

# РАСТЕНИЯ ОТ ВСЕХ БОЛЕЗНЕЙ

ИЛЛЮСТРИРОВАННЫЙ АТЛАС



*ИЗДАТЕЛЬСТВО АСТ  
МОСКВА  
2024*

УДК 615.322  
ББК 53.59  
Р24

Фотоматериалы предоставлены  
*Shutterstock/FOTODOM*

Р24      **РАСТЕНИЯ ОТ ВСЕХ БОЛЕЗНЕЙ.** Иллюстрированный атлас / составитель К. Артемова — Москва : Издательство АСТ, 2024. — 64 с. : ил. — (Азбука здоровья).

ISBN 978-5-17-162126-1

Этот иллюстрированный сборник лучших рецептов на основе лекарственных растений поможет вам справиться с самыми распространенными заболеваниями. В нашей книге вы найдете много новых и интересных рецептов на основе трав средней полосы, которые окружают нас в повседневной жизни и помогут укрепить ваше здоровье.

**УДК 615.322**  
**ББК 53.59**



## СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	5
Заболевания сердечно-сосудистой системы.....	6
Неспецифические заболевания органов дыхания.....	12
Заболевания желудочно-кишечного тракта.....	17
Заболевания печени и желчевыводящих путей.....	29
Заболевания почек и мочевыводящих путей.....	35
Эндокринные и обменные заболевания.....	41
Заболевания нервной системы.....	44
Кожные заболевания.....	47
Заболевания горла и носа.....	56
Стоматологические заболевания.....	61





## ПРЕДИСЛОВИЕ

Среди разнообразных способов лечения, пожалуй, самый популярный и безвредный на сегодняшний день — это лечение травами. Наши предки знали, что каждое растение обладает своим уникальным целебным свойством. Множество болезней — от обычного насморка до серьёзных проблем с сердечно-сосудистой системой — можно вылечить с помощью трав. Огромное количество рецептов накоплено человечеством за прошедшие века. Однако со временем знания, передаваемые из поколения в поколение, перестали быть широко доступны.

Сейчас многие люди, понимающие пользу лекарственных растений, не только не знают правильной рецептуры отваров или настоев, но порой даже не представляют, как выглядит та или иная трава. Часто мы проходим мимо или просто топчем надоедливый «сорняк», не понимая, какое мощное лекарственное средство растёт у нас под ногами!

Механизм целебного действия лекарственных растений, широко применяемых в народной медицине, до сих пор ещё полностью не изучен. Особое значение в фитотерапии имеют правильно подобранные дозировки той или иной травы, её точное назначение и обработка.

Используйте природную силу растений-целителей, чтобы стать здоровыми, бодрыми и прожить долгую счастливую жизнь!



В этой книге собраны лучшие рецепты от самых распространенных болезней, которые каждый сможет приготовить в домашних условиях.

Из нашей книги вы узнаете:

- как правильно использовать лекарственные растения;
- как приготовить целебный настой или отвар;
- что предлагает народная медицина для лечения различных недугов.

Книга будет полезна тем, кто страдает от острых и хронических заболеваний, интересуется лечебными свойствами трав, а также, тем, кто помнит, что здоровье у человека одно на всю жизнь, и его надо беречь!





## ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

### Гипертоническая болезнь

#### РЕЦЕПТ 1

##### *Состав:*

- Цветки боярышника кроваво-красного 30,0\*
- Трава омелы белой 30,0

##### *Приготовление и прием:*

1 чайную ложку сбора нужно залить стаканом кипятка, настаивать 30 мин., процедить. Принимать такой настой по 1/3 стакана 3 раза в день через час после еды.



*Омела белая*



*Боярышник  
кроваво-красный*

#### РЕЦЕПТ 2

##### *Состав:*

- Трава омелы белой 30,0
- Цветки боярышника кроваво-красного 30,0
- Корневища валерианы лекарственной 15,0
- Листья мяты перечной 15,0
- Листья барвинка малого 10,0
- Плоды тмина обыкновенного 10,0

\* Единица измерения — грамм