

Рябина красная: лечебные свойства и противопоказания.



Рябина красная — это дерево знакомо подавляющему большинству жителей европейской части континента. Рябину всегда можно встретить в садово-парковой зоне, а также ее часто высаживают на приусадебных участках, так как она великолепна в любую пору вегетации, особенно весной и осенью. Весной, во время цветения, рябина радует глаз пышным "нарядом невесты" и благоуханным ароматом своих цветов. Поздняя осень "зажигает" рябиновые посадки кроваво-красным "пламенем" — это созрели ягоды, которые станут источником пропитания для пернатых.

Рябина обыкновенная (*Sorbus aucuparia*) — такое научное название носит эта древесная культура — имеет огромное народно-хозяйственное значение. Ягоды рябины используются в лекарственных и пищевых целях, древесина ценится у резчиков по дереву. А еще рябина красная — неиссякаемый источник вдохновения для художников и поэтов.

Заготовка лечебного сырья

Сентябрь-октябрь — время заготовки ягод рябины. Сбирать ягоды необходимо до наступления заморозков, так как под воздействием минусовых температур они теряют свои лечебные свойства. Впрочем, для использования в кулинарии и приготовления наливок и настоек, как раз подходят плоды, тронутые морозами — в ягодах повышается сахаристость вследствие разрушения некоторых органических соединений.



При сборе плодовые кисти срезают секатором, а далее проводят отделение плодов, которые направляют на сушку. Сушить плоды рябины можно в помещении, или же с использованием термических сушилок.

В народной медицине для лекарственных нужд используется также кора, снятая с молодых веток (однолетнего прироста). Заготавливают кору в начале сокодвижения, то

есть ранней весной, как только появятся молодые листочки. Молодые ветки срезают секатором, делают продольный надрез коры и тогда она легко отделяется. Сушку коры проводят на чердаках или в сушилках.

Срок хранения сырья составляет 2 года.

Химический состав плодов

Химический состав плодов рябины красной отличается многообразием: органические кислоты (урсоловая, олеиновая, лимонная, яблочная, винная, фенолкарбоновые и пр.), витамины (аскорбиновая кислота, каротин, токоферол, рибофлавин, никотинамид и др.), эфирное масло, углеводы, дубильные вещества, флавоноиды, фосфолипиды и др. Плоды рябины накапливают в своем составе различные макро- и микроэлементы.

Лечебные свойства и применение рябины



Биологически активные вещества, входящие в состав ягод рябины, наделяют их целебной силой и обуславливают лекарственное использование. Высокое содержание витаминов позволяет рассматривать ягоды рябины как лечебно-профилактическое средство в случае развития авитаминозов. Дубильные вещества и органические кислоты, а также эфирное масло, входящее в состав плодов, оказывают благотворное влияние на работу пищеварительных желез и тонизирующее действие на тонус ЖКТ. Ягоды рябины обладают легким мочегонным свойством, а также усиливают желчеотделение (по силе приравнивается к действию сернокислой магнезии).

Сок рябины красной часто рекомендуют принимать людям с пониженной кислотностью желудочного сока.

Препараты

- **Рябиновый сок.** Получают путем прессования созревших ягод. Сок можно заготавливать впрок - консервировать. При пониженной кислотности сок назначают перед едой по 1 ч.л.

- **Настойка.** Для приготовления используют спирт 40%-ной крепости. Вымытые ягоды рябины раздавить и залить спиртом в соотношении 1:10. Настаивать в течение 2 - 3 недель. Принимают по 1 ч.л. трижды в день при отсутствии аппетита, в случае нарушений в работе желудочно-кишечного тракта, в качестве желчегонного средства и пр.



- **Настой плодов.** Залить 1 ст.л. плодов 250 мл крутого кипятка и настаивать до остывания. Принимать до 3-х раз в день по 50 мл.

