**Орех грецкий**

Листья ореха оказывают тонизирующее, ранозаживляющее и общеукрепляющее действие, поэтому настой листьев принимают при истощении организма, авитаминозах. Листья проявляют также легкий слабительный и противоглистный эффект, что позволяет их использовать при инфекционных заболеваниях и поносе. Плоды ореха полезны для повышения иммунитета, так как содержат большое количество белков. В народной медицине орех принимают для повышения мужской потенции, при мужском бесплодии и простатите.

Описание. Плодовое и декоративное дерево семейства ореховых.

Сырье. Используются листья и кожура незрелых плодов. Листья заготавливают в дюне. От центрального черешка отщипывают дольки, которые сушат на солнце. Побуревшие и почерневшие листья удаляют.

Содержание. В листьях найдены гликозиды, флавоноиды, аскорбиновая кислота, каротин, витамин В1, дубильные вещества, эфирное масло. Околоплодник содержит: аскорбиновую кислоту, витамин B1, дубильные вещества.

Основное действие. Общеукрепляющее, вяжущее, антисептическое.

Применение. Листья грецкого ореха в виде настоев и отваров используют внутрь при рахите, золотухе, сахарном диабете, катарах желудка и кишечника. Настой пьют для улучшения обмена веществ и как общеукрепляющее средство при авитаминозах, истощении и слабости организма, а также при некоторых кожных заболеваниях. В народной медицине сок околоплодника в виде мази применяется для лечения ран различного происхождения, а также экземы, других зудящих дерматитов, туберкулеза кожи.

Отваром из листьев полощут горло при ангинах, для укрепления десен. Отвар из зеленых корок ореха для изгнания глистов применяют еще со времен Гиппократа.

Приготовление. Настой готовят, заваривая 1 ч. л. измельченных листьев стаканом кипятка. После отстаивания процеживают и пьют по 1 ст. л. 3-4 раза в день.

Отвар. 1 ст. л. листьев кипятят в 2 стаканах воды 15-20 минут, процеживают, пьют так же, как и настои".

Масляный настой готовят из 50-80 г нарезанных свежих листьев и 300 г стерильного подсолнечного масла, настаивают при комнатной температуре 15- 20 дней.

Отвар листьев применяют в виде примочек, благотворно действующих на ранозаживление, против золотухи и рахите у детей, плоды - как поливитаминное средство.

Зелёный или незрелый грецкий орех применяется в народной медицине для лечения и профилактики заболеваний печени. Незрелые плоды содержат жирное масло, в котором много полиненасыщенных жирных кислот, солей калия, кальция, железа, магния, кобальта, фосфора, витаминов А, С, В1, В2, Е, Р.

Незрелые плоды грецкого ореха идут на изготовление варенья и маринадов, зрелые - являются высокопитательным пищевым продуктом. Их широко используют в кулинарии и кондитерском производстве, а также для питания больных с пониженной или повышенной кислотностью желудочного сока. Скорлупа ореха пригодна для производства активированного угля, шлифовальных камней, линолеума и толя.

Препараты ореха грецкого обладают бактерицидным, общеукрепляющим, противосклеротическим, вяжущим, противопоносным, слабительным (кора корней), умеренно сахароснижающим, кровоостанавливающим, противовоспалительным, противоглистным, ранозаживляющим и эпителизирующим действием.

**Применение в народной медицине..**

Настой листьев принимают при склерозе мозговых и сердечных сосудов, для улучшения обмена веществ и снижения сахара в крови, а также для уменьшения кровохарканья при туберкулезе легких. Для его приготовления 2 чайные ложки листьев заливают 1 стаканом кипятка, настаивают 1 ч и процеживают. Принимают по 1/2 стакана 4 раза в день до еды.