

САМОЕ ГЛАВНОЕ

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

ВЫРАЩИВАЕМ АЛОЭ

■ ОСОБЕННОСТИ
УХОДА
И ВЫРАЩИВАНИЯ

■ МЕТОДЫ
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ
ЧУДО-РАСТЕНИЯ
В ЛЕЧЕБНЫХ
ЦЕЛЯХ



Alendi

УДК 635.91
ББК 42.37
В 85

Серия основана в 2003 году

Составитель:
Денис Игоревич Дудинский

В 85 Выращиваем алоэ / Сост. Д. И. Дудинский.— Мн.: Харвест, 2005.— 96 с. (Самое главное).

ISBN 985-13-2674-7.

Кто не знает алоэ, растение-доктор, растение, одно название которого прочно ассоциируется у нас со здоровьем, растение, которое у многих растет на подоконнике.

Эта книга позволит узнать много нового об алоэ, даст ответ на множество вопросов: как правильно ухаживать за растением, как его использовать для лечения различных заболеваний.

УДК 635.91
ББК 42.37

ISBN 985-13-2674-7

© Харвест, 2004

ЗНАКОМЬТЕСЬ — АЛОЭ

Наверное вы часто замечали у кого-нибудь из своих друзей или знакомых на подоконниках странное, а порой на вид даже неприглядное растение: словно осьминог оно раскинуло свои листья, усеянные на первый взгляд грозными шипами, в разные стороны. Да, именно, это — алоэ. То самое растение, о котором ходило и до сих пор ходит столько легенд, о котором даже некоторые врачи рассказывают настоящие мифы, растение, одно название которого прочно ассоциируется у нас со здоровьем, растение, которые практически все, кто с ним когда-либо сталкивался в лечебных целях, склонны считать панацеей от многих и многих недугов, единственным средством омоложения и долголетия (рис. 1). Как отделить правду от вымысла? Чему верить, а к чему относиться с осторожностью и недоверием?

Для начала необходимо сказать, что растение алоэ было уже известно много веков тому назад. Благодаря применению желе алоэ кожа женщин индейского племени майя на полуострове Юкатан долго оставалась нежной и эластичной. Индейцы Северной и Южной Америки ценили алоэ за его способность лечить ожоги и предотвращать возникновение волдырей. Существует легенда, согласно которой индейцы племени сименолов, испокон веков заселявшие территорию нынешней Флориды, описывали бодрящий «фонтан молодости», заключавшийся в «водице», стекавшей с центра надреза листьев растения *Aloe vera*.

Долгое время считалось, что алоэ приносит удачу и отвращает сатану. Сотни лет назад жители

Африки подвешивали над дверями своих хижин пучки Aloe vera в надежде, что растение напугает дьявольских духов и не допустит их вторжения в жилище. В наши дни египтяне прикрепляют алоэ над входом в свои современные дома как символ надежды, доброго знамения и удачи тем, кто в них проживает.



Рис. 1. Алоэ

В Мексике глиняные горшки и вазы с растущим в них алоэ ставят у дверей дома с целью внушать людям добрые чувства и наделять их хорошими намерениями. Мало того, мексиканские бизнесмены подвешивают алоэ над входом в свои офисы, считая, что благодаря этому посетитель принесет им удачную сделку и выгодное партнерство.

В некоторых странах растение алоэ заворачивают в блестящую фольгу и вручают этот своеобразный

букет новобрачным. Пока растение продолжает выбрасывать стрелки и давать новые побеги, семейной паре будет сопутствовать удача в супружеской жизни.

Aloe vera обладает поистине уникальной жизнеспособностью. Ведь большинство растений, находясь без воды в течение нескольких дней, начинает увядать, но это никоим образом не относится к алоэ. Более того, когда его вырывают с корнем из земли, крупные внешние листья погибают, но вода из них перетекает к центру растения, давая жизнь новым побегам. *Aloe vera* может находиться без воды до семи лет, все еще продолжая пускать ростки. Разве это не чудо?

АЛОЭ И ЗДОРОВЬЕ

Различные виды алоэ, культивируемые в комнатных условиях, популярны в народной медицине. Об этом свидетельствует и обиходное название растения — «доктор».

Интересно, что народная медицина рекомендует перед использованием листьев не поливать алоэ в течение двадцати дней, что создает растению искусственные неблагоприятные условия и тем самым ускоряет синтез стимуляторов.

В конце 40-х — начале 50-х годов медики поставили вопрос о возможности применения алоэ при лечении лучевых поражений кожи различной степени тяжести. Первые экстенсивные клинические испытания на белых крысах проводились профессором Т. Роуи (США). Он разработал различные рецептуры приготовления лечебных экстрактов из алоэ, включающих в себя свежее желе, растворы желе с разными степенями разведения, свежеснятую кожу

с листьев алоэ, высушенную кожицу, а также листья цветка *Aloe vera*.

Исследования Т. Роуи убедительно продемонстрировали, что алоэ представляет собой высокоэффективное лечебное средство. Время заживления кожных язв, вызванных рентгеновским облучением, значительно сокращалось; при использовании алоэсодержащих мазей шрам на кожной ткани был практически незаметным. Впоследствии к подобным результатам пришли врачи и в других странах, проводившие эксперименты по лечению серьезных ожогов и развивающейся гангрены конечностей.

При хроническом рентгенодерматите головы компрессы из сока свежесрезанного алоэ успокаивали боль, через несколько недель регулярного применения алоэ наступала полная регенерация тканей в пораженных местах, наблюдалось также восстановление чувствительности, пигментации и роста волос на этих местах.

Однако дальнейшее изучение различных свойств растения показало, что изготовленные из листьев алоэ препараты пригодны для лечения лишь в течение непродолжительного времени. Это объясняется тем, что природа сока алоэ весьма многообразна. Подобное обстоятельство значительно осложняет процесс консервации, а следовательно, и ограничивает применение изготовленного продукта, который обычно должен обладать определенным сроком хранения.

Надо отметить, предложений по усовершенствованию метода консервации алоэ никто не выдвигал. Практикующие врачи с большим сожалением констатировали, что по прошествии нескольких дней мазь, содержащая в своем составе желе алоэ, независимо оттого, хранилась ли она при комнатной

температуре или находилась в холодильнике, начинала разлагаться и утрачивала свою целительную силу.

Неудачи, следовавшие при попытках консервации алоэ, а также при разработке новейших методов лечения различных заболеваний с помощью сильнодействующих медикаментозных средств внесли свой вклад в практически полный подрыв интереса к алоэ, вызвав ощущение бесперспективности и разочарования в правомерности его лечебного применения.

Однако в конце 60-х годов XX века в связи с разработкой методов концентрации и стабилизации желе алоэ к нему снова начинают проявлять повышенное внимание. Стабилизация предотвращала снижение химической активности растения, повышая срок его фармацевтического хранения и эффективность воздействия.

На сегодняшний день производные алоэ входят в лечебно-косметические препараты по уходу за кожей и волосами, аптечные кремы для лечения ожогов и других кожных поражений. Алоэ широко используют косметологи, врачи-гигиенисты, терапевты, стоматологи, офтальмологи и даже ветеринары в Соединенных Штатах, Японии, Германии, России и в других странах.

Конкретной методике применения и исследованию эффективного воздействия алоэ на организм человека и животных посвящены более тысячи научно-медицинских публикаций.

Во многих клиниках и лабораториях мира проводятся многочисленные эксперименты, связанные с использованием алоэ во врачебной практике. Ученые все больше утверждают по мнению, что, хотя одно растение не может быть панацеей от всех болезней, начиная от прыщей и кончая венерическими

заболеваниями, алоэ действительно обладает рядом весьма важных качеств, которые требуют дальнейшего кропотливого изучения.

В дополнение к утилитарной роли, которую алоэ играет в качестве «растения первой помощи», незаменимого во многих случаях домашнего доктора, излечивающего различные болезни, оно очень декоративно. Особенно в этом смысле отличается вид *Aloe vera*. Необычные соцветия красных и желтых цветков с их длинными гнущимися стебельками, словно диковинные свечи в подсвечниках, являются украшением даже самой маленькой квартиры. Не зря растение заслужило торжественное название «канделябр», подходящее для дворцов.

В современном мире трудно представить жизнь человека без лекарств. Но нередко человек забывает о том, что, употребляя лекарства, весьма рискует: в самый неподходящий момент в его организме может обнаружиться нежелательный побочный эффект, так как большинство современных лекарственных средств создаются на основе активных химических веществ.

С другой стороны, клинические исследования продемонстрировали, что люди, применяющие препараты алоэ, получают такое же качественное лечение, как и при терапии соответствующими лекарствами, но вместе с тем они не подвергают себя риску приобретения новых заболеваний и не сталкиваются с весьма неприятными для организма противопоказаниями.

Многие специалисты по выращиванию алоэ утверждают, что эффективными лечебными свойствами обладают только растения, длина листьев которых достигает метра. В домашних условиях вполне можно использовать и более низкорослые кусты. Выращивание растения в горшке неизбежно приводит

к его уменьшению, так называемой карликовости, поэтому алоэ при всем желании не смогут достигнуть тех размеров, которые они имели бы при высаживании в открытом грунте.

Готовые лекарственные средства, содержащие алоэ, можно приобрести в аптеке без рецепта. Однако следует проявлять осторожность, соотносить возможности алоэ с характером заболевания. Препараты алоэ применяются как стимулирующее средство при различных заболеваниях и для повышения сопротивляемости организма. Алоэ способствует увеличению количества эритроцитов, гемоглобина, частично лейкоцитов, улучшает общее состояние организма, повышает аппетит.

Промышленность выпускает ряд лекарственных препаратов, содержащих сок алоэ. Среди них — жидкий экстракт алоэ в ампулах для инъекций. Лечение им проводят курсами с перерывом в 2—3 месяца. Линимент алоэ (сметанообразная масса) предназначен для предупреждения и лечения поражений кожи при лучевой терапии. Сироп алоэ с железом принимают при малокровии по $\frac{1}{2}$ —1 чайной ложке в день с $\frac{1}{4}$ стакана воды. Курс лечения 15—30 дней.

В листьях алоэ содержатся горькие на вкус сложные гликозиды, витамины, фитонциды, ферменты, слизистые и смолистые вещества, целый комплекс микроэлементов, калий, кальций, магний, полисахариды и другие соединения.

В косметике используется сок и мякоть листьев алоэ. Особенно ценными свойствами обладают препараты, полученные из биостимулированного сока листьев. Срезанные листья алоэ промывают кипяченой водой и помещают в темное и прохладное место (в нижний отдел холодильника) с температурой 4—8 °С на 12 дней.

В таких неблагоприятных условиях они начинают вырабатывать особые вещества — биологические стимуляторы, которые возбуждают угасающую жизнедеятельность клеток. Сок, полученный из листьев алоэ, тоже содержит биостимуляторы, которые, попадая в организм больного человека, стимулируют жизнедеятельность его клеток. Биостимулированный сок алоэ оказывает тонизирующее, освежающее, успокаивающее и смягчающее действие на кожу, ускоряет регенерацию и образование новых клеток, применяется для любой кожи, в том числе с расширенными капиллярами.

Алоэ незаменимо при лечении хирургических болезней. Кожная травма любого происхождения, будь то операционный шов или обыкновенная царапина, заживает гораздо лучше, если ее обрабатывают с помощью алоэ.

В хорошо оснащенных больницах сок алоэ обрабатывают в центрифуге, чтобы удалить примесные частицы, затем его соединяют с препаратом «Aloe Activator» американского производства, полученным раствором увлажняют хирургическую повязку и накладывают ее на рану. Повязку меняют каждые 12 ч. Применение этого раствора вдвое сокращает срок заживления раны.

В домашних условиях можно использовать замороженное алоэ. По мнению специалистов, это способствует уменьшению воспалительного процесса и ускорению выздоровления кожи. Тем, кто страдает от прыщей и угрей, рекомендуется сначала очистить поверхность кожи в загрязненной области лица отшелушивающим средством с перекисью бензола, затем приложить к этому месту такой лед (как будто это компресс) и держать его пять минут, после чего надо снова вымыть и очистить кожу. Сам по себе этот процесс не является лечебным, но как

вспомогательное средство он весьма способствует хорошему очищению кожи.

В литературе есть свидетельства о том, что алоэ излечивает эпителиому (болезнь слизистой оболочки гортани и нижней губы). Для этого надо прикладывать к пораженным местам через каждые 4—5 ч на протяжении 2 недель мякоть из середины листа или делать примочки из сока алоэ, меняя их каждые 2 часа. Причем эффект дает только свежий сок алоэ; мази и другие препараты здесь бессильны.

Заинтересовавшись возможностями алоэ, врачи наркологического диспансера в Познани (Польша) провели своеобразный эксперимент. Группе пациентов были назначены препараты, содержащие цветочную пыльцу, богатую аминокислотами, витаминами, белками. Кроме того, им было прописано ежедневное употребление сока алоэ. В отчете об эксперименте говорилось, что алоэ использовалось для очищения организма от шлаков и токсинов. Остальные продукты способствовали улучшению обмена веществ, служили для дополнительной «подпитки» организма, увеличения энергии и тонуса, а также как вспомогательные «кирпичики» для перестройки деятельности иммунной системы. Результаты эксперимента показали, что реабилитационный процесс у тех, кого лечили соком алоэ и препаратами, содержащими цветочную пыльцу, прошел значительно быстрее.

Остается только надеяться, что кто-нибудь в ближайшее время сочтет целесообразным повторить этот эксперимент в независимом научном исследовании для проверки полученных результатов.

Традиционная сфера применения алоэ — лечение простудных заболеваний. Алоэ назначают больным

туберкулезом, бронхитом, трахеитом. Настойка из алоэ смягчает кашель, сок алоэ закапывают в нос при острых и хронических ринитах, а также при отитах.

Внимание! При заболеваниях печени, желчного пузыря, во время беременности, маточных кровотечениях, при геморрое, гипертонии, тяжелых сердечно-сосудистых заболеваниях препараты алоэ внутрь принимать не желательно!

АЛОЭ ДРЕВОВИДНОЕ

Алоэ древовидное (*Aloe arborescens* Mill) принадлежит к семейству лилейных (Liliaceae). В России широко распространено в комнатной культуре под местными народными названиями «столетник», «доктор», «ранник», алоэ и др. (рис. 2).

Род алоэ объединяет свыше 170 видов. Все виды его представляют собой вечнозеленые многолетние растения с сочными листьями (суккуленты).

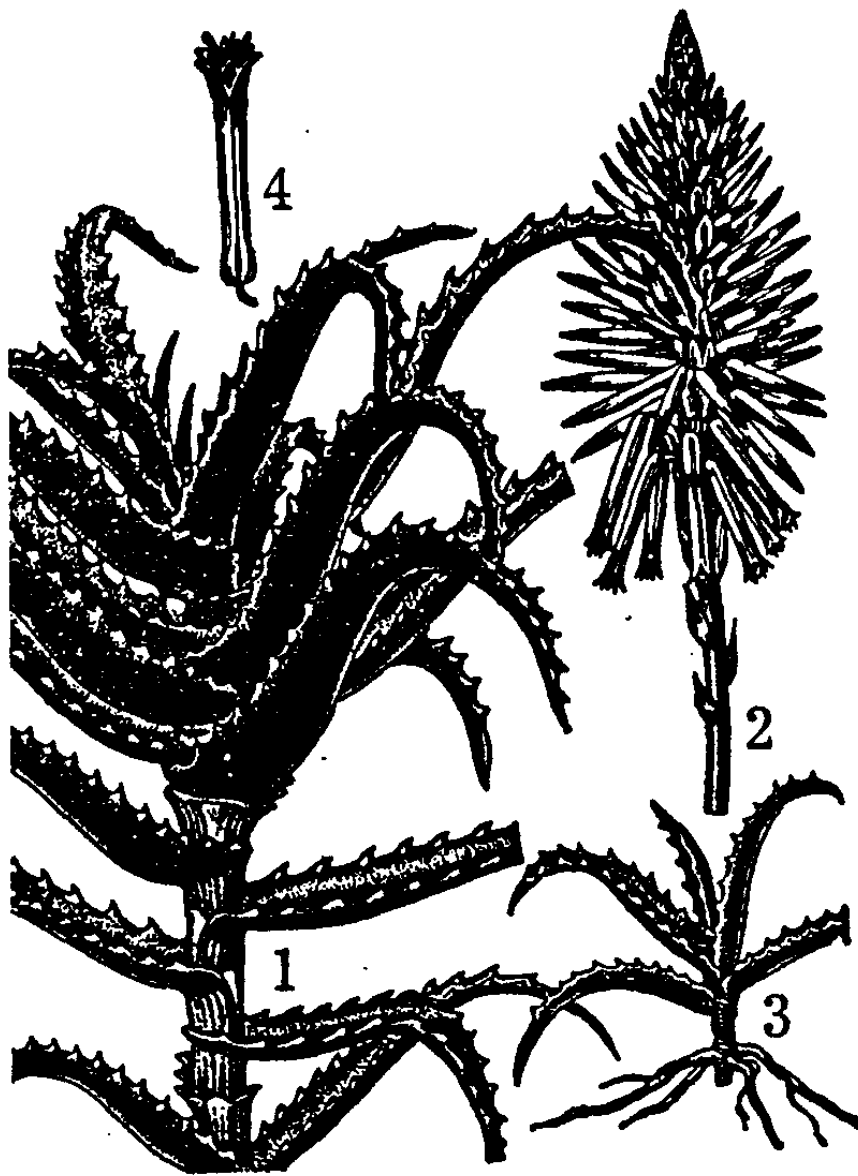


Рис. 2. Алоэ древовидное: 1 — верхняя часть растения, 2 — соцветие, 3 — укоренившийся черенок, 4 — цветок

В местах естественного произрастания и в культуре алоэ древовидное представлено несколькими разновидностями: от деревьев и крупных кустарников до полукустарников с низким густым разветвлением. Садовые формы, возделываемые в условиях комнатной культуры, отличаются более мелкими размерами вегетативных и репродуктивных органов.

