

Алла Маркова

700
ВАЖНЫХ ВОПРОСОВ
О ЗДОРОВЬЕ
699
ОТВЕТОВ НА НИХ



Мир здоровья
от Природы



Алла Викторовна Маркова
700 важных вопросов о
здоровье и 699 ответов на них

Текст предоставлен издательством

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6524922

700 важных вопросов о здоровье и 699 ответов на них: Вектор; Санкт-Петербург; 2010

ISBN 978-5-9684-1651-3

Аннотация

В книге Аллы Марковой даны ответы на самые насущные вопросы о здоровье. Книга составлена на основе писем читателей, которые они присылали известному автору с вопросами о том, как можно избавиться от недуга, не используя синтетических препаратов.

В краткой, но очень емкой форме автор пытается вместе с читателями разбирать симптомы и обсуждать возможные диагнозы, предлагает наиболее простые и в то же время действенные способы лечения, рассказывает интересные и познавательные истории о лечебных травах и предостерегает от неправильного использования растений.

Содержание

От автора	4
Заболевания дыхательной системы	5
Болезни верхних дыхательных путей	5
Аденоиды	5
Ангина	5
Воспаление придаточных пазух носа, или синусит	6
Ларингит	6
Простуда	7
Ринит, или насморк	8
Хронический тонзиллит	9
Фарингит	10
Болезни бронхов и легких	11
Бронхиальная астма	11
Бронхит	12
Кашель	13
Плеврит	15
Пневмония, или воспаление легких	15
Туберкулез легких	16
Эмфизема легких	17
Заболевания пищеварительной системы	19
Болезни желудка	19
Гастрит	19
Изжога	22
Рвота и тошнота	22
Снижение или отсутствие аппетита	23
Язвенная болезнь желудка и кишечника	23
Болезни печени, желчных путей и поджелудочной железы	28
Гепатит	28
Дискинезия желчевыводящих путей и желчного пузыря	29
Желчнокаменная болезнь	30
Конец ознакомительного фрагмента.	32

Алла Маркова

700 важных вопросов о здоровье и 699 ответов на них

От автора

Дорогие мои читатели! Я составила эту книгу на основе ваших писем, которые вы присылали мне на протяжении нескольких лет. В письмах вы рассказываете о себе, своей жизни, о здоровье, спрашиваете совета, как с помощью народной медицины вылечить ту или иную болезнь. Писем накопилось очень много, ответить всем я не в состоянии, поэтому и решила составить книгу, в которой постаралась ответить на наиболее часто встречающиеся вопросы. Заранее прошу прощения у тех авторов писем, чьи вопросы мне пришлось сократить и отредактировать. Но некоторые из них были просто некорректны, некоторые слишком длинны, а в иных случаях мои дорогие читатели рассказывали о таких тонкостях своих заболеваний, что я просто терялась и не знала, что ответить.

Многие читатели интересуются, врач ли я? Нет, не врач и даже не народный целитель в обычном понимании, то есть я не веду приема больных. Но все же я могу взять на себя смелость и сказать, что я знахарь-самоучка, обладающий достаточными знаниями в области народного врачевания, ботаники, анатомии и официальной медицины. Мои знания основаны на личном горьком опыте болезней родных мне людей и на том просто колоссальном материале лечебных рецептов, которые собирала еще моя мама, а за ней и я. А также на тех знаниях о жизни растений, которые мне дала моя бабушка, знавшая, кажется, все о каждом растении. Ей же знания перешли от ее дяди, который слыл в Волосовском районе чуть ли не колдуном, а на самом деле был просто мудрым человеком, знавшим все местные растения и умеющим ими лечить не только себя и свою семью, но и соседей. Большой вклад в мое «народное образование» внесла моя ближайшая подруга, фармаколог по образованию. Я считаю ее своим соавтором.

Таким образом, мой опыт накапливался постепенно, нанизывался, как бусинки, в ожерелье, драгоценное ожерелье из рецептов настоящей народной медицины. И до сих пор я не перестаю учиться. Всегда прислушиваюсь к тем советам, которые мне дают люди, испробовавшие тот или иной рецепт. Много читаю книг по народной медицине, стараюсь выловить новые или хорошо забытые, или просто еще неизвестные до этих пор советы по лечению. Ведь, несмотря на все достижения научно-технического прогресса, мы остаемся детьми Природы. И в трудную минуту на помощь нам может прийти все, что создано ею, – растения, камни, минералы, грязи, вода, песок, глина, солнечный свет, запахи. Необходимо только научиться правильно использовать земные дары.

В этой книге я привела рецепты лечения, испробованные кем-либо из моих знакомых или присланные мне в письмах. Но прошу учесть, что воздействие трав или других несинтетических средств зависит от особенностей организма человека, сопутствующих заболеваний, генетической предрасположенности, от климата, образа жизни и т. д. Поэтому одному человеку рецепт может помочь быстро, а другому не сразу или вовсе не окажет никакого положительного воздействия.

