

**ББК 53.4
УДК 618
М 59**

Миконенко А. Б.

М 59 Фитотерапия в классической аюрведе. — М.:
Профит Стайл, 2016. — 464 с.

ISBN 5-98857-360-6

Эта книга будет интересна как практикующему специалисту, так и обычному читателю, желающему познакомиться с теорией и практикой современной аюрведы.

На территории Индии произрастает примерно 15000 видов лекарственных растений, из которых повседневно используется около 7000.

Для того чтобы освоить начала аюрведической фитотерапии, следует изучить:

- основные концепции аюрведы и аюрведической фармакологии;
- влияние вкуса того или иного препарата на организм, в том числе после переваривания пищи;
- энергетическое взаимодействие того или иного препарата с организмом;
- индивидуальные особенности препаратов, которые невозможно объяснить основной теорией аюрведы (прабхава,);
- концепцию объединения лекарственных препаратов с определёнными продуктами, приправами и жидкостями с целью изменения их биологического воздействия (корректировки их биологической эффективности).

СОДЕРЖАНИЕ

АЮРВЕДИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ МАТЕРИАЛЬНОГО МИРА.....	9
Panchamahabhutas — панчамахабхута.	
Пять (панча) первоэлементов (махабхут).....	9
Гуны.....	9
Доши.....	12
АЮРВЕДИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ТЕЛА.....	16
Сапта дхату (семь основных тканей).....	16
Шроты (каналы)	17
Ама — скопление токсинов.....	18
АЮРВЕДИЧЕСКАЯ ФИТОТЕРАПИЯ.....	19
Дравья гуна карма шастра.....	19
Теория шад раса (шести вкусов).....	21
Воздействие вкусов (рас) на ткани (дхату).....	26
Виपाка (послевкусие, состояние после переваривания — постпищеварительный эффект).....	27
Вирья (энергетическое воздействие на тело).....	28
Прабхава.....	30
КАРМА.....	31
Карма — терапевтическое действие	31
Гурвади гуны и их кармы (действия)	32
Классификация растений по карме (фармакологическому действию).....	32
КЛАССИФИКАЦИЯ РАСТЕНИЙ ПО ЗАБОЛЕВАНИЯМ.....	38
Пищеварение.....	38
Сердечно-сосудистая система.....	38
Дыхательная система.....	38
Мочепускающая система.....	39
Нервная система, головной мозг и органы чувств.....	39
Репродуктивная система.....	39
Кожа.....	40
Метаболизм.....	40

Сротамси.....	40
Доши.....	41
Расы, относящиеся к доша шамана.....	41
Расы, относящиеся к доша вардхана.....	41
РАЗЛИЧНЫЕ ФОРМЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ЛЕЧЕНИИ.....	43
Панча кашайя: водные экстракты.....	43
Чурна: порошкообразная дравья.....	43
Гуггулу: смолы	44
Гу тика и вати: таблетки.....	44
Авалеха: кондитерское изделие	45
Снеха: лечебные жиры и масла.....	45
Асава и аришта: га леновые и ферментированные жидкости (вина).....	45
Вартти, нетрабинду и анджана: суппозитории и капли в глаза.....	46
Кшара: щёлочи.....	46
Бхасма: очищающие прокаливания (обжиг, обезвоживания)	46
Формы лекарств.....	48
Стратегия дозирования.....	49
Когда следует употреблять растения.....	50
Каналы применения.....	50
Анупана (носитель — растворитель-разбавитель).....	51
Побочные эффекты.....	53
Растения, используемые в качестве жаропонижающих средств.....	55
Список растений, обладающих противоязвенным действием.....	56
Список растений, обладающих антидиабетической активностью	57
Список растений, обладающих противоопухолевым действием.....	58
Гепатопротекторные травы.....	59
Гепатопротекторные травы, продолжение	60
Аюрведические составы, используемые при лечении печени.....	61