Родина алоэ — тропические и субтропические страны. Основным центром распространения алоэ является Южная Африка, где сосредоточено около 60 % видов этого рода. Ряд видов встречается также во флоре Восточной Африки и близлежащих островов (Мадагаскар, Сокотра и др.).

Для культивирования в зоне субтропиков наиболее перспективным оказался вид алоэ древовидное (*Aloe arborescens* Mill). Алоэ древовидное, культивируемое в субтропиках для промышленного использования, представляет собой древовидные растения с неветвящимся стволом, достигающим 3—4 м высоты. Листья его темно-зеленые, мечевидные, постепенно суживающиеся, заостренные на верхушке, длиной 25—40 см, шириной у основания 4—5 см, мясистые, по краям с крючковатыми светлыми шипами длиной 3—5 мм, с верхней стороны — желобчатые, с нижней — выпуклые.

Цветонос растения обычно не ветвящийся, кисть конически-цилиндрическая, многоцветковая, прицветники имеют длину 15—18 мм, широкояйцевидные, короткозаостренные; цветоножка длиной 25 мм, околоцветник у основания слегка сжатый, к зеву расширенный, длиной 30—35 мм; лепестки свободные, наружные — оранжевые, внутренние более светлые, у окончания зеленоватые, пыльники короче пестика, столбик которого несколько выступает из околоцветника.

В условиях субтропиков алоэ древовидное цветет редко. В комнатной культуре почти не цветет, не образует плодов. Этот вид алоэ очень легко и быстро размножается черенками, которые берут из боковых побегов взрослых растений, отрастающих в большом количестве на нижней части стволиков.

Морозостойкость алоэ древовидного невелика (обычно в пределах 0,5—1 °С). В отдельных случаях наиболее закаленные растения выдерживали непродолжительные заморозки до -3 °С.

Требования алоэ древовидного к почве определяются особенностью его корневой системы, имеющей поверхностное расположение, и содержанием в его золе до 40 % окиси кальция. Поэтому наиболее пригодными для алоэ древовидного являются средние и легкие почвы слабокислой и нейтральной реакции с богатым содержанием кальция.

Опыт показал, что в зоне субтропиков культура алоэ древовидного может быть освоена при комбинированном использовании закрытого и открытого грунта.

КУЛЬТИВИРОВАНИЕ АЛОЭ ДРЕВОВИДНОГО

Основным приемом массового размножения алоэ древовидного в условиях субтропиков является черенкование боковых побегов.

Срезанные побеги до высадки на укоренение оставляют на 2—3 ч на воздухе, чтобы поверхность среза слегка подсохла, что уменьшает опасность загнивания срезанных побегов. Высадку черенков для укоренения производят в парники или грунтовые гряды с каркасным затенением.

Укоренение черенков одинаково хорошо происходит как в песке, так и в рыхлой садовой почве.

Лучшим временем для черенкования алоэ древовидного является период с июля по октябрь включительно, когда для полного укоренения черенков требуется не более одного месяца. При черенковании алоэ в парниках под одну парниковую раму помещают до 500 черенков; в грунтовых грядках площадь питания может быть увеличена вдвое, особенно при более ранних сроках черенкования. Стекла парниковых рам, где происходит укоренение черенков, покрывают известью или мелом, а в самые жаркие месяцы затеняют дополнительно растительными материалами.

Уход за черенками заключается в периодическом опрыскивании их и в удалении сорняков. После укоренения черенков в парниках и грядках их пересаживают в хорошо подготовленную почву других парников, где их доращивают и сохраняют в течение зимнего периода.

Для первого года плантационной культуры используют черенковые саженцы высотой 12—15 см. Для выращивания такой рассады требуется от одного до полутора лет, считая от срока закладки черенков на укоренение. Высадку растений алоэ древовидного из помещений в открытый грунт следует производить после того как минует опасность заморозков, когда почва достаточно прогреется.

При основной обработке почвы соблюдают следующие нормы внесения органических и минеральных удобрений: навоза 40—60 т, азота и калия по 120 кг, фосфора 100 кг на 1 га. Кроме основного удобрения, в летний период вносят дополнительно минеральные азотно-фосфорные подкормки по 100 кг на 1 га.

Размещение растений в поле рядовое. Междурядья, в зависимости от типа рассады, выдерживают в пределах 70—100 см и в рядках — в пределах 30—

100 см. Весной при высадке рассады в поле производят полив, повторяя его 2—3 раза в зависимости от погодных условий.

В летний период плантации алоэ древовидного подвергают 3—5-кратной культивации с одновременной прополкой сорняков.

Уборку урожая свежих листьев алоэ древовидного производят с конца октября до середины ноября, т. е. в период, когда растения переводят на зиму в парники. Собирают нижние и средние хорошо развитые листья длиной не менее 18 см, оставляя при этом верхушечные розетки молодых листьев (для дальнейшего развития растений в будущем году).

Для получения сабура (препарата, обладающего слабительным свойством) листья алоэ древовидного срезают у самого основания (в самом широком месте). Срезанные листья ставят вертикально в приемные сосуды, над дном которых установлены специальные сетки. Через 30 мин основная масса сока вытекает из листьев, проходит через сетку на дно сосуда, откуда сливается и отфильтровывается. Остаток действующих веществ выделяют из листьев путем прессования. Из сока алоэ древовидного путем выпаривания получают сабур.

Сбор листьев алоэ древовидного, предназначенных для производства биостимулирующих препаратов, производится иначе. Хорошо развитые листья отделяют от растений вместе с влажной поверхностью во избежание потери из них сока. Основания листьев слегка надрезают сбоку в местах отхождения их от стеблей, после чего они легко отделяются от стебля.

Транспортировку листьев до мест промышленного производства препаратов производят в фанерных ящиках в самые сжатые сроки (авиапочтой).

ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ

Виды алоэ, пригодные для использования в медицине, отличаются наличием горьких на вкус сложных гликозидных соединений, являющихся производными оксиантрахинонов и антронолов. Эти соединения принято сокращенно называть антрогликозидами.

Из сока листьев алоэ древовидного, как уже говорилось, получают сабур. Это выпаренный досуха сок, применяемый в лечебной практике в качестве слабительного, кровоостанавливающего и вяжущего средства. Сабур был хорошо известен еще в первые века нашей эры врачам Диоскориду и Плинию. В дальнейшем он нашел широкое применение как в медицине, так и в ветеринарной практике.

Промышленное получение сабура сосредоточено главным образом в Южной Африке, где производится капский сабур, а также в Вест-Индии (острова Аруба, Бонайре, Кюрасао у северного побережья Южной Америки), где производятся барбадосский и курассавский сорта сабура.

Важнейшей составной частью сабура является алоин, впервые выделенный в кристаллическом виде из барбадосского сабура в 1851 г. В 1856 г. алоин получен из сокотринского сабура (сокалоин); из занзибарского сабура был выделен заналоин, а из курассавского сабура — куралоин.

Кроме алоина, в барбадосском сабуре найден изомер алоина т. е. изобарбалоин, легко окисляющийся и приобретающий при этом красную окраску. Вторым спутником алоина является некристаллизующийся В-алоин, который встречается в разных сортах сабура. Третий спутник — кристаллическое вещество, которое определено как фенол и названо алоэзолом. Алоэзол обнаружен также в барбадосском, курассавском и других видах сабура.

Кроме указанных выше составных частей, сабур содержит еще ряд веществ, например эмодин. В различных сортах сабура обнаружена смола, причем ее количество зависит от вида растения. Смола эта фармакологически не активна.

Сабур, получаемый в наших субтропиках из алоэ древовидного, по своим физическим свойствам и качеству не уступает лучшим импортным сортам. Он имеет светлый вид и содержит 79,5 % действующих веществ. Выход сабура составляет 0,19 % от свежих листьев (свежие листья содержат 96 % влаги). Сабур из отпрессованного сока используется для медицинских целей только после его очистки.

ПРЕПАРАТЫ ИЗ АЛОЭ ДРЕВОВИДНОГО В МЕДИЦИНЕ

Лечебные свойства алоэ известны с древнейших времен. Особенно широко используются препараты из алоэ в народной медицине. Их употребляют при ожогах, длительно не заживающих язвах и ранах, а также как возбуждающее аппетит средство при истощении и пониженном аппетите.

В медицине алоэ находит широкое применение в качестве слабительного средства. Активными веществами послабляющего действия алоэ являются гликозиды (алоины) кристаллического и аморфного типа. В зависимости от дозы (0,1—0,3 г) сабур может действовать как тонизирующее и легкое слабительное с обильным жидким стулом, а также вызывать сильную перистальтику. Рентгенологическими наблюдениями доказано, что действие препарата развивается главным образом в толстом кишечнике. После приема сабура через 8—12 ч наступает

полужидкое опорожнение кишечника без болей и без последующих наклонностей к запорам. Это обстоятельство делает алоэ предпочтительным средством для борьбы с хроническими запорами. Однако прилив крови к органам брюшной полости, наблюдаемый после приема алоэ, делает его противопоказанным при геморрое, маточных кровотечениях и требует большой осторожности при применении у беременных.

В медицинскую практику, кроме того, введен лечебный препарат из листьев алоэ для тканевой терапии (метод лечения биогенными стимуляторами). В тканевой терапии алоэ назначается в виде очищенного от балластных веществ экстракта (в ампулах), который вводят под кожу.

Наиболее широко метод тканевой терапии препаратами алоэ используется при лечении глазных заболеваний, среди которых следует упомянуть конъюнктивиты, заболевания роговицы, болезни сосудистого тракта глаза и некоторые другие.

Тканевая терапия препаратами алоэ нашла также применение при различных внутренних заболеваниях (бронхиальная астма, хронические гастриты, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки и т. д.).

В свое время во Всесоюзном научно-исследовательском институте лекарственных и ароматических растений (ВИЛАР) в Москве был получен сок из свежих листьев алоэ. Экспериментальные данные показали, что сок алоэ обладает бактерицидными и бактериостатическими свойствами в отношении различных групп микробов: стафилококков, стрептококков, кишечной палочки, бацилл дифтерии, дизентерии и брюшнотифозной палочки.

Клиническое испытание сока, проведенное в ряде лечебных учреждений Москвы (клиника общей

хирургии II Московского государственного медицинского института), показало его эффективность при лечении ожогов, трофических язв, остеомиелитов с открытым гнойным очагом, абсцессов, флегмон, маститов. Применение препарата приводит к быстрому очищению язв и гнойных ран. Раневая поверхность активно заполняется свежими грануляциями и эпителизируется.

В качестве ранозаживляющего средства сок алоэ применяется в виде ванночек, промываний и влажных повязок.

САБУР

В сморщенной оболочке листьев алоэ, располагающейся сразу же под поверхностью кожицы с внутренней стороны, снаружи от флоэмы (ткань растения, служащая для проведения органических веществ, которые синтезируются главным образом в листьях), вдоль жилок тянутся гигантские алоиновые клетки длинной трубчатой формы. В них-то и содержится млечный сок алоэ. Этот млечный сок часто зовут желтой кровью растения, или живицей. Считается, что именно благодаря живице, горькой на вкус и вызывающей раздражение мягких тканей губ, а также из-за шипов, окаймляющих края листьев, алоэ, растущее в естественных условиях, не подвергается набегам со стороны животных и насекомых, отпугивает их.

Млечный сок, высушенный и растертый в порошок, как уже указывалось, и есть сабур. Сабур, или сабр, в переводе с арабского означает «терпение». Терпение у цветка и впрямь удивительное. Путешествуя на легендарном фрегате «Паллада», Иван Александрович Гончаров видел на мысе Доброй Надежды цветок алоэ, который рос без всякого грунта. «Посади его в пустой стакан, в банку, поставь прямо на окно или повесь на стену и забудь — он будет расти, не завянет, не засохнет...» — с восторгом писал он.

Итак, сабур представляет собой черно-бурые куски различной величины или порошок неприятного запаха и очень горького вкуса; легко растворим в 60 %-ном спирте, очень мало в эфире. Содержит до 60 % антрагликозидов (смеси которых называют алоинами) и свободные антрахиноины, около 20 % смолистых веществ.

Во многих культурах млечный сок алоэ использовался и используется как эффективное слабительное средство. Первые письменные источники с указаниями на факт послабляющего действия живицы дошли до нас от древних арабов, знавших об этом его свойстве еще в VI веке до нашей эры

Для расщепления антрагликозидов до алоэмодина необходимо наличие желчи в кишечнике (поэтому не следует назначать сабур при заболеваниях печени и желчного пузыря). Слабительный эффект млечного сока алоэ связан с действием образовавшихся эмодинов на нервно-мышечном аппарате преимущественно толстой кишки. При одинаковом содержании эмодина он токсичнее других препаратов. В качестве слабительного в настоящее время применяют редко, так как он вызывает раздражение кишечника. Большие дозы усиливают менструацию, стимулируют ее появление.

Показания. Назначают препарат, главным образом, при хроническом (привычном) запоре: принятый в дозе 0,03—0,1 г (на ночь лучше всего в пилюлях ввиду неприятного вкуса) вызывает кашицеобразный стул с небольшими болями или без них (обычно комбинируют с белладонной и часто препаратами ревеня). В больших дозах [0,2—0,3 (0,5) г] препарат оказывает сильное слабительное (драстическое) действие, сопровождаемое резкими болями, приливом крови к кишечнику и органам малого таза.

Противопоказания. Противопоказаниями к применению препарата являются: беременность (угроза аборта), воспаления и кровотечения из кишечника, нефрит, прилив крови к тазовым органам (цистит, геморрой, меноррагия, менструация).

Приведем основные характеристики препаратов, содержащих сабур.

ЭКСТРАКТ САБУРА СУХОЙ (EXTRACTUM ALOES SICCIUM)

Сухая водная вытяжка, лишенная смолистых веществ. Желто-бурый порошок очень горького вкуса, растворимый в горячей воде (1:10). В два раза более активен, чем предыдущий препарат. Применяют при привычном запоре по 0,03—0,05—0,15 г в пилюлях на ночь или утром; в дозах 0,2—0,3 г как сильное (драстическое) слабительное.

НАСТОЙКА САБУРА (TINCTURA ALOES)

Состав: экстракт сабура сухого — 160 г, спирт 40 %-ный — до 1000 мл. Жидкость темно-бурого цвета, очень горького вкуса. Применяют в качестве легкого слабительного по 10—20 капель на прием (в 1 мл содержится 0,16 г экстракта сабура сухого).

ГУСТОЙ ЭКСТРАКТ АЛОЭ ПОЛОСАТОГО (EXTRACTUM ALOES SPISSUM).

Черно-бурая густая масса горького вкуса, хорошо растворима в спирте. Назначают как слабительное в пилюлях и таблетках по 0,05—0,1 г 2—3 раза в день.

СОК АЛОЭ (SUCCUS ALOES)

Состав: сок из свежесобранных листьев (или «деток») распространенного комнатного растения алоэ древовидного — 80 мл, спирт этиловый 95 %-ный — 20 мл, хлоробутанолгидрат — 0,5 %. Слегка мутная жидкость светло-оранжевого цвета, горького вкуса.

Под влиянием света и воздуха темнеет. Назначают внутрь при гастритах, гастроэнтеритах, энтероколитах, запоре по 1 чайной или десертной ложке 2—3 раза в день за 20—30 мин до еды.

Курс лечения 15—30 дней. Применяется наружно в виде примочек или орошений при лечении гнойных ран, ожогов, воспалительных заболеваний кожи. Форма выпуска: флаконы по 100 мл.

