Все об обычной крапиве

Автор:
Иван Дубровин

Все об обычной крапиве

Иван Ильич Дубровин

Всё об обычных продуктах

Что вы знаете о крапиве? То, что это весьма распространенное растение-сорняк? Верно. Но знаете ли вы, что этот сорняк может исцелить множество болезней? Что в нем содержится гораздо больше витаминов и минеральных веществ, чем в заморских лимонах, бананах и киви вместе взятых? Что из него можно приготовить не только весенние щи, но и массу других вкусных и полезных блюд? Вы об этом даже и не подозревали? Тогда вам непременно стоит обогатить себя новыми знаниями, прочитав книгу «Все об обычной крапиве».

Иван Дубровин

Все об обычной крапиве

ВСТУПЛЕНИЕ

Ни для кого не секрет, что ее величество природа наделила огромное количество растений и трав определенными целебными свойствами, полезными не только для человека, но и для всего остального окружающего его мира.

Пробуждаясь весной от зимних холодов, зеленое королевство щедро дарит своим «подопечным» крышу над головой и разнообразную пищу, и со временем

человек, как и любое другое живущее рядом с ним существо, должным образом отвечает ему взаимной добротой.

В природе нет ничего лишнего – каждый занимает свое место. И далеко не правы порой бывают те, кто по своей глупой неосторожности нарушает природную гармонию взаимных отношений.

Считая, что окружающий мир слишком тесен, человек периодически начинает уничтожать все живое, что на первый взгляд кажется ему ненужным, а затем глубоко раскаивается в содеянном, но, к сожалению, уже после того, как природа отплатит ему должным уроком.

Может, по этой причине некоторым людям все-таки стоит задуматься над тем, что произрастающие безо всякого на то смысла около дома или на садовом участке «сорняки» могут оказаться в свое время необходимыми для человека помощниками в решении возникающих с его здоровьем проблем. Не даром же они растут?

Если осоку и подобного вида траву употребляют при заболеваниях домашние животные (кошки, собаки), то это еще не значит, что для человека она обязательно окажется бесполезной. Но так почему-то думает большинство людей, вероятно совсем не уважающих природу, а следовательно, и самих себя.

Удаляя (зачастую с корнями) попадающиеся на садовом участке или около дома различные виды подорожников, лопухов или крапивных порослей, они даже не понимают, что лишают себя возможности всегда иметь под рукой уникальные лекарственные средства, которые в зимний период найти порой бывает весьма проблематично.

Конечно, можно было бы отдельно рассказать о каждом «мнимом сорняке» и о его полезных свойствах, но особое внимание хотелось бы все же заострить на одном из них, наиболее известном и, можно сказать, самом важном – крапиве.

При правильном употреблении этого растения можно избежать множества различных болезней и значительно улучшить общее состояние организма, но для этого, прежде всего, необходимо воспользоваться содержащейся в этой книге информацией, специально подготовленной для тех людей, которым далеко не безразлично собственное здоровье.

ГЛАВА I. ВСЕ О КРАПИВЕ

Из всех существующих видов крапивы на территории нашей страны чаще всего встречаются только два: крапива жгучая и крапива двудомная.

Для своего постоянного местожительства крапива выбирает лесные угодья, сорные и поросшие различными кустарниками места, а также встречается она возле жилых построек и на берегах рек.

Отличается крапива от всех растений по своим естественным природным признакам: на едином стебле по разные стороны размещаются крупнопильчатые сердцевидные листья, где – равно, как и на самом стебле – можно невооруженным глазом увидеть жгучие волоски, а среди располагающейся в произвольном порядке листвы растения небольшими гроздьями свисают зеленые цветки, плоды которых очень похожи издалека на своеобразные крапинки. Благодаря этим «крапинкам» растение и получило такое название.

У крапивы жгучей листья более крупные, чем у всех других видов, и эффект жжения намного сильнее. Кроме того, это низкорослое растение, которое, используя в качестве лекарственного сырья при производстве медицинских препаратов, не рекомендуется смешивать с другими видами крапивы.