Все ваши вопросы я разместила по разделам, а внутри каждого раздела – по болезням в алфавитном порядке. Мне кажется, найти ответ на интересующий вас вопрос при такой структуре будет просто.

Заболевания дыхательной системы

Болезни верхних дыхательных путей

Аденоиды

1. Чем лечить хронические аденоиды у ребенка?

Я не слышала о таком диагнозе, может, это все-таки хронический ринит, синусит, тонзиллит или какие-то другие хронические заболевания носоглотки? Но в любом случае можно воспользоваться таким рецептом.

Очистите свеклу, натрите ее на мелкой терке и отожмите через марлю сок или просто пропустите через соковыжималку. Получив 0,5 стакана свекольного сока, добавьте к нему 1 чайную ложку меда, перемешайте. Закапывайте в каждую ноздрю по 5–6 капель 3 раза в день. Делайте так в течение 2–3 недель. Смесь храните в холодильнике, а перед каждым применением чуть-чуть прогревайте на водяной бане; холодным раствором не пользуйтесь.

2. Здравствуйте. Мальчику 2 года, сходили к ЛОРу, поставили аденоиды, врач говорит, что надо удалять. А мама говорит, что у меня в детстве тоже были аденоиды, меня возили на море и от соленой воды они прошли. А врачи у нас говорят – это, наоборот, вредно. Посоветуйте, как нам лучше поступить.

Операция – самая радикальная мера. Попробуйте полечиться. Возьмите 1 столовую ложку измельченного околоплодника грецкого ореха, залейте 1 стаканом воды, доведите до кипения и дайте настояться. Закапывайте в нос по 6–8 капель 3–4 раза в день. Курс лечения 20 дней. Может, и без операции обойдетесь.

3. Зачем нужны миндалины? Может, их вообще всем лучше удалить сразу и не мучаться?

Нет, нельзя удалять бездумно, да и ни один хирург на это не пойдет. Миндалины, если они здоровы, защищают легкие от проникновения в них инфекций.

Ангина

4. Интересно, болели ли наши далекие предки ангинами?

Да, болели. Но они не имели понятия про вирусы и бактерии, и под словом «ангина» понимали все болезни, сопровождающиеся воспалением тканей глотки, нарушением глотания и дыхания.

5. Ангина – бич нашей семьи. Какое есть действенное средство против нее?

Разотрите в порошок корешки чемерицы. Приготовьте «бинт» из теста, для чего смешайте муку и воду в такой консистенции, чтобы тесто стало эластичным и могло легко растягиваться. Вытяните тесто в «бинт» такой длины и ширины, чтобы он закрывал шею. На «бинт» насыпьте порошок из чемерицы и обмотайте им горло, стараясь закрыть миндалины. Закрепите «бинт» на горле с помощью хлопчатой ткани. Держать компресс надо: взрослым – всю ночь, детям – не более 30 минут.

6. Как делать компресс с керосином при ангине?

Очень хорошее средство, хотя и с неприятным запахом. Разогрейте керосин, смочите в нем ткань, тщательно отожмите и обмотайте ей шею. Сверху наложите полиэтилен, затем шерстяную ткань или шарф. Подержите этот компресс как можно дольше. Одного сеанса порой достаточно, чтобы воспаление прошло. Но не делайте такой компресс детям.

7. Подскажите народные средства лечения ангины с высокой температурой.

Залейте 1 стакан риса 7 стаканами воды, добавьте 1 столовую ложку измельченных листьев мяты, прокипятите, смешайте с натертой на мелкой терке головкой репчатого лука. Принимайте отвар по 0,3 стакана каждые 2 часа. Этот же отвар подходит и для лечения пневмонии с высокой температурой, а если не добавлять лук и мяту, то отвар можно использовать для лечения болезней желудочно-кишечного тракта.

8. Девятилетний внук часто пьет холодную воду из-под крана, а потом болеет ангинами. Чем его лечить?

Очень простой рецепт. Залейте 1 столовую ложку сухих измельченных цветков календулы 1 стаканом крутого кипятка, настаивайте, укутав, 1 час, процедите. Полоскать настоем горло надо каждые 2–3 часа по 10 минут.

Воспаление придаточных пазух носа, или синусит

9. В чем разница между синуситом и гайморитом?

Гайморит – это тоже синусит, то есть синусит – любое воспаление слизистой оболочки гайморовой пазухи. Различают воспаление слизистой оболочки гайморовой пазухи (гайморит), воспаление лобной пазухи (фронтит), воспаление в клетках решетчатой кости (этмоидит) и воспаление основной пазухи (офенондит). Острое воспаление гайморовой пазухи часто возникает во время насморка, гриппа, кори, скарлатины и других инфекционных заболеваний.

