетированные универсальные сборы из натуральных трав — «Алфит иммуномодулирующий».

Применяются на всех этапах специального лечения. Инструкции и состав прилагаются. С врачами-онкологами по составу — полное взаимопонимание. Входят одновременно и адаптогены, и основные общеукрепляющие травы. Нужное количество брикетированных трав заливается кипятком. Водяной бани не требуется. По мере остывания (5—10 минут) — настой готов к употреблению. Для усиления эффекта можно выпивать настой с осадком.

Опыт Алтая и ряда других областей показывает целесообразность и эффективность такой формы помощи больным. Готовы сотрудничать с онкологическими центрами. Показывайте книгу онкологам, выходите на нас сами. Телефон и адрес в конце главы.

Поговорим об иной ситуации

Официальная помощь запоздала или исчерпала свои возможности. Родственникам, а иногда и самому больному дали это понять. Что это — неизбежный конец?

Неизбежный конец существует для всех — люди смертны. Но вместе с программой на самоуничтожение в генах заложена программа на выживание, если биологический срок жизни не истек. Рак — болезнь, а не закономерный исход жизни. Организм мужественно и беззаветно защищается. Народная медицина своими методами стимулирует эту борьбу.

Основной стимулятор — малые дозы сильнодействующих веществ. Они через иммунную систему «встряхивают» организм, поддерживают его в состоянии борьбы. А комплекс неядовитых трав — те «кирпичики» биологически активных веществ, которые необходимы для устранения болезни.

Каков же конечный результат этой борьбы?

Полное выздоровление возможно при сочетании сильного упорного характера и глубокой веры в свои силы. Но выздоровление, к сожалению, наблюдается очень редко. Большее может официальная медицина при своевременном лечении, потому-то я и призываю обратиться к ней в первую очередь.

Если полная победа редка, стоит ли бороться?

Каждый решает сам. Результатом борьбы чаще является «перемирие» между организмом и опухолью, когда они, подобно любому хроническому процессу, годами сосуществуют. Опухоль при этом приостанавливается в своем росте, иногда уменьшается. Постоянная борьба, без расслаблений и поблажек, — необходимое условие.

В данной главе расскажу о первых шагах в этой борьбе. Внимательно прочитав всю книгу, вы увидите дальнейшее общее направление лечения. При необходимости постараемся помочь индивидуально.

Прежде чем перейти к конкретным рекомендациям,

напомню, что лучшие результаты получаются, когда официальная медицина и народная помогают друг другу. В данном случае народная медицина вышла на первый план, и медики ни словом, ни делом не должны ей мешать. Одно скептическое слово авторитетного врача может необратимо убить веру в лечение.

Какая же необходима помощь официальной меquцины в этот период?

Таких эффективных обезболивающих средств, какие имеет онкология, нет в арсенале народной медицины. Без препаратов с мгновенным действием не обойтись при острых состояниях: гипертонических кризах, сердечной и дыхательной недостаточности и т. д. Короче говоря, препараты, назначенные участковым врачом, — обезболивающие, сердечные, общеукрепляющие и любые другие сочетаются с травами, в том числе и сильнодействующими, взаимно дополняя друг друга.

Мои рекомендации не запрещено выполнять выборочно, по своему усмотрению, но будет лучше следовать всем пунктам.

1. Не забудьте, что движение — это жизнь. Двигайтесь и живите. Стремитесь сохранить прежний образ жизни с профессиональными делами и бытовыми привычками, уменьшив лишь объем нагрузки. Говоря образно, от нормативов мастера спорта международного класса перейдите на начальный ІІІ юношеский разряд. Предметы тяжелее трех килограммов для женщин и пяти — для мужчин оставьте в покое. Увеличение слабости, даже небольшая усталость, — показание к отдыху.

Двигайтесь в буквальном смысле слова. Не можете ходить быстро — идите медленно; не двигаются ноги — шевелите руками, пальцами. Движения мышц улучшают обменные процессы и укрепляют организм.

2. Не верьте строжайшим диетам, категорически запрещающим те или иные продукты. Люди индивидуальны. Ешьте то, что вам хочется, избегая в больших количествах острую раздражающую пищу. Следите за реакцией орга-

низма и постепенно подберете необходимые для себя продукты. Хорошо, если при этом мясо будет не чаще одного раза в день, а сырые овощи и фрукты составят 50% суточной пиши.

При появлении отвращения к мясным продуктам — от них можно отказаться полностью.

В трудные периоды легче и быстрее (всего за 20 минут) усваиваются овощные и фруктовые соки. Полезнее — свежеприготовленные.

Особое место занимают обладающие противоопухолевым действием при приеме внутрь свекла и морковь. Можно принимать ежедневно. Варианты их приготовления обязательно чередовать, т. к. противоопухолевый эффект от способа приготовления почти не зависит. Один и тот же вариант, например свекольный сок, быстро надоест и будет вызывать лишь отвращение.

3. Постарайтесь сократить до минимума, а лучше исключить курение и алкоголь.

Аекарства на спирту непосредственно перед употреблением разводить в десятикратном и более количестве воды.

- 4. Пожизненно исключить общие тепловые процедуры (парные, сауны) и местные на пораженные органы. Местно противопоказаны любые физиотерапевтические процедуры; на другие органы только посоветовавшись с врачом.
- **5.** Все, что сказано об адаптогенах и неядовитых травах в начале главы, слово в слово рекомендуется и в данном случае.
- **6.** После каждого месяца приема нетоксичных трав целесообразны недельные перерывы. После каждого перерыва состав трав или хотя бы их соотношение нужно немного менять, чтобы избежать привыкания организма и ослабления действия.
- **7.** Схемы ядовитых и неядовитых трав друг от друга не зависят, но они идут параллельно, взаимодополняя по действию.
- **8.** Выше я упомянул, что сильнодействующие травы в малых дозах оказывают общее неспецифическое укрепляющее действие на организм, поэтому не ищите особых схем или особых трав от рака головы, руки, легких и т. д.

9. Занимаясь много лет ядовитыми растениями, я не знаю противопоказаний для двадцатикапельной схемы (при условии соблюдения описанного способа приготовления).

Пусть не пугают вас рассказы о пораженных печени и почках, разбитом сердце. Этого не бывает.

Настойку из доступной для вас травы, обычно болиголова, лучше приготовить самому по рецептам II главы или приобрести у людей, которым доверяете.

Принимается настойка с 1 до 20 капель и обратно, сначала добавляя, а затем убавляя по 1 капле в день. Капают глазной пипеткой в 0,5 стакана кипяченой воды комнатной температуры. Прием осуществляется один раз в день — утром — за 30 минут до еды. При появлении тошноты или каких-либо необычных неприятных ощущений на соответствующей капле делается перерыв 1-2 дня, затем капли идут на снижение. Такие неприятные проявления при двадцатикапельной схеме крайне редки.

При каких-то чрезвычайных обстоятельствах (разбили флакон с настойкой или убедил не пить знакомый врач) — резкая отмена на любой капле не опасна.

Итак, 1 курс рассчитан на 40 дней плюс 7 дней последующего перерыва. За 47 дней вы при необходимости сумеете связаться с нами.

Оптимальный вариант, если на консультацию приедет сам больной или его близкий родственник с результатами обследования и выписками стационарного лечения.

Худший вариант — связь через почту.

10. В народе существует стойкое убеждение, что после операции, химиотерапии или облучения траволечение эффекта уже не дает. Это убеждение — одна из причин мучительных сомнений пациента и позднего его обращения за помощью.

Сниженный от жестких методов иммунитет постепенно восстанавливается, на фоне фитотерапии — быстрее. С восстановлением иммунитета восстанавливается и целебная сила трав. Уже через 2—3 недели после окончания лечения в онкодиспансере можно осторожно по двадцатикапельной схеме подключать при необходимости и сильнодействующие травы.

11. Меньше всего онкологи понимают меня, когда по просьбе больных я назначаю профилактические курсы сильнодействующих трав после полного радикального лечения в онкоцентре. К сожалению, ни один врач не может гарантировать полного излечения. Единственный критерий — время. Дозы профилактических курсов — небольшие. Осложнений не вижу. Тем не менее вопрос, конечно, дискуссионный. Гарантий профилактические курсы также не дают. Могу сказать одно: прием сильнодействующих трав — дело абсолютно добровольное. Более того, если у больного есть надежный врач, который будет постоянно сопровождать его в борьбе с болезнью, можно не читать ни одной строчки из этой книги, а довериться ему.

Далеко не у всех больных есть такие врачи, поэтому для более подробных и индивидуальных консультаций даю свои координаты:

тел. **8 (385-2) 77-29-15** Адрес: 656011, Алтайский край, г. Барнаул, ул. Матросова, д. 13, Фитоцентр "Алфит".

Необходимо знать, что запись на прием только предварительная, по тел. **8 (385-2) 77-29-15**.

Не записавшись предварительно, вы можете просто потерять время, не попав к врачу.

Для живущих за пределами Алтайского края работает от-дел посылок **8 (385-2) 61-95-49** или **8-960-966-9549**

12. Пользуясь советами доброжелателей, помните, что цены на сильнодействующие травы существенно не изменят стоимость лечебного месячного курса. Разумная цена его попрежнему не превышает минимальную месячную зарплату.

13. Важен для победы соответствующий психологический настрой. Это так легко понять, но так трудно осуществить.

За эмоции, увы, отвечают капризные подкорковые центры, мало подвластные коре головного мозга. Нельзя искусственно, путем логических рассуждений, заставить себя любить или ненавидеть, по желанию вызвать хорошее настроение.

Но, сражаясь с болезнью, помните, что вера в успех, достойное поведение действительно улучшают результаты лечения, вызывают невольное уважение и дополнительную заботу окружающих.

Напротив, раздражительность, нытье, жалобы и упреки, любые проявления слабости духа отягощают течение болезни и вызывают опять же невольное ответное раздражение друзей и родственников.

Никогда не сдавайтесь и непобедимы будете!



ГЛАВА VI

Некоторые общие вопросы по лекарственным травам

1. География растений

Еще основатели тибетской медицины отметили, что наибольшей эффективностью обладают растения той местности, где проживает человек, что бы при этом ни говорили про полумиллионные в рублях (на 1997 г.) высокогорные экологически чистые альпийские травы.

Провизор из г. Красноярска, травник с многолетним стажем А. А. Махов, рассказал при встрече, как предлагал заезжим иностранцам оздоровительный чай из сибирских трав. Наотрез отказались. Переводчик деликатно объяснил, что предпочитают принимать растения своей Родины. Неизвестно, насколько они были искренни, но Александр Андреевич подошел и пожал каждому руку в знак солидарности и понимания.

В порядке возрастания значимости: предпочтительнее растения своей страны, еще более предпочтительнее — своего края; а если есть возможность — травы вокруг той деревушки, где родился и провел юность.

2. Сбор трав

Собирать лекарственные растения следует в стороне от дорог и населенных пунктов. Точные расстояния никто не установил, по принципу: чем дальше — тем лучше. Уверен, что собирать травы в километре от населенного пункта полезнее, чем терять здоровье без фитотерапии. Эти строки я пишу для малоимущих людей, у которых нет возможности уехать далеко или купить травы, а собирать вблизи городской черты они опасаются. 80% базарных овощей и фруктов выращены в черте города.

Подземная часть у многолетних растений копается ранней весной или поздней осенью. Когда надземная часть еще не выросла или уже высохла, все полезные вещества сконцентрированы в корнях и корневищах.

Корни однолетних трав используются редко. Собирают их вместе с надземной частью в период цветения, т. к. весной они еще малы, а к осени отмирают.

Двулетние растения цветут на второй год и к осени погибают. Распространенная ошибка — копать такие растения (к примеру корень лопуха) осенью, в год цветения, при этом получают малоценное, погибающее сырье.

Корни и корневища после извлечения из земли необходимо промыть водой.