ЛИНИМЕНТ АЛОЭ (LINIMENTUM ALOES)

Состав: сок из листьев алоэ древовидного, предварительно выдержанных 12 суток в темноте при температуре 6—8 °С, — 7 частей, касторовое масло — 11 частей, эвкалиптовое масло — 0,1 части, эмульгатор — 11 частей. Густая масса слабо-кремового цвета, своеобразного запаха. Применяют при лучевой терапии. Препарат наносят 2—3 раза в сутки и покрывают марлевой салфеткой.

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ФОРМЫ С АЛОЭ

Сироп алоэ с железом (Simpus Aloes cum Ferro) — прекрасный стимулятор кроветворения. Применяется при гипохромных анемиях, при хронических и острых заболеваниях желудочно-кишечного тракта, связанных с постгеморрагическими анемиями, после инфекций, истощающих заболеваний и интоксикаций, при развитии злокачественных новообразований различной локализации.

Состав: свежеприготовленный раствор хлорида закисного железа — 10 мл, разведенная соляная кислота — 1,5 мл, кислота лимонная или виннокислотная — 0,4 г, сироп из сока алоэ древовидного — 100 мл.

Принимать по одной чайной ложке в $\frac{1}{4}$ стакана воды 3 раза в день. Курс лечения 15—30 дней.

Экстракт алоэ жидкий для приема внутрь, а также экстракт алоэ жидкий для инъекций назначают при лечении глазных заболеваний (блефарита, конъюнктивита, кератита, ирита и др.), а также при хронических гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, бронхиальной астме и гинекологических заболеваниях.

Препарат алоэ, консервированный двадцати-процентным раствором спирта, употребляется при дифтерии, брюшном тифе, дизентерии, гастрите и хронических запорах.

Доза на прием: по 1—2 чайных ложки 2—3 раза в день за 30 мин до еды.

БИОГЕННЫЕ СТИМУЛЯТОРЫ

Врачи относят биогенные стимуляторы к препаратам неспецифического действия, так как они оказывают влияние на весь организм.

Если стимулированную ткань поместить в ослабленный организм, биогенные стимуляторы способны резко повысить его сопротивляемость болезням, убивая бактерии и способствуя росту здоровой ткани. При этом общее состояние организма настолько улучшается, что не составляет никакого труда довести его до полного выздоровления.

Для получения биогенных стимуляторов пригодна любая живая ткань, но алоэ было выбрано потому, что его листья могут долго сохранять жизнеспособность в неблагоприятных условиях, не увядая, что было замечено еще в глубокой древности. Для стимуляции листья выдерживают, как уже указывалось, в темноте при температуре от 4 до 8 °С в течение 12 суток. Введенный внутримышечно сок такого листа из-за присутствия в нем активных веществ не только повышает общий тонус человека, но и способствует выздоровлению людей, больных конъюнктивитом, блефаритом, катарактой, помутнением хрусталика, кератитом, прогрессирующей близорукостью, атрофией зрительного нерва.

EXTRACTUM ALOES FLUIDUM — ЭКСТРАКТ АЛОЭ ЖИДКИЙ

Это водный экстракт из измельченных листьев алоэ (*Aloe arborescens*), консервированных по методу академика В. П. Филатова в темноте при температуре

2—4 °С (15—20 суток) или 6—8 °С (9—15 суток). Экстракт представляет собой прозрачную жидкость от светло-желтого до желтовато-красного цвета, горького вкуса. Содержит биогенные стимуляторы, усиливающие защитные функции организма. Выпускается в двух формах: в ампулах для внутримышечного введения и в растворе для внутривенного применения.

EXTRACTUM ALOES FLUIDUM PRO INJECTIONIBUS — ЭКСТРАКТ АЛОЭ ЖИДКИЙ ДЛЯ ИНЪЕКЦИЙ

Применяют при различных заболеваниях глаз (конъюнктивит, блефарит, кератит, ирит, помутнение стекловидного тела, прогрессирующая близорукость, миопический хориоретинит, пигментная дегенерация сетчатки и др.) и при общих заболеваниях (язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, бронхиальная астма, хронические артриты, волчанка и др.). С целью усиления защитных сил организма целесообразно назначать инъекции экстракта из листьев алоэ; они показаны детям, ослабленным больным, при травматической эпилепсии (особенно сопровождающейся язвенной болезнью желудка, глазными и ушными болезнями).

Препарат вводят внутримышечно ежедневно по 1 мл; максимальная суточная доза 3—4 мл. Детям до 5 лет — 0,2—0,3 мл, старше 5 лет — 0,5 мл. Курс лечения 30—50 инъекций. При болезненности инъекций предварительно вводят 0,5 мл 2-процентного раствора новокаина. Повторные курсы лечения проводятся после 2—3-месячного перерыва. При бронхиальной астме вводится по 1—1,5 мл ежедневно в течение 10—15 дней, а после этого один раз в два дня; курс лечения 30—35 инъекций.

При эпилепсии курс лечения 30 инъекций; повторные курсы следует проводить после месячного перерыва.

Противопоказан при тяжелых сердечно-сосудистых заболеваниях, гипертонической болезни, беременности после 7 месяца, острых желудочно-кишечных расстройствах, далеко зашедших формах нефрозононефрита.

EXTRACTUM ALOES FLUIDUM PRO USU INTERNO — ЭКСТРАКТ АЛОЭ ЖИДКИЙ ДЛЯ ПРИЕМА ВНУТРЬ

Этот экстракт применяют внутрь при тех же показаниях, что и экстракт для подкожных инъекций. Назначают взрослым по 1 чайной ложке, детям до 5 лет — по 5—10 капель, 5—15 лет — по 1/2 чайной ложки 3 раза в день. Курс лечения 30—45 дней; его можно повторять каждые 2—3 месяца.

АЛОЭ В СОСТАВЕ ПРЕПАРАТА «БИОСТИМИН»

Препарат используется при себорее, угрях, фурункулезе, ревматизме, нарывах, способствует улучшению кровоснабжения кожи и оказывает тонизирующее действие на ткани.

ТАБЛЕТКИ АЛОЭ, ПОКРЫТЫЕ ОБОЛОЧКОЙ

Содержат измельченный, выдержанный на холоде в темноте лист и употребляются при комплексном лечении глазных болезней (кератита, ирита, блефарита, конъюнктивита и т. д.).

ЭМУЛЬСИЯ АЛОЭ

Эмульсию алоэ используют для предупреждения и лечения лучевых эпидермитов, лучевых язв

и других повреждений кожного покрова. Эмульсия ослабляет островоспалительные явления, зуд, усиливает регенерацию эпидермиса.

В состав эмульсии входят консервированный спиртом сок из биостимулированных листьев алоэ, касторовое масло, эмульгатор и эвкалиптовое масло. Эмульсия обладает бактерицидным и репаративным действием, снижает реактивность кожи, улучшает трофику соединительной ткани.

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ

Алоэ завоевало высокое общественное доверие. Потребитель, хорошо осведомленный о многообразии применения растения и эффективности его действия при многих заболеваниях, видит в нем «средство от всех болезней».

Некоторые компании, рекламируя свою продукцию, во всеуслышание заявляют, что их продукция содержит алоэ, в то время как на деле количество введенного (если вообще введенного) в них полезного вещества крайне незначительно и о нем не стоит даже говорить.

В коммерческом мире наблюдается стремительное распространение подделок, на ярлыках которых указано, что они «алоэсодержащие», но тем не менее уровень продажи сырья алоэ из года в год остается приблизительно на одном и том же уровне. Так, присказка, расхожая между специалистами по выращиванию алоэ, гласит: «В продаже находится на много больше алоэ, чем его выращивается на плантациях».

Именно по причине высокого признания и большого покупательского спроса на алоэ некоторые западные фирмы начали сдабривать свою косметическую продукцию посредством микродоз этого растения только лишь для того, чтобы иметь возможность упомянуть о его благотворном воздействии на кожу.

Следует знать, что ингредиенты на этикетке перечисляются в порядке убывания их количества, так что лучше не полениться и проверить, какое место занимает алоэ в том препарате, который вы собираетесь приобрести.

Если в рекламациях напитков и желе название алоэ стоит не только не первым, но даже не вторым и не третьим, то, вероятно, его количество так ничтожно, что им вполне можно пренебречь, не рассчитывая на его полезность.

В то же время не стоит думать, что алоэсодержащая косметическая продукция эффективна только в том случае, когда в нее входит высокий процент экстракта алоэ. В противоположность алоэ-напиткам и алоэ-желе, когда речь заходит о косметике, «больше» алоэ еще не означает «лучше».

Кроме того, важно знать следующее. В домашних условиях обычно не удастся выделить желе из листьев алоэ так, чтобы в нем не содержалось загрязняющей примеси в виде желтого млечного сока растения. Исследования показали, что алоэ стимулирует обновление человеческих клеток, в то время как млечный сок, или живица, наоборот, разрушает их. Вот почему нужно быть очень осторожным, применяя свежий алоэ для оздоровления кожи.

ВИДЫ АЛОЭ

Кроме алоэ древовидного, около 15 его видов (в том числе *A. vera*, *A. ferox*, *A. succotrina*) используют в качестве лекарственных растений. Многие из них — прекрасные и неприхотливые растения для домашнего разведения.

Главное условие при культивировании практически всех видов — не залить растение, особенно осенью и зимой. Почва — смесь глинисто-дерновой и листовой земли (3:2) с добавкой небольшого количества песка, мелких черепков, торфа. Зимой растения содержат при 10—12 °С, летом защищают от жарких лучей солнца, иначе листья краснеют и сморщиваются. Летом полив обильный, зимой — умеренный.

АЛОЭ БАРБАДОССКОЕ — *A. BARBADENSIS* MILL. (СИНОНИМ *A. VERA* L.)

Многолетнее бесстебельное травянистое растение с многочисленными боковыми побегами. Листья серо-зеленые, молодые с белыми пятнами, очень сочные, длиной 40—50 см, шириной 6—7 см с крошечными шипами по краям. Цветонос высотой 60—90 см, цветки длиной 3 см, желтые.

Родина неизвестна.

Широко распространено во многих тропических странах. Растение лекарственное.

АЛОЭ ДИХОТОМИЧЕСКОЕ — *A. DICHOTOMA* MASSON

Древовидное растение высотой 6—9 м с толстым стволом до 1 м в диаметре и обильноветвящейся

кроной. Листья линейно-ланцетные, длиной 25—35 см, шириной 5—6 см, голубовато-зеленые, по краям с крошечными шипами. Цветонос высотой более 30 см, цветки длиной 3—3,5 см, светло-канареечно-желтые.

Родина — Южная и Юго-Западная Африка. Обитает в каменистых жарких пустынях, в местах, почти полностью лишенных растительности. Поливают очень мало не только зимой, но и летом. Растет крайне медленно.

АЛОЭ ДРЕВОВИДНОЕ — *A. ARBORESCENS* MILL

Кустарниковидное или древовидное обильноветвящееся растение высотой 2—4 м. Листья длиной до 60 см, шириной 5—7 см, сочные, мечевидные, с зубчиками по краям. Цветонос высотой около 80 см, цветки длиной 4 см, алые, в густых конических кистях. Широко распространено в Южной и тропической Африке по берегам рек, на склонах гор на высоте до 1800 м над уровнем моря. Одно из популярных комнатных растений, получившее название столетник. Оно связано с укоренившимся мнением, что алоэ цветет один раз в сто лет. Старые экземпляры столетника прекрасно цветут в оранжереях в декабре — январе, а также нередко случаи его цветения в комнатах. Растение лекарственное. Известно в Европе с 1700 г.

АЛОЭ КОЛПАЧКОВИДНОЕ — *A. MITRIFORMIS* MILL

Многолетнее травянистое растение со стелющимися стеблями длиной 1—2 м. Листья яйцевидно-ланцетные, сочные, голубовато-серые или зеленые, длиной около 20 см, шириной 10—15 см, на нижней стороне с небольшим килем, на котором имеется 4—

6 колючек, края листа с белыми или желтыми зубчиками. Цветонос высотой 40—60 см, цветки длиной 4—4,5 см, темно-алые.

Родина — Южная Африка, где алоэ растет в засушливых районах с зимними осадками, на каменистых почвах, на гранитных скалах на высоте до 1300 м над уровнем моря. Розетка листьев может достигать в природе диаметра 70 см. Известно несколько разновидностей. В культуре по мере полегания стебля теряется его декоративность. В этом случае надо срезать верхнюю часть побега и укоренять заново.

АЛОЭ КРАСИВЕНЬКОЕ — A. BELLATULA REYNOLDS

Многолетнее травянистое растение с прикорневой розеткой узких темно-зеленых листьев длиной 10—13 см и шириной 9—10 см, обе поверхности которых имеют маленькие бородавки, что придает им шершавость, и маленькие белые пятна. Края листа с крошечными шипами. Цветонос неветвящийся (редко 1—2 ветви), высотой до 60 см, с прекрасными колокольчатовидными цветками кораллового цвета длиной до 13 мм.

Родина — Центральный Мадагаскар. Этот вид открыт сравнительно недавно (в 1949 г.) профессором Д. Милло (Millot), а затем описан доктором Ж. Рейнольдс (в 1956 г.).

АЛОЭ МАРЛОТА — A. MARLOTII BERGER

Неветвящееся древовидное растение высотой 2—4 м, с вершиной, украшенной розеткой мощных толстых, широколанцетных листьев длиной 1—1,5 м и шириной 20—25 см. Края и обе стороны листа усажены шипами. Цветонос высотой до 80 см,

цветки длиной 3—3,5 см, оранжевые или оранжево-желтые.

Родина — Южная Африка, где алоэ Марлота растет на каменистых почвах на высоте около 1120 м над уровнем моря и нередко образует настоящие леса. Особенно декоративно в возрасте 2—5 лет. Поливают редко (с просушкой земляного кома) не только зимой, но и летом.

АЛОЭ МЫЛЬНОЕ — *A. SAPONARIA* (AIT.) NAW.

Многолетнее бесстебельное или короткостебельное (высотой до 50 см) травянистое растение, дающее многочисленные побеги. Листья длиной 25—30 см, шириной 8—12 см, ланцетные, темно-зеленые с белыми пятнами, сливающимися в нечеткие ряды, края с коричневыми шипами. Цветонос высотой 40—60 см, цветки длиной 3—3,5 см, ярко-розовые.

Родина — Южная Африка. Один из широко распространенных и изменчивых в природе видов. Растет как во влажных прибрежных районах на глинистых почвах, так и в сухих внутренних областях на каменистых склонах на высоте до 2000 м над уровнем моря. Цветки в зависимости от разновидности могут быть желтого, лососево-розового, красного или оранжевого цвета. Имеются естественные гибриды. В культуре в Европе с начала XVIII века. Растение лекарственное.

АЛОЭ ОСТИСТОЕ — *A. ARISTATA* NAW.

Многолетнее бесстебельное травянистое растение. Листья многочисленные (100—150 штук), узколинейные, длиной 8—10 см и шириной 1—1,5 см, серо-зеленые с белыми крапинками. Край листа

с маленькими белыми шипами, конец — с длинной белой остью. Цветонос высотой до 50 см, цветки длиной 4 см, оранжево-желтые.

Родина — Южная Африка. Компактное растение, часто культивируемое в домашних условиях. Полив летом обильный, зимой — умеренный. При длительной пересушке земляного кома отмирают корни, а листья теряют тургор.

АЛОЭ ПЕСТРОЕ — *A. VARIEGATA* L.

Многолетнее травянистое растение с невысоким стеблем (высотой 10—25 см), обильноветвящееся от основания. В природе образует большие группы. Листья располагаются на стебле плотно в три ряда. Они трехгранные в сечении, длиной 12 см, шириной 4—6 см, зеленые с белыми пятнами. Края с хрящевидными маленькими зубчиками. Цветонос высотой 30 см, цветки киноварно-красные.

Родина — Южная Африка. Растет в полупустынных областях на равнинах с тяжелыми почвами, реже — на скалах и песчаных почвах. Один из самых декоративных видов. Почва для алоэ пестрого должна быть более плодородная, чем для остальных видов.

АЛОЭ ПРИЗЕМИСТОЕ — *A. HUMILIS* (L.) MILL

Многолетнее травянистое растение, образующее плотные группы благодаря обильному ветвлению. Листья линейно-ланцетные, длиной 10 см, шириной 12—15 см, серо-зеленые, края с зубчиками, а нижняя поверхность с многочисленными белыми колючими сопочками. Цветонос высотой 25—35 см, цветки длиной 3—3,5 см, кораллово-красные, иногда оранжевые.

Родина — Южная Африка. Вид изменчив в

природе, имеется ряд разновидностей и естественных гибридов. В культуре неприхотлив.