10. Простыла и заработала насморк. Капала пиносол. В результате теперь жутко болит одна сторона носа и щека, и даже зубы болят. Почему-то тянет затылок. Температура 37,4 держится уже несколько дней. Чем лечить?

Во-первых, Вам следует лечь в постель, незачем ходить с температурой и нагуливать себе дополнительные болезни. Во-вторых, если не помог пиносол, то попробуйте использовать сок татарника колючего. Дважды в день, утром и вечером, закапывайте в каждую ноздрю по 5 капель свежего сока этого растения в течение 10 дней. Инулин, в большом количестве содержащийся в растении, помогает в лечении гайморита. Если у Вас нет татарника, то используйте средства, которые всегда находятся под рукой. К свежесыянному морковному соку и растительному маслу в соотношении 1:1 добавьте несколько капель лукового сока, смешайте. Закапывайте в нос несколько раз в день. Для того чтобы сок попал в средний носовой ход (куда открываются пазухи), голову следует запрокинуть и повернуть в сторону пораженной пазухи. К щеке, где ощущаете боль, прикладывайте мешочек с теплым песком.

11. Как вылечить фронтит и гайморит, если не делать прокалывания носовой стенки?

С помощью глины. Лечение обеих болезней проводится по одинаковой схеме. На область больных пазух поставьте глиняные компрессы толщиной приблизительно 1 см. При фронтите лепешки из глины накладывайте на лоб, при гайморите – под глаза. Компресс ставьте ежедневно и держите в течение 2 часов. Во время сеанса возникает сильная боль, ее надо терпеть. Курс лечения 3 недели.

Ларингит

12. Что такое ларингит?

Ларингит – это воспаление гортани, возникающее чаще всего при острой респираторной вирусной инфекции, гриппе и других инфекционных заболеваниях, а также в результате перенапряжения голоса. Симптомами могут быть изменение голоса от легкой охриплости до полной потери, кашель, сухость, саднение в горле. Иногда небольшое повышение темпе-

ратуры, головная боль. Надо делать согревающие компрессы на шею, паровые ингаляции, пить травы, способствующие откашливанию. Еще постарайтесь не разговаривать много (да Вам и не захочется много болтать). Избегайте слишком холодной, горячей, острой пищи.

13. Ощущаю постоянную сухость в горле, иногда голос садится. Что принимать?

Скорее всего, у Вас ларингит. Попробуйте приготовить отвар аниса. Заварите 1 чайную ложку измельченных плодов аниса 1 стаканом кипятка и поставьте на медленный огонь на 15 минут, процедите через марлю. Принимайте по 2–3 столовые ложки настоя 3–4 раза в день за 20 минут до еды.

14. У меня часто воспаляется горло, нет ли хорошего рецепта для его лечения?

Попробуйте такой рецепт. Свежий чеснок очистите и мелко нарубите. Потом 0,5 стакана приготовленного чеснока положите в эмалированную кастрюлю и залейте свежим гречишным (темным) медом. Мед должен полностью покрыть чеснок. Затем кастрюлю поставьте на небольшой огонь и нагревайте, постоянно помешивая, в течение примерно 20 минут, пока чеснок не размякнет. Дайте немного остыть под крышкой, а затем опять поставьте на огонь и постоянно помешивайте, чтобы сироп не подгорел. В этот сироп можно добавить немного дистиллированной или талой воды. Процедите сироп, перелейте в банку и храните в холодильнике. Принимайте по 1 столовой ложке через каждый час до полного выздоровления.

15. У трехгодовалой внучки иногда пропадает голосок, хрипит – ничего не понять. Говорят, что это ларингит и что смягчать горло можно мятой. Как это сделать? Полоскать ведь мы ее заставить не сможем.

Положите на батарею парового отопления или повесьте над изголовьем кровати ребенка мешочек с высушенной мятой. И давайте теплое молоко со сливочным маслом и, если нет аллергии, то и с медом.

16. Мне посоветовали пропить курс настоя, вроде бы, очанки, так как у меня периодически пропадает голос. Я ничего не перепутала? Действительно очанку надо пить, если голос пропал?

Действительно при охриплости, при ларингите можно пролечиться очанкой. Траву (а в качестве лекарства используют только траву) надо собирать во время цветения, срезая у самой земли. За счет того, что очанка обладает противоотечным действием, она поможет вернуться Вашему голосу. Залейте 2 столовые ложки измельченной травы очанки 2 стаканами кипятка, настаивайте 2 часа, процедите. Принимайте по 0,5 стакана 4 раза в день.

Простуда

17. Чем чаще всего болели наши предки?

Вообще, на Руси болеть считалось зазорным, и, прежде всего, старались не допускать простуды. Закалялись, пили настои трав. Но уж если она настигала, то первым средством лечения была баня. Там обязательно намазывались с ног до головы медом с солью. От этого открывались все поры. Потом запаривали веники хвойные, можжевельные. Кидали на каменку настой шалфея.

