**Трава вербены: лечебные свойства, противопоказания, инструкция по применению**

## Вербена – лекарственное растение, обладающее сосудорасширяющим, противовоспалительным, противомикробным, спазмолитическим и антисептическим действием.Лечебные свойства вербены лекарственной

* Средства из вербены применяют для лечения простуды, гриппа, ОРЗ, а также воспалительных заболеваний глотки и органов дыхания – бронхита, трахеита, ларингита, пневмонии.
* Следующее направление применения растения – патологии органов пищеварения и связанных с ними систем: холецистит, хронический гепатит, желчнокаменная болезнь, гастрит (на фоне пониженного содержания желудочного сока).
* В качестве наружного средства вербену применяют для лечения компрессами и примочками различных видов сыпи, фурункулеза, кожных воспалений, плохо заживающих ран. Ее отварами и настоями полощут рот при зубной боли, стоматите и гингивите, а также для избавления от неприятного запаха.
* При таких кожных проблемах, как псориаз, экзема, нейродермит, составы из вербены применяют и внутрь, и наружно.
* Корень растения используется при паротите (свинке), детской аллергии (золотухе), а также для спасения от нарывов.
* Широкий спектр задач решает масло вербены, оно способно поставить на ноги немощного и истощенного, а также помочь женщинам в избавлении от многих деликатных гинекологических проблем.
* Вербена улучшает работу печени, приводит в норму пищеварение и обмен веществ и поднимает аппетит, поддерживает
здоровье сердца и сосудов.

**Вербена лекарственная в народной медицине**

В качестве лечебного средства вербена лекарственная применяется народными целителями давно. В первую очередь, ее рекомендуют при простуде и ОРЗ: врачуют составами больное горло, насморк, кашель.

Для лечения внутренних патологий у лекарей также припасено много рецептов с вербеной – так, снадобья назначают при болезнях пищеварения, сосудистых и кардиологических проблемах, убирают воспаления в полости рта, налаживают обмен веществ, устраняют анемию.

**От ангины и стоматита**

**Вариант 1.** Всыпать столовую ложку измельченного сухого сырья в закипающую воду (стакан). Снять с огня и оставить на час для настаивания, накрыв крышкой и полотенцем для тепла. После процеживания рекомендуется полоскать горло при ангине или ротовую полость – при стоматите или гингивите. Можно делать на основе настоя примочки и накладывать их на угри, язвы, проявления псориаза или экземы.

**Вариант 2.** Развести в стакане теплой воды половину чайной ложки соли и капнуть туда 15 капель масла вербены. Если поставлен диагноз фарингит или ларингит, полоскать этим составом горло. Также показаниями к применению являются стоматит, ангина, тонзиллит.

**От простуды**

Столовую ложку сухого лекарственного сырья залить половиной литра горячей воды и поставить на плиту. Кипятить 5 минут на маленьком огне, затем снять с плиты и оставить, пока не остынет. Процедить и долить теплой кипяченой воды – так, чтобы снова получилось пол-литра. Это суточная норма, выпить ее надо в течение дня за 4 приема: по половине стакана перед тем, как принимать пищу. Можно пить с медом или малиновым вареньем.

**Компрессы**

Насыпать 4 столовые ложки высушенного сырья вербены в небольшой полотняный мешочек и опустить его на 30 секунд в кипящую воду. Вынуть мешочек из кипятка, остудить, чтобы можно было терпеть, и наложить на больное место. Делать такой компресс 2 раза в сутки и держать по часу. Показаниями являются воспаления кожи, сыпь, угри, псориаз, тромбофлебит, язвы и ревматизм.

**Примочки от воспаления**

Чтобы приготовить состав для примочек, используют несколько видов лекарственных трав: вербена, кора дуба, хвощ, лепестки роз – по 10 г, ромашка и листья шалфея – по 5 г. Смешать травы в сухой посуде, взять 2 столовые ложки полученного сбора и залить их половиной литра только что закипевшей воды. Под плотно закрытой крышкой средство настаивать не менее 3 часов, затем процедить и, намочив в настое марлю или хлопковую ткань, приложить на больное место. Таким образом, можно ускорять заживление ран и лечить воспалительные процессы на коже.

**От атеросклероза и тромбоза**

Чтобы почистить сосуды и снизить риски для здоровья и жизни при тромбозе или атеросклерозе, нужно стаканом кипящей воды ошпарить 2 чайные ложки сухой вербены. Настаивать час, после чего процедить и принимать каждые 50–60 минут по столовой ложке целебного состава.

Если пить этот состав по стакану 2 раза в день, он спасет от разыгравшейся мигрени и нормализует менструальный цикл. А чтобы снять усталость и привести нервы в порядок, настой нужно употреблять по 100 мл утром, в обед и вечером.

**От ревматизма**

Насыпать в термос 3 столовые ложки измельченной вербены, залить туда же половину литра закипевшей воды. Плотно закрыть и настаивать 3 часа, после чего процедить и использовать в качестве противоревматического средства: накладывать на больные места полотняную тряпочку, пропитанную теплым составом. Если разбавить настой пополам кипяченой водой, можно дополнительно принимать его внутрь.

Эффективен этот состав и при растяжении мышц, ушибах, при нейродермите.

**Противопоказания**

Не рекомендуется применять растение в возрасте до 14 лет и при повышенной чувствительности к одному или нескольким компонентам, входящим в его состав. Применение вербены противопоказано также при гипертонии.