

Удивительные свойства зеленой сосновой шишки

Наступил июнь – пик периода сбора зеленой сосновой шишки. Свойства сосновых шишек известны людям с давних времен – эти «дары природы» используются в медицине для изготовления целебных отваров, настоев и варенья. Шишки сосны хранят в себе богатый перечень полезных компонентов – в них есть фитонциды, эфирные масла, витамины, каротин и танин. Чтобы природные лекарства принесли максимальную пользу, основной их элемент должен быть очень качественным. Существует ряд правил, указывающих, когда собирать сосновые шишки, как проверят их «зрелость» и пригодность. Время заготовки плодов длится с мая по июнь, в зависимости от климатического пояса.

Целители утверждают, что лучшие дни сбора приходятся на праздник Ивана Купала с 21 по 25 июня – именно тогда польза сосновых шишек достигает своего пика.

Собирать следует только зеленые «женские» экземпляры, от 1 до 4 сантиметров длиной. Они мягкие, легко режутся или продавливаются ногтем, очень смолистые и душистые. Выбирать стоит самые ровные и красивые шишки, не поврежденные паразитами. Сама сосна, с которой осуществляется сбор, должна быть здоровой и крепкой. Нельзя брать шишки с деревьев, растущих вблизи объектов промышленности, трасс и магистралей или в оживленной городской местности. Смолистая, липкая поверхность соберет на себе загрязнения из окружающего пространства.

Особого внимания достойно варенье из сосновой шишки, рецепт которого достаточно прост: нарезанные кусочками свежие шишки выкладываются в стеклянную емкость слоями, обильно пересыпаются сахаром и выставляются на солнце. Как только сахар полностью растворится – лакомство готово. Зеленые хвойные плоды применяются для изготовления водяных или алкогольных настоек. Срок изготовления снадобий варьирует для разных вариантов приготовления. Настой сосновых шишек на спирту или качественной водке готов к употреблению через 16-20 дней после старта процесса. Если же человеку противопоказаны средства, содержащие алкоголь, варится водяной вариант лекарства, который можно принимать почти сразу после изготовления. Ученые обратили внимание, что препараты из молодых хвойных плодов очень эффективно борются с последствиями инсульта, замедляя разрушение клеток мозга. Список заболеваний, от которых избавляют вещества, содержащиеся в шишках, достаточно велик: препараты из плодов сосны настолько сильнодействующие, что применять их нужно аккуратно, начиная с очень небольших порций. А людям, входящим в определенные группы риска, лучше совсем воздержаться от употребления хвойных настоек и варенья. Имеются и **противопоказания**:

- сосновые шишки противопоказаны человеку с заболеваниями почек, острым гепатитом или склонному к аллергиям;

- не стоит увлекаться вкусным продуктом беременным женщинам, а также людям «в возрасте» – старше 60 лет;

- с особой осторожностью нужно давать сосновое лекарство детям; чтобы лечение сосновыми шишками не вызвало аллергическую реакцию, следует провести предварительную пробу;

- обильный прием средств из шишек может стать причиной желудочных и головных болей. Максимальная дневная доза для взрослых – 2-3 столовых ложки, для детей – 2 чайные ложки.

Во избежание осложнений и ухудшения здоровья, самолечение препаратами из зеленой сосновой шишки недопустимо!!! Необходимо проконсультироваться с врачом!!!



