

**Сайт <http://www.altair756.by.ru/> приглашает:**

**Гармонизация и оздоровление Духа, Души и Тела. Уникальные методы саморегуляции.**

**Книги и статьи по эзотерике, психологии, целительству.**

**Рецепты народной медицины. Лечимся дома. Оказание первой помощи.**

**Ответы на жизненно-важные вопросы.**

**Мудрость веков. Афоризмы. Творчество: стихи, байки, зарисовки, эссе.**

## **КАЛЕНДАРЬ СБОРА ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ**

### **МАРТ**

БЕРЕЗА - почки  
БРУСНИКА - листья  
СОСНА - почки

### **АПРЕЛЬ**

БЕРЕЗА - почки  
БРУСНИКА - листья  
КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ - кора  
СОСНА - почки

### **МАЙ**

БОЯРЫШНИК КРАСНЫЙ - цветы, плоды  
БРУСНИКА - листья  
ДУБ - кора  
КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ - кора  
КРАПИВА ДВУДОМНАЯ - листья  
ЛАНДЫШ МАЙСКИЙ - трава, листья, цветы  
ЛОПУХ БОЛЬШОЙ - корни  
МАТЬ-И-МАЧЕХА - цветки, листья  
ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ - трава, корни  
ПАСТУШЬЯ СУМКА - трава  
ПОДОРОЖНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ - трава  
ПЫРЕЙ ПОЛЗУЧИЙ - корневища  
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ - листья  
СОСНА ЛЕСНАЯ - хвоя, почки  
ХРЕН ОБЫКНОВЕННЫЙ - корни  
ЧЕРЕМУХА - цветки, плоды

### **ИЮНЬ**

БОЯРЫШНИК КРАСНЫЙ - цветы, плоды  
ЗЕМЛЯНИКА ЛЕСНАЯ - плоды, листья  
КРАПИВА ДВУДОМНАЯ - листья  
ЛАНДЫШ МАЙСКИЙ - трава, листья, цветки  
ЛИПА СЕРДЦЕВИДНАЯ - цветки  
МАТЬ-И-МАЧЕХА - цветки, листья  
ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ - трава, корни  
ПАСТУШЬЯ СУМКА - трава  
ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ - листья  
ПОЛЫНЬ ГОРЬКАЯ - листья  
СОСНА ЛЕСНАЯ - хвоя, почки

ХРЕН ОБЫКНОВЕННЫЙ - корни  
ЧЕРЕМУХА - цветки, плоды  
ЧЕРЕМУХА - листья  
ЧИСТОТЕЛ БОЛЬШОЙ - трава

### **ИЮЛЬ**

БОЯРЫШНИК КРАСНЫЙ - цветки, плоды  
ЗВЕРОБОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ - трава  
ЗМЛЯНИКА ЛЕСНАЯ - плоды, листья  
КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ - кора, плоды  
КРАПИВА ДВУДОМНАЯ - листья  
ЛУК РЕПЧАТЫЙ - луковицы  
ЛИПА СЕРДЦЕВИДНАЯ - соцветия  
ЛОПУХ БОЛЬШОЙ - корни  
МАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ - плоды, листья  
МАТЬ-И-МАЧЕХА - цветки и листья  
МОРКОВЬ ПОСЕВНАЯ - семена, корнеплоды  
МЯТА ПОЛЕВАЯ - трава  
ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ - трава, корни  
ПАСТУШЬЯ СУМКА - трава  
ПЕТРУШКА ОГОРОДНАЯ - трава, корни  
ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ - листья  
ПОДОРОЖНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ - трава  
ПОЛЫНЬ ГОРЬКАЯ - трава, листья  
ПОЛЫНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ - трава  
СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ - плоды  
СОСНА ЛЕСНАЯ - хвоя, почки  
ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ - трава  
ХРЕН ОБЫКНОВЕННЫЙ - корни  
ЧЕРЕМУХА ОБЫКНОВЕННАЯ - плоды  
ЧЕРНИКА - плоды  
ШИПОВНИК - цветки, плоды

### **АВГУСТ**

БОЯРЫШНИК КРАСНЫЙ - цветки, плоды  
ВАЛЕРИАНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ - корни, корневища  
КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ - кора, плоды  
КРАПИВА ДВУДОМНАЯ - листья  
ЛОПУХ БОЛЬШОЙ - корни  
ЛУК РЕПЧАТЫЙ - луковицы  
МАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ - плоды  
МАТЬ-И-МАЧЕХА - цветки, листья  
МОРКОВЬ ПОСЕВНАЯ - семена, корнеплоды  
ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ - трава, корни  
ПАСТУШЬЯ СУМКА - трава  
ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ - листья  
ПОЛЫНЬ ГОРЬКАЯ - трава  
РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ - плоды  
СОСНА ЛЕСНАЯ - хвоя, почки  
ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ - трава  
ХРЕН ОБЫКНОВЕННЫЙ - корни  
ЧЕРЕМУХА - плоды  
ЧЕРНИКА - плоды  
ЧЕСНОК ПОСЕВНОЙ - луковица  
ШИПОВНИК - плоды