18. Как приготовить липовый чай для лечения простуды?

Бабушка любила говорить: «Горячий липовый чай и сердце успокоит, и сон тихий даст». Но не только для сна и успокоения нервов хороша липа. Прежде всего, ее используют для лечения простуд и ангин и обязательно в сочетании с ягодами малины. Возьмите в равных частях цветки липы и плоды малины. Залейте 2 столовые ложки смеси 1 стаканом кипятка. Кипятите 5 минут. Пейте горячим.

19. Как делают ингаляции картофелем?

При простуде можно делать ингаляции над отваренным картофелем. В кастрюлю с водой положите картофельную кожуру, варите и дышите над паром в течение 10 минут. Процедуру проводите 1–2 раза в день до излечения. Наклоняйтесь осторожнее, чтобы не обжечь лицо!

20. Ребенок – аллергик, никаких лекарств ему не даем, как вылечить простуду?

Если у ребенка температура не поднимается выше 38 °С, то используйте старинное средство. Сухую горчицу насыпьте в носки, носки наденьте ребенку и пусть в них ходит. Горчицу меняйте после душа или ванны, а также после обильного потения. Пусть носит носки с горчицей несколько дней, простуда обязательно пройдет.

21. Есть какое-нибудь средство от простуды, чтобы сразу прорняло и помогло?

Можно заранее для таких именно случаев приготовить настойку на перце. Положите в 0,5 л водки 1 маленький стручок красного перца. Настаивайте 7 дней в темноте. Принимайте по четверти стакана в самом начале заболевания. В дополнение перед сном натрите подошвы ног свежерезанной луковицей, после чего на ноги наденьте шерстяные носки и хорошо укутайтесь. И пейте чай из липового цвета.

22. Какие домашние растения могут помочь при болезнях, например, хотя бы при банальной простуде?

По всей видимости, Вы не верите в лечение с помощью домашних растений. А зря. Комнатные растения порой способны принести очень большую пользу. А при простуде попробуйте такой рецепт. Заварите 1 чайную ложку высушенной травы зефирантеса (листья, стебли, цветки нарезать и высушить на подносе в хорошо проветриваемом помещении) 1 стаканом кипятка. Пейте как чай небольшими глотками. Такой настой полезен и диабетикам, так как понижает содержание сахара в крови.

23. А без лекарств вообще и даже без трав можно вылечить простуду?

Смотря какую. В запущенной – форме нет, а при начинающейся простуде поможет легкий массаж. Надавите указательными пальцами на переносицу, после чего, усиливая и ослабляя нажатие, перемещайте пальцы вдоль бровей, вниз к виску и далее по скулам вокруг глаз.

Ринит, или насморк

24. Говорят, если насморк не лечить, он за неделю пройдет сам. Я не лечил, сейчас идет вторая неделя, нос заложен, гундосю, звуки слышатся глухими, как будто на голове ведро надето. Так лечить насморк или не лечить?

Не хотите принимать лекарства – не надо. Лечитесь пищей. При насморке для очищения носа постарайтесь исключить из меню слизеобразующие продукты: молоко, мучные изделия, сливочное масло. А еще лучше, если Вы просто поголодаете, хотя бы один день.

25. Насморк заразен?

Заразен. Вирус передается через грязные руки. Пообщались Вы с больным насморком, пожали ему руку или взяли после него за предмет, который он трогал, а затем потерли себе глаз или нос – в большинстве случаев этого достаточно для инфицирования.

26. Я не могу переносить закапывания в нос. Лучше килограмм таблеток съесть. Но когда насморк, то очень хочется поскорее от него избавиться. Есть ли средства лечения насморка, при которых не надо было бы закапывать в нос.

Таких средств не так много, но они есть. Залейте 10 г измельченных почек тополя черного 1 стаканом кипятка. Настаивайте 15 минут, процедите. Пейте по трети стакана 3 раза в день.

27. Годовалого малыша его старший брат заразил насморком. И Вы знаете, от носика ребенка через два-три дня стал исходить какой-то неприятный запах. Даже не знаю, как его описать, как будто пластиком что ли пахнет. Что это такое?

Это означает, что к обычному насморку присоединилась бактериальная инфекция. Промывайте малышу носик морской водичкой. Она продается в аптеке, называется «аква-марис». Или сделайте солевой раствор сами. Разведите в 0,5 стакана теплой воды 0,5 чайной ложки поваренной соли, намочите в этом растворе 2 тампона и промывайте ребенку носик с помощью маленькой спринцовки или сделайте турундочки из ваты, смочите их в растворе и вводите в каждый носовой ход поочередно.

28. Простудился после купания и вот уже 2 недели не могу вылечить насморк, а ведь говорят, что он должен пройти через неделю. Посоветуйте, чем лечить?

