**Лапчатка прямостоячая**

Октябрь - самое лучшее время для копки корня лапчатки прямостоячей. В народе ее называют калган, дубровка, узик. Растет калган по мшистым сырым лесным полянкам, на обочинах лесных просек, в заболоченных лугах и прямо на болотах.

Отыскать калган несложно даже в густой осоке и мхах, так как его цветки, похожие на яркие желтые звездочки, хорошо заметны на фоне увядшей блекло-желтой травы. До поздней осени видны и темно-зеленые листочки калгана, которые, увидев один раз, не спутаешь ни с чем.

Выкопанные корни калгана необходимо, принести домой, тщательно промыть холодной проточной водой и очистить от земли, а также от тонких придаточных корешков. Бывает, что корень калгана немного подгнивает в земле, поэтому его надо срезать до тех пор, пока на срезе не будет вместо черного цвета темно-коричневый или красный.

Подготовленные таким образом корни надо подвялить в нежаркой духовке или посушить над отопительной батареей в течение двух-трех дней. После этого корень нарезается острым ножом на мелкие кружочки и досушивается. Такая технология позволяет сохранить почти 90 процентов полезных и живых веществ, содержащихся в калгане.

Ценность корней калгана заключается в том, что они содержат дубильные вещества, фенольные соединения, танины, крахмал, камедь, флавоноиды, гликозиды и эфирные масла. Лечебные свойства калгана были обнаружены в старину. С давних времен отвар или настойку калгана применяют как вяжущее, противовоспалительное, желчегонное, кровоостанавливающее средство при кишечных и маточных кровотечениях, при кровоточивости десен, при заболеваниях печени и желчного пузыря, гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, энтероколите и кожных болезнях.

При старческой слабости десен можно положить под язык кусочек сушеного корня калгана и сосать его, орошая образующейся слюной всю полость рта, по 10-15 минут днем и вечером, перед сном, чтобы сохранить на всю ночь эту целебную микрофлору.

Можно приготовить водный отвар калгана. Для этого надо взять 1 столовую ложку высушенных корней калгана, отварить в течение 20 минут в 1 стакане кипятка, снять с огня, плотно закрыть крышкой и настоять в течение 1 часа. Процедить. Отвар готов. Применять его можно и как орошающее средство для полости рта, и для приема внутрь натощак за 30 минут до еды по 1 столовой ложке 2 раза в день при спазмах и болях желудка или кишечника.

Гастрит можно полечить так. Взять 1 часть сухой травы и цветков тысячелистника, 1 часть сухой травы с цветками мяты лесной или болотной, 1 часть цветков календулы (бутонов), все смешать. Затем 1 часть этого сбора залить 1 стаканом кипятка, довести до кипения и тут же снять с огня, плотно укутать и настаивать 20-30 минут. Процедить через марлю и отжать. Этот состав смешать с ранее приготовленным отваром корня калгана и пить по 1 столовой ложке 3-4 раза в день натощак. По многочисленным наблюдениям, это природное лекарство можно использовать также как желчегонное и болеутоляющее средство при холецистите.

Один из обратившихся ко мне за помощью - мужчина 62 лет, пропив в течение 21 дня по 30 грамм водного раствора калгана натощак утром и перед обедом, избавился от дискомфорта в правом подреберье и от изжоги, мучившей его несколько лет. Болей и спазмов со стороны желчного пузыря не наблюдается у него уже в течение 8 месяцев.

А свою 68-летнюю соседку я вылечил настойкой корня калгана. Делается она так. Взять 5 частей хорошей 40-процентной водки или 70-процентного спирта, залить в темную бутылку, предварительно положив на дно 1 часть мелко измельченных корней калгана. Бутылку плотно укупорить и настаивать 14 дней, затем процедить. Обязательно в процессе настаивания периодически (несколько раз в день) встряхивать и кувыркать бутылку. В этом главный смысл рецепта: именно оттого, что смесь находится время от времени в движении, происходит наилучший отбор спиртом или водкой питательных и врачующих средств из корня калгана.

Моя соседка не нарадуется и всем расхваливает калган, с помощью которого она вылечила свои ослабевшие ноги. Пила она настойку калгана осень и половину зимы, разводя 50 грамм настойки калгана в 50 грамм воды. Принимала она это лекарство 1 раз в день вечером после 21 часа. Выпила в целом 1 литр настойки - и почувствовала такое облегчение, что готова была пуститься в пляс на своих некогда больных ногах. С тех пор она сама ходит на болото собирать калган и настоятельно рекомендует пить его своим подругам.

Был у меня пациент - мужчина 55 лет, бывший военный, не особенно верящий в траволечение. Он страдал от сильного бронхита. Начал по моему совету принимать спиртовую настойку калгана. Проверившись через 21 день у терапевта, и сделав рентген, он показал мне снимок и заключение лечащего врача: "Легкие и бронхи чистые. Здоров".

Лапчатка прямостоячая (калган) - многолетнее травянистое растение с прямостоячими ветвистыми стеблями (иногда ползучими) и толстым горизонтальным корневищем, сидящим неглубоко в земле. Листья трех-пятипальчатые с клиновидно-продолговатыми надрезами. Цветы желтые, четырехлепестковые, с многочисленными тычинками и пестиками. Плоды - сухие сборные семянки. Цветет калган с мая по сентябрь.

**Фирменный рецепт**

Лично для Вас, я дам рецепт своего фирменного бальзама, который пригодится Вам как для профилактики, так и для лечения язвенной болезни желудка. Надо взять 450 грамм очень хорошей водки, перелить ее в стеклянную бутылку с широким горлом, насыпать туда 1 столовую ложку измельченных корней калгана, 1 столовую ложку чабреца (его можно купить в любой аптеке), 1 бутон гвоздики, 1 чайную ложку лесной мяты (перечная мята или мелисса не годятся), 0,3 горошины крупного душистого перца, 1 столовую ложку жидкого меда.

Бутылку плотно закрыть, взболтать. Настаивать от 9 до 15 дней, каждый день взбалтывая. Держать в прохладном месте. На 16-й день взболтать и перелить в графинчик (предварительно можно процедить). Принимать бальзам по 1 столовой ложке перед обедом.

Бальзам не только нормализует работу желудочно-кишечного тракта, но и повышает аппетит. К тому же пить его - одно удовольствие. В нем и аромат трав, и привкус дымка от лесного костра, и легкая приятная горечь золотой осени. Так что пейте на здоровье.

Отвар корней калгана может применяться и наружно в виде компрессов или примочек при кровоточащих гнойных ранах либо ожогах. При обострениях геморроя из отвара корней калгана можно делать микроклизмы. Можно использовать его для спринцевания и при лечении трихомонадных кольпитов.