Надземная часть наиболее активна к периоду цветения. Некоторые виды сложноцветных (череда, золотая розга, мелколепестник и т. д.) лучше собирать в стадии бутонизации, т. к. при обычных температурах во время сушки продолжается развитие цветков, вплоть до образования семян. Собирают надземную часть только в сухую погоду, т. к. смоченные водой зеленые части при сушке буреют, теряют активность и становятся непригодными к употреблению.

Кору боковых ветвей деревьев и кустарников легче отделить от древесины весной, во время сокодвижения. Толстая пробковая кора лишена биологической активности.

Плоды и семена собирают по мере созревания.

Существуют нетрадиционные взгляды на сбор растений. Согласно астрологическим установкам, в период нарастающей Луны соки и энергия устремляются к небу, заполняя надземную часть растительности; в период убывающей Луны заполняют Землю и подземные органы растений. Полнолуние — самый неблагоприятный период для сбора.

В народной медицине устойчиво убеждение об особенно целебных свойствах трав, собранных 7 июля, в день Ивана Купалы, причем максимальное действие оказывают травы, собранные на рассвете. Некоторые из российских травознаев XIX века занимались сбором трав, привлекая помощников, только в указанный день.

3. Сушка растений

Впромышленных условиях сушка проводится дифференцированно, в зависимости от сырья. Эфироносные растения — при температуре не выше 30° С, чтобы не улетучились эфирные масла. Большинство растений сушат при 40—50° С — при такой температуре в значительной степени нейтрализуются ферменты разложения.

Некоторые растения, богатые витамином С, сушат при температуре 90°С, чтобы быстрее нейтрализовать фермент, разрушающий витамин. Учитывая многообразие химического состава, с повышением температуры выигрываем в одном, теряем в другом.

В бытовых, домашних условиях сушка при комнатной или чердачной температуре без доступа прямых солнечных лучей и влаги, при достаточном проветривании и частом перемешивании, дает высокоактивное, качественное сырье.

Крупные корни и корневища разрезаются на ленты 0,5—1 см толщины.

Близкий к естественному цвет сухих растений, отсутствие плесени, хрупкость — доступные в быту показатели качества сырья.

4. Хранение растительного сырья

Хранят сырье в сухом, проветриваемом помещении, лучше в неизмельченном виде. При этом меньше площадь соприкосновения с воздухом, а значит, меньше потери действующих начал во времени. Непосредственно перед употреблением, для связи с водой или спиртом, эту площадь необходимо увеличить, максимально измельчая сырье (правда, не до уровня пыли, ибо при этом может повреждаться структура действующих начал). Оптимально хранение в бумажных, крафтовых мешках и пакетах. Неправильно длительное хранение в запаянных целлофановых пакетах из-за нарушения воздухообмена.

5. Лекарственные формы из растений в быту

В домашней обстановке обычны: спиртовые вытяжки — настойки; водные — настои и отвары. Концентрация спирта колеблется обычно от 40 до 70 градусов. Настойки готовятся в соотношении 1:10, т. е. на 500 г спирта берется 50 г измельченного растительного сырья. Настаивается сырье при комнатной температуре в темном месте, 2—3 раза в день взбалтывается, через 2 недели процеживается. Хранится в темном месте. Срок хранения 3—5 лет.

Для водных вытяжек соотношение сырье — вода составляет 1:10 или 1:20. Из надземной части обычно готовится настой, для чего, согласно классическим установкам, производится нагревание в течение 15 минут на водяной бане. Из корней и корневищ готовится отвар нагреванием на водяной бане в течение 30 минут. Полученные вытяжки настаивают еще 45 минут и процеживают.

Растения, богатые дубильными веществами (кора дуба, корни кровохлебки, змеевика, бадана), лучше прокипятить на малом огне 5—7 минут и сразу процедить, т. к. при охлаждении дубильные вещества вновь частично поглощаются сырьем.

Иногда, чтобы не ослабить слизистые или эфирные компоненты, готовят холодные настои, тогда сырье настаивается при комнатной температуре в течение 6 часов (настой корней алтея, валерианы).

Популярно в народе приготовление водных вытяжек в термосе, когда сырье заливается крутым кипятком на ночь, утром процеживается и принимается в течение дня. Необходимо помнить, что для получения качественного настоя следует на 15 минут оставить термос открытым, чтобы настой, как говорят в народе, «не задохнулся».

Предпочтительнее настаивать в обычном фарфоровом заварном чайнике, чтобы «дыхание» настоя, т. е. связь с воздухом, существовало постоянно. Для медленного охлаждения чайник накрывается на ночь теплой одеждой.

Срок хранения водных настоев не более 2—3 суток в холодильнике. Лучше готовить свежие составы ежедневно. Водные и спиртовые вытяжки из ядовитых и сильнодействующих растений готовятся по специальной рецептуре.

Спирт извлекает больше действующих веществ, чем вода, удобнее в применении. Однако у больных хроническими заболеваниями он часто провоцирует обострения, и потому водные вытяжки предпочтительнее. Профилактика подобных обострений — разведение спиртовой дозы перед употреблением значительным количеством воды (до 0,5—1 стакана).

Мелко измельченные таблетированные травы и сборы имеют ряд преимуществ. Прежде всего, это более полная и быстрая экстракция действующих начал. Нет необходимости в «водяной бане».

Более точная дозировка: 1—4 таблетки, в зависимости от рекомендации врача, заливаются стаканом кипятка, размешиваются. Через 5—10 минут настой готов к употреблению. Оставшийся мелкоизмельченный осадок при приеме внутрь оказывает дополнительное лечебное действие.

Недостаточно, к сожалению, пока распространено лечение свежеприготовленными соками культурных и дикорастущих растений. Соки содержат цельный природный состав, усваиваются организмом в течение нескольких минут, причем пищеварительная система затрачивает при этом минимальную энергию.

В связи с появлением современных удобных соковыжималок метод сокотерапии, думаю, будет расширяться.

Подробности о таком лечении в книге Н. В. Уокера «Лечебные свойства овощных соков» (пер. с англ.). Санкт-Петербург, 1952 г.

Прием трав лучше осуществлять за 30—60 минут до еды, т. к. при смешивании с пищей ослабляется их лечебное действие. Иногда, при плохой переносимости, допускается прием во время и после еды.

Мази для наружного употребления готовят, растирая растительный порошок в жировой основе (вазелине, несоленом сале, сливочном масле).

6. Подбор доз в фитотерапии

Спиртовые настойки дозируются от нескольких капель до одной чайной ложки на прием. При необходимости разводят перед употреблением кипяченой водой (100—200 мл).

Водные настои и отвары — от одной столовой ложки до 1/2 стакана на прием, реже больше. Приемы осуществляются один-три раза в день.

Мы, иногда используя данные народной медицины, прежде всего опыт народного травника Лазаря Павловича Воробьева из с. Кокши Алтайского района, применяем месячными курсами повышенные дозы водных настоев (50—100 г сбора на литр жидкости — суточная доза). Подобные «ударные» дозировки используются при длительных, мало поддающихся лечению заболеваниях. Рекомендуем проводить их под контролем врача.

При лечении детей болгарские фитотерапевты предлагают следующую схему: от 18 до 60 лет одна рекомендуемая общепринятая доза.

От 14 до 18 лет — 2/3 дозы От 7 до 14 лет — 1/2 дозы От 4 до 7 лет — 1/3 дозы От 3 до 4 лет — 1/6—1/4 дозы От 1 до 3 лет — 1/8—1/4 дозы До года — 1/12—1/18 дозы.

Для спиртовых настоек обычная детская доза — капля на год жизни; в пять лет — 5 капель и т. д.

Длительность курса фитотерапии варьируется от одного до трех-четырех месяцев. Например, реабилитация после OP3 — 1 месяц, при атеросклерозе — до трех-четырех месяцев. Если с целью реабилитации после OP3 достаточно одного курса, то при атеросклерозе курсы многократны, лечение длится годами. При большинстве хронических заболеваний применяются несколько курсов с периодическим изменением сбора или нескольких его компонентов (чтобы избежать привыкания организма и ослабления действия трав).

Необходимо помнить, что даже при правильном подборе трав ощутимый эффект проявляется через 10—14 дней, максимальный — к концу первого месяца. Чаще в жизни пациенты, привыкшие к быстрому и грубому действию таблеток, в первую неделю разочаровываются в фитотерапии, бросая лечение. Опыт показывает, что больные, верящие в лечебную силу трав, терпеливые и последовательные, пос-

тепенно находят незаменимые, необходимые именно для их организма растения.

При длительной фитотерапии возможно перенасыщение организма определенными травами. Первые признаки — появление отвращения к их приему, в дальнейшем возможно появление тошноты и рвоты. При указанных признаках необходимо сделать минимум недельный перерыв, затем поменять состав трав.

7. Значение фитоцентров

В необходимости широко использовать растения для профилактики и лечения заболеваний уже никто не сомневается.

При этом я мог бы написать обычную страхующую, но далекую от жизни фразу: «лечение только по назначению врача!» Врачи имеют право назначать, но слабо знают травы. Ботаники знают травы, но плохо разбираются в медицинском применении и не имеют права назначать лечение.

Возникает парадоксальная ситуация, когда больной, не имея ни медицинского, ни биологического образования, борясь за жизнь и здоровье, по уровню знаний превосходит и тех, и других. Прекрасно осознавая это, он принимает решение сам. Иногда случаются трагические ошибки.

Выход из положения мы видим не в запретах, а в создании высококвалифицированных фитоцентров, где в содружестве работают прошедшие специальную подготовку врачи, провизоры, ботаники, народные целители и где больной может получить настоящую помощь в лечении травами. Опыт работы фитоцентра «Алфит» подтверждает реальность такой помощи.

Заключение

По данным Всемирной организации здравоохранения, в мире от злокачественных новообразований ежегодно погибают 5 млн. человек.

Рак настигает людей внезапно, часто в расцвете творческих сил и душевного подъема.

К редкой семье в тот или иной период времени не прикасалось это грозное заболевание.

Как максимально защитить себя от рака, а при необходимости и достойно встретить его, я постарался написать в этой работе. Быстрая квалифицированная помощь врачафитотерапевта далеко не всегда доступна заболевшим людям.

Изложенный материал позволяет с определенными знаниями подойти к массе всевозможных рецептов и самостоятельно начать, как элемент комплексного лечения, фитотерапию.

Если у больного есть надежный врач, который будет постоянно сопровождать его в борьбе с болезнью, можно не читать ни одной строчки из этой книги, а довериться ему. Далеко не у всех больных есть такие врачи, поэтому для более подробных и индивидуальных консультаций укажу как с нами связаться:

Телефон **8-960-966-9549** Почтовый адрес: 656011, Алтайский край, г. Барнаул, ул. Матросова, дом 13, Фитоцентр "Алфит".

Оптимальный вариант, если на консультацию приедет сам больной или его близкий родственник с результатами обследования и выписками стационарного лечения. Худший вариант — связь через почту. Консультация неонкологических больных тоже входит в нашу работу. Мы считаем фитотерапию хронических заболеваний одной из форм профилактики рака.

Необходимо знать, что запись на прием только предварительная, по телефону **8 (385-2) 77-29-15**.

Не записавшись предварительно, вы можете просто потерять время, не попав к врачу.

Для живущих за пределами Алтайского края работает отдел посылок **8 (385-2) 61-95-49**.

Случаи самоизлечения убеждают, что организм при определенных условиях может справиться с раком. Поднять защитные силы организма на новые рубежи — вот задача будущего в лечении злокачественных опухолей.

Это же является частной задачей любого, борющегося за свою жизнь, ему некогда ждать будущего.

Книга не была бы написана без помощи в разные годы и разное время ботаников-профессионалов высокого класса. Выражаю искреннюю благодарность:

Верещагиной Ирине Викторовне, г. Барнаул Ильину Владимиру Владимировичу, г. Горно-Алтайск Кошелеву Василию Ивановичу, г. Барнаул Куприянову Андрею Николаевичу, г. Барнаул Николаеву Александру Борисовичу, г. Москва Силантьевой Марине Михайловне, г. Барнаул Соколовой Галине Геннадьевне, г. Барнаул Шретеру Алексею Ивановичу, г. Москва

Спасибо Вам за совместные экспедиции, встречи, за терпимость и внимание во время бесчисленных консультаций.