Залейте 10 столовых ложек соцветий пижмы 10 л воды, варите на слабом огне 30 минут, настаивайте 1 час, процедите. Горячим отваром мойте голову, одновременно промывая им носовую полость. Вытрите голову насухо, обмотайте сухим полотенцем, лягте в постель и хорошо укутайтесь. Прогрев всю голову, вы избавитесь от насморка.

29. Как лечить насморк алоэ?

Закапывать сок алоэ в каждую ноздрю по 5 капель через каждые 3–4 часа.

Хронический тонзиллит

30. Чем опасен хронический тонзиллит?

Частые обострения тонзиллита могут привести к нарушениям функций сердца, появлению болей в суставах.

31. В каком возрасте чаще болеют хроническим тонзиллитом?

Тонзиллит чаще встречается у детей, и развивается он в результате повторных ангин или острых детских инфекций.

32. Как отличить – ангина у тебя или уже тонзиллит?

Явными симптомами тонзиллита являются неприятное ощущение першения или наличие инородного тела в горле, боли в глотке, отдающие в уши, иногда запах изо рта. Миндалины, как говорят врачи, становятся рыхлыми. Часто длительная субфебрильная температура по вечерам, слабость, головная боль, понижение трудоспособности. Диагноз хронический тонзиллит врач ставит в тех случаях, когда человек часто болеет ангинами. Но хронический тонзиллит могут вызвать и кариозные зубы, хронический ринит или синусит и другие заболевания.

33. Посоветуйте хорошее средство при хроническом тонзиллите.

Возьмите 4–5 измельченных зубчиков чеснока и 2 столовые ложки сухой измельченной травы шалфея, залейте 1 л кипящей воды и настаивайте в закрытой посуде на кипящей водяной бане 15 минут. Охладите при комнатной температуре в течение 45 минут, процедите. Принимайте по четверти стакана 3–4 раза в день и полощите настоем горло каждые 30 минут.

34. Говорят, что сок алоэ – прекрасное средство при хроническом тонзиллите, так ли это?

Так. Хорошо отожмите в приготовленную посуду сок из 1 листа алоэ. Возраст растения должен быть не менее 2 лет. Пейте сок по 1 чайной ложке 1 раз в день – утром натощак. Курс лечения 10 дней. Сделайте перерыв на 1 месяц и, если тонзиллит повторится, проведите еще 1 курс лечения.

35. Поможет ли аир вылечить хронический тонзиллит?

Аир обладает дезинфицирующими свойствами, недаром монголо-татары во времена нашествия на Русь брали в свои походы кусочки корня аира и бросали их в водоемы, чтобы очистить воду. Русские люди даже называли тогда аир – «татарское зелье».

А для решения Вашей проблемы возьмите 2 столовые ложки измельченного корневища аира, залейте 1 стаканом кипятка, настаивайте на водяной бане 20–30 минут, процедите. Полощите этим настоем горло как можно чаще, но не бесконечно, а только до выздоровления. Аир убьет все микробы.

36. Дочка постоянно болеет ангинами, врачи говорят, что это хронический тонзиллит и надо делать тонзиллэктомию, проще говоря, удалять миндалины. Мы в ужасе, не хотим отдавать ребенка под нож. Может, подскажите какие-нибудь средства для лечения тонзиллита?

Возьмите свежие листья мать-и-мачехи, трижды вымойте, измельчите, отожмите сок, добавьте равные количества сока лука и красного вина (или разбавленного коньяка: 1 столовую ложку на 0,5–1 стакан воды). Смесь поставьте в холодильник, перед употреблением встряхивайте. Давайте дочке 3 раза в день по 1 столовой ложке, разбавив 3 столовыми ложками воды. Это средство действует надежнее антибиотиков, а количество принимаемого алкоголя – минимально, так что не бойтесь, что ребенок от этих доз станет алкоголиком.

37. Соседка настойчиво предлагает полечить сына от тонзиллита настойкой каланхоэ. А я боюсь. Можно ли проводить такое лечение? Не отравит она его?

Смотря, сколько лет Вашему сыну. До 10 лет лучше спиртовыми лекарствами не лечить. Если мальчику уже больше 10 лет, то смело используйте настойку каланхоэ для полоскания горла. Выдержанные в течение недели в холодильнике листья каланхоэ залейте водкой в соотношении 1:10. Настаивайте в темном месте 10 дней. Процедите. Разведите 1 столовую ложку настойки 1 стаканом горячей воды. Пусть полощет горло.

Фарингит

38. Никак не разберусь, что такое фарингит, чем он отличается от тонзиллита?

Фарингит – это воспаление задней стенки зева, а тонзиллит – миндалин. Вызывают фарингит вирусы или бактерии. Бактериальные инфекции порой бывают более тяжелыми, чем вирусные. Симптомами фарингита являются боль и опухлость гортани, першение и ощущение сухости в горле, иногда жар, озноб, головная боль и упорный сухой кашель. Стрептококковая инфекция может сопровождаться и болями в животе.

