

АПТЕКА НА ПОДОКОННИКЕ

Аспарагус уменьшает количество вредных микроорганизмов в два раза, **примула, белопятнистая бегония** также обладают высоким противомикробным эффектом. Выделяют фитонциды **монстера, мелкоцветные хризантемы.**

Оздораживают атмосферу вокруг себя **розы и орхидеи, комнатный виноград.**

Широко распространенное растение в домах - **плющ.** Свежеприготовленную кашу из листьев и стеблей плюща на марлевой салфетке прикладывают к жировикам, фиксируя лейкопластырем. Обычно жировик величиной с двухрублевую монету рассасывается за 3-4 недели.

Практически всем хорошо известна **традесканция.** Ее можно увидеть почти в каждой квартире. Долгое время это растение не считали целебным, однако обстоятельный труд венесуэльского ученого доказал противоположное. Он выделил из сока растения вещество, аналогичное инулину (найденному в топинамбуре), так же активно снижающее сахар в крови. Кроме того, он установил, что традесканция обладает сильной антимикробной активностью. Фитонциды этого растения особенно активны в отношении бактерий, вызывающих болезни желудочно-кишечного тракта. Есть данные об эффективности сока растения при туберкулезе и пародонтозе.

Используют настой из стеблей и листьев традесканции, порошок и кашу из листьев, мазь на их основе. Однако особенно активен сок растения. Для его приготовления 150 г листьев и стеблей заливают свежей питьевой водой (вода из городского водопровода не годится), настаивают 2 часа. Слегка отжав, листья пропускают через мясорубку, отжимают через двойной слой марли. Получают около 50 г свежего сока. Он обладает высокой активностью в отношении патогенных бактерий в первые 30 минут после приготовления. Сок теряет свои свойства через два часа даже при хранении в холодильнике. Сок используют для полоскания горла при ангине, промывают им нос или ставят тампоны с этим соком в нос при насморке.

- При пародонтозе сок втирают в десны, одновременно массируя их, можно просто пожевать листик традесканции после еды.

- Теплым соком (подогретым до 38 °С на водяной бане) пропитывают марлевый тампон, который прикладывают к ранам или фурункулам на два часа, фиксируя бинтом. В течение дня повязку меняют 5-6 раз,

- При порезах или царапинах, если под рукой нет йода или зеленки, можно использовать листья традесканции. После того как водой смыта кровь, к ране прикладывают листок этого растения, закрепляя

повязкой. Кровь быстро останавливается, и рана заживает без нагноения.

Фигус, к сожалению, сейчас мало кто выращивает в квартире. И напрасно. Известно, что это растение обладает целым спектром фармакологических эффектов: тонизирующим, болеутоляющим, противовоспалительным.

Если в России фурункулы с древнейших времён лечат печеным луком, то в странах Латинской Америки вместо лука используют лист фикуса. Его отваривают в кипящей воде до размягчения. Помещают на него кашицу из пропущенного через мясорубку другого листа фикуса, после чего накладывают на фурункул и фиксируют повязкой. Воспаление исчезает, боль утихает, лист фикуса вытягивает гной.

- Й сок, и листья фикуса прекрасно рассасывают гематомы после ушибов. В соке смачивают ватку и прикладывают ее к гематоме 5-6 раз в сутки. Держат несколько минут, чтобы сок успел впитаться в кожу.

- Фигус может успокоить зубную боль и снять припухлость при флюсе. 10 г свежеотжатого сока фикуса разводят 50 мл 70% -го спирта, эту смесь настаивают в холодильнике двое суток. При сильной зубной боли настойку закапывают пипеткой в дупло зуба.

- При флюсе листья фикуса проваривают в кипящей воде не менее трех минут, затем охлаждают и накладывают на припухлость, фиксируя повязкой. Компресс держат несколько часов.

Филодендрон, а также **диффенбахия** и **антуриум** благотворно влияют на воду и газообмен, уменьшают сухость воздуха в помещении.

Прекрасно увлажняют воздух и **папоротники**. Кроме того, они нейтрализуют формальдегид, выделяющийся из новой мебели и ковровых покрытий