Собранная во время цветения крапива может использоваться в качестве веника для бани, который очень хорошо помогает при радикулите и ревматизме.

При употреблении крапивы в пищу лучше всего использовать крапиву двудомную – в клеточном соке ее волосков содержится меньшее количество муравьиной кислоты, поэтому она не такая жгучая, как вышеописанное растение.

Крапива двудомная обычно вырастает до 1 м. Корневая система у этого вида растения ползучая. Цветки крапивы двудомной по своему природному строению однополые и очень мелкие.

Итогом естественных отношений между мужскими и женскими цветками (метод опыления) становится интересный по своей форме плод, напоминающий орешек.

Женский цветок легко отличается от мужского строением околоцветника: четырехпластный, с одногнездной завязью и одним пестиком. Мужской же имеет четыре тычинки и разделенный на такое же количество частей околоцветник.

Самую ценную часть растения представляют собой листья. В них содержатся витамины групп С, В и К в достаточно больших количествах. Кроме того, в них же обнаружены дубильные и белковые вещества.

Присутствие в составе крапивного сока и мякоти рибофлавина, гликозида уртицина, каратиноидов, пантотеновой кислоты, гистамина кальция, сахара, калия, серы, воска, протопорфирина и других необходимых для нормальной жизнедеятельности человеческого организма веществ только подтверждает ценность этого растения.

Употребление крапивы в период отсутствия свежих овощей – весной и в начале лета – очень хорошо может сказаться на организме, обделенном в это время витамином С. Крапива является одним из «главных» источников этого компонента.

Содержащийся также в биохимическом составе листьев крапивы хлорофилл способствует быстрому заживлению и восстановлению поврежденных тканей, улучшает работу кишечника, положительно действует на сердечно-сосудистую систему и дыхательные органы, а также имеет свойство освобождать человеческий организм от таких серьезных болезней, как цинга, гиповитаминоз, куриная слепота и других.

Многим женщинам, страдающим гинекологическими заболеваниями, рекомендуется употреблять крапивные настои, экстракты и порошки из листьев этого растения – научными методами доказано, что крапиву можно использовать как средство, останавливающее кровь, что очень помогает при маточных кровотечениях.

Дело в том, что при использовании в таких случаях крапивы, активность гепариназы увеличивается и повышается количество тромбоцидов,

задерживающих выход крови. Из-за этого кровь начинает свертываться быстрее, что способствует количественному нарастанию гемоглобина и увеличению числа лейкоцитов и эритроцитов.

Кстати, употребление и использование листьев крапивы положительно влияет на восстановление нормального менструального цикла у женщин и оказывает при этом противовоспалительные действия.

Людям, страдающим сахарным диабетом, употребление крапивы в пищу просто необходимо: попадая в организм и взаимодействуя с внутренними химическими и биологическими элементами, «крапивный элексир» усиливает естественный обмен веществ, тем самым понижая количество сахара в крови.

Свежеотжатый крапивный сок хорошо применять при сильном кровотечении из носа, а употребляя его внутрь, можно приостановить кровоотхаркивание. Но если кашель не проходит, можно использовать в качестве пищи заранее сваренные в сахарном сиропе крапивные корни.

Из корней, листьев и цветков крапивы делают отвары и настои. Эти средства хорошо помогают растворять образовавшиеся в почках камни и способствуют улучшению работы мочеиспускательных каналов.

Вообще, крапива часто применяется в медицине – и в народной, и в научной – как мочегонное и противосудорожное средство.

Также крапиву рекомендуют людям, которые часто жалуются на суставные боли и лихорадочные действия. Достаточно для этого недельно настоять растение в водке с добавлением чеснока и полученным раствором натереть больного, а затем давать ему внутрь по 2–4 ст. л. в день до еды.

Еще крапиву (вернее, ее корни) используют как средство против глистов и временных приступов эпилепсии.