РАСТЕНИЯ В КЛАССИЧЕСКОЙ АЮРВЕДЕ	65
<i>Abutilon indicum</i> (Канатник индийский).....	66
<i>Acacia catechu</i> (Акация катеху).....	69
<i>Achyranthes aspera</i> (Соломоцвет шероховатый)	72
<i>Aconitum heterophyllum</i> (Аконит разнолистный).....	74
<i>Acorus calamus</i> (Аир обыкновенный)	77
<i>Adhatoda vasica</i> (Адатода сосудистая).....	80
<i>Aegle marmelos</i> (Айва венгерская).....	83
<i>Albizia lebbek</i> (Альбиция леббека).....	86
<i>Aloe vera</i> , <i>Aloe barbadensis</i> (Алоэ настоящее).....	89
<i>Amorphophallus Campanulatus</i> (Слоновый ямс, Аморфофаллус) ..	92
<i>Anacyclus pyrethrum</i> (Слюногон лекарственный).....	95
<i>Andrographis paniculata</i> (Андрографис метельчатый).....	97
<i>Anethum sowa</i> , <i>Anethum graveolens</i> (Укроп, Индийский укроп) ..	100
<i>Apium graveolens</i> (Сельдерей пахучий).....	103
<i>Artemisia absinthium</i> (Полынь горькая).....	106
<i>Asclepias curassavica</i> (Молочай тропический).....	109
<i>Buchanania lanzan</i> (Индийский миндаль, Чароли)	138
<i>Butea monosperma</i> (Бутея односемянная).....	141
<i>Caesalpinia bonduc</i> (Цезальпиния бондук)	144
<i>Callicarpa macrophylla</i> (Красивоцветник крупнолистный).....	147
<i>Calotropis gigantea</i> (Калотропис гигантский).....	149
<i>Capsicum annuum</i> (Красный перец)	151
<i>Catharanthus roseus</i> (Катарантус розовый)	154
<i>Cedrus deodara</i> (Кедр гималайский).....	157
<i>Centella asiatica</i> (Центелла азиатская).....	160
<i>Chlorophytum borivilianum</i> (Хлорофитум боривилианум, Индийская виагра)	163
<i>Cichorium intybus</i> (Цикорий обыкновенный).....	166
<i>Cinnamomum camphora</i> (Камфора).....	169
<i>Cinnamomum zeylanicum</i> (Корица, Коричник цейлонский).....	172
<i>Cissampelos pareira</i> (Циссампелос парейра).....	175
<i>Cissus quadrangula</i> (Циссус четырехугольный)	177
<i>Clerodendrum phlomidis</i> (Клеродендрум мохнатый).....	180
<i>Clitoria tematea</i> (Клитория тройчатая)	182
<i>Coccinia indica</i> (Кокциния индийская, Плющевидная тыква)	185

Colchicum luteum (Безвременник жёлтый).....	187
Coleus aromaticus (Шпороцветник ароматный)	190
Commiphora Mucul (Мирровое дерево, Гутгул).....	193
Cordia муха (Ассирийская слива, Кордия).....	196
Crocus sativus (Шафран посевной).....	199
Cuminum cyminum (Кумин, Тмин).....	202
Curculigo orchioides (Куркулиго орхидеевидное).....	205
Curcuma longa (Куркума длинная).....	208
Cynodon dactylon (Свиной пальчатый).....	212
Cyperus rotundus (Сыть круглая, Земляной миндаль)	214
Cyperus scariosus (Сыть пленчатая, Циперус)	217
Datura metel (Дурман индийский).....	219
Daucus carota (Морковь дикая).....	222
Desmodium gangeticum (Десмодиум гангский, Шалипарна).....	225
Dioscorea deltoidea (Ямс клубненосный).....	228
Dioscorea deltoidea (Ямс индийский).....	230
Eclipta alba (Вербезина белая, Эклипта белая)	232
Elettaria cardamomum (Кардамон настоящий)	235
Embelia ribes (Ложный черный перец, Виданга)	238
Emblica officinalis (Амалаки, Филлантус эмблика)	241
Euphorbia neriifolia (Молочай олеандролистный).....	244
Evolvulus alsinoides (Шанкха пушпи, Эвольвulus алзиновидный).....	246
Fagonia cretica (Фагония критская)	248
Ficus racemosa (Фигус кистевидный)	250
Foeniculum vulgare (Фенхель).....	253
Garcinia indica Choisy (Гарциния индийская).....	256
Garuga pinnata (Гаруга пинната).....	259
Gloriosa superba (Глорифора роскошная)	261
Glycyrrhiza glabra (Солодка, Лакрица).....	264
Gmelina Arborea (Гмелина древовидная)	267
Gymnema sylvestre (Гурмар, Гимнема лесная).....	270
Hemidesmus indicus (Индийская сарсапарилла).....	273
Hippophae rhamnoides (Облепиха крушиновидная).....	275
Holarrhena antidysenterica (Кутадж, Горький олеандр).....	277
Hyoscyamus niger (Белена чёрная, Куриная слепота).....	279

