

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Упадок сил, слабость, авитаминоз	Сахарный диабет	Печень, желчного пузыря, селезенка	Опухоли, рак	Детские болезни	Экзема, зуд, болезни зубов	Болезни Альцгеймера, Паркинсон	Болезни дыхательной системы, простуда	Болезни эндокринной системы	Болезни сердца и сосудов	Болезни опорно-двигат. системы	Болезни нервной системы и мозга	Болезни мочевого пузыря	Болезни кровеносной системы, холестерин	Болезни кожного покрова, слезяг, обод.	Болезни ЖКТ	Болезни глаз, ушей, носа	Аллергия астма	Прочие болезни и применение

Ягоды для поднятия иммунитета и профилактики простуд. - Во время простуды брусничный сок, обладающий антисептическими свойствами, хорошо утоляет жажду, уменьшает жар. Его так же используют при заболеваниях ротовой полости. Брусника улучшает зрение, увеличивает количество красных шариков в крови, помогает справиться с депрессиями и неврозами. Брусничный сок пьют при повышенном кровяном давлении. Бруснику мочат, из неё варят джемы, варенье. Отвары из листьев применяют при ревматизме, подагре, диабете, расстройствах пищеварительного тракта, диарее, как мочегонное при камнях в почках, желчном пузыре, а также при болезнях печени. Листья заваривают, как чай и пьют при усталости. - Настой из листьев брусники 1 ст. ложку измельчённого сырья заварить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 2 часа. Процедить, принимать по ¼ стакана 3 раза в день. При простуде и гриппе - Налить ¼ стакана сока брусники, долить стакан прохладной кипячёной водой. Добавить 1-2 чайных ложки мёда. Принимать по ¼ стакана 4-5 раз в день после еды. Само по себе ценно употребление свежих ягод, которые благодаря своим целебным свойствам могут просто спасти от цинги и авитаминоза, запоров, колитов и болезней печени. Соком брусники можно смазывать пораженные места при чесотке. - Напиток из ягод готовят в виде настойки на воде в течение 6 часов. Кроме этого, напитки из сока брусники применяют для повышения общего тонуса организма, запорах, головной боли, гриппе. 50 грамм сока необходимо разбавить холодной кипяченой водой и добавить мед или сахар. Принимать 100 грамм напитка 4 раза в день перед едой. Настойка из листьев брусники: Листья залить кипятком и настаивать 2 часа. Принимать 1-2 ст.ложки перед едой. Листья брусники в виде отваров и настоев употребляют в качестве мочегонного средства главным образом при почечнокаменной болезни, а также при ревматизме, подагре, надземную часть и ягоды — при гиповитаминозе. Такой отвар, как считают М. А. Носаль и И. М. Носаль (1959), полезен при болезнях не только почек, но и печени. В народной медицине отвар и настой листьев и ягод брусники пьют при простуде, кашле, маточных кровотечениях, болях в груди, при туберкулезе и заболеваниях сердца (Д. К. Гесь и др., 1966). Настой листьев оказывает противовоспалительное, антимикробное, диуретическое и слабое желчегонное действие; истолченные ягоды брусники принимают при гастрите с пониженной кислотностью желудочного сока и как слабительное средство, все растение рекомендуется при гипо-, авитаминозах. Свежая, моченая и вареная брусника применяется при катарах желудка с пониженной кислотностью, поносах, ревматизме, подагре. Ягоды — сильное мочегонное средство, даже в больших дозах они не оказывают вредного действия. Из брусники варят варенье, готовят компоты, экстракты, соки, пастилу, начинку для конфет. Бруснику засыпают сахаром, мочат, маринуют. Ее употребляют в свежем и моченом виде как приправу к кушаньям. Характерно, что варенье, моченые или свежие ягоды брусники даже без сахара могут долго сохраняться благодаря наличию в них бензойной кислоты. Листья брусники обладают мочегонным, антисептическим, вяжущим, противовоспалительным действием. Их применяют при мочекаменной болезни, гастрите, подагре, ревматизме, ночном недержании мочи, при циститах, пиелонефритах, пониженной кислотности желудочного сока, болезнях печени, сахарном диабете, а также как дезинфицирующее средство. Северные народы — ненцы, ханты, манси — сок листьев брусники используют при лечении радикулита, вторая в больное место в течение 5-6 минут 2-3 раза в день. В Сибири применяют при воспалении почечных лоханок и мочевого пузыря, аппендиците, гипертонии, простуде, атонии кишечника, отложении солей в суставах, при поносах. Отвар всего растения, собранного в период цветения, пьют при простуде, кашле, туберкулезе легких, гипертонии, заболевании сердца, желчного пузыря, при маточных кровотечениях, белях, для улучшения работы желудка, при цинге, 1 усталости, остеохондрозе, при ревматоидных и инфекционных артритах, авитаминозах. Для приготовления настоя из листьев брусники берут столовую ложку листьев на стакан кипятка. Настаивают 30 минут, принимают в охлажденном виде по столовой ложке 3—4 раза в день. В ягодах брусники содержится большое количество Сахаров, кислоты, жирное масло, витамины А, С, Р и др. Ягоды брусники употребляют при авитаминозах. Водный настой ягод считается очень хорошим средством для утоления жажды при лихорадке. Сырые, вареные, моченые ягоды рекомендуют при гастритах, при пониженной кислотности желудочного сока, поносах, подагре, ревматизме, а брусничный сок пьют при повышенном кровяном давлении. Вареную бруснику с медом рекомендуют при туберкулезе легких, а сок из ягод — как успокаивающее, жаропонижающее, витаминное средство. Его также принимают при атеросклерозе, нарушении солевого обмена, при желчекаменной и почечнокаменной болезни, анацидных гастритах и диабете, кровохаркании, при высокой температуре (Рабинович, 1991). Брусничная вода, полученная при вымачивании ягод, является слабительным и мочегонным средством, выводит соли. Для приготовления отвара берут горсть листьев брусники на 3 стакана кипятка, кипятят 10 минут. Выпивают в течение дня по стакану 3 раза в день. В свежем виде ягоды употребляют по 100-200 г 1 раз в день. В тибетской медицине листья брусники в виде порошка применяют при кори и как жаропонижающее средство. Отвар листьев брусники следует осторожно применять при беременности. В опытах на животных отмечено угнетающее действие листьев брусники на функцию половых желез. Происходит прекращение половой циклики с восстановлением ее после отмены препарата.

