

ЦИТАТА

До недавнего времени гречихой как лекарственным растением почти не пользовались. Но сейчас листья и цветки этого растения используются в фармацевтической промышленности (и не только в нашей стране) для производства препаратов «Рутин», «Урутин», «Рутамин». О значении рутина для организма человека я уже рассказывал выше. Но повторюсь, что он важен, в первую очередь, для сохранения функциональных способностей сосудистой системы. Именно благодаря высокому содержанию рутина гречиха оказывает благотворное действие при нарушениях кровообращения, венозной слабости, спазме сосудов и отеках, равно как при повышенной проницаемости и ломкости капилляров.

Эффективно применение гречихи также для лечения и предупреждения атеросклероза. Существуют разные способы использования ее в этих целях. Например, профессор Х. Шильхер предлагает применять специальный **лекарственный чай** из гречихи. И хотя немедленного действия от этого чая ждать не приходится, все же при ежедневном приеме 2–3 чашек через 2–3 недели наступает отчетливо ощутимое улучшение. Приготовить чай несложно: 2 ч. ложки гречишной травы залить 2 чашками кипящей воды, кипятить примерно в течение 1 минуты, потом снять с плиты и настаивать под крышкой еще 10–15 минут. Пить по 2–3 чашки в день в течение 4–8 недель.