39. У меня часто возникает такое состояние, при котором я не могу откашляться. Просто зло берет, хочется «прочистить горло», а никак. Подскажите средство от этой напасти.

Ваша напасть называется фарингит. Возьмите сбор трав: лист подорожника, траву душицы, цветки календулы, цветки клевера, траву тысячелистника, траву череды, ягоды шиповника, траву фиалки, траву пустырника – все поровну. Залейте 2 столовые ложки сбора 0,5 л кипятка, настаивайте ночь в термосе. Процедите. Принимайте по четверти стакана 3–4 раза в день. Дополнительно полощите горло таким настоем. Головку чеснока разотрите до состояния кашицы, залейте 1 л винного или яблочного уксуса, настаивайте в темном, прохладном месте 2 недели, периодически встряхивая, процедите. В 1 стакане настоя растворите 0,5 чайной ложки поваренной соли. Полощите горло настоем 2–3 раза в день до полного выздоровления.

Болезни бронхов и легких

Бронхиальная астма

40. Что такое бронхиальная астма? Бронхит может перейти в бронхиальную астму?

Привести к бронхиальной астме может практически любое не долеченное заболевание.

Бронхиальная астма – это хроническое заболевание, характеризующееся периодическими приступами от слабого покашливания и затрудненного дыхания до очень тяжелого, угрожающего жизни удушья. Во время приступа бронхи и бронхиолы сужаются, вызывая сжатие грудной клетки и затруднение дыхания. Слизистая оболочка дыхательных путей отекает. Слизистые железы начинают выделять больше слизи, и она загущается, что мешает прохождению воздуха в легкие. Дышать все тяжелее, и даже выдох, обычно совершаемый пассивно, требует больших усилий. Со временем приступы становятся все более тяжелыми.

41. У мамы и у тети бронхиальные астмы. А у меня пока нет. Но я боюсь, что и у меня она может начаться. Бронхиальная астма по наследству передается?

Смотря к какому типу относятся астмы у Ваших родственников. Экзогенная астма, вызванная аллергией, как правило, передается по наследству. Если же астма имеет неаллергическую природу, то родственники могут и не болеть астмой.

42. Как распознать бронхиальную астму?

Симптомами бронхиальной астмы являются чиханье, кашель, тяжелое, шумное, прерывистое дыхание, посинение кожи (цианоз) из-за недостатка кислорода в крови, ощущение тревоги и беспомощности.

43. Что предлагает народная медицина для лечения бронхиальной астмы?

Возьмите 400 г свиных почек, вымойте в проточной воде, разрежьте на кусочки, добавьте 1 столовую ложку коньяка, 2 измельченные луковицы и 0,25 чайной ложки порошка имбиря, посолите по вкусу, хорошо перемешайте и дайте настояться 30 минут. Затем добавьте 50 г истолченных в порошок ядер грецкого ореха и на сковороде с подсолнечным маслом (50 мл) жарьте 20–30 минут. Это блюдо надо съесть в теплом виде за 2 раза: половину утром и половину вечером. И так в течение двух недель.

44. Моя мама пьет от астмы настой буквицы, говорит, что ей помогает. А я думаю, что она просто себя убедила в этом.

А я думаю, что Вашей маме действительно помогает это замечательное растение. Ведь буквица обладает противоастматическим и отхаркивающим действием. И очень хорошо, если Ваша мама верит в него. Важно, чтобы она правильно пропорции соблюдала. Приведу рецепт. Залейте 1 столовую ложку измельченной травы буквицы 2 стаканами кипятка, настаивайте 2 часа под крышкой, затем процедите. Принимать надо по трети стакана 3 раза в день перед едой. Но следите за давлением у мамы. Буквица может вызвать его понижение.

45. В нашей семье бронхиальная астма – это бич Божий, практически все болеют. Что посоветуете принимать для профилактики?

Залейте 1 чайную ложку высушенных цветков пиона обыкновенного 1 стаканом холодной кипяченой воды, настаивайте под крышкой 2 часа, процедите. Принимайте по 1 столовой ложке 3 раза в день.

46. Подскажите хорошее средство от бронхиальной астмы. Только такое, которое уже кому-то помогло.

Вымойте и очистите от кожуры 400 г имбиря, натрите его, насыпьте в бутылку и залейте ее до верха спиртом. Настаивайте в тепле или на солнце 14 дней, периодически

встряхивая до тех пор, пока настойка не приобретет желтый цвет. Процедите, отожмите и дайте отстояться. Пейте 2 раза в день по 1 чайной ложке после еды, запивая 3 глотками воды. Очень хорошее средство.

47. Солодку принимают при кашле, а при бронхиальной астме она помогает?