**АЛОЭ РАССТАВЛЕННОЕ — A. DISTANS HAW.
(СИНОНИМ A. BREVIFOLIA HAW.)**

Многолетнее травянистое растение. Стебель вначале прямостоячий, затем наклоняется и стелется по земле, давая многочисленные побеги и достигая в длину 2—3 м. Листья широкояйцевидные, длиной 8—9 см, шириной 5—6 см, голубовато-зеленые, по краям с желтоватыми шипами длиной 3—4 мм. Цветки длиной до 4 см, темно-алые.

Родина — Юго-Западная Африка. В культуре по мере полегания стебля теряется декоративность. В этом случае надо срезать верхнюю часть побега и укоренить растение заново.

**АЛОЭ ХАВОРТИЕВИДНОЕ —
A. HAWORTHIOLDES BAKER**

Многолетнее травянистое бесстебельное растение. Листья многочисленные (до 100), длиной 3—4 см и шириной около 6 мм, серо-зеленые с белыми сочками, собраны в плотную прикорневую розетку диаметром 4—5 см; края листьев с белыми колючками и волосками. Цветонос высотой 20—30 см, цветки длиной 6—8 см, белые или светло-розовые.

Родина — Центральный Мадагаскар, где алоэ обитает в горах на высоте 1200—1800 м над уровнем моря.

**АЛОЭ ЧЕРНОКОЛЮЧКОВОЕ —
A. MELANACANTHA BERGER**

Многолетнее бесстебельное травянистое растение. В зрелом возрасте высота его может достигать 50 см.

Листья дельтовидно-ланцетные, длиной до 20 см, шириной 4 см, темно-зеленые. Обратная сторона с килем, на котором имеются колючки, более светлые в основании листа и почти черные к его верхушке. Цветонос высотой до 1 м, цветки длиной 4—5 см, шарлахово-красные.

Родина — Южная Африка. Летом поливают умеренно, зимой — редко, с длительной просушкой земляного кома.

АЛОЭ ВЕЕРНОЕ — *ALOE Plicatilis* (L.) Mill

Многолетний вечнозеленый листо-стеблевой суккулент. На родине растет в виде кустарника высотой 3—5 м. Листья светло-голубоватые, линейные (до ремневидных), с округлыми концами, расположены по стеблю в два ряда. Листья растут параллельно друг другу, находясь в одной плоскости. Образуется очень правильной формы веер. Соцветие длиной до 50 см. Цветки трубчатые, шарлахово-красные. Цветет летом.

Родина — влажные субтропики Южной Африки. Требуется светлого местоположения, летом — притенения от прямых солнечных лучей, зимой — содержания в сухом и прохладном помещении (12—14 °С); редкой поливки.

АЛОЭ ДЕСКОИНГС — *Aloe descoingsii* Reyn

Растение высотой до 6 см, диаметр розетки до 3 см. Листья темно-зеленые, широколанцетовидные, мясистые, длиной до 2 см, шириной в основании 1—1,5 см. На поверхности листа светло-зеленые бородавки, края зубчатые, зубцы маленькие, почти белые. С возрастом образует небольшие дернины. Цветонос простой, высотой до 25 см, цветки оранжевые, длиной до 8 мм.

АЛОЭ ДЛИННОСТОЛБИКОВОЕ — ALOE LONGISTYLA

Легкое в уходе красивоцветущее растение. Листья темно-зеленые, со светлыми твердыми зубцами, собраны в розетки. Светолюбиво. Полив умеренный, при этом вода не должна попадать на розетки листьев.

АЛОЭ НЕЗАМЕТНОЕ — ALOE OBSCURA MILL

Внешне растение похоже на алоэ мыльное, но отличается от последнего небольшим полегающим стеблем, серо-зеленым цветом листьев и многочисленными дочерними розетками на нижней части стебля.

АЛОЭ РЕСНИТЧАТОЕ — ALOE CILIARIS HAW.

Растение с тонким, до 1 см толщиной, вьющимся или лазающим стволом. Листья линейно-ланцетные, удлинено заостренные, длиной 8—15 см, шириной 2—3 см, тонкие, зеленые с полосками, по краю зубчатые. Цветки собраны в кисти длиной 15—20 см, поникающие, ярко-красные. Цветет в январе—марте.

АЛОЭ СИЛЬНОКОЛЮЧЕЕ — ALOE FEROX MILL

Многолетний вечнозеленый кустарник высотой 2—3 м. Листья в густой розетке, ланцетовидные, сочные, серебристо-голубоватые. Обе стороны листа усажены зубчиками, красной или коричневой окраски. Соцветие прямостоячее, цветки шарлахово-оранжевые.

Родина — Южная Африка. Размножается отпрысками и побегами. Укорененные растения

высаживают (март—апрель) по одному в горшочки диаметром 10 см. Взрослые растения (после 2—3 лет) пересаживают в смесь из глинисто-дерновой, листовой земли и крупнозернистого песка (5:2:2).

Содержат на светлом месте, летом можно выставлять на балкон или на хорошо освещенную террасу. Зимой следует поместить в светлое, сухое, прохладное помещение, при этом температура должна быть 12—14 °С; поливают очень редко.

АЛОЭ СТРОЙНОЕ — ALOE CONCINNA BAK

Ланцетные листья расположены розеткой; длиной 10—15 см, шириной 2—2,5 см. Верхняя сторона листа выпуклая, листья светло-зеленые с продолговатыми белыми пятнами. Кончики листьев слегка изогнуты вниз, края листьев зазубренные. Нижние листья засыхают и опадают, на коротком, довольно тонком стволике с возрастом появляются новые побеги. Соцветие — простая или разветвленная кисть длиной 10—25 см. Цветки оранжевые, с зелеными краями.

Растение не выносит прямых солнечных лучей и жары. С апреля по сентябрь необходим достаточный полив, зимой полив очень ограниченный, оптимальная температура 10—15 °С.

АЛОЭ ШИРОКОЛИСТНОЕ — ALOE LATIFOLIA

Широкие загнутые листья окаймлены по краям шипами, окрашены в зеленый цвет со светлыми точками и пятнами. Цветки желтоватые, расположены на верхушке цветоноса.

АЛОЭ ЭРУ — ALOE ERU BERGER

Растение с мясистыми зеленовато-матовыми листьями, стоящими плотно и вертикально.

Достаточно светолюбиво и устойчиво к условиям обитания. Выращивают в небольших горшках. Зимой земля должна быть сухой; оптимальная температура 10—18 °С.

АЛОЭ ЯКСОНА — ALOE JACKSONII REYN

Стебель высотой 10—20 см. Листья (10—12) линейные, темно-зеленые, длиной около 7 см, с белыми пятнами на поверхности. Края листа со светлыми, очень маленькими зубцами, на верхушке по 1—2 твердых колючки длиной до 2 мм.

Цветонос простой, высотой до 25 см, цветки длиной до 2,5 см, шарлахово-красные.

АЛОЭ У ВАС ДОМА

Что надо знать, чтобы вырастить алоэ?

Большинство комнатных растений — выходцы из стран тропического и субтропического климата, и для успешного их культивирования необходима повышенная влажность воздуха. Алоэ имеют ряд преимуществ по сравнению с ними.

Во-первых, они лучше других растений приспособлены к сухому воздуху городских квартир. Конечно, это не означает, что влажный воздух им не нужен. При очень сухом содержании суккуленты скорее подвергаются заболеваниям и нападению вредителей. В местах естественного произрастания за счет разницы между дневными и ночными температурами стебли и листья растения покрываются капельками воды. Туманы и роса в какой-то мере компенсируют недостаток влаги в почве; поэтому в оранжерейных и комнатных условиях алоэ следует опрыскивать. Делают это в весенне-летнее время в теплую солнечную погоду рано утром или поздно вечером. В оранжереях опрыскивают и дорожки, что повышает влажность воздуха.

Во-вторых, алоэ требуют сравнительно редкого полива. Это обстоятельство облегчает уход за растением. В осенне-зимний период алоэ поливают очень редко или не поливают совсем. Даже в летнее время в случае необходимости они могут оставаться одну-две недели сухими.

В-третьих, алоэ выращивают, как правило, в небольших горшках, а значит, растение занимает мало площади.

Основоположник русской физиологической школы великий русский естествоиспытатель В. Н. Сеченов

выдвинул положение о том, что в научное определение организма входит также и воздействующая на него среда. «Организм без внешней среды, поддерживающей его существование, — говорил Сеченов, — невозможен. Споры о том, что важнее в жизни — среда или тело, — не имеют ни малейшего смысла».

И алоэ, которое находится в ваших руках, будет нормально развиваться или, наоборот, перестанет существовать как организм, в зависимости от того, в какую среду вы его поместили, какие условия ему создали. Совокупность условий, необходимых для разведения и выращивания алоэ, и составляет понятие их культуры.

О том, что нужно растениям для жизни, знают все, кто учился в школе. Может быть, и не следовало излагать здесь прописные истины. Но, как правило, увлечение алоэ приходит и к тем, кто еще не окончил школу, и к тем, кто уже успел многое забыть. Поэтому нужно напомнить о том, что необходимо растениям, и сказать об этом применительно к алоэ. Так что же это за условия? Это — свет, тепло, воздух, вода, почва.

Для комнатных растений дополнительно — посуда, питательные вещества, чистота, искусственный микроклимат, закалка. Это не просто перечень условий, а такая совокупность их, из которой не может быть что-либо исключено. Недоучет или отказ от выполнения хотя бы одного условия неизбежно приведет к ухудшению состояния, а возможно, и к гибели растения.

Рассмотрим главные условия, необходимые для успешного разведения растения.

1. Расположение с притенением в случае особенно сильных, прямых лучей летнего солнца.

2. Прохладная, сухая зимовка, обеспечивающая растению пребывание в покое.

3. Рыхлая, водопроницаемая почва с ограниченным содержанием перегноя (азотистых веществ).

4. Осторожность (но не отказ) в применении как органических, так и минеральных подкормок.

5. Закалка как основное средство против вредителей и болезней, а также применение профилактических мер.

6. Полив в дозах, постепенно возрастающих от зимы к лету, а также постепенный перевод растений с зимнего на более светлое и солнечное летнее содержание (притенка).

7. Опрыскивание растений, особенно весной и в вечерние часы в жаркие дни.

8. Недопущение высыхания внутренней поверхности цветочной посуды во избежание пересушки корней.

9. Поддержание в помещении свежего, желательно умеренно влажного воздуха. Защита растений от сквозняков.

10. Регулярный, тщательный осмотр и выявление отклонений от нормального развития растений для того, чтобы вовремя принять необходимые меры.

Знание и выполнение указанных требований вовсе не исключает необходимости дополнительно учитывать особенности отдельных видов, связанные с различиями в условиях произрастания растений на родине.

Для выяснения особенностей культуры отдельных видов кактусов многое можно почерпнуть из обширной современной литературы по уходу за растениями. Но не стоит ограничивать себя этим. Значительно больше пользы можно извлечь из непосредственного наблюдения над алоэ при строгом выполнении десятой «заповеди».

Вот что говорил Гёте, который был не только великим поэтом и мыслителем, но и большим знатком растений. «Растения подобны несговорчивым людям, от которых мы можем добиться всего, если в общении с ними учитываем их характер. Спокойное наблюдение, спокойная последовательность в том, чтобы во всякое время года и каждый час было сделано все нужное — это для садоводов необходимо, быть может, более, нежели для кого бы то ни было».

Как это ни покажется странным, с растениями можно вести разговор, в известном, конечно, смысле. Их язык своеобразен и понятен лишь чуткому любителю и знатоку природы. Попробуйте не полить растение вовремя. Всем своим видом оно покажет, что тяжело переживает это. Вы можете выяснить, как реагирует растение на внесение какого-либо удобрения. Ответ его будет зависеть от ряда обстоятельств: какое удобрение вы применили, какая доза была назначена, в какое время было оно внесено.

К. А. Тимирязев говорил, что в случае неясности, в чем нуждается то или иное растение в данный момент, следует об этом спросить у самого растения, и ответ будет дан. Об этом же говорят и многие коллекционеры-любители.

Растение всегда подскажет, что ему не хватает света или что свет падает неудачно. Замеченные изменения в облике растения не следует оставлять без внимания.

МЕСТОПОЛОЖЕНИЕ

Низкие температуры, конечно, не позволяют выставлять растения в горшках на улицу, да в этом,

собственно, и нет никакой необходимости. Покрытый шипами суккулент может прекрасно расти дома, при условии выполнения ряда требований, которые предъявляют сами растения.

Практически все виды алоэ — растения-светолюбцы. Выращивать их на северном окне — занятие трудное. Стебли вытягиваются, растение теряет свою декоративность, лекарственные свойства идут на убыль, и в конце концов наступает гибель. Поэтому необходимым условием их культуры является солнечное местоположение. Алоэ хорошо растут на окнах, выходящих на восток. Для них вредны слишком жаркие лучи солнца.

В идеальном случае алоэ любит яркий экранированный свет и предпочитает пребывание на подоконниках с южной или восточной стороны. Впрочем, растения, выращиваемые в горшках, могут с тем же успехом расти на западной стороне. Растение любит свежий воздух, поэтому лучше всего держать его там, где время от времени можно открывать форточку.

ПОЛИВ

Это самая ответственная операция, особенно в осенне-зимний период. Почти все виды алоэ на родине произрастают в местах, подверженных засухе более или менее продолжительный период. В это время растения находятся в состоянии покоя.

Создать условия покоя, точно соответствующие природным, практически невозможно. Поэтому в культуре покой растениям создают зимой, хотя это и противостоит естественности (вспомним, что алоэ — жители южного полушария, и наша зима и осень

соответствуют лету и весне). Такая вынужденная мера связана с тем, что в северном полушарии в районах Северо-Запада растения зимой не получают достаточно интенсивного солнечного освещения, и зимний рост приводит к образованию вытянутых, слабоокрашенных стеблей и листьев. Давать зимой растениям возможность расти можно лишь при условии искусственного освещения.

Во многих зарубежных справочниках для суккулентов рекомендуется уход за алоэ, соответствующий климату их родины, т. е. достаточно обильный полив осенью и зимой и сухое содержание в летнее время. Этой рекомендацией можно пользоваться в том случае, если есть возможность обеспечить осенью и зимой нормальный рост (много ультрафиолетовых лучей, высокая температура), и что особенно трудно — достаточно прохладное содержание летом.

Весной выход растения из состояния покоя проводится постепенно. Как правило, растение само «говорит», когда следует начать его поливать. Верхушка растения начинает зеленеть, сморщенные за зиму ткани наливаются, а это значит, что корни возобновили работу. Однако лучше не спешить с поливом: ведь толчок к росту у алоэ происходит за счет внутренних резервов. Лучше в первое время создать повышенную влажность воздуха, опрыскивая растения из мелкокапельного пульверизатора. В оранжереях весной, как только солнце начинает хорошо прогревать воздух, опрыскивают дорожки.

Осень — ответственный период в выращивании алоэ. Для северо-западных районов — это октябрь, ноябрь. Температура поддерживается в пределах 10—15 °С. Промежутки между поливами удлиняются,

проводится длительная просушка земляного кома — опрыскивание растений прекращается; для поддержания влажности воздуха в комнатных условиях на подоконник можно поставить сосуд с водой. Если же нельзя создать такой температурный режим, то приходится отступать от этого правила и поливать растения чаще.

Содержание алоэ на свежем воздухе — важное условие хорошего состояния растения и сохранения его целебных качеств. Чистый воздух закаляет его, оно меньше подвергается заболеваниям. Помещения проветривают начиная с весны, как только наружный воздух становится теплым, и до середины осени. В теплые недождливые октябрьские и ноябрьские дни можно также открывать форточки, но закрывать их на ночь.

Между поливами земляной ком в горшке должен высыхать. По этой причине важно сажать алоэ в хорошо дренируемую почву. Высокая влажность болезненно сказывается даже на этом сверхвыносливом растении, а поскольку толстые мясистые листья способны сохранять влагу в течение многих дней, то самой большой ошибкой при домашнем уходе за этим суккулентом было бы переусердствовать в его поливе.

Чтобы проверить качество земли, поместите ее в горшок и налейте воды. Если вода стоит или же высыхает, но очень медленно, добавьте в нее пемзы или керамзита для более быстрого просачивания влаги. Хорошее сочетание дает смесь земли с пемзой в одинаковой пропорции.

Лучшим способом определения времени полива домашнего алоэ является самый что ни на есть примитивный: надо засунуть палец в ком земли на глубину всей первой фаланги. Если палец остался сухим, растение можно поливать.

ПОЧВА

Те требования, которые мы предъявляем к почве или к почвенной смеси для кактусов, казалось бы, следовало строго дифференцировать сообразно тем условиям, в которых эти растения произрастают у себя на родине. Практически, учитывая огромное видовое разнообразие семейства кактусовых, выполнить это невозможно.