Используемая литература

- 1. Альберт А. Избирательная токсичность. М. Т. 1, 1989.
- 2. Амбодик Н. Энциклопедия питания и врачевания. 1784. Переиздание. Санкт-Петербург. Изд-во «Библиотека «Звезды». 1992.
 - 3. Амосов Н. М. Преодоление старости. М., 1996.
- 4. Амосова Е. Н., Зуева Е. П., Гольдберг Е. Д. Растения Сибири и Дальнего Востока источники поиска лекарственных препаратов для онкологической практики. Фармакология и токсикология. М., 1991.
- 5. Балицкий K, Π ., Воронцова А. Л. Лекарственные растения в терапии злокачественных опухолей. 3-е издание. Ростов, 1980.
- 6. Бурно М. Е. О характере людей. М., Российское общество медиков-литераторов, 1996.
- 7. *Верещагин В. И.* Определитель растений окрестностей г. Барнаула. Иркутск, 1988.
- 8. Волкотруб Л. П., Егоров И. М., Лазарев А. Ф. Онкогигиеническая ситуация в Барнауле. Барнаул, 1994.
- 9. Гвамичава Л. Р. и соавторы. Первые результаты использования элеутерококка в комплексном лечении рака молочной железы. Материалы к изучению женьшеня и др. лекарственных средств Дальнего Востока. Томск. Вып. 7, 1996.
 - 10. Городинская В. Таинство сил исцеляющих. М., Наука, 1990.
- 11. Двигубский И. А. Изображения растений, преимущественно российских, употребляемых в лекарства. 4 части. М.,1824—1834.
- 12. Изучение влияния экстракта золотого корня на рост опухоли в эксперименте. Бюллетень СО АМН СССР. 1983, № 6. (Совместно с К. В. Яременко.)
- 13.~Жизнь растений / под редакцией А. Л. Тахтаджяна. М., Просвещение, 1980. Т. 5.
- 14. Залесова Е. Н., Петрова О. В. Полный русский иллюстрированный словарь-травник и цветник. 4 тома. С.-Петербург, 1898—1901.
- 15. Зуева Е. П. и соавторы. Влияние препарата подорожника в сочетании с сарколизином на продолжительность

- жизни животных с перевиваемыми опухолями. Бюллетень Сибирского отделения АМН СССР. Новосибирск. 1986, № 4.
 - 16. Иванченко В. А. Секреты вашей бодрости. М, 1988.
- 17. Кашинский И. Г. Русский лечебный травник. М., 1862. (Первое издание 1817 г.)
- 18. Коненков П. Ф. и др. Новые овощные растения. М., 1992.
- 19. Корневен К. Ядовитые растения и отравления ими причиняемые. Пер. с фр. СПб., 1895.
- 20. Куликов В. В. Лекарственные растения Алтайского края. Барнаул, 1975.
 - 21. Куприянов А. Н. Что растет во дворе. Барнаул, 1998.
- 22. Лазарев А. Ф., Шойхет Я. Н. Оптимизация методов хирургического и лекарственного лечения рака желудка. Барнаул, 1996.
 - 23. Ловкова М. Я. и др. Почему растения лечат. М., 1989.
- 24. Лоевский Ф. Полный настоящий простонародный русский лечебник. (Репринтное воспроизведение издания 1818 г.). Днепропетровск, 1993.
- 25. Миддендорф А. Ф. Путешествие на север и восток Сибири. Отд. IV, СПб., 1867.
- 26. Назаренко В. Р., Мягкий М. А. Ближайшие результаты применения жидкого экстракта элеутерококка при комплексном лечении больных раком желудка. Вопросы онкологии. Запорожье, 1968.
- 27. Нандельштедт Γ . Народная медицина и рак. Свет над Байкалом. 1961, № 3.
- 28. Профилактика метастазирования и рецидирования опухолей в эксперименте препаратами природного происхождения. III Всероссийский съезд онкологов. Ростов-на-Дону, 1986.
- 29. Писарева Л. Ф. Закономерности распространения злокачественных новообразований в регионе Сибири и Дальнего Востока. Томск. Докторская диссертация, 1997.
- 30. Противоопухолевые свойства золотого корня и некоторых его компонентов. Пловдив, 1984.
- 31. Противоопухолевые и психотропные эффекты препаратов аконита байкальского и пиона уклоняющегося. Актуальные вопросы клинической и теоретической медицины. Тезисы ІІ научно-практической конференции молодых ученых. УНПК «Медицина», Томск, 1989.

- 32. Телятьев В. В. Полезные растения Центральной Сибири. Иркутск, 1987.
- 33. Тотров В. К. Уникальные рецепты по излечению раковых и других заболеваний. М., 1994.
- 34. Цейтлин Г. Я. Применение элеутерококка при спленэктомии у детей, больных лимфогранулематозом. Вопросы экспериментальной и клинической онкологии. М., 1979.
- 35. Целебные силы природы. Полный целебный травник... С.-Петербург, 1871.
- 36.~ Чирков Ю. Растения-динозавры. Наука и жизнь, 1990, № 1.
- 37. *Элпидина О. К.* Антибластические свойства пиона по данным эксперимента. Казанский медицинский журнал, 1985, № 4.
- 38. Энциклопедический словарь лекарственных эфирномасличных и ядовитых растений. М., 1951.
- $39.\, Яременко\, K.\, B.\,$ Адаптогены как средства профилактики злокачественных опухолей. Вопросы онкологии. 1989, № 4. Медицина. Т. XXXV.

НЕКОТОРЫЕ СВЕДЕНИЯ ПО НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ





Крупицы ародная медицина — это совокупность устных сведений о средствах и способах лечения, тысячелетний клинический эксперимент... Крупицы народных знаний нужно собирать как можно скорее, пока они еще не исчезли навсегда». А. Федоров, П.Гончаров, Г. Смагин, А. Иванов, А. Безбородов, А. Гаммерман, В. Токин, П. Булатов, А. Яценко-Хмелевский, А. Александров, С. Заводской («Литературная газета», 10 марта 1966 г.).

Когда наступит время настоящего изучения лекарственных растений, народная медицина станет фундаментом грядущих исследований.

В этом разделе приведены данные по народной медицине, собранные мной при общении с населением Алтая в разные годы врачебной деятельности. Ниже, после соответствующего указания, приведу самые интересные, на мой взгляд, сведения из коллекции А. Б. Николаева.

Материалы публикуются впервые.

Постарался меньше уделять внимания известным, описанным в литературе рецептам, не включал средства, опасные при самостоятельном применении.

Если расскажете о результатах применения рецептов, буду очень благодарен. Телефон и адрес на стр. 116-117.

Бадан толстолистный (Bergenia crassifolia L.)

Широко популярен в народе чай из черных, перезимовавших листьев бадана, так называемый чагирский чай. Вкусный и полезный.

Пациентка В. Н. Иванова из Барнаула научила меня модификации этого чая.

Листья на 3—5 минут заливают кипятком, затем воду сливают. Отжатые листья сбрызгивают насыщенной медовой водой, подсушивают в духовках, на печах при высокой температуре. Вкусовые качества заметно улучшаются. А если при заварке добавлять высушенные лепестки шиповника, претензий со стороны гурманов можно не опасаться.

Белена черная (Hyascyamus niger)

Пациентка Шенцева из с. Николаевка Петропавловского района в 1987 г. рассказала о случае успешного лечения полиартрита наружным применением листьев белены.

Свежие листья «холостой» белены заливают в кастрюле кипятком, затем натирают этими листьями в бане больные суставы. Процедуру осуществляют 20—30 минут, после чего тело обмывают. Повторяют пять-десять раз, через день. «Скованная», почти обездвиженная бабушка вновь пошла через шесть «бань».

Не смог убедить, что «холостая» белена — всего лишь нецветущие экземпляры первого года двулетника белены. Осталась при своем мнении, что это особая разновидность, живущая несколько лет и никогда не дающая цветы, хотя привезенный образец сомнений не вызывал.

В научной медицине беленное масло используется наружно с обезболивающей целью.

Гулявник Лезелиев (Sisymbrium Loeselii L.)

Три-четыре года назад познакомился я с народным травником из с. Кокши Советского района Воробьевым Лазарем Павловичем. Интересный, обаятельный человек с голубыми, веселыми и совершенно молодыми глазами. За совместную небольшую Горно-Алтайскую экспедицию я ни на минуту с ним не заскучал. Не имея медицинского или биологического образования, Лазарь Павлович путем самообразования очень хорошо разобрался в травах.

Смог его уличить только в двух ботанических ошибках. Одна из них связана с гулявником.

Пошли мы с Λ азарем Павловичем смотреть дикие плантации желтушника — известного сердечного растения. На поверку это оказался гулявник.

Лазарь Павлович так убедительно рассказывал о хороших эффектах для сердечников, что мне пришлось «забраться» в свою библиотеку. Что же я нашел?

В материалах научных трудов Азербайджанского мединститута (1963 г.) В. А. Тахмаров писал о широком употреблении Лезелиевого гулявника при сердечно-сосудистых заболеваниях в народной медицине Азербайджана.

Лазарь Павлович делал спиртовую настойку в обычном соотношении. Рекомендовал каплями.

Немного о ботанических ошибках. Проходя по базарам, не раз видел их своими глазами.

Вместо пустырника бабушки продают зопник клубненосный, вместо мяты — эльсгольцию Патрэна, вместо пастушьей сумки — клоповник мусорный (ядовитое растение).

При применении малознакомых трав консультация специалиста обязательна.

Звездчатка средняя, мокрица (Stellaria media L.)

По второму названию, народному, садоводы наверняка догадались, о каком растении идет речь. Злостный садовый сорняк, успевающий за лето несколько раз высеять в землю свои семена.

Не раз слышал, что мокрица — настоящее спасение от шпор (костных разрастаний на ступнях с выраженным болевым симптомом).

В старую обувь накладывается надземная часть растения в таком количестве, чтобы носки на ногах пропитывались ее соком и «хлюпали» при ходьбе. При использовании мокрицы в дачный сезон о болях при шпорах забывают надолго.

Ирис солелюбивый (Iris halophila Pall.)

Алтайская травница в 60-х годах широко применяла корень этого растения, называя его «крученым» корнем (по характерному виду). Применяла в трех основных случаях:

при бесплодии, воспалительных заболеваниях гениталий, остеохондрозе.

(В ФРГ высылали родственникам-эмигрантам для лечения остеохондроза.)

На момент моей поездки в Кулундинский район травницы в живых не было, растение показали родственники. По осени немного накопал. Назначил в небольших дозах трем женщинам с бесплодием. За результатом проследил только у одной. Родилась двойня. Возможно — совпадение.

Калина (Viburnum opulus L.)

Пациентка С. А. Савченко вылечила за два года свежей калиной хронический холецистит.

Морозила на зиму и ела по одной столовой ложке (с сахаром) три раза в день перед едой. Перерыв делала только летом, до созревания калины. Считает, что излечилась полностью. Ни лекарства, ни травы такой эффект не давали.

Кошачья лапка (Antennaria dioica L.)

Г. Зуева из с. Озерки Тальменского района принесла растение, которое назвала «пушком». Рассказала, что водный настой применяется внутрь населением от грыжевых болей у взрослых и детей с хорошим эффектом.

А Полина Яковлевна Познахиркина, жительница г. Барнаула, считает, что настой кошачьей лапки при приеме внутрь оказывает хорошее лечебное действие при гайморите.

Надземная часть 3—4 растений на стакан кипятка — суточная доза.

Кошачья лапка — растение семейства сложноцветных, обычно в наших сосновых борах. Нетоксично. Считается хорошим заменителем общепризнанного печеночного средства — бессмертника песчаного.

Лебеда (Atriplex Sp.)