Как видно из множества вышеперечисленных примеров, крапива очень хороша как лечебное, профилактическое и болеутоляющее средство. Однако не только в медицинских направлениях используют это растение.

В косметологии крапива получила не менее широкое применение. У мужской половины человечества со временем возникают очень большие проблемы с потерей волос.

Нервная система человека с годами расшатывается. Это происходит и в зависимости от окружающей среды и прочих обстоятельств. Эта проблема очень сказывается на качестве и количестве волосяного покрова на голове. Корневые луковицы волос начинают отмирать, и наступает облысение.

Конечно, многих мужчин это устраивает с экономической точки зрения, но большинство из них совсем не собираются терять свой «мужской облик» перед прекрасной половиной и стараются найти любые способы по восстановлению волос.

Кстати, еще издавна – почти во всех цивилизованных ныне странах – считалось, что густой волосяной покров на мужском теле «говорил» о характерном природном темпераменте мужчины. Поэтому каждый уважающий свое «достоинство» мужчина несомненно воспользуется рекомендуемым ниже средством против напасти облысения.

Собираются листья крапивы двудомной (во время цветения растения) в небольшом количестве и завариваются в кипящей воде. Пропорциональное отношение составных компонентов следует учитывать: 4 ст. л. крапивы на 1 л питьевой воды.

Затем отвар выливают в чистый фарфоровый чайник и настаивают точно так же, как чай. После этого потерявшую значительное количество волос голову моют и, не вытирая ее, на кожу головы наносят методом втирания приготовленный настой.

Эту процедуру можно проводить и с поврежденными волосами не только мужской половине. Только следует учесть, что эффект применения этого средства гарантирован исключительно тогда, когда вышеуказанную операцию повторяют неоднократно с последующими недельными перерывами, обязательнейшим образом употребляя только свежесорванные крапивные листья.

Кроме облысения, у человека бывает множество проблем, связанных с кожей тела. У подростков зачастую появляются гнойничковые образования в виде угрей или прыщей, и молодые люди чувствуют себя в окружении своих друзей и знакомых не очень-то комфортно.

Но предупредить или приостановить естественный природный процесс такого плана вполне возможно. Достаточно использовать в качестве средства для умывания и обтирания отвары и настои из крапивы с добавлением к ней цветков календулы или чистотела – успех гарантирован!

Листья крапивы также можно употребить вместо подорожника, если такового не оказалось под рукой в нужный момент при порезах или сильных царапинах, а если у человека, страдающего парадонтозом, открылось кровотечение десен, то наложенные вместо ваты или марлевого тампона крапивные листья тоже могут сослужить неплохую службу.

В парфюмерной промышленности крапива занимает далеко не последнее место. Сок ее листьев входит в состав различных кремов, мазей и шампуней, а также используется в изготовлении масок в домашних условиях.

Иногда листья крапивы мелко растирают до порошкового образования и смешивают с дополнительными веществами, составляющими основу маски.

Такие кремы хорошо употреблять при шелушении кожного покрова и различных гнойничково-язвенных образований непосредственно на коже тела или при ее пигментации.

В пищевой промышленности крапива широко используется как красительное вещество. Ее природные компоненты при смешивании с растворителями и другими красителями не утрачивают своего естественного зеленого цвета и не влияют отрицательно на состояние человеческого организма при употреблении их в пищу.

Хороши и достаточно известны в нашей стране щи с крапивой. Добавление молодых листьев этого растения придает традиционному русскому блюду своеобразный вкус, цвет и аромат, не говоря уже о пользе употребления этого продукта.

Крапиву добавляют также в салаты различных видов, ею украшают приготовленные мясные и рыбные блюда, не оставляя без внимания и копченности. Многие пекари любят «подбросить» в тесто немного крапивного порошка – хлеб получается душистым и своеобразным на вкус.

Конец ознакомительного фрагмента.

Купить: https://tellnovel.com/dubrovin_ivan/vse-ob-obychnoy-krapive

надано
Прочитайте цю книгу цілком, купивши повну легальну версію: Купити