Да. Возьмите 30 г корня солодки, залейте 0,5 л кипятка, доведите до кипения и держите на медленном огне 10 минут, охладите и процедите. Принимайте по 1 столовой ложке отвара 4 раза в день.

48. Знаю, что люди как-то лечат бронхиальную астму багульником. Но не знаю рецепта.

Возьмите 15 г мелко нарезанных цветков багульника болотного, залейте 0,5 стакана водки, настаивайте в течение 8-10 дней. Принимайте по 10–20 капель 3 раза в день. Поможет и такой настой. Залейте 2 стаканами остуженной кипяченой воды 1 чайную ложку травы багульника, настаивайте 8 часов в закрытой посуде, процедите. Принимайте по 0,5 стакана 3 раза в день.

Бронхит

49. Как понять, бронхит у меня или уже хронический бронхит?

Первым симптомом хронического бронхита является постоянный кашель, с которым выделяется много слизи, особенно по утрам. По мере того как болезнь прогрессирует, затруднения дыхания усиливаются, особенно при физических нагрузках. Позднее, при дальнейшем развитии болезни, кожа из-за низкого уровня кислорода в крови часто приобретает синий оттенок (цианоз). Иногда наблюдаются опухлость и отечность всего тела. Губительные осложнения хронического бронхита – застойная сердечная недостаточность, острая задержка дыхания, эмфизема легких.

50. У меня хронический бронхит, а муж курит в доме. Табачный дым для меня вреден?

Ну, что за вопрос!? Конечно, вреден, даже если бы Вы не были больны, – табачный дым вреден всем. Не разрешайте мужу курить в доме. И вообще, старайтесь, чтобы воздух в доме был чистым, без всяких загрязнений.

51. Вот насморк длится неделю, а бронхит?

Считается, что если не возникло осложнений, то бронхит можно вылечить за 10–14 дней. Но могут возникнуть осложнения, тогда бронхит станет хроническим или разовьется воспаление легких. Хронический бронхит может перерасти в астматический. Очень важно для лечения бронхита дышать чистым, ничем не загрязненным воздухом. Правда, такой найти в наше время довольно трудно. Недаром в Токио, например, открыли несколько клубов, в которых посетители имеют возможность за небольшую плату подышать свежим, специально очищенным и ароматизированным воздухом. Но до Токио далековато, а Вы можете хотя бы чаще в лес выезжать, тогда и бронхит быстрее пройдет.

52. Пробовал лечить свой застарелый бронхит и мать– и-мачехой, и тысячелистником, и просто медом – не берет его ничего. Чего-нибудь посерьезнее не посоветуете?

Посоветую. Есть очень такой мужской рецепт и, говорят, действенный, правда, сама не пробовала. Хорошо размешайте 1 чайную ложку меда в 0,5 стакана портвейна. Очистите и растолките в кашицу головку чеснока. Приготовьте 40–50 мл керосина. Перед сном хорошо разотрите ступни ног чесноком и наденьте шерстяные носки. Разотрите грудь керосином, наденьте теплое нижнее белье и выпейте портвейн с медом. Процедуру проводите ежедневно до полного излечения.

53. Как принимать можжевельник при бронхите?

Залейте 1 столовую ложку измельченных ягод можжевельника в эмалированной посуде 1 стаканом горячей кипяченой воды, нагревайте под крышкой на водяной бане 15 минут, охладите при комнатной температуре в течение 45 минут. Процедите, отожмите ягоды, дополните объем горячей кипяченой водой до первоначального и доведите до кипения. Вновь охладите и процедите. Принимайте по 1 столовой ложке 3–4 раза в день после еды.

54. Как лечить застарелый бронхит?

Сходите в парную и пропарьтесь эвкалиптовым веником. Кроме того, залейте 20 г измельченных листьев эвкалипта 0,5 стакана 70 %-ного спирта, настаивайте в закрытой посуде 10 дней, процедите. Принимайте по 20 капель в четверти стакана остуженной кипяченой воды 3 раза в день.

55. Замучил кашель по ночам, никак не откашляться, видимо, это бронхит. Что принимать?

Залейте 4 чайные ложки семян аниса 1 стаканом воды, кипятите 6–7 минут, процедите. Принимайте по 2 столовые ложки через каждые 2 часа. Анис поможет откашляться, так как является прекрасным отхаркивающим средством. Если же бронхит не в острой стадии, принимайте по 2 столовые ложки теплого отвара 3 раза в день.

56. У мужа (54 года) застарелый бронхит, сильный кашель, какие травы лучше пропить?

У народной медицины накоплен огромный опыт лечения бронхитов, очень многие травы способны помочь. Но я Вам советую принимать девясил. Можно пить просто сок девясила с медом, смешав в равных пропорциях, а можно приготовить такой настой. Возьмите 2 чайные ложки измельченных корней девясила, залейте 3 стаканами холодной кипяченой воды, настаивайте в течение 8 часов, процедите. Принимать надо по четверти стакана настоя 4 раза в день за 15 минут до еды.