3. А. Головкина, г. Барнаул. Наблюдала эффект от надземной части одного из видов лебеды или мари (в народе эти виды не различают) при лечении пяточных шпор. Применяется подобно звездчатке (см. выше), т. е. листья и негрубые верхушечные стебли закладываются в обувь. Лебеда не та-

кая сочная, как звездчатка, обильного сока при ходьбе не выделяется, но эффект, со слов Зои Алексеевны, отличный. Рассказала она об этом рецепте недавно, в зимнее время, поэтому уточнить вид растения и проверить действие сможем только летом.

Лопух большой (Arctium lappa L.)

Пациентка Чернова. Муж, старичок, стал труднее и чаще мочиться (видимо, возрастная аденома простаты).

Листья лопуха сушили, заваривали как чай. Одну неделю в моче отходили хлопья, затем, через 1—2 недели, стало значительно лучше. Продолжает периодически принимать.

Изготовление сока лопуха из надземной части (по рецепту алтайской травницы Таисьи Григорьевны):

Накручивается сок в трехлитровую банку, отстаивается; получается два слоя зелени — верхний и нижний. Зелень вычерпывается, вместо нее вносится такое же количество меда, приблизительно один литр меда на два литра сока. Банка закатывается металлической крышкой и закапывается на 2 месяца в землю. После извлечения из земли банку моют, ставят в чистую ванну и осторожно открывают — эффект шампанского. Когда перебродит, закрывают капроновой крышкой и ставят в холодильник. Пьют по одной столовой ложке три раза в день при онкологических заболеваниях.

Люцерна серповидная (Medicago falcata L.)

Используется надземная цветущая часть этого неброского, с желтыми цветками растения семейства бобовых, принимается внутрь.

Настоем люцерны отец одной из выпускниц биологического факультета АГУ вылечил тяжелый геморрой. Позднее слышал подобные положительные отзывы в г. Новоалтайске. Одна столовая ложка сухого растения на стакан кипятка — суточная доза.

Медный купорос

Интересен рецепт снятия обострения остеохондроза медным купоросом.

Небольшое количество порошка (не более 1 чайной ложки) прокалить, помешивая, на сковородке, до белого (не серого) цвета, охладить. Насыпать тонким слоем на больной

участок позвоночника. Одежную щетку опустить в воду с комнатной температурой, слегка стряхнуть, затем, проводя ладонью по волосистой поверхности щетки, брызнуть водой на поясницу. Кратковременная болевая реакция тут же проходит. Купорос быстро убирается мягкой тряпкой. Может оставаться слабое чувство жжения. Иногда на нежной коже возможны небольшие поверхностные ожоги. Метод прост, применялся мною много раз. Помогает не всегда — в 40—50 процентах случаев. Но зато если помогает, эффект разительный: уже на следующий день человек буквально оживает, забывая про боли. Чаще метод помогает при чисто поясничных болях, реже — при распространяющихся на конечности.

Одуванчик лекарственный (*Taraxum officinalis L.*) З. А. Головкина, г. Барнаул. Свежая надземная часть цветущего одуванчика без особой меры (чем больше, тем лучше) заливается крутым кипятком (ведро кипятка), укрывается для настаивания.

По мере остывания делают сидячие ванны в теплом непроцеженном настое по 30 минут. Пять-шесть подобных ежедневных процедур снимают обострение, а зачастую и полностью излечивают геморрой.

Пион (Paeonia Sp.)

Пациентка Корниенко: бутоны садового пиона (4— 5 штук на 0.5 литра водки) настаиваются 2 недели. Хранение настойки длительное. Хороший эффект при лечении радикулита, полиартрита (втирание ватным шариком 2— 3 раза в день).

Полынь горькая ($Artemisia\ absintium\ L.$)

3. Г. Зуева. Отваром полыни горькой смочить голову, повязать платком (полотенцем) и держать до высыхания. Хорошо снимает головные боли. Одну чайную ложку отвара целесообразно при этом принять внутрь.

Через несколько лет в книге Мацюцкого «Заветные травы» встретил применяемый не то в Древнем Риме, не то в Древней Греции рецепт лечения головной боли с помощью полынных компрессов на голову.

Тополь черный (Populus nigra L.)

Пациентка Яблонская вылечила язву желудка у брата следующим средством: тополиные ветки весной или осенью (до или после листьев) пережечь, провеять, получить пепел («мучицу»).

Принимать по чайной ложке 3 раза в день один месяц, запивая водой или молоком.

Тыква (Cucurbita pepo L.)

В тыкве (2—3 кг) сверлится небольшое отверстие, вливается 1 бутылка спирта. Отверстие заклеивается (скотчем, пластилином и т. д.). Тыква взбалтывается 2—3 раза в день. Через 30 дней убирается наружная твердая оболочка, остальное перекручивается на мясорубке и отжимается. Полученную жидкость (около литра) хранят в холодильнике, употребляют по одной столовой ложке три раза в день за 30 минут до еды при желчно-каменной болезни.

Черемуховый деготь

Рекомендуется народной медициной Алтая наружно при кожных заболеваниях.

Весной, во время набухания почек, напилить черемуховых веток, очистить от коры, наполнить полученными чурочками чугунок.

В отрезке толстой доски 0.5x0.5 м выдолбить углубление по диаметру чугунка с желобками и отверстием в центре (под стакан).

В земляную ямку ставится стакан, на него доска с перевернутым, наполненным чурочками чугунком. Доска присыпается на 5 см землей и вокруг чугуна разводится костер. Костер поддерживается в течение дня. За день из черемуховой древесины набегает стакан дегтя, который и используется, по моим сведениям, с большим успехом.

Щавель конский (Rumex confertus Willd)

В Б-Ключах Первомайского района рассказали, как в одной семье произошло отравление. Двое маленьких детей быстро слабели от неукротимого жидкого стула. Отчаявшийся отец вышел на зимний огород, сорвал торчавшую из снега коричневую метелку семян конского щавеля. Отвар из одной метелки быстро поставил на ноги ребятишек.

Я считаю, что это действительно эффективное и доступное средство должно быть в домашней аптечке любой семьи. (Не уступит, кстати, по действию и корень бадана.)

Чистка органов

Пациентка Л. М. Прокопенко из Барнаула рассказала о двух способах чистки органов, которые показались мне интересными и которые я не встречал в литературе:

а) чистка почек

По совету старенькой бабушки Людмила Михайловна, страдая хроническим пиелонефритом, успешно проводила очищение почек фасолью:

Один стакан фасоли в одном литре воды кипятить на малом огне с закрытой крышкой два часа. Затем воду слить, фасоль истолочь и съедать за день, запивая слитой водой. Это — единственная пища за сутки. Соль не добавляется. Кипяченая вода не ограничивается. Выдержать такую диету необходимо 7 дней.

б) чистка печени

Измельчают на мясорубке и смешивают:

- 1. Морковь, пролежавшую после извлечения из земли не менее 1 месяца, 1 кг.
 - 2. Изюм без косточек 1 кг.

Заливают массу десятью стаканами кипяченой воды, делают отметку, добавляют еще десять стаканов.

На малом огне (а если хватит терпения, лучше на «водяной бане») выпаривают до отметки. Хранят в холодильнике. Вкус приятный, напоминает сок с мякотью.

Принимают утром натощак по одному стакану, вместо завтрака. Следующий прием пищи — обычный, только в обед. Улучшается состояние при заболеваниях печени и желчного пузыря.

Язва двенадцатиперстной кишки, экзема

(Письмо А. И. Гордеевой из Барнаула)

В 1953 году мужу предлагали операцию на желудке, он часто лежал в больницах и один год был на инвалидности, но от операции он отказался, и инвалидность через год не продлили.

Спасибо одной знакомой: она вылечила своего мужа, и мне записала рецепт. У ее мужа, как и моего, — язва двенадцатиперстной кишки. Готовили мы рецепт в деревне у моих родителей так: полтора литра молочной сыворотки, шесть яиц свежих поставить в теплое место (у нас на русской печи) в глиняном горшке.

Стоять должно столько, пока на яйцах останется пленка, а скорлупа исчезнет. К этому времени приготовили еще один литр сыворотки. Из горшочка через сито выливаем содержимое и промываем свежей сывороткой.

Затем добавляем литровую банку, или $1~\rm kr$ меда, все ставим опять в тепло на $4-5~\rm дней$, и можно пить по столовой ложке три раза в день натощак.

Такой состав мы мужу делали дважды, после он не был в больницах и на больничном листе, жив по сей день. Желудочно-кишечный тракт не беспокоит.

Кроме этого, по совету все той же знакомой, делали курс лечения два раза в год — весной и осенью: две средних размеров картошки не чистить, а лишь промыть хорошо, протереть на терке, отжать и сразу выпить сок, так провести курс лечения по две недели весной и осенью, тоже натощак.

И еще: на два литра сыворотки один стакан березовой золы. Всыпать золу в сыворотку, сразу размешать, налить в стакан и выпить, примерно по стакану. Золу просеивали через ситечко.

<u>О себе:</u> на ногах образовалась экзема, тоже помогли добрые люди, вот рецепт.

- 1. Спорина* полстакана.
- 2. Сера горючая одна столовая ложка. Нашатырь одна столовая ложка.
 - 3. Масло топленое несоленое две столовых ложки.
 - 4. Чистый деготь один стакан.

^{*} Спорина — не знаю, что такое. За подсказку буду благодарен. (Прим. автора.)

Спорину и серу горючую потолочь и просеять. Все компоненты перемешать, кипятить не менее 3—4 часов на слабом огне (мы ставили горшок в печи в загнетку).

Больное место мазать теплой мазью. Я смазала ноги не более 4—5 раз — и прошло, потом отдала эту мазь начальнику отдела сбыта, у него на руках были даже трещины — и помогло.

Можно готовить так:

- 1. Чистый деготь.
- 2. Масло.
- 3. Сера горючая.
- 4. Немного купороса.

Приготовление такое же.

Сведения по народной медицине, собранные А. Б. Николаевым

Я вновь прибегаю к помощи Александра Борисовича, см. стр. 72.

Считаю, что его богатейшая коллекция народных наблюдений не должна исчезнуть бесследно.

Периодически наблюдая поразительные результаты, считаю, что народная медицина имеет право на жизнь и существование. При этом необходимо отдавать отчет, что помогают народные рецепты, впрочем, как и врачебные, далеко не всегда. Поэтому я не согласен с категоричностью мнений авторов писем. Тем не менее, выбрал такие рецепты, которые дополнительно, желательно посоветовавшись с врачом, можно применять в лечении того или иного заболевания.

Боюсь, что до серьезной проверки народных рецептов в серьезных учреждениях смогут дожить только наши дети, а то и внуки. Терять время поэтому не вижу смысла.

Искренне радуюсь вместе с А. Б. Николаевым тому, что сведения, собранные им двадцать—сорок лет назад, встретятся, наконец, с читателями. Желаю Александру Борисовичу и его семье здоровья и благополучия.

Апельсин сладкий, китайский (Citrus sinensis L.)

По данным опроса, 1974.

Н. С. Полежаев из Москвы сообщает, что, заметив действие эфирного масла корки апельсина на губы (ощущение размягчения ткани), решил испытать при радикулите. Согнув свежую корку, чтобы выступил сок, растирал ею больное место. Через несколько дней боли в пояснице прекратились и не повторяются. То же испытал и на других больных. Даже застарелый радикулит поддается лечению эфирным маслом апельсиновой корки. Еще бытует мнение, что сок кожуры апельсина растворяет мочевые камни, а потому им лечат мочекаменную болезнь.

Бегония вечноцветущая (Begonia semperflorens Link.) По данным опроса, 1972.

Хаблиева из Калининграда сообщила, что сама испытала бегонию вечноцветущую как ранозаживляющее средство, при гнойных язвах и других воспалительных процессах. Результаты самые отличные. Пользовалась соком свежих листьев и цветков этого комнатного растения. Заживление наступает очень быстро, боли снимаются.

Береза бородавчатая (Betula verrucosa Ehrh.)

По данным опроса, 1973.