- **Отвар коры.** На пол-литра воды — 200 г высушенной коры. Варить после закипания в течение 20-ти минут (на умеренном огне). Народные целители рекомендуют принимать отвар 1 раз в сутки (по 1 - 2 ст.л.) на начальной стадии атеросклероза сосудов и при склерозе сосудов головного мозга.

- **Сироп.** Средство применяют с целью лечения и профилактики авитаминозов, а также в других случаях, где это уместно. Свежие, предварительно промытые ягоды рябины, растереть в кашу (в фарфоровой или деревянной ступке), залить кипятком, тщательно взболтать и настаивать в продолжение 4-х часов. После процеживания в жидкость добавить сахарный сироп. На 100 г ягод — 200 мл кипятка.

- **Морс.** Морс, или водный настой, используют в качестве поливитаминного напитка для лечения и профилактики авитаминозов. Технология приготовления морса аналогична, как и в случае сиропа. Для подслащивания морса используют лишь немного сахара, чтобы напиток имел выраженный кисловатый вкус.

Лечебные свойства рябины красной в народной медицине



- **Для очистки воды из водопровода.** Не секрет, что сырая водопроводная вода часто несет угрозу в виде патогенной микрофлоры. Нивелировать риск потенциальной опасности поможет рябина красная, точнее, ее листья, которые богаты фитонцидами, губительными для болезнетворных бактерий и вирусов. На 3 литра "сырой" воды достаточно бросить 10 - 15 листиков, и через 2 часа произойдет полное обеззараживание жидкости.

- **При приступах печеночной колики.** Раздавить в эмалированной миске 4 кг ягод рябины, отжать сок, вскипятить и добавить сахар в соотношении 1:1. Горячий сироп разлить в стеклянную тару (темного стекла) и хранить в темном месте. Во время приступа разбавить кипятком (пополам) 50 мл рябинового сиропа и выпить как чай. После этого лечь на правый бок, на теплую грелку, и так лежать до тех пор, пока приступ не пройдет.

- **От запора.** Пересыпать в стеклянной банке (уложить послойно) ягоды рябины сахарным песком, завязать горловину марлей и поставить в теплое место. Настаивать около 1 месяца (не менее 3-х недель). Образовавшийся сироп отцедить, ягоды отжать. В жидкость добавить спирт (как консервант для предохранения от брожения) из расчета 25 мл спирта (70%-ной крепости) на пол-литра сиропа. Принимать натощак по утрам (по 50 - 100 мл).

- **Геморрой.** На геморроидальные шишки накладывать компрессы из кашицы рябиновых ягод.



- **При спазмах сосудов.** Приготовить лечебный сбор (все компоненты в равной пропорции): ягоды рябины красной, плоды **боярышника**, цветы жасмина, **ромашки** и **донника**, листья **мелиссы**. Залить сбор вином типа "Кагор" ("Вермут", "Мадера") из расчета 50 г травяной смеси на 0,5 л и выдержать на водяной бане в течение получаса. Принимать по 1,5 - 2 ч.л. в день.

- **При склерозе.** В стеклянную посуду уложить ягоды рябины красной (на 1/3 объема) и доверху залить холодной кипяченой водой, после чего закрыть крышкой. Через 45 суток жидкость слить, подогреть и растворить сахар (1/3 от веса ягод). Далее настаивание продолжается еще 45 суток. Принимают настойку по 50 - 100 мл за полчаса до еды.

Побочное действие и противопоказания

К противопоказаниям для лечения препаратами рябины является:

- повышенная кислотность желудочного сока при наличии патологии (язвенная болезнь, гастрит);
- склонность к тромбообразованию;
- завышенный уровень тромбоцитов (тромбоцитопения) и протромбина.

Во время беременности лечения с использованием препаратов рябины целесообразно отложить, так как возможно развитие аллергической реакции.

При лечении рябиной красной, как правило, не отмечается никаких побочных симптомов, хотя получить рекомендации у лечащего врача будет нелишним.₂

Источник: <http://indasad.ru/lekarstvennye-rasteniya/3515-ryabina-krasnaya-lechebnye-svoystva-i-protivopokazaniya>