1. Листья (30 г) заливают 3 стаканами кипятка, кипятят 10 мин, процеживают после охлаждения. Назначают внутрь, все количество отвара выпивают за день в 3 приема, до еды (при гипацидном гастрите).
 2. К смеси ягод и листьев брусники (30 г) добавляют 2 столовые ложки травы зверобоя, заливают 3 стаканами кипящей воды, кипятят 10 мин, после охлаждения процеживают. Принимают со второй половины дня в 3 приема, последний перед отходом ко сну (при ночном недержании мочи).
 3. Листья (20 г) брусники заливают стаканом кипящей воды, настаивают в течение 45 мин, после охлаждения процеживают. Принимают внутрь по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды (мочегонное).
- Ягоды брусники имеют физиологически активные вещества, их применяют с лечебной целью при гастрите с пониженной кислотностью. Морс из ягод пьют при простудных заболеваниях, высокой температуре и как мочегонное средство при отеках сердечного происхождения, нефрите, цистите, поносах, ревматизме, подагре.
- Отвар листьев, собранных до цветения, пьют при ревматизме, диабете, подагре, камнях в почках и желчном пузыре. Для этого берут 1 столовую ложку листьев брусники на стакан воды, кипятят 5—10 минут, пьют по 1 стакану 3 раза в день в течение месяца. При ночном недержании мочи у детей берут смесь листьев брусники и травы зверобоя по 1 столовой ложке каждого на пол-литра воды и выпивают в течение дня с 10 утра до 5 вечера.
- Из брусники можно готовить варенье: на 1 кг ягод кладут 1,5 кг сахара. Ягоды заливают вначале горячим сахарным сиропом (3/4 сахара), а в конце варки добавляют оставшийся сахар и доводят до нужной густоты. Рекомендуется добавлять в брусничное варенье резаные дольки яблок. На 1 кг брусники 200 г яблок.
- Напиток из брусники и свеклы очень полезен гипертоникам, почечным и онкологическим больным: 1 кг ягод брусники прокипятить в 1 литре воды, сок отжать. 1 кг измельченной на терке свеклы сварить в 1 литре воды в течение 5 минут, процедить. Смешать оба сока, добавить 1 стакан сахарного песка, вскипятить, охладить и разлить в бутылки, закрыть пробкой. Подавать холодным.
- Моченая брусника: для мочения берут очищенные от листьев ягоды и засыпают в бочки, банки, утрясают для уплотнения и заливают раствором из расчета на 10 л. воды 100 г соли, 500 г сахара, закупоривают и ставят в прохладное место. Брусника в собственном соку: засыпают 1/2 банки или бочки ягодами, утрамбовывают, затем досыпают ягоды до краев и закрывают. Хранят в прохладном месте.
- Брусничный морс с сахаром и специями: 1 кг ягод брусники залить 2 литрами воды, добавить стакан сахара, вскипятить и добавить в теплый морс 0,5 чайной ложки молотой корицы, гвоздики или молотого корня гравилата. Настоять 24 часа и процедить. Морс полезен лихорадящим больным, при почечных заболеваниях, при гастритах с пониженной кислотностью и нарушениях солевого обмена.
- Катехины, содержащиеся в бруснике, укрепляют капилляры и уменьшают их ломкость. Листья растения обладают вяжущим и антисептическим свойствами.
- Настой листьев брусники: 100 г брусничного листа заливают 2,5 л крутого кипятка, после двухчасового настаивания процеживают и добавляют 250 мл водки. Томят 15 минут на медленном огне, не доводя до кипения. Принимают по 100 г 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 6 месяцев. Настой лечит ревматизм, помогает избавиться от песка в почках и мочевом пузыре.
- Применение листьев брусники позволит жить без токсинов. Существует много рецептов, ими охотно делятся с людьми знахари, предавая эти знания от поколения к поколению. Отвары способствуют выведению солей и восстановлению двигательной функции суставов при полиартрите. Это мочегонное средство. При комплексной терапии побеждаются заболевания двигательного аппарата.
- Лечение дисбактериоза. В периоды приема антибиотиков следует в чай добавлять свежие либо сушеные ягоды брусники для восстановления микрофлоры кишечника. Также чаи из брусники показаны детям. Они благотворно влияют на флору кишечника.
- Лечение онкологических заболеваний. В комплексной терапии онкологических заболеваний рекомендуется ежедневное употребление 100 граммов свежей брусники для укрепления иммунитета и предотвращения развития раковых клеток.
- При сборе листьев берегите веточки брусники.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Люди с гипотонией не должны применять бруснику, потому что она быстро снижает артериальное давление. При лечении мочекаменной болезни сочетать бруснику с другими лекарственными препаратами надо очень осторожно, поскольку мочегонные свойства этого продукта способны спровоцировать движение не растворившихся камней. Также нужно очень аккуратно применять препараты на основе этого средства страдающим холециститом.