### **СЕНТЯБРЬ**

ВАЛЕРИАНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ - корневища с корнями  
КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ - плоды, кора

КАПУСТА - листья  
КЛЮКВА - плоды  
КРАПИВА ДВУДОМНАЯ - листья  
ЛОПУХ БОЛЬШОЙ - корни  
ЛУК РЕПЧАТЫЙ - луковицы  
МОРКОВЬ ПОСЕВНАЯ - семена, корнеплоды  
ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ - корни  
ПАСТУШЬЯ СУМКА - трава  
ПЕТРУШКА ОГОРОДНАЯ - трава, корни  
ПОДРОЖНИК БОЛЬШОЙ - листья  
ПОЛЫНЬ ГОРЬКАЯ - трава  
РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ - плоды  
ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ - листья  
ХРЕН ОБЫКНОВЕННЫЙ - корни  
ЦИКОРИЙ ДИКИЙ - корни  
ШИПОВНИК - плоды  
ЩАВЕЛЬ КОНСКИЙ - корневища и плоды

### **ОКТАБРЬ**

ВАЛЕРИАНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ - корневища с корнями  
КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ - плоды, кора  
МОРКОВЬ ПОСЕВНАЯ - семена, корнеплоды  
ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ - корни  
ПЫРЕЙ ПОЛЗУЧИЙ - корневища  
ЦИКОРИЙ ДИКИЙ - корни  
ШИПОВНИК - плоды  
ЩАВЕЛЬ КОНСКИЙ - корневища и корни

### **ПРИ СБОРЕ НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ:**

- брать только те растения, которые ты твердо знаешь;
- брать только те части растений, которые указаны в рецептуре и календаре;
- знать сроки сбора тех или иных частей растений;
- помнить о правильной сушке собранных растений;
- никогда не собирать растения, цветы, плоды, корни в черте города или промышленного района, вблизи дорог.

### **СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПРЕПАРАТОВ ИЗ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ**

Отвары и настои готовят двумя способами: горячим и холодным.

При холодном способе сырье заливают необходимым количеством холодной кипяченой воды и настаивают 4-12 часов, фильтруют и используют.

При горячем способе нужное количество лекарственного сырья заливают водой комнатной температуры в фарфоровой, стеклянной или эмалированной посуде, посуду помещают в кипящую водяную баню и нагревают при частом помешивании (отвары - 30 мин, настои - 15 мин), затем охлаждают, фильтруют через ткань (марлю), и лекарство готово к употреблению.

Водяную баню можно заменить горячей печкой, но нужно следить за тем, чтобы лекарственная смесь не кипела.

Отвары и настои готовят на 1-2 дня употребления. Хранят в темном, прохладном месте, не допуская попадания прямых солнечных лучей. Если отвар или настой на следующий день необходимо пить теплым, то его не подогревают, а разбавляют горячей водой.

Настойки обычно готовят на 40-80% спирте. Измельченное сырье заливают водкой или спиртом в соотношении 1:10; 2:10; 3:10 в стеклянной темной посуде, закрывают пробкой и выдерживают в темном месте от 3-х до 21 суток при периодическом помешивании. Затем настойку фильтруют через марлю или вату и переливают в темную посуду. Срок хранения настоек от 1-го до 3-х лет.

Необходимо помнить, что любая, казалось бы, самая безвредная трава может иметь не только обширные и хорошие показания при лечении болезней, но и противопоказания.

Все рецепты в дозировке при приеме внутрь рассчитаны на взрослого человека. Особенности и способы приготовления отваров, настоев и настоек, их дозировка указаны в рецептах.

В первую неделю лечения народными средствами и травами при приеме внутрь дозировку уменьшают вдвое по сравнению с указанной. Это делается для того, чтобы организм привык к определенному лекарству.

Со второй недели, если организм хорошо переносит данный метод, переходят на полную дозировку.

В первые дни при приеме внутрь сборов, настоев и настоек из лекарственных трав у некоторых больных происходит как бы небольшое, легкое обострение болезни. По мнению известных специалистов-травников, этого бояться не следует, так как происходит как бы перелом в организме в связи с действием в организме лечебных препаратов. Но если лекарство не помогает, следует прекратить прием и использовать другие методы.

<http://kadochnikov.tih.ru/Biblioteka/Kalendartrav.htm>