Опыт комнатной и оранжерейной культуры указывает на необходимость выполнения лишь главнейших положений, которые позволяют подготовить основные субстраты, пригодные для 80—85 % распространенных в коллекциях алоэ. Для остальных растений к основным субстратам потребуются лишь некоторые добавки или исключения.

Значительную часть необходимых для жизни питательных веществ растение получает из почвы благодаря корням. И подбирая почву, нужно думать не только о питании самого растения, но и о создании благоприятных условий для его корневой системы, которой необходим кислород. Доступ кислорода будет затруднен в сильно уплотненной почве или при застое воды. Поэтому главнейшим требованием к почве является рыхлость и водопроницаемость, обеспечивающие ее аэрацию.

Таким образом, главное условие — земля должна быть водо- и воздухопроницаемой. Это достигается добавлением в основные компоненты земли речного, хорошо промытого крупнозернистого песка или гравия.

В качестве рыхлителя используют кирпичную крошку, ракушечник, перлит (рис. 3). Для разных типов алоэ соотношение компонентов в земляной смеси неодинаково, но в каждой обязательно должна присутствовать старая разложившаяся

дерновая или глинисто-дерновая земля. Для большей части алоэ подходит в равных частях смесь из глинисто-дерновой, листовой земли и песка (1:1:1) с добавлением нейтрального или слабокислого (рН 5,5—6) торфа или содержащего «микропарника» (0,5 части), а также рыхлителей. Важно, чтобы смесь имела нейтральную или слабокислую реакцию.

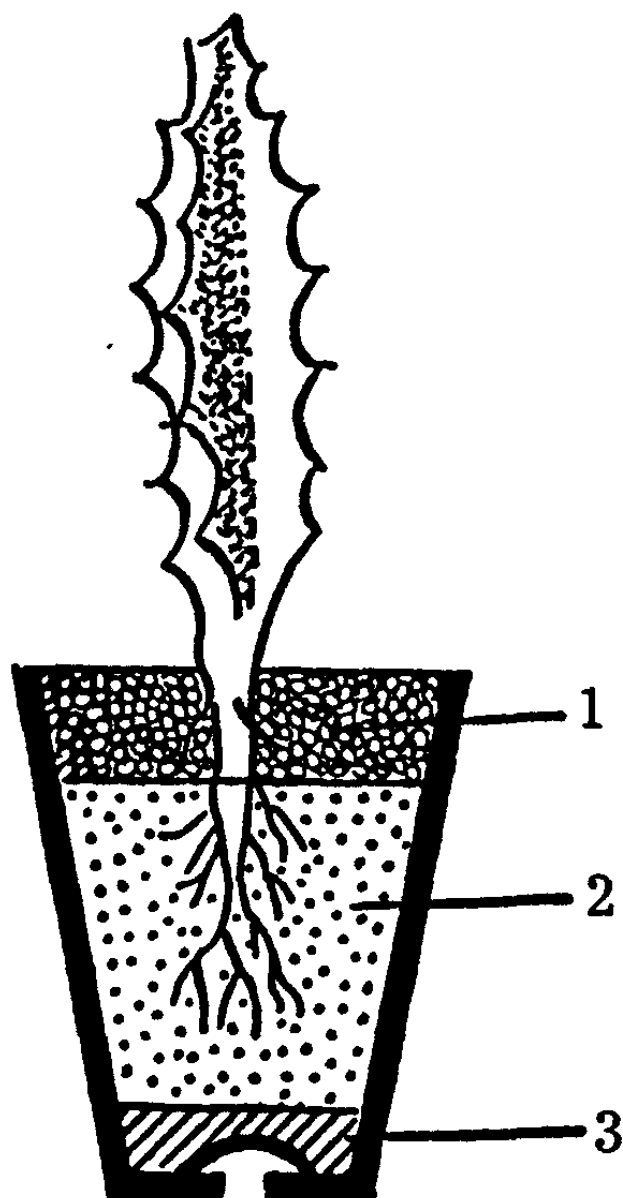


Рис. 3. Почва для алоэ в разрезе: 1 — гравий или крупный песок, 2 — земляная смесь, 3 — дренаж

Посуда, в которой выращивают алоэ, может быть глиняной или пластмассовой. В больших оранжерейных коллекциях растения держат в глиняных

горшках, особенно в условиях климата северо-западных районов.

В осенне-зимнее время с продолжительными пасмурными и дождливыми днями земляной ком просыхает очень медленно, что нередко приводит к загниванию корневой системы. Глиняный горшок пористый, он «дышит», быстрее испаряет влагу и тем самым вероятность «залить» растение уменьшается. Однако глиняный горшок имеет свои недостатки. При пересадке видно, как тонкие сосущие корни оплетают стенки горшка. Из-за нагревания стенок горшка корни иссушаются. Происходит это потому, что большая часть воды, находящаяся в горшке, испаряется через пористые стенки. Через них идет отток влаги, и корни в «погоне» за ней развиваются по направлению к стенкам горшка. Кроме того, при сильном испарении земляной ком охлаждается. Хорошие результаты при выращивании алоэ дает погружение горшка в торф, керамзит или крупный гравий.

В зарубежной литературе есть сведения о выращивании алоэ в жестяных банках. В России издавна в народе распространен опыт выращивания алоэ в старых кастрюлях. Кстати, лучшими горшками являются пластиковые или тяжелые терракотовые.

При подборе посуды надо помнить, что горшок не должен быть слишком большим. Его подбирают по размерам не растения, а корневой системы. Корни должны свободно помещаться в горшке и находиться на расстоянии 2—3 см от его стенок.

Очень важно, чтобы алоэ не было тесно в горшке. Диаметр емкости должен составлять по меньшей мере половину длины его листьев. К примеру, для растения с листьями длиной около 20 см нужен

горшок не менее 10 см в диаметре. Здоровое растение через короткое время вырастает из своего горшка.

Для растений с утолщенным веретеновидным корнем горшки должны быть небольшого диаметра, но глубокие, чтобы конец корня не упирался в дно.

Важно, чтобы почва была здоровой, свободной от гнили, без избытка азота. Даже у тех видов растений, которые легче переносят переизбыток азота, возникают неправильности при развитии, выражающиеся в массовом появлении деток и задержке цветения.

Приготавливая почву для алоэ, нужно обращать внимание на ее кислотность, зависящую от концентрации водородных ионов. Кислотность обозначается условным показателем рН, и если рН равен 4, то кислотность считается очень сильной, 5 — сильной, 6 — слабой. Показателем рН=7 характеризуется отсутствие кислотности и, следовательно, нейтральная почва; рН=7,5 характерен для слабощелочной почвы, а при рН=8 и более почва является щелочной.

Чтобы определить рН конкретной почвы, проще всего воспользоваться универсальной индикаторной бумагой, которую можно купить в магазинах химических реактивов или учебно-наглядных пособий. Эта бумага, опущенная в исследуемую жидкость, способна менять свой цвет в зависимости от кислотности.

Почву, кислотность которой требуется определить, насыпают в горшок и хорошо увлажняют, но так, чтобы вода не вышла через нижнее отверстие сосуда. Затем медленно доливают воду, собирая профильтровавшуюся через весь слой почвы и протекающую через низ горшка жидкость в поддон или какую-либо другую посуду.

В эту жидкость погружают полоску индикаторной бумаги. Вынимают ее, и немедленно сравнивают окраску с цветной шкалой, входящей в набор с бумагой. По этой окраске устанавливается рН.

Другой способ рекомендует Буксбаум: одна чайная ложка почвы или субстрата размещивается в дистиллированной воде (4 ложки) и рН измеряется в этом растворе.

Существуют и другие способы определения кислотности почвы, они более сложны и используются в лабораториях.

ПЕРЕСАДКА

Алоэ могут хорошо расти в одном и том же горшке 2—3 года. Ежегодная замена земляной смеси травмирует растение. Однако если отсутствует рост, то надо обязательно осмотреть корневую систему и в случае ее поражения обрезать все больные корни, присыпать их порошком серы или древесного угля, подсушить 1—2 дня, а затем укоренять растение в песке, перлите или гравии.

Так же как при посеве, при пересадке необходимо иметь черепки для закрытия сточного отверстия горшка, мелкие черепки и влажный песок для дренажа, мелкий керамзит или гравий для засыпки верхнего слоя земли. Для алоэ последнее условие необязательно.

При пересадке земля в горшке не должна быть пересушенной или слишком влажной. После пересадки растение ставят в полутень, опрыскивают и даже умеренно поливают, особенно в жаркую погоду.

К пересадке алоэ из одной посуды в другую не следует прибегать без особой необходимости. Многие,

особенно взрослые растения, в здоровой земле могут обходиться без пересадки довольно долго, а при минеральных подкормках — и 5—6 лет. Это благоприятно отражается на их цветении и плодоношении.

Чем же определяется необходимость пересадки? Прежде всего ростом растения. С какого-то времени посуда становится тесной, корни появляются в сливном отверстии и настолько оплетают ком земли снаружи, что вода свободно скатывается вниз, не увлажняя его. Но могут быть и другие причины, такие, как ухудшение качества почвы (чаще всего известкование или закисание) или заболевание корней.

Прежде чем решиться на пересадку, нужно извлечь растение из посуды. Для этого земляной ком выдавливают, нажимая тупой палочкой на черепок, которым прикрыто донное отверстие, или на съемное днище. Затем внимательно осматривают корни и почву. Растение со здоровой корневой системой достаточно переместить из меньшей посуды в большую, подсыпав свежей земли поверх дренажа и по периферии горшка. Это называется перевалкой.

Если же корневая система подверглась высыханию или загниванию, то удаляют все больные корни, и растение пересаживают в посуду, размер которой может быть иногда даже меньше первоначального. Пересадку или перевалку растений в коллекции лучше осуществлять выборочно, на протяжении всего года.

Иногда до посадки корни растения подсушивают в течение нескольких дней. При этом тонкие, а также отмирающие корни становятся хрупкими и легко отделяются. Можно также укорачивать корни растений на одну треть их длины.

РАЗМНОЖЕНИЕ

Самый быстрый способ размножения — черенкование.

Укоренять черенки алоэ в воде, как это делают любители других растений, нельзя. Образование корней успешно происходит во влажном воздухе, например, в комнатной тепличке с нижним подогревом.

На дно парника укладывают дренаж из шлака, крупных черепков, а сверху насыпают чистый крупный речной песок. Листовые черенки кладут на песок и слегка вдавливают под небольшим углом. Песок должен быть равномерно влажным, но не мокрым.

Укореняют алоэ и в небольших деревянных ящиках, где на дно кладут дренаж, а сверху насыпают обычную смесь земли для суккулентов. Хорошо укореняются черенки в перлите, смеси торфа с песком. Непременным условием для укоренения является высокая температура в парнике (25—30 °С, но не ниже 20 °С).

Необходимую влажность воздуха поддерживают опрыскиванием парника из мелкого пульверизатора. Укоренять алоэ в зимнее время трудно, так как, во-первых, недостаточно света и тепла, а во-вторых, даже если укоренение произойдет, растение развивается с трудом.

Алоэ также можно укоренять в горшке. В этом случае на дно кладется дренаж, затем слой земляной смеси и сверху слой песка. В домашних условиях укоренять алоэ можно в горшке, накрыв его банкой, полиэтиленовым мешком и поставив под лампу. Периодически банку надо снимать, давая доступ воздуху и увлажняя верхний слой земли.

Черенки перед укоренением необходимо слегка подсушить, т. е. срез должен в течение 2—3 ч затянуться тонкой пленочкой.

Посев — основной, но более медленный и трудоемкий способ размножения. Для посева необходим теплый парник, оборудованный так, чтобы можно было поддерживать высокую температуру (25—30 °С) и влажность воздуха, с нижним подогревом и подсветкой лампами дневного света.

Земляную смесь из 1 части хорошо перепревшей, просеянной через мелкое сито листовой земли и 1/2 части хорошо промытого речного песка стерилизуют в течение 30—40 мин на водяной бане. Стерилизацию производят за 1—2 недели до посева. Затем смесь насыпают в низкие горшки или плоски, которые предварительно на несколько часов замачивают в растворе марганцовки.

Так же как при пересадке взрослых растений, сточное отверстие горшка закрывается черепком, на дно насыпается дренаж. Земляная смесь слегка утрамбовывается: она должна быть ниже края горшка на 1—2 см.

Семена высыплются или раскладываются, слегка вдавливаются и присыпаются тонким слоем сухого чистого речного песка.

Для увлажнения горшок или плоску ставят в поддон с водой, погружая их на 1/3 высоты. Как только верхний слой земли станет влажным, горшок вынимают и ставят в тепличку. Земля в горшке должна быть постоянно равномерно влажной, но не мокрой.

Всходы в зависимости от вида растения появляются через разные промежутки времени: от 2—3 дней до нескольких недель. Сеянцы поливают из мелкого пульверизатора. В течение весны и лета их пикируют, т. е. рассаживают свободнее по мере

того, как образуются настоящие листья. Зимой сеянцы содержат при более высоких влажности и температуре, чем взрослые растения. В первый год жизни им нужна «досветка» в пасмурные осенние и зимние дни.

Растение *Aloe vera* можно вырастить из детских отростков («деток») или из семян, но в этом случае оно растет очень долго. Лучше всего посадить в горшок отросток от растения, которое стоит в доме знакомых, или же купить молодое растение в специализированном цветочном магазине.

Здоровое и жизнеспособное алоэ быстро вырастает, и, возможно, скоро понадобится необходимость пересадить его или просто же рассадить. «Детки» обычно окружают материнское растение и плотно заселяют горшок. Можно либо посадить «деток» отдельно от «мамы» в другой горшок, либо пересадить все растение целиком с дочерними отростками в более вместительную емкость. «Детки» пускают свои корешки и легко отделяются от материнского растения, поэтому, когда их вынимают из горшка, может показаться, что растение разваливается. Чтобы удалить «деток», их надо осторожно приподнять с корешками от земли. Если какой-нибудь корень обрывается, отросток должен высохнуть в течение 3—4 дней; если же нет, его можно сажать прямо в землю. Для того чтобы хорошо расти, «детки» должны иметь здоровые корни.

ПОДКОРМКА

Алоэ хорошо отзывается на подкормки. Для этих целей используют удобрения для комнатных цветов. Поливы производят 1 раз в 10 дней ежемесячно весной и летом, за исключением зимних месяцев, когда

растение отдыхает. Однако надо помнить, что концентрация раствора должна быть слабее, чем указано в рекомендациях на упаковках удобрительных смесей. Лучшими удобрениями служат низкоазотистые, но надо следить за правильным выполнением инструкции по их применению.

БОЛЕЗНИ И ВРЕДИТЕЛИ

Правильный уход за алоэ — гарантия их здоровья. Прежде всего это чистая земля, свежий воздух и солнце, сухое, умеренно холодное содержание зимой.

Алоэ часто повреждается вредителями. Самыми распространенными из них являются червецы: *приморский мучнистый*, *виноградный мучнистый* и др. Самки червецов розоватого цвета, длиной от 3,5 до 5 мм, покрыты порошкообразным налетом. Они поселяются в укромных местах (в пазухах листьев или веток), высасывают сок из растения, сильно ослабляя его. За один сезон развивается 3—4 поколения (одна самка откладывает до 900 яиц).

Меры борьбы. Если при тщательном осмотре растений обнаруживается этот вредитель, его уничтожают вручную с последующей обработкой пораженных мест спиртовым настоем чеснока или календулы ($\frac{1}{4}$ часть объема мелко нарезанного чеснока заливается 70 %-ным спиртом). После обработки растение промывают водой. Обработку лучше делать вечером, чтобы не вызвать ожогов алоэ. Ее повторяют несколько раз с недельным интервалом.

Кактусовый корневой червец — опасный вредитель, поселяющийся на корнях и корневой шейке (при сильном заражении вся почва покрыта белым

пушистым воском). Особенно часто развивается на растениях, содержащихся при очень сухом воздухе.

Меры борьбы. Весной при пересадке корни обрабатывают спиртовым настоем чеснока, табака или календулы. Затем растение просушивают и сажают в чистый горшок и свежую землю. Более эффективный метод — пропитать земляной ком (не вытряхивая растения) раствором карбофоса (60 г 10 %-ного карбофоса на 10 л воды). Делать это надо несколько раз с интервалом в 6—7 дней, чтобы уничтожить все поколения, появляющиеся из яиц.

Оранжевая плоскотелка, часто называемая красным паучком, повреждает молодые растущие части растения. Самка длиной 0,3 мм, красного цвета, размножается круглогодично, особенно при содержании растения при очень сухом воздухе. Вызывает пожелтение или побурение кожицы стебля, листьев; на месте поражения образуется коричневая корка.

