Автор: ekaterina
10.10.2020 02:42 - Обновлено 11.10.2020 13:59

Не все травы активно используются в официальной медицине. Пол-пала, как раз, широко применяется медиками разных стран, о ее свойствах и медицинском применении написаны сотни статей в специальных медицинских журналах и десятки диссертаций.

В то же время о пол-пала, как о средстве народной медицины – немало популярных статей в Интернете. Разные сведения приводятся в них. В одних названы определенные показания, в других трава называется, чуть ли не панацеей. Одни авторы пишут об отсутствии противопоказаний для лечения пол-пала, а другие предупреждают: «Лечение травами может быть опасно!». Попробуем разобраться во всем этом спокойно и беспристрастно.

Официальная информация о пал-пала

Заглянем в фармацевтические и медицинские справочники. В них приводится официальное название пол-пала – «трава эрвы шерстистой». И говорится, что она обладает «диуретическим и антисептическим действием», а также «снижает концентрацию мочевины в крови и увеличивает выведение Na+, Ca2+ и K+». Описаны показания и противопоказания; об этом – подробнее ниже.

Откуда травка пол-пала?

Растет она в некоторых тропических странах, родина ее – Шри Ланка. Лет 35-40 назад «достать» ее было, практически, невозможно, была она средством для избранных (номенклатурных работников высокого ранга), а простым смертным иногда удавалось купить ее на «черном рынке» — привозили контрабандой моряки.

Теперь достаточно дойти до ближайшей аптеки и купить коробочку сушеной пол-пала, заплатив, примерно от 30 до 100 рублей. Не забудьте обратить внимание на страну – изготовитель; желательно, чтобы это была Шри Ланка.

Правда, пытаются ее выращивать в некоторых районах нашей большой страны. Например, есть неплохие отзывы о пол-пала, производимой на Алтае.

Для желающих пользоваться только теми растениями, которые выращиваются на своем огороде, есть возможность вырастить и пол-пала.

Растим пол-пала сами

Начинается процесс в ящиках. Сначала надо подготовить почву. Оптимально использовать такое соотношение: плодородная почва, торф, песок — 2:1:1. Рассаду хорошо пропарить перед высадкой для того, чтобы пол-пала не заглушили сорняки. Заполнив ящик подготовленной смесью, хорошенько увлажните почву. Рассыпьте семена по поверхности, прижмите их пальцами и слегка присыпьте мелким песочком. Накройте ящики полиэтиленовой пленкой и поставьте в теплое место (не менее 20°).

Ждите всходов к концу 2-й недели. Пленку после этого снимайте и ставьте ящик на подоконник. Не забывайте хорошо увлажнять почву.

Когда появятся 2-3 листочка, надо пересадить растения по одному в стаканчики с торфоперегнойной смесью; там их доращивают перед высадкой в открытый грунт. Лучше это делать в конце мая.

На грядку, расположенную на солнечном месте и защищенную от холодных ветров высаживают растения — 10-15 см друг от друга и 20 см между рядами. Поливайте много, но не «размывайте» почву. Цветет пол-пала, начиная с июля, до первых холодов. Для лекарственных целей срезайте зелень высотой 30-40 см в период цветения. Сушить траву надо в хорошо проветриваемом помещении.

Полезные свойства пол-пала

Учитывая сведения, указанные в официальных источниках и опыт применения травы, можно сделать вывод о том, что она оказывает действия:

- мочегонное
- противовоспалительное
- антитоксическое
- улучшающее обменные процессы.

И может применяться, прежде всего, при мочекаменной болезни, пиелонефрите, цистите.

Также может оказывать положительный эффект при

- отравлениях тяжелыми металлами и воздействии радиацией
- при трахеобронхитах и энтероколитах – с противовоспалительной целью
- заболеваниях суставов – как вспомогательное средство
- заболеваниях печени и поджелудочной железы
- некоторых кожных заболеваниях – наружно в виде примочек

Перед применением пол-пала при камнях почек или мочеточников следует

проконсультироваться с врачом; при больших камнях это не всегда целесообразно.

Часто дают советы по приему настоев при камнях в желчном пузыре. С этим надо быть еще осторожней: камень может заклинить либо в шейке желчного пузыря либо в общем желчном протоке (что еще более опасно). Поэтому в этом случае консультация врача строго обязательна!

Цейлонские доктора рекомендуют принимать настой пол-пала всем, живущим в мегаполисах.

Противопоказания к применению пол-пала

Учитывая свойства, пол-пала не следует принимать при остеопорозе и других заболеваний с дефицитом Са, при индивидуальной непереносимости. Противопоказана также детям. С осторожностью следует принимать беременным и кормящим женщинам.

Формы применения пол-пала

Из сушеной травы готовят отвары и настои.

Отвар готовят так: столовую ложку заливают стаканом воды, доводят до кипения и кипятят не более пяти минут; затем настаивают 2-3 часа и процеживают. Принимать по 0,25 стакана три раза в день перед едой.

Настой можно приготовить, используя такую же пропорцию, но при этом кипятить не надо; просто заварить кипятком в термосе и настаивать 8 -10 часов. Пить также, хранить в холодильнике.

Из свежей травы настой готовят по-другому: чайную ложку травы заливают стаканом кипятка и нагревают 15 минут на водяной бане. Затем остужают и процеживают. Пить по той же схеме. Курс лечения от десяти дней до 1 месяца. Потом перерыв один месяц и повторный курс; всего рекомендуется три курса лечения.

Водяную баню устроить в домашних условиях не сложно: сырье заливают водой в небольшой кастрюльке, которую помещают в кастрюльку побольше (или в тазик) с горячей водой; ее и кипятят.