

# СРЕДСТВО ПРОТИВ... КИЛЛЕРА

...Молодой человек достал несвежий носовой платок и стал натужно сморкаться. Он страдал аллергией на тополиный пух, слизистая носа распухла, глаза слезились. Он почти не мог дышать, особенно когда нервничал. А сейчас он не просто нервничал - психовал, сходил с ума. Из пустой кабины водителя на него смотрели спокойные, немигающие глаза убийцы".

Тридцатилетний герой бестселлера Полины Дашковой "Никто не заплачет" пал от рук киллера. И у него не было шансов на спасение, потому что сморкающийся и чихающий человек слишком заметен. К тому же у аллергика, как правило, бывает расстроена нервная система, и он не в состоянии сосредоточиться. Впрочем, жизнь любого человека, страдающего аллергией, которая может принимать разные облики, похожа на бегство от киллера. Аллергия убивает хорошее настроение, делает человека несвободным. Заставляет носить в сумке дюжину носовых платков, ингаляторы, капли от насморка, таблетки, а иногда и ампулу со шприцем. Она вынуждает вас избавиться от любимых животных, мягких ковров в доме, перьевых подушек. С каждым годом, пока вы болеете, она выставляет все новые и новые условия: повесить в комнате кондиционер, отказаться от клубники, шоколада, пшеничного хлеба, забыть про отдых на море. Позвольте, доколе можно терпеть?

А терпеть не надо. Надо искать средство против "киллера", которое подойдет именно вам. Например, с проявлениями аллергии могут вполне успешно справиться некоторые травы, произрастающие в Башкирии. Об этом мы беседем с Эльвирой Дюмеевой, дерматологом, врачом-консультантом фитоцентра Михаила Гордеева.

- В августе, как правило, аллергики больше всего страдают от пылцы полыни, способной вызвать сильнейшие реакции организма. Выходит, что люди становятся заложниками природы?

- Однако именно в природе можно отыскать и лекарство. Людям с гиперчувствительностью к пыльце растений необходимо полить "Противоаллергический чай", в его составе ряска, череда голубая, череда трехраздельная, иссоп, фиалка, зюзник.

- Фиалка, иссоп, череда трехраздельная используются при аллергиях традиционно, они входят в рецептуру любого травника. Про остальные травы лично я мало что знаю. Нельзя ли рассказать подробнее?

- Ряска - болотное растение, сплошным ковром покрывающее стоячие водоемы. Обладает десенсибилизирующим действием, то есть снижающим чувствительность организма к аллергенам. Хорошо лечит крапивницу, насморк, а также синдром хронической усталости. Ряску используют также при подагре, болезни пожилых людей.

Голубая череда в народной медицине применяется редко, хотя

это одно из самых сильных противоаллергических средств. Липучка ежовая, как ее еще называют, обильно произрастает на юго-западе нашей республики. Надо помнить, что наиболее эффективны в лечении аллергии не отдельные травы, а сборы из них. В такой сбор хорошо добавить зюзник, растущий на болотах, в поймах рек. Зюзник успокаивает "взорвавшуюся" иммунную систему, делает ее менее чувствительной к воздействию аллергенов.

- Значит, в основе лечения от аллергии, которое предлагают в фитоцентре, исключительно травяные отвары?

- Не только. Это еще и мазь "Пыленос", с помощью которой можно защитить слизистую носа, век. Мази на основе трав с противоаллергическим действием оказывают местное защитное действие, снимают отеки и раздражение.

- Подруга перестала ездить в сад. После работы на участке на ногах появились красные пятна и пузыри. Это тоже аллергическая реакция?

- Да, это реакция на пастернак посевной, который в народе называют козлятником (не путать с галегой, она используется для сни-

жения уровня сахара в крови). А сок, содержащийся в кожуре растения, вызывает аллергический контактный дерматит.

- Известно, что аллергией страдает половина населения земного шара. Почему одни попадают в "черный" список аллергиков, а других эта беда минует?

- Объяснение - в хитроумной работе иммунной системы. Это сложный научный вопрос, в одной небольшой газетной публикации раскрыть его невозможно. Тем более что иммунитет - это так и непознанное до конца явление. Однако мы с уверенностью можем сказать, что в группу риска попадают люди с ослабленным иммунитетом, с проблемами желудочно-кишечного тракта. В частности, с хроническим панкреатитом. Как проявляется панкреатит? Это нарушение пищеварения, вздутие живота, боли в левом подреберье и опоясывающие. И в этом случае на помощь придет чай "Панкреафит", в составе которого створки фасоли, трава репешка, цикория, хвоща, корни лопуха.



Створки фасоли восстанавливают ферментативную активность поджелудочной железы. Хвощ содержит в большом количестве кремний, который, подобно кальцию, делает организм менее чувствительным к аллергенам. Действующие вещества, сосредоточенные в этом растении, укрепляют стенки сосудов, выводят шлаки, токсины, радионуклиды. Не обойтись без корней лопуха, ока-

зывающих нормализующее воздействие на обмен веществ. Кстати, заготавливают корни ранней весной или поздней осенью у растения первого года жизни. Летом выкапывать лопух не стоит, потому что он не имеет в это время лечебного действия.

Трава цикория, как известно, восстанавливает работу поджелудочной железы. И еще одна трава, которую почему-то в народе называют приворотной - репешок. Расширяет сосуды, защищает печень, обладает десенсибилизирующим действием. Заготавливается во время цветения до появления плодов в нижней части цветоносов.

- Я тоже предпочитаю таблеткам травы. Но во время обострения аллергии приходится принимать антигистаминные препараты. К сожалению, многие из них действуют на меня как снотворное. А препараты нового поколения слишком дорогие.

- Попробуйте в свой традиционный сбор добавить ряску и голубую череду, и встретимся через неделю.

...Неделю спустя. Усиленный сбор, в котором раньше были только иссоп, череда трехраздельная и фиалка, принес желаемый эффект. Особенно помог масляный бальзам "Полип-минус", который я закапывала в нос, и мучивший меня насморк прекратился. Интересно, что бальзам помогает и в том случае, когда в носу образуется сухая корочка. Я, как аллергик со стажем, прошедшая все круги этого ада, испробовавшая множество всяких средств, хочу дать совет. Не тратьте попусту время, начните лечение, не откладывая на потом. Но лечение это должно проходить под контролем знающего специалиста.

**Олеся ЛУГОВАЯ.**  
НА СНИМКЕ: Эльвира Дюмеева во время экспедиции под руководством травника Михаила Гордеева (Зианчуринский район).

## Как найти ФИТОЦЕНТР

и его филиалы в Уфе:

Улица Колпинская, 1, телефон 21-94-31  
(территория Железнодорожной больницы в Демском районе).  
Проспект Октября, 18/1, телефон 24-45-41.  
Улица Мира, 4, телефон 42-59-53.  
Улица Тухвата Янаби, 71/1, телефон 39-48-78.  
(Прием ведет Эльвира Дюмеева).