Меры борьбы. Обмывание растения струей холодной воды (предварительно закрывают пленкой земляной ком), настоем тысячелистника, чеснока, репчатого лука. Помогает также содержание алоэ во влажном воздухе.

Щитовки — один из распространенных вредителей. Личинки щитовок (так называемые бродяжки) ползают по растению, присасываются к нему, выделяют тончайшие восковые нити, которые, соединяясь друг с другом, образуют щиток. Под щитком самка откладывает яйца, из которых выходят личинки.

Меры борьбы. Борьба с самками щитовки очень трудно, так как щиток надежно защищает ее при обработке. Рекомендуется уничтожение вредителя

вручную с последующей обработкой растения 50—70 %-ным спиртовым настоем чеснока, чистотела или раствором хвойного экстракта (1 чайная ложка на стакан воды). Наиболее эффективные результаты дает борьба с этим вредителем в стадии личинки-бродяжки.

Кактусовая нематода, галловая нематода — микроскопические нитчатые черви, паразитирующие на корнях, в результате чего на них образуются вздутия (галлы). Вызывают задержку роста.

Меры борьбы. При обнаружении нематоды надо обрезать больные корни, оставшиеся здоровые окунуть в горячую воду (60—70 °С на 1 мин). Тщательно продезинфицировать садовые инструменты, горшки и другие принадлежности крепким раствором перманганата калия. Поврежденные части растения и почву, в которой оно находилось, надо уничтожить. Практически более эффективных средств борьбы пока не существует.

К наиболее распространенным болезням алоэ относятся также *гнили*. Возбудителями считаются чаще всего грибы: фузариозная гниль, мокрая гниль и бактерии. Как правило, болезнь развивается при высокой влажности воздуха и низкой температуре, при частых и обильных поливах. Наиболее опасное время — осень и зима. Больные части растения становятся бурыми, мягкими. Гниль захватывает постепенно все большие площади, и в конце концов растение погибает.

Меры борьбы. Рекомендуется удалить больные части растения путем срезания послойно пораженных участков до здоровых тканей. Каждый раз нож дезинфицируют в растворе спирта, перманганата калия или над огнем. Здоровую часть растения используют в качестве черенков для дальнейшего укоренения. Если гниль занимает небольшую площадь,

то осторожно вырезают пораженные ткани, после чего ранку присыпают серой или толченым углем. При поражении гнилью растение переводят на сухое содержание. Фузариозная гниль часто развивается на корневой шейке молодых сеянцев. Поэтому рекомендуют посевы алоэ поливать розовым раствором перманганата калия.

Кроме названных вредителей, значительные повреждения могут нанести улитки, мокрицы, поедаящие стебли, корни, особенно у сеянцев. В качестве приманки для них используют сырой картофель, кожуру цитрусовых. Затем насекомых уничтожают.

РЕЦЕПТЫ

ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ КОЖИ И В КОСМЕТИЧЕСКИХ ЦЕЛЯХ

Являясь наружным покровом тела, кожа составляет 16 % общего веса человека. У мужчины среднего сложения площадь кожной поверхности достигает 1,5—2 м². Человеческая кожа весьма чувствительна к перепаду температур, к жаре и холоду, кроме того, она чрезвычайно подвержена травматизму, раздражениям, разного рода инфекциям.

Сок и желе алоэ оказывают действенную помощь при лечении многих видов кожных заболеваний, в том числе при укусах различных насекомых, ужалываниях, укалываниях, потертостях, царапинах, пузырьковых высыпаниях, келоидах, лишаях, экземе, псориазе, порезах во время бритья, при грибковых инфекциях.

По мнению врачей, при наружном применении алоэ обладает способностью убивать бактерии и вирусы, такие, например, как вирусы герпеса. Как известно, вирус *herpes simplex* вызывает пузырьковую лихорадку, а вирус *herpes zoster* — опоясывающий лишай. Алоэ весьма ускоряет и стимулирует процесс исцеления, облегчая страдания больных.

При эрозиях используют дезинфицирующие и эпителизирующие свойства алоэ, соком которого протирают высыпания при пузырьных дерматитах.

Для лечения фурункулов срезают толстый лист алоэ, обмывают его, разрезают вдоль или толкут и прикладывают к фурункулу. Алоэ вытягивает гной, способствует созреванию фурункула.

При псориазе используют следующие смеси.

Состав: 25 г — сока алоэ, 25 г — сока чистотела, 25 г — сока корня аира, 25 г — уксуса столового, 25 г — льняного масла, 20 г — сока травы нетребы свежей.

Все компоненты смешивают, запаривают полутора стаканами крутого кипятка и дают настояться в течение 2—3 ч. Прикладывают смесь в виде компрессов на 2 или 3 ч к пораженным участкам кожи.

При *герпесе простом и опоясывающем* свежий или замороженный сок алоэ применяют наружно для туширования высыпаний.

При *пиодермитах* сок алоэ действует как общеукрепляющее, противовоспалительное и адаптогенное средство. Учитывая важную роль реактивности организма, и, в частности, нервной системы, в возникновении пиодермитов (разновидностью которых являются вульгарные угри), больным хроническими гнойничковыми заболеваниями кожи назначают сок алоэ по 1 чайной ложке за 30 мин до еды 2—3 раза в день или жидкий экстракт алоэ в виде инъекций по 1 мл подкожно (курс лечения от 15 до 50 дней). В результате лечения нормализуются функции желез внутренней секреции.

При *витилиго, пузырьных дерматозах и васкулитах* кожи рекомендуется принимать свежий или консервированный сок алоэ по 1 чайной ложке за 30 мин до еды 2 или 3 раза в день как фитопрепарат, нормализующий функцию коры надпочечников и обменные процессы.

При *гнойных ранах, экземе, лишае, волчанке, ожогах, порезах* на пораженные места накладывают компрессы с соком алоэ или же свежие листья. Если у вас на коже лица нарыв или ранка, рекомендуется накладывать на них чисто промытые свежие листья алоэ, разрезанные вдоль, или кашицу из них. С листьев надо удалить колючие шипы. В китайской

медицине при хронических кожных заболеваниях рекомендуют пить свежий сок алоэ.

У тех, кто часто облизывает губы, они обветриваются, особенно в холодное время года, становятся шероховатыми и трескаются. Чтобы от этой привычки отучиться, попробуйте смазывать губы горьким на вкус средством, например, соком алоэ. Для смягчения губ можно использовать оливковое, персиковое или кукурузное масло. Подогретым маслом смочите кусочек ваты, зажмите между губами и подержите минут двадцать.

Тонизирующие свойства сока алоэ широко используются в косметической практике. Сок алоэ ускоряет регенерацию и образование новых клеток, поэтому способен предотвращать старение кожи. Он применяется для устранения воспалений на коже, угрей.

Причина того что кожа становится загрязненной и нечистой, заключается в повышенном выделении жира, что как следствие приводит к образованию угрей и прыщей. Для лечения такой «проблемной» кожи многие дерматологи предлагают трехэтапный процесс применения алоэ. На *первом этапе* необходимо утром и вечером тщательно очищать кожу лица антисептическим средством. На *втором этапе* следует нанести на кожу сок или гель алоэ и дать ему высохнуть. При этом происходит стягивание пор. Этот процесс имеет одновременно дезинфицирующий и оздоравливающий кожную ткань эффект, так как с устранением излишней жирности кожи не создается предпосылок для «забивания» пор и раздражения. Мало того, на месте угрей и прыщей не остается рубцов, кожа приобретает здоровый внешний вид. На *третьем этапе* мазь алоэ накладывают непосредственно на прыщи, угри для ускорения процесса выздоровления и уменьшения вероятности рубцевания.

При *угревой сыпи* рекомендуется следующая процедура. Из нескольких слоев марли вырезают маску, пропитывают ее соком алоэ и накладывают на лицо на 30—40 мин. Поверх марли целесообразно положить слой гигроскопической ваты, закрыв ее повязкой из марли, также вырезанной в виде маски. Процедуру делают вначале ежедневно, затем — через день, а потом — 2 раза в неделю. Курс лечения — около 30 процедур.

Склонную к угреобразованию, пористую кожу протирают консервированным соком алоэ. Для консервации к четырем частям сока добавляют одну часть спирта. Хранят состав в прохладном темном месте во флаконе с притертой пробкой.

При *жирной себорее* и *угрях* используют следующее средство. Две столовые ложки измельченных до кашицеобразного состояния листьев алоэ заливают $\frac{3}{4}$ стакана кипятка и проваривают смесь 10—15 мин, затем ее процеживают и полученным настоем протирают лицо.

При *розовых угрях* применяют сок алоэ, разведенный наполовину водой. Для этого несколько слоев марли или полотняные салфетки смачивают разведенным соком, слегка отжимают и накладывают на лицо на 15 мин. Курс — 20—25 процедур (через день).

При *сухой, морщинистой, дряблой, увядающей* коже полезны следующие маски:

1. Смешивают 1—2 чайные ложки жирного крема (или ланалина) с чайной ложкой биостимулированного сока алоэ и 1—2 чайными ложками растительного масла и все тщательно размешивают. Легкими, массирующими движениями смесь наносят на влажные после предварительного горячего компресса лицо и шею на 10—15 мин. Удаляют ватным тампоном. Затем накладывают белковую маску (один

белок растирают с $\frac{1}{4}$ чайной ложки мелкой соли) и через 10 мин снимают ваткой, смоченной в настое зверобоя или шалфея, и в конце лицо ополаскивают тем же настоем.

2. В растертый желток добавляют по одной чайной ложке сока алоэ и растительного масла.

3. Измельчают на мясорубке биостимулированные листья алоэ. Кашицу накладывают 2 раза в неделю на 10—15 мин, смывают сначала теплой, а затем холодной водой.

4. Смешивают в равных количествах (по одной чайной ложке) сок алоэ, липовый мед, глицерин, воду, медленно помешивая, добавляют чайную ложку овсяной муки (или размолотых овсяных хлопьев), все тщательно растирают до получения однородной массы. Смесь наносят на лицо на 20—25 мин. Применяется 1—2 раза в неделю в течение 1—1,5 месяца. Через 3 месяца курс можно повторить.

Такие маски омолаживают, тонизируют кожу, разглаживают морщины.

Для *увядшей, обезвоженной* кожи полезен лосьон следующего состава. Заливают 100 г биостимулированных промытых листьев алоэ 1 л холодной воды и настаивают 2 ч. Затем настой проваривают на слабом огне 5 мин до начала закипания. Остуженный и процеженный настой хранят в холодильнике. Полученным лосьоном рекомендуется протирать лицо и шею. Можно также накладывать компресс — 3 раза в неделю на 10 мин, после чего еще влажную кожу надо смазать питательным кремом.

Для *жирной* кожи рекомендуется следующая маска. Во взбитый яичный белок надо влить чайную ложку сока алоэ. Сюда же можно добавить и сок лимона.

Следующие маски пригодны для *любого типа кожи*, они питают и освежают ее, предупреждают образование морщин.

1. К одной столовой ложке биостимулированного сока алоэ добавляют две столовые ложки разогретого меда, массу размешивают. Наносят на лицо на 10—15 мин.

2. Смешивают до получения однородной массы чайную ложку яичного желтка с таким же количеством сока алоэ и столовой ложкой сметаны. Желательно для этой цели использовать кисточку. Смесь наносят на лицо и шею послойно (при подсыхании первого слоя наносят второй и т. д.), держат 20—30 мин, после чего смыть теплой водой, а в конце ополоснуть лицо холодной водой.

Эту маску рекомендует известная киноактриса Джейн Фонда

3. Смешивают $\frac{1}{2}$ чайной ложки сока алоэ, 1 чайную ложку меда, 1 желток, 1 чайную ложку касторки, $\frac{1}{2}$ чайной ложки лимонного или апельсинового сока, а в сезон 1 чайную ложку сока красной или черной смородины. Добавляют толкно или размолотую овсянку — до консистенции каши. Накладывают маску на предварительно очищенное лицо. Смывают теплой, затем холодной водой.

Для профилактики образования морщин, особенно при сухой коже, полезно в вазелин или ланолин добавить немного биостимулированного сока алоэ. Сок вливают в небольшую баночку с ланолином или вазелином и смесь растирают.

При увядающей сухой коже сок алоэ, смешанный с питательным кремом, наносят на лицо через день.

Для легко чувствительной, с расширенными капиллярами кожи легко самим сделать лосьон. Для этого берут по столовой ложке сока алоэ, сухих лепестков розы, шалфея, ромашки, мяты, мелко

изрубленной зелени петрушки, смешивают все, помещают в стеклянную посуду с притертой крышкой. Столовую ложку смеси заливают стаканом кипятка, настаивают в теплом месте 2 ч, процеживают, добавляют столовую ложку любого кислого ягодного или фруктового сока. Кожу лица протирают утром и вечером вместо умывания.

При расширенных капиллярах и стойком покраснении кожи лица рекомендуется следующий рецепт.

Вечером или утром сухую, хорошо очищенную раствором чая кожу лица и шеи смазывают соком или кусочком выдержанного алоэ, с одной стороны которого предварительно снята твердая кожица. Скользящими движениями проводят по морщинам, по коже всего лица и шеи, хорошо ее пропитывая. Когда весь сок израсходован, в течение 1—2 мин его вбивают в кожу лица, затем на влажную кожу наносят питательный крем.

Можно также перед употреблением питательного крема выжать 8—10 капель сока из кусочка свежесрезанного алоэ и нанести его пальцами на лицо и шею. Через месяц курс повторяют.

После проведения такой процедуры в первый раз может возникнуть чувство жжения или легкое пощипывание, которые проходят после двух-трех сеансов. Повторяют процедуру 10—12 раз через день или два.

Водный настой листьев алоэ применяют наружно в виде примочек и протираний в косметических целях. Для предупреждения появления морщин и лечения морщинистой кожи используют настой, который готовят следующим образом: 2—3 крупных листа алоэ (100 г), измельчают и заливают 1 л холодной кипяченой воды. Настой кипятят на слабом огне 5 мин, охлаждают, процеживают и хранят

до употребления в холодильнике (в стеклянной посуде).

Хорошо очищенную кожу лица рекомендуется утром и вечером смазывать кусочком листа алоэ, у которого с одной стороны снята кожица. Процедура полезна для любой кожи. Она оказывает такое же действие, как и протирание кожи чистым соком алоэ.

Известно, что косметические рецепты Клеопатры пользовались необыкновенной популярностью у древних римлянок. Подлинный секрет ее красоты состоял, по их мнению, в креме из алоэ. По сей день жительницы Северной Африки и острова Сицилия применяют в косметике мясистую часть этого растения. Современная наука подтверждает, что алоэ является естественным косметическим средством, которое очищает кожу, слегка сужая поры.

Приведем рецепт приготовления *крема Клеопатры*: 5 г порошка алоэ осторожно размешивают в 40 мл дистиллированной воды так (поскольку порошок алоэ готовится в лабораторных условиях, его можно заменить соком алоэ [40 мл]), чтобы не было комков, добавляют 20 мл розовой воды или настоя лепестков розы, чайную ложку меда. Смесь ставят на водяную баню и постепенно вводят в нее свежее свиное сало (100 г), следя, чтобы она не слишком перегрелась. Готовый крем перекладывают в баночку и хранят в холодильнике.

Крем наносят 1 раз в день на лицо и шею тонким слоем.

ПРИ БРОНХИТАХ

При упорном бронхите сок алоэ применяют в смеси с другими веществами.

Состав: 15 г сока алоэ, 100 г смальца свиного или гусиного, 100 г масла сливочного (несоленого), 100 г пчелиного меда, 50 г какао (не обязательно, для вкуса).

Применение: принимать по 1 столовой ложке на стакан горячего молока 2 раза в день.

ПРИ ТУБЕРКУЛЕЗЕ И ВОСПАЛЕНИИ ЛЕГКИХ

Состав: 100—150 г листьев алоэ, 500 г жира свиного (нутряка) топленого или жира барсучьего, 25 г чеснока очищенного, 50 г березовых почек, 50 г меда, 100 г коньяка, 6—8 скорлупок от белых куриных яиц, высушенных и измельченных в порошок.

Способ приготовления: все тщательно перемешивают и перекладывают в банку, держат в теплом месте 5—6 дней, периодически помешивая.

Применение: принимают по 1 столовой ложке в день за 30 мин до приема пищи, а если это необходимо по степени заболевания, то допускается прием до 3 столовых ложек в день.

ПРИ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И ЗАБОЛЕВАНИЯХ КРОВИ

Некоторые люди утверждают, что сок алоэ способен лечить рак кожи. Врачи это утверждение не опровергают, но тем не менее, относятся к нему с осторожностью.

Следует заметить, что действие алоэ эффективно не при всех видах рака. Это не кажется удивительным. Рак — очень сложная болезнь, и справиться с ней непросто. Будет большой ошибкой утверждать,

что алоэ лечит все — облысения, вросшие ногти, ожоги и артриты. Как показывает опыт, алоэ действует по типу смягчающего и увлажняющего компресса, но, как известно, множество других веществ влияет на воспаленную и раздраженную кожу абсолютно так же.

