

На основании клинических наблюдений многие врачи приходят к заключению, что у пустырника успокаивающее действие выражено в большей степени, чем у валерианы. В виде спирто-водного экстракта он давно применяется в официальной медицине. Препарат хорошо переносится больными и эффективен в тех же случаях, когда рекомендуется применение валерианы. Однако помимо успокаивающего действия это растение обладает свойством понижать артериальное давление и замедлять темп сердечных сокращений, что издавна позволяло народным целителям применять пустырник при сердцебиениях. И действительно, первоначально в Томском медицинском институте, а затем в МОНИКИ и других клиниках получены хорошие результаты при лечении неврозов с сердечно-сосудистой компонентой, при стенокардии, миокардиодистрофии. Лечебный эффект пустырника проявляется снятием возбуждения, прекращением сердцебиений, уменьшением одышки. Доктор Б.И.Ракимбекова из Азербайджанского медицинского института успешно применяла пустырник при лечении гипертонической болезни. Экстракт травы или ее инфузы способствовали понижению артериального давления, особенно на I стадии течения болезни. На III стадии эффект выражался в улучшении самочувствия пациентов, но заметного понижения АД не наблюдалось. Активное положительное влияние пустырника на центральную нервную систему очень заинтересовало болгарских специалистов-фармакологов. Ими доказана целесообразность применения этого лекарственного растения в качестве дополнительного средства при противосудорожном лечении, в частности при эпилепсии.

В болгарской медицине используют холодный мацерат пустырника, приготовленный путем настаивания в течение 8-10 часов двух чайных ложек измельченной сухой травы (верхушки стеблей с цветками и листьями) в 200 мл кипяченой холодной воды. Это дневная доза, которую полезно использовать таким же образом, как Б.Е.Вотчал рекомендовал использовать валериану.

Согласно другой прописи болгарских специалистов, настой пустырника готовят следующим образом: 2 столовые ложки мелко нарезанной травы заливают 500 мл

крутого кипятка и настаивают в течение 2 часов. Принимают по 2-3 столовых ложки 4 раза в день перед едой.

Аптечную настойку пустырника или настойку, приготовленную в домашних условиях (40 г травы на 200 мл водки, настаивают 7-14 дней), принимают по 20 капель 3-4 раза в день.

Т.И. Лапкина

По материалам журнала "Рецепты здоровья"

*Продолжение в следующей главе…*