Т. И. Воробьева из Москвы сообщила, что многократно убеждалась в лечебной силе настойки березовых почек при псориазе (чешуйчатом лишае); активнее действует спиртовая, но и водочная хороша. Готовят в пропорции 1:3 или 2:3. Настаивают 2—2,5 месяца, пока настойка станет темнокоричневой. Тампоном, смоченным в настойке, смазывают места поражения, желательно три раза в день. Курс лечения 1—1,5 месяца (в зависимости от давности заболевания).

По данным опроса, 1975.

А. В. Евдокимова, Московская область, Домодедово (записал А. И. Лесков, ВИЛР).

При мокнущей экземе хорошо смазать больные места свежим яичным белком, а потом смочить крепким настоем из березовых листьев. Можно так лечить и сухую экзему. Настой готовить из молодых листьев.

Брусника (Vaccinium vitis idaea L.)

По данным опроса, 1970.

Один сотрудник из АН СССР сообщил, что многие годы страдал болями в ногах от отложения солей. Никакие рекомендации врача облегчения не принесли. Начал по рекомендации одного травника пить без нормы, вместо чая и воды, настой брусничного листа и сейчас чувствует себя совершенно здоровым.

Бузина красная (Sambucus racemosa L.)

По данным опроса, 1977.

А. А. Айрамов, Пенза. Направил жалобу в ЦК КПСС, что его винят в знахарстве, а он только на себе узнал хорошее средство — болел 25 лет язвенной болезнью, смог случайно излечить себя. Насушив спелых ягод бузины, брал 1 столовую ложку на 3 литра кипятка и перед едой этот настой принимал по 100 г три раза в день, заедая 25—30 г сливочного масла. За месяц выпил 9 литров настоя, и язва зарубцевалась, что показал и рентген. Тем же вылечил и товарища, отказавшегося от операции. Просит данный опыт проверить и внедрить в практику.

Гвоздика пышная (Diantus superbus L.)

По данным опроса, 1976.

Н. И. Ермишин, Красноярский край, Минусинск. Местные жители растение называют — «герой» и очень успешно применяют при геморрое (12—13 г травы на литр кипятка). Настой пьют 3 раза в день по 150 мл. Уже через 2— 3 дня наступает значительное облегчение, а пить следует до полного излечения. Сам излечился от тяжелого геморроя и вылечил больного, которого направили на операцию, но он предварительно решил воспользоваться этим народным средством. Останавливает кровотечения при геморрое.

Герань луговая (Geranium pratense L.)

По данным опроса, 1976.

А. Н. Урган, г. Калинин. Травники очень хвалят «полевую» герань в виде настоя травы как верное средство для полосканий полости рта (стоматит, кровоточивость десен,

воспаление слизистой) и как внутреннее при желудочно-кишечных заболеваниях. Был случай, когда матери пришлось с ребенком грудным лежать по причине диареи (поноса) у ребенка, и без улучшения, а стоило два раза дать ребенку чай из герани, ребенок поправился. Таких было много случаев. Больные гастритом, приняв несколько раз по 0,5 стакана настоя, всегда получали излечение, прекращались боли, налаживалось пищеварение.

Горец змеиный, раковые шейки (Polygonum bistorta L.) По данным опроса, 1974.

И. Л. Рыскаль из Оренбургской области, ст. Акбулак. Долго болел желчно-каменной болезнью, по совету травников пил отвар корневища, что усилило выход мелких, голубого цвета, камней и принесло облегчение на 6 лет. Сейчас вновь болезнь обострилась, но в аптеках нет корневища змеевика.

Горец перечный, водяной перец (Polygonum hydropiper L.) По данным опроса, 1973.

- Г. А. Вызольмирский из Киева сообщил, что больному геморроем предложили врачи операцию, а простой колхозник полностью его вылечил отваром этой травы: брал всего 2—3 растения небольших на 0,6—0,7 л воды, проваривал и еще 5—6 часов настаивая, давал пить по 70 г три раза в день. Через две недели почувствовал себя очень хорошо и вскоре окончательно забыл про свои страдания. Растение аптечное, а врачи его не назначают, посылая больных под хирургический нож, которого легко можно избежать.
- Х. Г. Гарифуллин из Казани. Больной геморроем (с кровотечением) рекомендовал одну столовую ложку водяного перца на стакан кипятка, настаивать полчаса. Принимать по 1/4 стакана четыре раза в день. Уже через день кровотечения прекратились. Как дополнение, назначил еще ароматические ванны из душицы.

У больного геморроем были кровоточащие узлы. Рекомендовал то же средство и еще ванны из 20—30 г водяного перца, обдав его литром кипятка и настаивая еще полчаса.

Ванна по 20 минут ежедневно. Через неделю боли прекратились, узлы опали, кровотечений не стало.

Больной геморроем отказался от предлагаемой операции. Лечил успешно настоем водяного перца, как выше указано (внутрь — настой и ванна — из водяного перца). Через 10 дней от геморроя и признаков не осталось, что очень успокоило больного. С 1951 г. болезнь не проявляет себя.

Горец птичий, спорыш (Poligonum aviculare L.) По данным опроса, 1971.

М. И. Чузавков из Киева сообщил, что в быту, когда больной печени уже ничто не помогает, лечат ее спорышем, часто совместно с чистотелом. При язве желудка и двенадцатиперстной кишки сначала принимают отвар раковых шеек (корневище), это чтобы сузить язву, стянуть ее, а затем начинают пить по столовой ложке 3—4 раза в день за полчаса до еды сок травы спорыша. Промыв траву, пропускают через мясорубку и отжимают сок. Сок травы спорыша — отличное лечебное средство для желудка, кишечника, печени и почек.

В. А. Селезнев из Краснодара сообщил, что при желчнокаменной болезни, холецистите, болезнях печени и желчного пузыря хорошо пользоваться травой спорыша, берут траву с корнем. Настой делают крепкий. Можно принимать сок растения. Еще лучше соединить настой или сок с мукой из зрелых семян огурца. Принимать за полчаса до еды три раза в день по столовой ложке или более. Снимает боли в печени, постепенно выводит камни из печени и желчных проходов.

Гравилат речной (Geum rivale L.)

По данным опроса, 1975.

Т. А. Бурева из Минска сообщила, что знает женщину, много лет больную эпилепсией и не получившую от врачей излечения. Эта женщина быстро избавилась от припадков, начав по совету травницы пить без нормы настой из целого растения. Пила с год; припадки становились все реже и прекратились.

<u>Примечание:</u> любой вид гравилата полезно пить после перенесения тяжелых изнуряющих болезней.

Девясил высокий (Inula helenium L.)

По данным опроса, 1975.

Медсестра А. С. Можегова из Ленинграда сообщила, что, заболев сердечной недостаточностью, не получив облегчения в больнице, на каждом шагу задыхаясь, отекая, при возрасте 46 лет, решила прибегнуть к народному средству. В аптеке купила 100 г корней девясила, залила 0,5 литра водки, ежедневно 10 дней встряхивала. Принимала настойку три раза в день по 1 столовой ложке перед едой. Уже после приема 250 мл настойки смогла свободно ходить, а выпив всю — смогла носить тяжести (небольшие), а выпив еще 250 мл, окончательно поправилась, даже ездила в турпоход. Нужно шире использовать девясил!

По данным опроса. 1971.

И. И. Миронов из Тульской области (Щекинский район, Ясная Поляна) сообщил, что полностью избавился от тяжелых страданий радикулитом, начав принимать водочную настойку корня. До этого 10 лет никакие врачебные средства не помогали. Сейчас уже много лет болезнь не беспокоит.

Деготь медицинский (березовый)

По данным опроса, 1976.

Устное сообщение от Е. Г. Васильевой (Москва). Многие годы болела геморроем, были невыносимые боли. Врачи свечами не могли помочь. Излечилась полностью (прошло 10 лет), приняв всего три паровые ванны. Горячий кирпич клала на дно ведра, обливала дегтем и садилась на ведро, обложив края полотенцем для преграждения выхода паров. Кому рекомендовала, все очень скоро избавились от страданий.

Дождевик (гриб) (Licoperdon gemmatum (Bart)

По данным опроса, 1970.

Н. П. Данилов (Вологодская область, г. Череповец) сообщил, что он и вся его семья многие годы пользуется удивительным ранозаживляющим действием гриба-дождевика. Был случай, когда в лесу топором сильно ранил руку, но без хирургического вмешательства за несколько дней рана за-

жила, не гноилась, перестала болеть, как только на нее наложил мякоть гриба. Припудривание раны спорами этого гриба также быстро залечивает. Лечебные свойства не теряет годами.

Дурнишник обыкновенный (Xantium stumarium L.) По данным опроса, 1970.

А. Н. Болдырев из Москвы имел в левой почке камень с голубиное яйцо. От операции отказался. Две недели принимал настой из травы (по одной столовой ложке на стакан кипятка, еще кипятить 1 минуту и с утра до вечера настаивать). Принимал по полстакана перед едой два раза в день. После такого лечения рентген не обнаружил оксалатов в почке, что крайне удивило врачей. Боли прекратились.

Душица обыкновенная (Origanum vulgare L.)

По данным опроса, 1971.

К. В. Морозов (Курская область, Ворошневский с/с) сообщил, что в быту головную боль успешно лечат горячими припарками из травы душицы. Был случай, когда никакие врачебные средства не могли снять мучительной головной боли, а припарки из травы душицы очень быстро устранили все страдания.

Ежевика сизая (Rubus caesius L.)

По данным опроса, 1971.

В. Денчев (Болгария, г. Шумен) сообщил, что местные старые жители зубную боль лечат крепким отваром корня ежевики (варят, пока вода станет красной). Остывшим крепким отваром полоскают зубы, но отвар не глотают. Если в больном зубе имеется отверстие, то такое полоскание быстро унимает боль.

Зверобой продырявленный (Hypericum perforatun L.) По данным опроса, 1972.

Ф. А. Кужелев из Тулы сообщил, что у старика под 80 лет была тяжелая аденома простаты (без катетера не мог жить). Предложили двойную операцию (с интервалом 8 месяцев). Больной отказался и начал принимать настойку зверобоя.

Постепенно наступило значительное улучшение; сейчас обходится без катетера. Желает знать, что это — действие зверобоя или совпадение?

По данным опроса, 1976.

С. Чечулина, Москва. При болезни печени чай из травы зверобоя — незаменимое средство, боли снимает очень быстро.

Часто от печени бывают сильнейшие головные боли. В таких случаях чай из травы зверобоя тоже хорошо помогает. В зверобое много дубильных веществ, поэтому настой лучше готовить не очень крепкий, не дубящий.

Земляника лесная (Fragaria vesca L.)

По данным опроса, 1971.

В. Денчев (Болгария, г. Шумен) сообщил, что местные старые люди лечат затяжной кашель (бронхит) отварами корней земляники и подорожника большого: сначала варят корни подорожника, пока они начнут полностью развариваться. Приняв чашку отвара этих корней, сразу же пьют и чашку отвара корней земляники.

Зопник, или железняк клубненосный

(Phlomis tuberosa L.)

По данным опроса, 1971.

А. Д. Трубин (Свердловская область, Пышлинский район, с. Четкарино) сообщил, что жена после родов не могла ходить, лежала с тяжелыми женскими кровотечениями. Одна женщина из Казахстана ее быстро вылечила отваром (в виде чая) этой травы. Пила три раза в день по 100 мл. Уже через неделю здоровье полностью восстановилось. Было много и других случаев, когда женщины быстро получали облегчение от чая из этого растения.

Ива (Salix Sp.)

Из личного опыта А. В. Николаева, 1975.

С диагнозом спондилоартрит и бурсит плечевых суставов жену более месяца держали в больнице. Выписали в еще более тяжелом состоянии, чем приняли в больницу. Индометацин давал только временное облегчение. Принимала полгода

настой почечного чая, лечили два года грязями в Бердянске и ваннами в Сочи — не помогло. Как начала пить без нормы, вместо воды, тёплый настой веток с листьями ивы ломкой, улучшение началось на третьей неделе.

Постепенно боли утихли, проявляются в непогоду и гораздо слабее. Пила крепкий, горький настой.

Каланхоэ (Kalanchoe Sp.)

По данным опроса, 1976.