При онкологических заболеваниях, заболеваниях крови алоэтерапию целесообразно дополнять другими лечебными мероприятиями.

Для укрепления организма, рекомендуется следующее средство.

Состав: 0,5 л майского меда, 400 г алоэ (возраст не менее трех лет), 0,7 л вина красного виноградного крепкого.

Способ приготовления: алоэ помещают в целлофановый мешок и выдерживают в холодильнике 7 дней. Затем измельчают через мясорубку и смешивают с медом и вином. Переливают в стеклянную посуду, настаивают 5 дней в темном прохладном месте.

Применение: принимают по 1 чайной ложке в течение месяца, а затем по 1 столовой ложке 3 раза в день за 1 ч до еды. Срок лечения 2—3 месяца. При необходимости курс повторяют через полгода. Для усиления действия можно добавить в состав 2—3 г мумие (при хорошей переносимости его).

Для профилактики рентгеноэпителинитов в онкологической практике применяют следующую смесь, которая наносится на кожу тех зон, которые подвергаются лучевой терапии.

Состав: сок алоэ, мед.

Способ приготовления: мед разбавляют соком алоэ из расчета 1:5.

Применение: принимают свежую смесь по 1 чайной ложке 3 раза в день на протяжении 1—2 месяцев.

При лечении истощенных онкологических больных рекомендуют принимать следующие биостимуляторы с применением листьев алоэ:

1. Смешать 100 г сока алоэ с 500 г грецких орехов, добавить 300 г меда. Смесь настаивать в темном прохладном месте в течение одного месяца. Принимать по одной столовой ложке 3 раза в день за 30 мин до еды.

2. Взять: 2 стакана сока красной свеклы, 2 стакана сока моркови, 2 стакана сока редьки, 2 стакана сока клюквы, 2 стакана сока черной смородины, 2 стакана сока березового, 2 стакана сока надземной части зверобоя, сок из 10 лимонов, 200 г спирта, 500 г меда. Все смешать и перелить в темную посуду. Поставить на 3 недели в темное прохладное место. Периодически встряхивать содержимое. Потом смесь процедить через марлю и принимать по 30 г 3 раза в день за 30 мин до еды.

3. Взять: 150 г сока алоэ, 100 г сока из листьев майской земляники, 250 г кленового сока, 250 г меда, 350 г красного вина (кагор). Все смешать и настаивать в темном прохладном месте 2 недели. Хранить в темном прохладном месте. Принимать по 30 г за 30 мин до еды.

4. Взять: 100 г сока алоэ, 100 г сока календулы, 100 г сока тысячелистника, 100 г сока таволги вязолистной, 50 г порошка корней солодки голой. Все тщательно смешать, разогреть, постоянно помешивая. До кипения не доводить. Принимать по 30 г 3—4 раза в день перед едой. Хранить в темном прохладном месте.

5. Растопить 1 кг меда в эмалированной посуде, не давая ему закипеть. К меду добавить 1 стакан сока алоэ и прокипятить смесь на слабом огне 10 мин. Отдельно в двух стаканах березового сока заварить размятые березовые почки и цветы зверобоя

(по 25 г). Кипятить на слабом огне 10 мин. Настаивать в плотно закрытой посуде в теплом месте в течение 1 ч. Процедить, содержимое отжать. Влить отвар в мед и хорошенько размешать. В смесь добавить 100 г растительного масла и разлить по темным бутылкам. Перед употреблением смесь взболтать. Принимать 3—4 раза в день за 30 мин до еды.

При запущенном раке желудка готовят препарат из выдержанного сока алоэ и коньяка.

Состав: 2 столовые ложки сока алоэ, 0,5 л коньяка, листья герани розовой, йод.

Способ приготовления: листья алоэ с растения не моложе трех лет держат 10—12 дней в темном месте при температуре 6—8 °С, после чего измельчают и отжимают.

Отдельно готовят настой из листьев герани розовой. Три свежих листка герани ошпаривают тремя столовыми ложками кипятка, плотно закрывают емкость и ставят на 8 ч на горячую, но не кипящую водяную баню. Затем настой процеживают, вливают в коньяк, уже смешанный с соком алоэ, добавляют к этой смеси 3 капли 5 %-ной настойки йода. Все пропорции должны быть строго соблюдены.

Препарат принимают по 1 столовой ложке 2 раза в день натощак утром и вечером. Через несколько дней могут появиться боли, особенно в ночные часы, но через некоторое время наступает стойкое улучшение. Боли исчезают и больше не возвращаются. Это характерный признак начинающегося выздоровления.

ДЛЯ ВОЛОС И КОЖИ ГОЛОВЫ

Научные исследования указывают на весьма благотворный эффект введения алоэ в шампуни,

ополаскиватели и бальзамы, поскольку алоэ хорошо питает волосы. Однако многие оставляют шампунь на волосах только на короткое время, а потом обильно смывают его водой, в результате чего алоэ не успевает проявить свои целебные качества. В лечебных целях косметологи рекомендуют применять шампунь с более высокой концентрацией алоэ.

Можно также опробовать более сложную двухэтапную систему. Для этого используют шампунь с обычной концентрацией алоэ, но затем наносят на волосы алоэ-бальзам и оставляют его на 3—5 мин, после чего смывают.

При обильном выпадении волос, можно пользоваться следующими рецептами.

1. *Состав:* 1 столовая ложка сока алоэ, 1 чайная ложка чесночного сока, 1 столовая ложка меда.

Способ приготовления: все ингредиенты тщательно смешивают и добавляют к столовой ложке этой смеси 1 желток.

Применение: разделив волосы на проборы, смесь наносят на кожу головы. Завязывают голову клеенкой, а затем теплым платком, через 20 мин волосы хорошо промывают. Можно после этого помыть волосы одним желтком, а для последнего ополаскивания приготовить отвар из крапивы и хвоща полевого (3 столовые ложки травы залить 1 л кипятка, настоять 30 мин). Применяют это средство 5 раз подряд.

2. *Состав:* 1 столовая ложка сока алоэ, 1 столовая ложка березового сока, 1 столовая ложка меда, 1 чайная ложка чесночного сока, желток.

Способ приготовления: сок алоэ, чеснока, березовый сок смешивают с медом и желтком.

Применение: смесь наносят на кожу головы на 1—2 ч или даже более перед мытьем головы и

тщательно втирают. Затем голову завязывают косынкой. После мытья волосы ополаскивают настоем крапивы, березового листа или арники.

3. Состав: 1 столовая ложка сока алоэ, 1 столовая ложка меда, 1 чайная ложка чесночного сока.

Способ приготовления: смешать мед, сок алоэ и чесночный сок. Смесь можно заготовить впрок и хранить в холодильнике.

Применение: перед мытьем головы к 1 столовой ложке смеси прибавляют желток куриного яйца, размешивают и, разделив волосы на пряди, наносят на кожу головы. Завязывают голову платком, сверху надевают целлофановый пакет. Через 20 мин волосы хорошо промывают, втирают еще один желток и ополаскивают водой. Для последнего ополаскивания готовят отвар из полевого хвоща, ромашки или крапивы. Применяют это средство 5 раз подряд.

При жирных волосах за 30 мин до мытья втирают смесь, состоящую из сока алоэ, лимонного сока, меда (по чайной ложке каждого), одного куриного желтка и одного зубца чеснока (натереть). Через 30 мин голову моют.

Кроме того, при жирных волосах за 2—3 ч до их мытья рекомендуется втирать в кожу головы сок алоэ. Это помогает избавиться от перхоти и укрепит корни волос. При выпадении волос полезен компресс из сока алоэ. Держат его в течение 1 ч.

При жирной себорее головы используют сок алоэ, смешанный с 20 %-ным спиртом. Смесь втирают в кожу головы по проборам через день в течение 2,5—3 месяцев.

При гнездном облысении биостимулированный сок алоэ рекомендуется ежедневно втирать в кожу головы. Если в течение 2 месяцев роста волос не

наступит, от процедуры можно отказаться. Она применяется также при локализации очагов облысения на бороде, усах, бровях.

При пересушенных, обесцвеченных волосах, а также при их выпадении делаются втирания из смеси чайной ложки сока алоэ, столовой ложки меда, чайной ложки касторового масла за 30—40 мин до мытья головы. После мытья волосы ополаскивают настоем или отваром ромашки или крапивы, а затем чистой водой. Процедуру повторяют 1—2 раза в неделю до тех пор, пока волосы не станут упругими и эластичными. Она рекомендуется и после химической завивки.

Настойка из измельченных листьев алоэ, приготовленная на 40 %-ном спирте, обладает биостимулирующими свойствами и служит отличным средством против перхоти и выпадения волос.

Должно пройти какое-то время, прежде чем лечебно-профилактические меры оздоровления кожи и волос дадут более или менее стойкие результаты. Поэтому следует набраться терпения при применении косметических алоэ-препаратов по уходу за кожей. Ведь процесс оздоровления волос — дело небыстрое и нелегкое, поэтому главное — регулярность и терпение.

ПРИ БОЛЕЗНЯХ ПОЛОСТИ РТА И ДЕСЕН

При болезнях полости рта рекомендуется полоскать рот 50 %-ным раствором сока алоэ или пить разбавленный молоком свежий сок 3 раза в день по 1 чайной ложке.

При воспалении десен для полоскания используют следующий настой: 100 г листьев алоэ измельчают

до кашицы, помещают в эмалированную посуду, накрывают крышкой и оставляют на 1 ч. Затем доводят до кипения, процеживают, переливают в стеклянную посуду с плотной пробкой. Хранят в темном прохладном месте.

ПРИ ГЛАЗНЫХ БОЛЕЗНЯХ

При конъюнктивите, гнойных выделениях рекомендуется следующая смесь. Берут мякоть алоэ на кончике ножа и опускают в стакан, куда заливают очень горячую воду. Этим настоем промывают глаза 3—4 раза в день.

Для примочек при воспалении век и промывания глаз готовят следующий раствор. Измельчают 100 г листьев алоэ, превращая их в кашицу, помещают в эмалированную посуду, накрывают крышкой, оставляют на 1 ч. Затем доводят до кипения, процеживают, переливают в стеклянную посуду с плотной пробкой. Хранят в темном прохладном месте.

ПРИ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

В результате многочисленных научных экспериментов по изучению лечебного воздействия алоэ на желудочно-кишечный тракт было установлено, что сок этого растения обладает хорошей переносимостью и не вызывает никаких побочных эффектов.

Однако плохо очищенный, содержащий желтый млечный сок (живицу) продукт у некоторых людей может вызвать негативную реакцию. Специалисты считают, что безопасным является соотношение,

при котором содержание желтого млечного сока не превышает 50—300 частей на 1 000 000. Тем не менее малые количества алоина — главной составляющей живицы — улучшают ценность целебного напитка, поскольку алоин способствует выведению шлаков через кишечный тракт.

При плохом пищеварении рекомендуется пить по 2—3 раза в день 8—9 капель свежего сока алоэ.

Страдающим хроническими запорами и гастритами с пониженной кислотностью рекомендуется принимать свежий сок алоэ внутрь по 1 чайной ложке 2—3 раза в день за 30 мин до еды.

При язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при хронических заболеваниях печени и желчного пузыря при диспепсии, катаре желудка, плохом пищеварении и упадке сил рекомендуется употреблять настойку из листьев алоэ с вином и медом.

При гастритах полезно в течение 1—2 месяцев пить сок алоэ. Принимают сок по две чайные ложки 2 раза в день за 30 мин до еды. Можно также мелко нарезать толстые листья алоэ, отжать их для получения 100 г сока, затем смешать их со 100 г меда и принимать этот состав по 2 чайные ложки 2 раза в день за 30 мин до еды.

Люди с больным желудком испытывают облегчение, употребляя до 200 г сока алоэ в день. Не рекомендуется пить всю порцию сразу в один прием, лучше принимать по 30—50 г несколько раз в день. В этом случае алоэ все время находится в желудке и оказывает свое целебное и защитное действие на протяжении суток.

При хронических запорах помогает выпаренный сок алоэ (сабур) — по 0,1—0,3 г на ночь. Слабительное действие наступает через 8—10 ч. Это вызвано тем, что в щелочной среде прямой кишки

в присутствии желчи антрагликозиды расщепляются на арабинозу и алоэ-эмодин и вызывают обильный мягкий стул. Следует, однако, помнить, что применение больших доз сабура и сока алоэ может затормозить перистальтику и вызвать воспаление толстой кишки.

ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ОРГАНИЗМА

Для укрепления организма, особенно после болезни, а также для поднятия его общего тонуса рекомендуется смесь «Здоровье».

Состав: 100 г алоэ, 500 г грецких орехов, 300 г меда, 3—4 лимона (сок).

Применение: принимать по 1 чайной ложке смеси 3 раза в день за 30 мин до еды.

ПРИ ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

При нерегулированных менструациях рекомендуется пить по 2—3 раза в день 8—9 капель свежего сока алоэ.

При эрозии шейки матки вводят во влагалище тампоны, смоченные свежим соком алоэ.

При меноррагии (чрезмерно обильной менструации) помогает следующая смесь.

Состав: 200 г листьев алоэ, 3 столовые ложки корневищ горца змеиного, 2 столовые ложки цветков зверобоя, 2 столовые ложки кошачьих глазок, 1 столовая ложка листьев крапивы двудомной.

Способ приготовления: смешивают все компоненты, добавляют 600 г меда и 600 г сухого красного вина. Настаивают в плотно закрытой посуде на

кипящей водяной бане в течение 1 ч. Охлаждают при комнатной температуре и процеживают.

Применение: принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

При фиброме матки рекомендуется утром, днем и вечером за 20 мин до еды принимают 1 столовую ложку сиропа из алоэ. Для приготовления сиропа берут 200 г листьев алоэ, удаляют колючки, растирают в кашицу, добавляют мелко изрезанный с кожурой плод каштана конского, 3 столовые ложки измельченных корней буквицы лекарственной, 600 г меда, 600 г красного вина. Смесь варят в закрытой посуде на кипящей водяной бане в течение 30 мин, охлаждают, процеживают.

При миоме матки когда наблюдается обильная менструация, утром, днем и вечером следует выпивать 1 столовую ложку сиропа из алоэ (столетника). Для приготовления сиропа берут: 15—20 листьев алоэ общей массой около 200 г, удаляют колючки и растирают в кашицу. После этого добавляют 3 столовые ложки измельченных корней буквицы лекарственной, 600 г пчелиного меда, 600 г красного вина.

Смесь варят в закрытой посуде на кипящей водяной бане 1 ч, охлаждают при комнатной температуре, процеживают и хранят в холодильнике, чтобы сироп не прокисал.

При мастите для ускорения созревания абсцессов — гнойников и нарывов — и вытягивания из них гноя надо растолочь лист алоэ, наложить на больное место и перевязать. Меняют повязку как можно чаще.

При вялотекущих заболеваниях матки и придатков, для стимуляции рассасывания послеоперационных и других спаек в области малого таза с целью уменьшения рубцовых образований назначают экстракт алоэ

жидкий (аптечный препарат). Вводят его подкожно, дозировку устанавливает врач.

При дисплазии шейки матки, когда своевременно поставлен диагноз, возможно проведение консервативного курса лечения. В числе применяемых в таких случаях лекарств — препараты алоэ.

Сок алоэ используется при дисплазии шейки матки, как слабительное при запорах у беременных и хронической атонии кишок у женщин в климактерический период. Принимают внутрь по 1 столовой ложке 3 раза в день после еды.

При эрозии шейки матки в числе других лечебных мероприятий шейку матки обрабатывают маслом облепихи, а также эмульсиями, содержащими алоэ.

Сок алоэ применяют также для лечения эрозии шейки матки, для регулирования менструального цикла.

При бартолините (остром воспалении преддверия влагалища) утром, в обед и вечером за 20 мин до еды рекомендуется принимать по 1 столовой ложке настойки алоэ (столетника).

Для приготовления настойки берут 10—20 зеленых листьев алоэ общим весом 200 г, удаляют колючки и перемалывают листья в мясорубке. К кашице алоэ добавляют 400 г меда, 400 г красного вина.

На кипящей водяной бане на малом огне смесь варят 1 ч. Затем остужают и процеживают через многослойную марлю, отжимают. Хранят смесь в холодильнике.

ОТ МОЗОЛЕЙ

Алоэ применяют и для удаления мозолей. Кашицу из листьев прикладывают к мозоли, кожу

вокруг нее смазывают вазелином, заклеивают пластырем. Через сутки размягченный роговой слой осторожно соскабливают чистым, продезинфицированным ножом, ножницами или пемзой. После этого кожу смазывают кремом для ног. Если мозоль все же осталась, процедуру повторяют несколько раз.