<i>Hyssopus officinalis</i> (Иссоп лекарственный)	281
<i>Indigofera tinctoria</i> (Индигофера красильная).....	284
<i>Inula racemosa</i> (Девясил)	287
<i>Ipomoea digitata</i> (Ипомея пальчатая).....	290
<i>Lavandula angustifolia</i> , <i>Lavandula officinalis</i> (Лаванда).....	292
<i>Leea indica</i> (Леея индийская).....	294
<i>Linum usitatissimum</i> (Лён обыкновенный)	296
<i>Luffa acutangula</i> (Ребристая тыква, Люффа остроребристая) —	299
<i>Madhuca longifolia</i> (Мадуга длиннолистная).....	302
<i>Mangifera indica</i> (Манго).....	305
<i>Mesua ferrea</i> Linn (Цейлонское железное дерево).....	308
<i>Michelia champaca</i> (Михелия чампака).....	311
<i>Mimosa pudica</i> (Мимоза стыдливая).....	314
<i>Mimusops elengi</i> (Испанская вишня, Индийская мушмула).....	317
<i>Momordica charantia</i> (Карела, Горькая тыква)	320
<i>Moringa oleifera</i> (Моринга масличная).....	323
<i>Mucuna pruriens</i> (Мукуна жгучая).....	326
<i>Myrica</i> spp. (Мирика).....	329
<i>Myristica fragrans</i> (Мускатный орех).....	332
<i>Nardostachys grandiflora</i> (Нард индийский)	336
<i>Nelumbo nucifera</i> (Лотос орехоносный).....	339
<i>Nerium indicum</i> (Олеандр индийский).....	342
<i>Nyctanthes arbor-tristis</i> (Ночной жасмин, Никтантес).....	345
<i>Ocimum sanctum</i> (Базилик).....	348
<i>Oroxylum indicum</i> (Ороксилум индийский).....	351
<i>Paederia foetida</i> (Прасарини, Педерия вонючая).....	354
<i>Phaseolus trilobus</i> , <i>Vigna Trilobatus</i> (Фасоль трехлопастная).....	356
<i>Phyllanthus amarus</i> (Бхумиамалаки, Филлантус)	358
<i>Picrorhiza kurroa</i> (Катука, Коптис японский).....	361
<i>Piper longum</i> (Перец длинный).....	364
<i>Pistacia integerrima</i> (Фисташка).....	367
<i>Plantago ovata</i> (Подорожник яйцевидный).....	369
<i>Plumbago zeylanica</i> (Читрак, Свинчатка цейлонская, Плюмбаго).....	372
<i>Podophyllum hexandrum</i> (Подофилл гималайский).....	375
<i>Premna serratifolia</i> (Премна пальчатolistная, Агнимантхи)	377

Primus amygdalus (Миндаль).....	380
Pterocarpus santalinus (Красный сандал).....	383
Punica granatum (Гранат)	386
Randia dumetorum (Рвотный орех, Рандия)	390
Rauvolfia Serpentina (Сарпаганда, Раувольфия змеиная)	393
Rubia cordifolia (Смородина индийская, Манжишта, Марена сердцелистная).....	396
Santalum album (Сандал).....	399
Saraca asoca (Ашока).....	402
Saussurea lappa (Соссюрея, Костус).....	405
Sesamum indicum (Кунжут).....	408
Sida cordifolia (Бала, Сидя сердцелистная)	411
Sisymbrium irio (Гулявник ирио, Жасмин ночной).....	414
Solanum Indicum (Паслен индийский).....	417
Stereospermum suaveolens (Стереоспермум душистый, Патала) ..	419
Syzygium aromaticum (Гвоздичное дерево)	422
Teramnus labialis (Терамнус губчатый).....	425
Terminalia arjuna (Арджуна, Терминалия арджуна).....	428
Terminalia bellirica (Бибхитаки).....	431
Terminalia chebula (Харитаки).....	433
Thespesia populnea (Индийское тюльпановое дерево)	436
Tinospora cordifolia (Гудучи, Тиноспора сердцелистная).....	439
Tribulus terrestris (Якорцы стелющиеся).....	442
Valeriana wallichii (Индийская валериана)	445
Vithania Somnifera (Ашваганда, Индийский Женьшень).....	448
Zingiber officinale Roscoe (Имбирь лекарственный)	452