Врач-терапевт М. И. Шпирная, г. Каховка. Делится своим опытом врача по успешному применению сока каланхоэ. Сок каланхоэ Дегремона находит более активным, чем сок каланхоэ перистого. Успешно лечит соком каланхоэ внутренние болезни (гастриты, колиты, язвенную болезнь), считает полезным проверить лечебный эффект других видов каланхоэ.

По данным опроса, 1970.

По телефону одна больная обратилась в ВИЛАР с просьбой снабдить ее этим растением для лечения псориаза (прикладывать размятые листья к больным местам). Сообщила, что только это средство ей оказывает лечебный эффект.

Каланхоэ Дегремона

(Kalanchoe daigremontiana Hamm. et Perr)

По данным опроса, 1972.

П. А. Орлова из ТАССР, г. Зеленодольск, сообщила, что долго болеет астматическим бронхитом. Никакие врачебные средства не помогают, но стоит во время приступа кашля пожевать свежий лист этого цветка, как приступы прекращаются.

По данным опроса, 1975.

Е. А. Кривцова (Харьковская область, Балаклейский район, п. Червонный Донец) сообщила, что за лето получает на балконе много листьев. Пропустив через мясорубку и отжав сок, смешивает с медом для зимы. Принимает сама и детям дает три раза в день по столовой ложке против ангины, что отлично помогает. Соком же лечит раны. Медовая смесь сока помогает и при гипертонии.

По данным опроса, 1977.

П. Н. Костенко (Ростовская область, г. Донецк).

Страдал более 18 лет радикулитом, никакие средства не помогали. По совету травницы начал ежедневно есть по листу свежего растения, и через три недели все страдания прекратились и не возвращаются, но в последние дни прием листьев начал вызывать тошноту и даже вызвал чувство тяжести, напоминающее отравление, но последнего не было, и постепенно все восстановилось, а главное — прекратил мучить радикулит.

Каланхоэ перистое

(Kalanchoe pinuata (Lam.), Persoon)

По данным опроса, 1977.

А.А. Ятленко, Волгоград. Настойчивое письмо в ЦК КПСС с предложением широко внедрить сок каланхоэ как внутреннее средство.

Сообщает, что много лет болеет аденомой простаты, врачи уже готовили к операции, но отказался и покинул больницу. Стал ежедневно натощак жевать свежие листья, и необходимость в операции отпала, нет задержки мочи, чувствует себя нормально в свои 84 года. Этим же помог и другим старикам и старухам. Это отличное средство для геронтологов и вообще при упадке сил.

Калина (Viburnum opulus L.)

По данным опроса, 1974.

Медсестра Е.Д. Озерская из Псковской области, Парховский район, санаторий «Холомки». Больная бронхиальной астмой (автор письма особенно плохо себя чувствовала зимой). Лечили разными препаратами три года, но болезнь не отступала. В течение года выпила 10 литров протертой с сахаром ягоды калины. Вместо воды пила калину (вода пополам с калиной). Приступы прекратились, хрипы в бронхах исчезли, излечение полное.

По данным опроса, 1978.

В.В. Султанова, Москва. Полностью рассасывает зоб.

На 2/3 ягод калины 1/3 меда и чуть водки (для жидкой консистенции). Хорошо размять и перемешать. Принимать три раза в день по одной столовой ложке до еды.

Камыш лесной (Scirpus sylvaticus L)

По данным опроса, 1972.

Р. Г. Геллер из г. Череповца сообщила, что настой из травы (нужно заварить 2—3 травинки, покипятить в стакане воды и пить по 1/3 стакана перед сном) отлично лечит эпилепсию у детей, детский испуг, нервных детей, лунатиков. Во всех случаях с больными детьми были удивительно хорошие результаты лечения. Трава безвредна, а лечебный результат поразительно хороший. Очень многих детей излечила этим настоем.

Клоповник мусорный (Lepidium ruderale L.)

По данным опроса, 1974.

Ф. П. Шамский из Киева сообщил, что, тяжело страдая деформирующим артрозом и не получив облегчения от врачей, решил пользоваться ваннами из травы клоповника: брал 500 г свежей травы на 3 литра воды, заваривал и этим настоем делал ножные ванны, минут на 20 (пока вода остынет). Делал это перед сном. Уже пять-шесть таких ванн принесли облегчение. Очень рекомендует воспользоваться его опытом лечения отложения солей.

Козлобородник луговой ($Tragopogon\ pratensis\ L.$)

По данным опроса, 1974.

Т.М.Захаров из г. Кургана сообщил, что он часто и продолжительно болел радикулитом, особенно в 1973 г. Один травник приготовил из корня настойку, которой растирался 5 дней (три раза в день). Боли быстро исчезли и с тех пор не возобновляются (с августа 1973). Растение встречается в сосновых песчаных борах, где образует корни толще пальца и более метра длины. Листья узкие, как у злака.

Колеус Блюма, «крапивка» (Coleus Blamei Benth.)

По данным опроса, 1974.

Н. Локоренко из г. Гулистана сообщила, что у нее есть комнатный цветок. Листья красные, коричневые и вишневые, с зеленой кромкой. Болея стенокардией, начала систематически съедать листочки этого цветка и почувствовала

себя лучше, сердечные боли стали редкими.

Конопля посевная (Cannabis sativa L.)

По данным опроса, 1971.

О. П. Доманцева из Гомеля сообщила, что тяжело болела несвертываемостью крови (болезнь Верльгофа). Долго лечилась в Институте переливания крови, но улучшение не наступало. Стала пользоваться народным рецептом: принимала три раза в день по полстакана «молочко» из семян конопли, растертых и смешанных с водой. Принимала до еды. Быстро повысилась свертываемость крови, увеличилось содержание протромбина.

По данным опроса, 1976.

С. Плаксин, Подольск. В военном госпитале Подольска лежал с отложениями солей (спондилез, полиартрит) полковник. Лечение не принесло облегчения. Тогда его мать прислала ему 3 кг семян конопли и велела перемолоть их через мясорубку дважды. Стакан размола заливать теплой кипяченой водой (60— 70°С) и за день, тремя приемами, за полчаса до еды выпить. На курс — 3 кг семян (месяц лечения). Больной полностью поправился, сейчас здоров, трудоспособен.

Крапива двудомная (Urtica dioica L.)

По данным опроса, 1970.

Н. В. Отоцкая из Московской области, г. Железнодорожный, сообщила, что она весной с месяц готовила густой зеленый суп из молодой крапивы и заметила, что потребление этого супа не только приостановило начавшее ослабление зрения, но было отмечено улучшение зрения на 2,5 диоптрия.

Купена лекарственная (Poligonatum officinale L.)

По данным опроса, 1971.

Г. М. Артюхов из Орловской области Крамского района, с. Сомово сообщил, что тяжело заболел сухой экземой (на кистях рук, ладонях) с сильным зудом и кровоточащими язвами; ничего не мог взять в руки. От мытья рук болезнь еще более обострялась. Это продолжалось более двух лет. Один старый травник (в г. Алуште) научил накопать корневище, высушить в тени, настоять на самогоне, добавить яичный

белок и немного меда и выдержать 2 недели.

Всего три раза втирал — экзема исчезла; таким способом еще человек пятнадцать излечил.

Лабазник шестилепестный

(Filipendula hexapetala Gilib.)

По данным опроса, 1972.

Вашкевич из Москвы сообщил, что очень тяжело страдал воспалением почек, в моче обнаружен белок. Врачи не могли вылечить и были очень удивлены, когда сам вылечился, принимая по 75 мл настоя из корневых шишек раза в день.

Болезнь вновь повторилась через 10 лет, но нигде не может найти этого растения, чтобы вновь себя полечить.

Лаванда колосковая (Lavandula spica L.)

По данным опроса, 1973.

Б. С. Череватый (Москва, ВИЛАР) сообщил, что при эпидемии гриппа в его семье всегда успешно пользуются эфирным лавандовым маслом как профилактическим средством: два-три раза в день в носу смазывают этим маслом или смачивают ватный тампон и закладывают на некоторое время в нос. Это спасает от заражения.

Лавр благородный (Laurus nobilis L.)

По данным опроса, 1971.

М. И. Чузавков из Киева сообщил, что в быту паралич лечат обычным лавровым листом. Готовят из двух столовых ложек измельченного листа настой на стакане растительного масла. Настой этот втирают в больные места.

Лапчатка серебристая, «серебрянка»

(Potentilla argentea L.)

По данным опроса, 1976.

Л. П. Карпова, Курганская область, Фумихинский район, п/о Котлик. Лечение паралича. Сообщает о случае, когда «один мужчина совсем не стал ходить ногами (на нервной почве что-то было), начал пить эту траву и выздоровел. Сейчас каждый год заготавливает ее в очень большом количестве, недалеко от г. Кургана».

По данным опроса, 1972.

О. А. Фроликова из Москвы вторично сообщила об эффективном лечении ангин, тонзиллитов, воспалений горла.

Лично ей назначили удаление гланд, но настоем травы лапчатки уже на десятый день все нормализовала, и врач отменил операцию. Так вылечила и многих других, случаев неизлечения не было, и заболевания не повторяются. Чай из травы можно принимать без дозировки. Обычно одну столовую ложку заливала 1,5 стакана кипятка и еще 1—2 минуты держала на малом огне, не давая кипеть, еще 25 минут настаивала. В день принимала четыре-шесть раз по 1/2—3/4 стакана, теплым. При повышенной температуре надо еще принять перед сном аспирин.

По данным опроса, 1970.

А. В. Никитина из Москвы (учительница) сообщила, что видела женщину, страдавшую болезнью щитовидной железы, которая получила излечение, принимая продолжительное время чай из травы лапчатки серебристой. Настой готовила и принимала без нормы.

Лещина (Corylus avellana L.)

По данным опроса.

К. Г. Якобсон (Москва). Один килограмм ореха лещины (фундука). Отобрать скорлупу и на малом огне варить ее в двух литрах воды, пока останется один литр, добавить один килограмм меда. Принимать по 30 г три раза в день, до еды или между едой. Отлично лечит простатиты и мастопатию, аденому простаты.

Лук репчатый (Allium cera L.)

По данным опроса, 1972,

В.Н. Генкузина из г. Ура-Тюбе сообщила, что в быту как проверенное средство при кашле пользуется авторитетом луковый сок: тонко нарезать лук и засыпать сахарным песком, держать в глиняной посуде, пока образуется сок. Принимают по чайной ложке три раза в день.

По данным опроса, 1973.

В. Мирошниченко из Симферополя сообщает, что больной в 76 лет очень страдал гипертонией, головной болью, головокружением. Только луком избавился от всех стра-

даний: нарезав лук, заливал его кипяченой холодной водой на 12 часов, а потом эту воду принимал три раза в день по столовой ложке. Это простое средство удивительно стойко оказало лечебное действие.

Манжетка обыкновенная (Alchemilla vulgaris L.)

По данным опроса, 1975.

Т. А. Бурева из Минска сообщила, что женщина, которая страдала много лет белями и которой никакие гинекологи не могли оказать существенную помощь лечением, за 5 дней себя излечила спринцеваниями отваром манжетки, по совету одной опытной травницы. Она же передала, что эта травница излечивает ценных собак от бешенства, если к ней обращаются люди, которым ветврач предложил умертвить животное. Отвар манжетки она заставляет любыми средствами животное пить.

Мелисса лекарственная (Melissa officinalis L.)

По данным опроса, 1975.

Е. Г. Нестеренко (Воронежская область, Бутурлинский район, В.-Архангельский с/с). Пожилая женщина с детских лет страдает мигренями. Головные боли до потери сознания. Никакие средства не помогают. Когда при приступах мигрени начала принимать настой травы мелиссы, то «словно на свет народилась», такое облегчение приносит растение.

Морковь (Daucus sativus Roehl.)

По данным опроса, 1976.

Е. А. Виноградова, Хабаровск. В быту настой морковной ботвы принимают при гипертонической болезни.

Калашникова П. Д., Кемеровская область, Беловский район, с. Мамонтово.