Можно удалить мозоль и другим способом. Ноги распаривают (на ночь) в горячей мыльно-содовой ванне (1—2 чайные ложки пищевой соды на 1 л воды) и прикладывают кусочки разрезанных вдоль листьев алоэ внутренней стороной на мозоль. Сверху кладут компрессную бумагу или полиэтиленовую пленку и прибинтовывают. На следующий день размягченную мозоль соскабливают, а кожу смазывают кремом.

ПРИ ИМПОТЕНЦИИ

Вследствие общего истощения организма у некоторых мужчин наступает временная импотенция. Как общеукрепляющие народные средства, излечивающие половое бессилие, можно рекомендовать следующие рецепты.

1. *Состав:* в равных весовых частях сок алоэ, свежее сливочное масло, смалец или гусиный жир, пчелиный мед, порошок из плодов шиповника (смолоть в кофемолке).

Способ приготовления: смесь разогревают, но не кипятят. Хорошо размешивают и хранят в сосуде с плотно закрытой крышкой в темном прохладном месте.

Применение: принимать по 1 столовой ложке на стакан горячего молока 3 раза в день за 30 мин до еды.

2. *Состав:* 150 г сока алоэ, 250 г меда, 350 г красного вина, 100 г порошка из плодов шиповника, 30 г порошка из семян петрушки.

Способ приготовления: все тщательно размешивают, настаивают 1—2 недели, периодически встряхивая содержимое.

Применение: принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 мин до еды.

3. *Состав:* 100 г сока алоэ, 500 г измельченных (грецких) орехов, 300 г меда, 50 г порошка из корней пастернака посевного.

Способ приготовления: все смешивают, хранят в темном прохладном месте.

Применение: принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 мин до еды.

ПРИ РАНАХ И ОЖОГАХ

При ранах и язвах кожи, которые подолгу не затягиваются, при экзематозных поражениях кожи, лишае, раке, трофических язвах и ожогах к больным местам прикладывают 2 раза в день листья алоэ, срезая с них верхушку, или же растертые листья, укрепляя их для фиксации бинтами.

Некоторые прикладывают вскрытый лист алоэ непосредственно к ране. Другие же подставляют под надрез посуду, куда стекает желе, при этом стараются следить, чтобы в него не попадал желтый млечный сок (живица), присутствие которого в желе способно вызвать раздражение в области ожога или ранения. Затем стерильную марлевую повязку окунают в желе, а затем прикладывают ее к ране, забинтовывая ее. Иногда комбинируют оба приема, помещая отрезанный кусочек листа на область ожога и делая сверху перевязку. В этом случае повязка

сохраняется долгое время влажной и не прилипает к раневой поверхности.

Обожженные участки кожи рекомендуется смазывать соком из свежих листьев алоэ. При ожогах применяется и разведенный кипяченой водой сок алоэ (1:1). Намоченные в нем и отжатые салфетки накладывают на обожженную поверхность 1—2 раза в день каждые 5—10 мин в течение 1 ч.

При ожоге надо продезинфицировать область повреждения любым аптечным антисептическим средством. Затем осторожно протирают кожу вокруг ожога перекисью водорода и прикладывают повязку, смоченную в свежем желе алоэ, перевязав рану бинтом. Во избежание инфекции повязку меняют каждый день.

ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ

Для улучшения обмена веществ используют следующие смеси.

1. *Состав:* 15 г сока алоэ, 250 г меда, 350 мл вина (кагор).

Способ приготовления: листья алоэ промывают, измельчают и отжимают сок.

Полученный сок алоэ смешивают с медом и вином (кагор). Настаивают в темном месте при температуре 4—8 °С в течение 4—5 дней.

Применение: принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 мин до еды.

2. *Состав:* 100 г сока алоэ, 500 г грецких орехов, 300 г меда.

Способ приготовления: листья алоэ в возрасте 3—5 лет выдерживают в темноте при температуре 4—8 °С в течение 12—17 дней. Затем их промывают,

измельчают и заливают кипяченой водой в соотношении 1:3, настаивают 1—1,5 ч, полученный сок отжимают. После этого к полученному соку добавляют измельченные грецкие орехи и мед, все перемешивают.

Применение: принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 мин до еды.

ПРИ БОЛЕЗНЯХ УХА, ГОРЛА, НОСА

Для лечения *хронических тонзиллитов* у детей рекомендуется смазывать небные миндалины соком алоэ, смешанным с натуральным медом в соотношении 1:3. На протяжении двух недель процедуру проводят ежедневно и натошак, а в последующие две недели — через день.

Для лечения *воспалительных заболеваний глотки, гортани и трахеи* принимают смесь меда с соком алоэ. Срезанные нижние листья алоэ промывают, нарезают на мелкие кусочки и отжимают сок. Мед разбавляют соком алоэ из расчета 1:5. Принимают смесь по 1 чайной ложке до еды 3 раза в день в течение 1—2 месяцев.

При *насморке* закапывают свежий сок алоэ по 5—6 капель в каждую ноздрю. Достаточно 2—3 вливаний с промежутком в несколько часов.

Для лечения *заболеваний дыхательных путей* и в качестве *общеукрепляющего напитка* используют смесь следующего состава: 1,5 кг сока из листьев алоэ, 1,25 кг майского меда, 3,5 л красного вина (кагор). Смесь помещают в банку из темного стекла, выдерживают 5 суток в темном месте. Применяют по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

При *заболеваниях глотки и гортани* (фарингит и ларингит) полощут глотку 50 %-ным водным

раствором сока алоэ или же принимают выдавленный сок алоэ разведенный теплым молоком по 1 чайной ложке 3 раза в день.

АЛОЭ В СТОМАТОЛОГИИ

Практика врачей-стоматологов показывает, что алоэ является не менее эффективным средством, чем другие противовоспалительные лекарства, более того, оно обладает весьма значительным достоинством, так как не повреждает и не разрушает ткань здоровых клеток, в то время как, например, преднизолон и индометацин с течением времени действуют на ткани токсично, обладая негативным разрушительным эффектом.

В настоящее время многие стоматологи используют алоэсодержащие препараты для борьбы с зубными камнями и пятнами, а также для ускорения процесса заживления тканей после хирургических вмешательств.

Крупнейшие фармацевтические фирмы многих стран выпускают на основе алоэ специальные гели, предназначенные для лечения полости рта. Хорошо зарекомендовал себя «Aloe Vera Oral Gel» (США) — эффективный бактерицидный и бактериостатический препарат, убивающий штаммы различных культур, вызывающих разрушительные процессы в зубах. Помимо этого, было обнаружено, что этот гель нетоксичен по отношению к клеткам здоровой ткани. Это значит, что после недели применения алоэ-геля больные чувствуют себя так, словно прошли курс трехнедельной терапии.

Стоматологи-ортопеды, примеряя новые зубные протезы своим пациентам, непосредственно смазывают их алоэсодержащим гелем в том месте, где они

соприкасаются с деснами. При этом зубные протезы действуют как повязки, под которыми находится алоэ-гель, способствующий заживлению травмированных десен.

Обычно необходимо, чтобы после удаления зуба прошло не менее трех дней, — только тогда можно ставить зубные протезы. При использовании алоэ этот срок сокращается до одного дня.

Алоэ является противовоспалительным средством со стероидоподобным эффектом: когда оно оказывает заживляющее действие, то вызывает онемение данной области. Пользуясь алоэ, многие пациенты не прибегают к помощи болеутоляющих лекарств после визита к хирургу.

Алоэ показано также людям, страдающим стоматитом. Кроме того, алоэсодержащий гель применяют, чтобы снять раздражение и воспаление вокруг открытых корней зубов и в области десен, что часто является следствием ношения временных или плохо сделанных коронок.

При *стоматите* больным следует жевать листья или полоскать рот соком свежих листьев алоэ. Многие пациенты для снятия воспалительного процесса в полости рта, по совету врачей, пользуются гелем в домашних условиях, употребляя его в качестве зубной пасты. Единственное «но», о котором они говорят, — это неприятный горький вкус этого препарата. Однако использовать лекарство для простого очищения зубов нет никакой необходимости.

Выбор зубных паст, содержащих алоэ, достаточно широк. Они обладают незначительным мятным привкусом и чуть-чуть подслащены. В отличие от прочих пасты и гели, сделанные на основе алоэ, не только отлично очищают зубы, но оказывают лечебное воздействие на десны.

При *кариесе* в дупло больного зуба закладывают кусочки листа алоэ, что часто успокаивает боль и способствует лечению воспаленных десен.

ПРИ ТРАВМАХ

Самые уязвимые места при травмах, особенно любителей оздоровительного бега — это ступни, лодыжки, голень, колени, передняя поверхность и большеберцовой кости и мышцы верхней части ноги, поскольку они подвергаются огромной физической нагрузке.

В ходе лечения перечисленных травм, выяснилось, что алоэ и здесь оказывает неоценимую пользу. Кроме всего прочего, алоэ отлично зарекомендовало себя как эффективная пищевая добавка для бегунов на длинные дистанции — стайеров и марафонцев, — принимающих сок этого растения в смеси с другими соками для получения энергетической подпитки.

Нередко алоэ назначают спортсменам, страдающим непереносимостью аспирина — одного из важнейших жаропонижающих антиревматических и антинеуралгических средств. Аспирин можно втирать вместе с мазью алоэ наружно, тем самым избегая аллергических расстройств, связанных с всасыванием этого лекарства в желудке и кишечнике. Тем же спортсменам, у которых данный препарат не вызывает никаких побочных реакций, проникающие свойства алоэ помогают ввести аспирин непосредственно в кровеносную систему. А поскольку лекарство попадает в кровь нерастворенным, оно действует значительно эффективнее и быстрее.

Приведем способы применения препаратов алоэ для лечения спортивных травм.

При появлении *волдырей* пораженное место тщательно дезинфицируют и на 5 мин окунают в сосуд

с соком алоэ, чтобы успокоить боль и убить бактерии. Затем прокалывают маленькую дырочку в основании волдыря.

Желе алоэ наносят на ватный тампон и прикладывают тампон к волдырю. Алоэ всосется через дырочку в волдырь, а значит, снимет вероятность заражения и предохранит внутреннюю среду от неблагоприятного воздействия внешней. Затем тампон снимают, чтобы волдырь подсох на воздухе, что ускоряет процесс заживления.

При *растяжении суставов* применяют ледовое обертывание пострадавшей области.

Неплохо действует и ледовая растирка, изготовленная из замороженного сока алоэ. Боль быстро проходит, припухлость уменьшается. Если есть необходимость в фиксации места растяжения с помощью стягивающего жгута, лучше обратиться за консультацией к врачу или к опытному спортивному массажисту.

При *растяжении мышц*, если мышца опухла, к месту растяжения прикладывают пакетики с охлажденным льдом из алоэ и делают легкий массаж этой области, применяя лосьон алоэ с добавлением ланолина. Через 48 ч пакетики со льдом можно заменить на горячие круговые обертывания или компрессы из согревающей растирки листьев алоэ, чтобы снять припухлость и ускорить процесс выздоровления.

ЗНАХАРСКИЕ СРЕДСТВА

ОТ ПРОСТУДЫ И ТУБЕРКУЛЕЗА

1. Взять на 1 бутылку вина 4 стебля алоэ и настаивать 4 дня.

Доза: 3 раза в день по 1 рюмке.

2. Взять около 1 л чистого спирта, настоять 4 стебля алоэ в течение 4 дней.

Доза: 3 раза в день по 40 капель.

3. Налить в кастрюлю одну четверть фунта (1 фунт равен 0,453 кг) воды, добавить три четверти фунта меда и лист мелко измельченного алоэ. Варить на очень медленном огне два часа. Перемешать и хранить в темном прохладном месте.

Доза: 3 раза в день по 1 столовой ложке.

4. Взять 400 г сахарной патоки (желтого цвета), 200 г алоэ, 50 г канифоли (смолы). Листья алоэ порезать вдоль на кусочки по 4 см длиной. Канифоль разбить в ступке. Все положить в глиняный горшок, покрытый крышкой из пузыря, и поставить в духовку или в печь на ночь. Получится масса, густая, как мед. Процедить ее через сито.

Доза: 3 раза в день по 1 чайной ложке за 1 ч до еды. Принимать 1 месяц. Сделать перерыв 1 неделю и повторить весь курс.

5. Взять 200 г алоэ, 1 кг меда (лучше липового), 200 г оливкового масла, 100 г березовых почек, 50 г липового цвета, 30 г цветков ромашки.

Перед приготовлением сорванные и промытые кипяченой водой листья алоэ положить на 10 дней в холодное и темное место. Растопить мед и положить измельченные листья алоэ. Смесь хорошо пропарить. Отдельно от этого в двух стаканах воды заварить березовые почки и липовый цвет. Прокипятить 1—2 мин. Влить процеженный и отжатый отвар в остывший мед и размешать. Отдельно в одном стакане воды заварить ромашку (не кипятить) и влить в полученную смесь. Размешать ее и разлить в 2 бутылки, добавить в каждую поровну оливковое масло. Хранить в прохладном месте.

Доза: 3 раза в день по 1 столовой ложке. Перед употреблением взбалтывать.

6. Взять 100 г сока алоэ, 500 г коровьего топленого масла, 25 г мумие, 50 г измельченного очищенного прополиса, 250 г пчелиного меда, 25 г свежей сосновой живицы.

Все смешать, подогревая до полного соединения, затем остудить. При остывании помешивать. Наставать 5—6 дней.

Доза: 3 раза в день по 1 столовой ложке.

ЗАГОТОВКА И ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Лекарственным сырьем служат листья алоэ (в возрасте 3—5 лет) длиной не менее 15 см. Срезают их в зимне-весенний период.

Чтобы правильно приготовить выдержанный сок алоэ, перед срезанием растение не поливают 2 недели. Срезанные целые листья алоэ заворачивают в бумагу черного цвета (трубочкой со сквозными концами) и выдерживают в темном месте (например, в холодильнике на нижней полке) при температуре 4—8 °С 2 недели. Затем их промывают прохладной кипяченой водой, измельчают и заливают водой в соотношении 1:3. Оставляют в темном прохладном месте на 1,5 ч. Полученный сок отжимают и фильтруют.

Сок алоэ широко используют в народной медицине. Он обладает бактериостатическими свойствами в отношении многих групп микробов: стафилококков, стрептококков, дифтерийной, брюшнотифозной и дизентерийной палочек.

СОДЕРЖАНИЕ

ЗНАКОМЬТЕСЬ — АЛОЭ	3
АЛОЭ И ЗДОРОВЬЕ.....	5
АЛОЭ ДРЕВОВИДНОЕ	13
КУЛЬТИВИРОВАНИЕ АЛОЭ ДРЕВОВИДНОГО	15
ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ	18
ПРЕПАРАТЫ ИЗ АЛОЭ ДРЕВОВИДНОГО В МЕДИЦИНЕ.....	19
САБУР	22
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ФОРМЫ С АЛОЭ	26
БИОГЕННЫЕ СТИМУЛЯТОРЫ	27
БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ	31
ВИДЫ АЛОЭ	33
АЛОЭ У ВАС ДОМА	43
МЕСТОПОЛОЖЕНИЕ	46
ПОЛИВ.....	47
ПОЧВА.....	50
ПЕРЕСАДКА	54
РАЗМНОЖЕНИЕ	56
ПОДКОРМКА	58
БОЛЕЗНИ И ВРЕДИТЕЛИ	59
РЕЦЕПТЫ	63
ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ КОЖИ И В КОСМЕТИЧЕСКИХ ЦЕЛЯХ.....	63
ПРИ БРОНХИТАХ	70
ПРИ ТУБЕРКУЛЕЗЕ И ВОСПАЛЕНИИ ЛЕГКИХ.....	71
ПРИ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И ЗАБОЛЕВАНИЯХ КРОВИ	71
ДЛЯ ВОЛОС И КОЖИ ГОЛОВЫ.....	74
ПРИ БОЛЕЗНЯХ ПОЛОСТИ РТА И ДЕСЕН.....	77
ПРИ ГЛАЗНЫХ БОЛЕЗНЯХ	78
ПРИ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ.....	78

ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ОРГАНИЗМА.....	80
ПРИ ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ	80
ОТ МОЗОЛЕЙ	82
ПРИ ИМПОТЕНЦИИ	83
ПРИ РАНАХ И ОЖОГАХ	84
ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ	85
ПРИ БОЛЕЗНЯХ УХА, ГОРЛА, НОСА	86
АЛОЭ В СТОМАТОЛОГИИ	87
ПРИ ТРАВМАХ.....	89
ЗНАХАРСКИЕ СРЕДСТВА	91
ЗАГОТОВКА И ПРИГОТОВЛЕНИЕ.....	93