Брусника обыкновенная

брусничник, гогоц, брусница, боровая ягода, боровинка.

Vaccinium vitis idaeae L.

Вечнозеленый кустарник высотой 5-25 см с ползучим корневищем. Листья – многолетние, короткочерешковые, очередные, эллиптические, плотные, кожистые, голые. Край листа несколько загнут к нижней стороне, сверху листья темно-зеленые, блестящие, снизу более бледные и тусклые, усеянные темно-бурыми точечными железистыми волосками булавовидной формы. Листья зимуют под снегом. Цветки мелкие, с белым или розовым венчиком кувшинчатой формы, собраны в двух-восьмицветковую кисть. Цветет в мае – июне. Формула цветка брусники обыкновенной: *Ч(4)Л(4)Т4+4П(4). Плод – почти шаровидная многосемянная ягода. Плоды ярко-красные, спелые – темно-красные, диаметром до 8 мм. Плодоносит в августе-сентябре, начиная с 10-15 года жизни. Живет до 300 лет.



Используется					Месяц сбора	2
цветы	листья	стебель	корни	ягоды		
Готовится					Месяц сбора	3
настой	отвар	сп.настойка	сок	мазь и пр.		
Применяется					Месяц сбора	4
внутренне	наружно	кулинария	прочее			
					Месяц сбора	5
					Месяц сбора	6
					Месяц сбора	7
					Месяц сбора	8
					Месяц сбора	9
					Месяц сбора	10
					Чай	*
					Срок хранения сырья лет	1
					Срок хранения сырья лет	2
					Срок хранения сырья лет	3
					Срок хранения сырья лет	4и>