Ботва моркови рекомендуется как средство от гипертонической болезни, закупорки вен и гангрены.

- 1. Автор настойчиво утверждает, что под действием отвара ботвы артериальное давление снижается настолько резко, что пользоваться необходимо под наблюдением лечащего врача (с 240 мм рт. ст. за 5—6 дней снижается до 120).
 - 2. При закупорке вен наружно компрессы из водочной на-

стойки ботвы, а внутрь — отвар из надземной части моркови.

Овес посевной (Avena sativa L.)

По данным опроса, 1976.

Э. Э. Адамсон (Эстония, г. Вильянди) возмущен, что нет средств против курения, указывает на бесполезность и вред применения медициной табекса, лобесола и раствора азотно-кислого серебра. В то же время страны Ю.-В. Азии с давних времен успешно применяют абсолютно безвредный отвар овса против курения опия, а против курения этот отвар удивительно эффективен! Табак более слабый наркотик. Отвыкание происходит легко, но не так скоро (гораздо тяжелее отыскать овес!). Хорошо бы выпускать таблетки сухого отвара овса.

Осина (Populus tremula L.)

По данным опроса, 1976.

Э. Э. Кушке, Москва, ВИЛАР. Опухоли суставов, ревматизм, отложения солей, подагру, артриты хорошо лечить настоем осиновых почек. Сухие или свежие почки заливают теплой водой, дают настояться и пьют три раза в день, за полчаса до еды.

Видела людей, которые страдали опухшими, воспалившимися суставами рук, получивших облегчение от этого средства.

Пармелия раскидистая (Parmelia vagans Nyl.)

По данным опроса, 1974.

А. А. Солдатенко из Челябинска. Внучка тяжело заболела псориазом, четыре месяца держали в больнице, чуть помогли и выписали. Дома вновь еще сильнее заболел ребенок, весь покрылся «чешуей», а голова — шишками с орех грецкий. Тогда, послушав совет травницы, поехала в Оренбург и достала этот лишайник. Начала делать ванны из его напара. Быстро прекратился нестерпимый зуд тела, рассосались шишки на голове, стала сходить с тела «чешуя», но врачи запретили эти ванны, не дав сами ничего. Просит совета.

По данным опроса, 1971.

С. М. Адельшина (Астраханская область, Калензянский район, с. Нижне-Никольское) сообщила, что в быту местные жители очень любят этот лишайник: одни пьют молочный

настой, другие с водой, иные добавляют сахар, мед. Чаще просто пьют водный настой при самых различных болезнях и как укрепляющее средство (при упадке сил).

По данным опроса, 1950.

Н. Я. Подъячин (Даг. АССР, г. Буйнакск) сообщил, что он и другие больные, находясь в сантубгоспитале, очень мало получали улучшения от лечения, но когда стали все принимать без всякой нормы настой этого лишайника, то через 2 месяца стали очень хорошо себя чувствовать: наступило улучшение в легких и желудке, прекратилась или уменьшилась мокрота, прекратился тяжелый кашель, стало легкое отделение мокроты, улучшился аппетит, наступило бодрое самочувствие.

Петрушка огородная (Petroselinum sativum Hoffm.) По данным опроса, 1974.

А. А. Волчанский из Москвы сообщил, что на Кавказе видел сам полное излечение мочекаменной болезни. Врачи отказались от больного. Грузин-травник дал совет через день на рынке покупать по 2 кг петрушки (зелень с корнями), промыв, пропускать через мясорубку, отжимать сок и за день в 2—3 приема его выпить (независимо от приема пищи). Так делал через день пять раз. Камни распались и вышли с мочой из пузыря и почек. Чтобы вновь не образовались камни, пью настойку по чайной ложке после еды 3 раза (5 головок чеснока на 0,5 л водки, 8 дней выдержать в темном месте и в тепле, чеснок растереть).

По данным опроса, 1975.

Н. Ф. Трофименко из Тирасполя сообщил, что долго страдал простатитом; лечение у врачей не приносило облегчения. Прочитав болгарскую книгу о фитонцидах, узнал, что петрушкой можно лечить воспаление предстательной железы, но подробностей не нашел. Решил два-три раза в день принимать по половине чайной ложки семена петрушки (жевал и проглатывал). Так делал 2 месяца, и наступило облегчение: прекратились рези, исчезли соли в моче, прекратились частые позывы, стал нормальный сон, боль в паху и пояснице уменьшилась; благотворное действие оказано и на желудок, кишечник.

Подмаренник настоящий, желтый (Galium verum L.) По данным опроса, 1971.

Н. М. Абашкин из Мокшан Пензенской области сообщил, что он сильно страдал расстройством нервной системы. Одна травница рекомендовала принимать отвар или настой этой травы, но предупредила, что при этом нельзя есть кисло-соленого (иначе на коже появятся прыщи).

Действительно, это средство принесло значительное улучшение самочувствия. Заметил, что даже запах свежего растения, при его сборе, оказывает лечебное действие на нервы. Растение в быту называют «дорогая трава».

Полынь обыкновенная, чернобыль чернобыльник (Artemisia vulgaris L.) По данным опроса, 1973.

И. Я. Вилап из Эстонии, г. Нарва сообщает, что местное население траву называет «пуию». Из 10—15 г надземной части на 1 л воды настаивают чай и дают при эпилепсии в течение полугода, пять-шесть раз в день по стакану.

Алкогольные напитки исключаются полностью, как и спиртовые настойки лечебного характера. Эпилепсия полностью вылечивается.

Редька черная (Raphanus sativus L.)

По данным опроса, 1972.

Н. В. Тепсина из Москвы сообщила, что умирала от язв в кишечнике; диагноз врачей — проктит. В то время, когда врачи уже признали безнадежной, быстро вылечилась по совету народной медицины редькой с медом: ежедневно готовила смесь из сока редьки и меда (по полстакана) и эту смесь потребляла за день.

Родиола розовая, «Золотой корень» (Rhodiola rosea L.) По данным опроса, 1974.

Е. И. Рыжова, Московская область, г. Пушкино. Предлагает, как аптечный работник, использовать народный косметический опыт — лечение выпадения волос, облысения. 50 г корня на 500 мл 40%-ного спирта, а при облысении — луч-

ше 2%-ный раствор (чай) из черного перца. Смочив ватный тампон, наложить на пораженные места на полчаса, покрыв салфеткой и махровым полотенцем. Делать через день, но три-четыре раза в день. Пользоваться можно как свежим, так и сухим корнем родиолы. Кроме этого — водный массаж на 15 мин., при температуре воды 40—45°C.

Ромашка (Matricaria sp.)

По данным опроса, 1978.

Носова (Челябинская область, Чебаркульский район, с.Травники) сообщила, что у нее ромашка является семейным средством против беременности: на 30—35 день цикла с началом задержки менструации пьет чай из ромашки; это верное абортивное и безвредное средство. 20 лет замужества благодаря ромашке прошли без абортов. Пить нужно много, в течение целого дня. Сама убедилась, что стоит не пить ромашку, наступает беременность.

По данным опроса, 1976.

М. И. Залетова, Мурманск. Сообщает, что мать ее жила до 94 лет, к врачам не имела возможности обращаться, а во всех случаях заболевания пила по кружке на прием настой ромашки. Считая, что в кишечнике всегда могут быть болезнетворные микроорганизмы, в виде профилактики, в неделю раз, за час до еды выпивала кружку настоя ромашки, что делало ее устойчивой к болезням, укрепляло весь организм.

Синяк обыкновенный, румянка

(Echium vulgare L.)

По данным опроса, 1976.

Н. И. Чудин (Донецкая область, г. Харцызск-2, Шалимова, 2, кв. 60). Ветврач Н. И. Пушкарь лежала в больнице с опухшими суставами ног (ревматизм или подагра). Облегчения не получив, начала лечить себя по совету травницы ваннами из этого растения. Охапку (около 300 г) сырой травы, измельчив, заливала ведром кипятка, настаивала 4 часа и выливала в ванну. Принимала ванну 15 минут, через день, и за 10 процедур излечилась. Некоторые излечили «шпору», смазывая после пятку йодом, но помогло при «шпоре» не всем, т. к. не все соблюдали курс лечения.

Смородина черная (Ribes nigrum L.)

По данным опроса, 1976.

Р. Матрохина, Омск. Сыновья — близнецы двухгодовалые — долго находились под наблюдением отоларинголога, но болезнь ушей не проходила, «а когда больные надоели», то одна врач рекомендовала детей попоить настоем листа смородины. Поила две недели этим чаем, без нормы, вместо обычного чая и воды. После этого излечение было полным и болезнь не возвращается. Удивлена, почему это простое средство не применяют широко, а ведь поить пришлось уже осенним, завядшим листом, но и он помог отлично.

Сушеница болотная (Gnaphalium uliginosum L.) По данным опроса, 1971.

А. Н. Александров (Московская область, г. Орехово-Зуево) сообщил, что ему врачи предложили ампутацию конечностей по причине атеросклероза нижних конечностей (эндартериит), но от операции он отказался. Ноги так болели, что не мог спать, не мог ходить от боли. Один старик-травник рекомендовал парить ноги в отваре из сушеницы. Это простое средство очень быстро принесло облегчение, а потом и полное выздоровление.

Xмель (Humulus Lupulus L.)

По данным опроса, 1973.

Г. А. Двужилов из Волгоградской области, г. Урюпинска сообщил, что очень страдал геморроем с кровотечениями. Врачебные средства не помогали, тогда начал принимать отвар из перегородок грецкого ореха. Это только на время принесло облегчение, а когда начал принимать отвар из хмеля по 3—4 глотка три-четыре раза в день, сразу наступило выздоровление. Прошло два года, болезнь не возобновляется.

Цикорий обыкновенный, цикорий корневой

(Cichorium intybus L.)

По данным опроса, 1976.

Н. Г. Сироткина, Москва (фельдшер, на пенсии). На себе

и на четырех гипертониках проверила лечебный эффект корня цикория, продаваемого бакалейными магазинами: за 1—2 недели давление с 220 снизилось до нормы: полную столовую ложку залить 1,5 л холодной воды, поставить на малый огонь, с момента закипания еще 5 минут кипятить и настаивать в тепле 4 часа. За день малыми глотками принять 1—1,5 стакана; курс лечения — 10—12 дней. Снижение стойкое.

Черемуха обыкновенная (Padus racemosa Gilib.)

По данным опроса, 1977.

Инженер В. А. Александров, Ленинград. Предлагает заварку из коры ветвей (одну столовую ложку на 0,5 л кипятка для примочек и на один литр — для ванн) как средство лечения гнойных заболеваний кожи и костей. Многолетняя практика дала высокий эффект при самых тяжелых костных гнойных заболеваниях; боли снимаются через 3— 4 часа, а излечение наступает через 10—15 дней.

По данным опроса, 1974.

М. В. Шульга из Уфы сообщил, что у него закрылся пленкой левый глаз (бельмо, катаракта), назначили операцию. Правый тоже едва видел. Хотели левый удалить, но отказался. По совету травницы готовил из цветов черемухи отвар и теплым промывал глаза. Умывался тоже только теплой водой. Постепенно пленка исчезла, глаз открылся, а возраст был 72 года. Прошел уже год, сейчас может читать и писать без очков. И другим таким же образом спас глаза.

Алфавитный указатель растений

— зола 130 Авран лекарственный 89 Аир 92 Береза бородавчатая 132 Аконит Бессмертник песчаный 125 — высокий 46, 57—58, 75 Бодяк щетинистый 64 джунгарский (борец, Болиголов пятнистый иссык-кульский коре-46, 48, 52—54, 86, 90, 94, 96, шок) 97 46, 57—58, 75 Боярышник 26 Алоказия крупнокорневая Брусника, брусничник 101, 46, 47, 58 133 Алоэ 66 Будра плющевидная Алтей (см. Тысячелистник) 94 — корни 112 Бузина красная 133 Амарант (щирица, подсве-Валериана — корни 112 кольник) 27, 30—31 Вех ядовитый 46, 54—55, 95 Апельсин сладкий, китай-Виноград американский ский 132 (лаконос) 86, 88 Аралия 24 Вороний глаз 95 Арахис 18 Вяз полевой 89 Арбуз 76 Гвоздика пышная 133 **Б**агульник 75 Герань луговая 133 — 134 Бадан 61, 62, 96, 123 Горец — корни 38, 112, 129 — змеиный (змеевик, — лист 123 раковые шейки) 76, Барвинок розовый 43 134 - 135Бегония 132 перечный (водяной Безвременник осенний 43 перец) 92, 134 — 135 Белена черная 75, 95, 123 — птичий (см. Спорыш) Белладонна (красавка) 135 88, 90—91 Горох 93 Береза Гравилат — деготь 136

Иван-чай (кипрей) 26, 27, — городской 135 — речной 135 Грецкий орех 46, 59 Изюм 129 Гулявник Лезелиев Ирис солелюбивый 124—125 123 - 124**К**аланхоэ 77 Δ евясил — высокий 76, 92, 101, 136 — Дегремона 139 британский 64 — перистое 140 Дождевик (гриб) 136 Календула 26 Калина 125, 140 Донник желтый 94 Дуб Камыш лесной 140 Капуста 17, 22, 48 —кора 112 Дурнишник 38, 92, 137 Карагана древовидная Душица 14, 26, 31, 48, 94, 97, 64, 77 101, 134, 137 Картофель Δ ягиль 28 —сок 38, 130 Ежевика сизая 137 Кермек Гмелина 64 Женьшень 24, 67, 69, 101 Кислица обыкновенная 95 Звездчатка средняя (мок-Клоповник мусорный рица) 124 124, 141 Зверобой 26, 31, 48, 92, 101, Клюква 77 137 - 138Козлобородник 140 Земляника 77, 138 Колеус Блюма ("крапивка") Змеевик (см. Горец змеи-141 Конопля посевная 141 ный) — корни 112 Кошачья лапка ("пушок") Золотой корень (см. Роди-125 ола розовая) 24,32, 67, 69, Крапива 26, 27, 28, 38, 93, 101, 148 142 Золотая розга 110 Кровохлебка - корни 38, 96,112 Зопник (железняк клубненосный) 124, 138 Купена лекарственная 142 Зюзник 38 Λ абазник шестилепестный Ива ломкая 138 78, 142

Лаванда колосковая 143 Лавр благородный 143 Лапчатка

- гусиная 27, 96
- серебристая 96, 143—144 Лебеда 28—29, 125—126 Левзея софлоровидная (маралий корень) 69, 78 Лещина 144

Лимонник китайский 24 Лопух 64, 69, 126

- корни 38 Лук репчатый 13, 21, 78, 79, 144
 - перо 20
 - сок 79

Лютик едкий 78 Люцерна серповидная 126 Малина 26 Манжетка 27, 144 Маралий корень (см. Левзея софлоровидная) 24, 67, 101

Марьин корень 62 Мать-и-мачеха 101 Медвежьи ушки 48 Медуница 26, 27, 28 Мелисса 26, 145 Мелколепестник 110 Можжевельник Донской 86 Морковь 20, 22, 48, 87, 91, 94, 105, 129, 145

- ботва 145
- сок 38, 79, 94 Мухомор 46, 50, 56, 91—92 Мята 26, 31,48, 124

Облепиха 20 Овес посевной 145—146 Огурец

— семена 135 Одуванчик 26, 27, 93, 127 Осина

- кора 80
- почки 146

Пармелия раскидистая
146—147
Паслен сладко-горький 42
Пастушья сумка 27, 38, 124
Первоцвет 27
Перец сладкий 20
Петрушка 20, 83, 147
— семена 147

Пижма 63 Пион

- садовый 127
- уклоняющийся 64 Подмаренник настоящий, желтый 147
- цепкий 64, 95 Подорожник 21, 31, 67, 69, 79, 84, 138 Подсолнечник 80 Полынь горькая 66, 127
- Полынь горькая 66, 127
 обыкновенная 80, 148
 Помидоры 17, 20
 Проломник северный 64
 Пырей 29
 Просвирник низкий («калачики») 27
 Пустырник 124

Редька черная 148 — сок 79 Репешок волосистый 64 Родиола розовая (см. Золотой корень) 148 Ромашка 26, 80, 95, 101, 149 Ряска 38 Сабельник болотный 81 Свекла 48, 70, 105 — сок 38, 79 Свербига восточная 81 Сельдерей 83 Синяк обыкновенный (румянка) 149 Смородина черная 26, 101, 150 Сныть 27 Солодка 26 Сосна обыкновенная — почки 66, 82, 101 — пыльца 75 Софора японская 46, 60, 61, 62 Спаржа лекарственная 81 Спорыш (см. Горец птичий) 26, 27, 38, 84, 101, 102, 135 Стрелолист 29 Сусак 29 Сушеница болотная 150 **Т**атарник 87, 88 Тмин 27

Тополь черный 128

Тростник 29 Тыква 20,128

Тысячелистник (будра) 26, 31, 38, 82, 94 Тысячелистник птармиковый (гулявица чихотная) 92 Укроп 20, 83, 101 Фасоль 129 Ферула джунгарская (омик, горный омег) 46, 55 Хинное дерево 87, 88 Хмель 150 **Ц**икорий 87, 150 Цитрусовые 20 **Ч**абрец 26, 95 Чага 48,64, 66 Чемерица (туруханский хрен) 49 Череда трехраздельная 83, 110 Черемуха — кора, цветок 151 — цветок 151 Чертополох 88 Чеснок 13, 1, 84 Чистец болотный 64 Чистотел 48, 61, 62, 135 **Ш**алфей 94 Шиповник 6, 101, 123 **Щ**авель 84, 128 — 129 Элеутерококк 23, 24, 61, 62, 67, 69, 101 Эльсгольция Патрэна 124 **Я**рутка 27

Алфавитный указатель заболеваний

Аденома простаты 74, 75,	— язвенная 133, 139
126, 137, 140, 144	Боль
Ангина 139, 143	— головная (см. Миг-
Анемия 74	рень) 127, 137, 138, 144,
Артрит 146	145
Артроз	— зубная 137
деформирующий 141	Бронхит астматический
Астма бронхиальная 140	139, 140
Атеросклероз 21, 22, 47,	— хронический 64, 138
114, 150	Воспаление
Б ели 144	— горла 143
Белокровие 79	— почек 142
Бесплодие 124	— предстательной
Болезнь	железы 147
— гнойная кожи и	— слизистой оболочки
костей 151	рта 133
— кожи 127	— гениталий 124
— желудочно-кишечные	Гайморит 125
16, 133—134	Гангрена 145
— желчного пузыря 129,	Гастрит
135	— острый 75
— зобная 140	— хронический 64
— печени 76, 129, 135,	Геморрой 126, 127, 133, 134,
138	135, 136, 150
— щитовидной железы	Гипертония 101, 139, 144,
144	145, 150
— сердечно-сосудистая	Грипп 143
124	Грыжа (боли) 125
— ушей 149	Диабет сахарный 35

Диарея (см. Понос) 134 Облысение 148 Дизентерия хроническая Ожог 28 82 OP3 24, 114 Желчно-каменная болезнь Опухоли суставов 146 128, 135 Ослабление зрения 142 Заживление ран 136 Остеохондроз Закупорка вен 145 позвоночника 21, 35, 124, Зоб (см. Болезнь зобная) 125 140 Отложения солей Испуг детский 140 (см. Спондилез, полиарт-Катаракта (бельмо) 151 рит) 133, 146 Кашель 144 **П**аралич 143 Пиелонефрит хронический Колит 139 129 Кровотечения женские 138 Плексит 13 — десен 133—134 Подагра 146, 149 Курение 145 Полиартрит Мастопатия фиброзно-кис-(см. Отложения солей) 123, 127, 133, 142 тозная Понос (см. Диарея, жидкий — диффузная 37 — узловая 37,144 стул) 128 Меланома (пигментная Проктит (см. Язва кишечника) опухоль) 12 Мигрень Простатит (см. Аденома (см. Боль головная) 145 простаты) 144, 147 Миома матки 38 Псориаз (чешуйчатый Мочекаменная болезнь лишай) 132, 139, 146 132, 137, 147 Радикулит 127, 132,136, 139, 141 **Н**едостаточность

Рак (опухоль)

— губ 78

— головы 105

— сердечная 136

Несвертываемость крови (болезнь Вергольфа) 141

- двенадцатиперстной кишки 62
- желудка (биопсия) 37,
- 63, 77, 78, 79, 82, 83, 84
- кишечника 79
- кожи 50, 79, 81
- крови (лейкоз) 82
- легких 11, 12, 15, 35,
- 49, 77, 101, 105
 - матки 36, 77, 80
 - молочной железы 11,
 - 35, 48, 77
 - печени 77, 84
 - пищевода 48, 62, 76, 82
 - рта 76
 - руки 105
 - сигмовидной кишки
 - 48
 - толстого кишечника
 - 49
 - шейки матки 11, 36,
 - 84, 100
 - яичников 37, 84

Расстройство нервной

системы 147

Ревматизм 146

Спондилез (см. Полиартрит, отложения солей) 142,

149

Спондилоартрит 138

Стенокардия 141

Стоматит 133

Стресс 34

Тонзиллит 143

Тромбофлебит хрониче-

ский 28

Туберкулез 146

 Φ ибромиома матки 80

Холецистит 77, 125, 135

Цирроз 77

Шпоры 124, 125, 149

Экзема

— мокнущая 130, 131,

142

— сухая 130, 131, 142

Эндартериит 150

Эндометриоз 50

Эпилепсия 135, 140, 148

 \mathbf{R} зва

- гнойная 132
- двенадцатиперстной

кишки 130, 135

- желудка 77, 128, 135
- кишечника

(см. Проктит) 148

СОДЕРЖАНИЕ

РАСТЕНИЯ В ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИИ РАКА

Вместо предисловия	8
Введение	9
Глава I. ПРОФИЛАКТИКА РАКА С ПОМОЩЬЮ ПРОСТЫХ И ЕСТЕСТВЕННЫХ СРЕДСТВ	13
I. Отказ от курения	15
II. Диета	15
III. Двигательная активность	22
IV. Помощь трав	23
V-VI. Сон и борьба со стрессами	34
VII. Закаливающие процедуры	35
VIII. Специфическая профилактика для групп риска	35
IX. Десять заповедей против рака	39
Глава II. ПРИМЕНЕНИЕ СИЛЬНОДЕЙСТВУЮЩИХ (ЯДОВИТЫХ) ТРАВ В ЛЕЧЕНИИ РАКА	41
Глава III. ЛЕЧЕНИЕ РАКА НЕЯДОВИТЫМИ РАСТЕНИЯМИ	63
Глава IV. ПО СЛЕДАМ РУССКИХ ПЕЧАТНЫХ ТРАВНИКОВ И ЦВЕТНИКОВ	85
Глава V. РЕКОМЕНДАЦИИ ОНКОЛОГИЧЕСКОМУ ПАЦИЕНТУ	99
Глава VI. НЕКОТОРЫЕ ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ПО ЛЕКАРСТВЕННЫМ ТРАВАМ	109
Заключение	116
Используемая литература	118
НЕКОТОРЫЕ СВЕДЕНИЯ ПО НАРОДНОЙ МЕДИЦИН	ΙE
Некоторые сведения по народной медицине	122
Алфавитный указатель растений	152
Алфавитный указатель заболеваний	156

Сергей Валерьевич Корепанов

РАСТЕНИЯ В ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИИ РАКА НЕКОТОРЫЕ СВЕДЕНИЯ ПО НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ

Издание четвертое

Редактор Рудак В. Ф.

Лицензия ЛР № 071375 от 14. 01. 97 г. Подписано в печать 25.01.2007 г. Формат 60х90/16. Бумага офсетная. Гарнитура Балтика. Печать офсетная. Усл. печ. л. 10. Тираж 10000 экз. Заказ 8698.

ОАО «Советская Сибирь» г. Новосибирск, ул. Немировича-Данченко, 104.