57. Чем опасен бронхит?

Самыми страшными осложнениями хронического бронхита являются застойная дыхательная недостаточность, острая задержка дыхания, эмфизема легких.

58. Мучает сухой кашель, чем смягчить?

Если у Вас бронхит, то лучше использовать комплекс растений. Тщательно смешайте 100 г молотых семян льна, 20 г порошка плодов аниса, 20 г порошка корня имбиря с 0,5 кг чесночно-медовой смеси. Принимайте по 1 чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

59. У меня сильный кашель и выделяется много вязкой мокроты. Чем лечить такой кашель?

Заварите 4 столовые ложки измельченного листа подорожника 0,5 л кипятка и настаивайте 4 часа. Пейте по 0,5 стакана 4 раза в день.

60. Першит в горле, кашлю очень нутужно, особенно сильно по ночам. Что посоветует родная народная?

Возможно, что у Вас бронхит с фарингитом. Возьмите морковный сок, кипяченое горячее молоко и мед в соотношении 5:5: 1, настаивайте 4–5 часов. Пейте в теплом виде по 0,5 стакана 4–6 раз в день.

61. У сына после гриппа получилось осложнение на бронхи. Кашляет, и ничем этот кашель не снять. Что делать?

Смешайте по 50 г корня алтея и травы тимьяна обыкновенного. Залейте 4 чайные ложки сбора 1 стаканом воды, настаивайте в течение 2 часов, доведите до кипения. Выпить надо весь настой в течение дня в 3 приема.

Кашель

62. У меня сильный кашель, а как понять это просто кашель или бронхит?

В общем-то, кашель – это не заболевание, а симптом того же бронхита, например. Но кашель бывает разный. Для острого бронхита характерен сухой резкий кашель, усиливающийся по ночам.

63. Иногда так кашляю, что текут и слезы, и сопли, и... в общем, просто неприлично кашляю. А как избавиться от этого не знаю.

Раз у Вас сухой кашель, надо пить отхаркивающие и смягчающие средства. Можно попробовать японский рецепт с мушмулой. Смешайте 5 размятых плодов мушмулы с растертыми косточками с 2 столовыми ложками меда и 100 г сакэ (японской рисовой водки), настаивайте 5 дней, процедите. Принимайте по 0,5 стакана 3 раза в день перед едой.

64. Очень сильно кашляю, до рвоты. Чем вылечить такой кашель?

Залейте 1 столовую ложку сосновых почек 1 стаканом кипятка, настаивайте, укутав, 40 минут, процедите. Принимайте по 1–2 глотка при позывах к кашлю. Помогает сразу же. Или вот еще хороший рецепт при сильном кашле. Измельчите 500 г очищенного репчатого лука, добавьте 2 столовые ложки меда, 400 г сахарного песка и варите на слабом огне в 1 л воды 3 часа. Затем охладите, процедите. Храните в плотно закрытой посуде в холодильнике. Принимайте смесь теплой по 1 столовой ложке 4–6 раз в день.

65. Подолгу не могу откашляться, подскажите, чем лечить кашель?

Например, трава тимьяна обладает хорошими отхаркивающими свойствами. Попробуйте принимать его настой. Залейте 1 столовую ложку травы 1 стаканом кипятка, настаивайте в закрытой посуде 1 час. Процедите. Принимайте по 1 столовой ложке 3 раза в день.

66. Кашель можно вылечить обычным луком или луком-пореем?

Разные есть рецепты. Чаще всего обычным репчатым луком, но есть и рецепт с луком-пореем, который, говорят, хорошо помогает. Белую часть с корнями одного растения лука-порея нарежьте, отварите в 1 стакане молока, настаивайте, укутав, 4 часа, процедите. Пейте по 1 столовой ложке каждые 1,5–2 часа при кашле.

67. Наш трехмесячный малыш простудился, кашляет. Что делать?

Поставьте блюдце с измельченным репчатым луком на ночь возле кровати. Прикладывайте к грудке и спинке (поочередно) ребенка теплую, прогретую утюгом фланелевую пеленочку, сложенную в 2–3 раза.

68. У годовалого ребенка ОРВИ с кашлем, но кашель очень сухой, натужный, ему не откашляться, что принимать?

Маленькие детки не могут сами прокашляться, им надо помочь. Делайте по несколько раз в день дренажный массаж. Положите ребенка себе на колени и сначала поглажьте спинку, потом начинайте потихоньку постукивать. Несильно. Достаточно чуть сдвинуть мокроту, и она начнет сама выходить. При очень сильном, затяжном кашле накладывайте на грудь, бока и спину ткань, намазанную слегка подогретой чесночно-медовой смесью, приготовленной в соотношении 1:1. Сверху ткань накройте компрессной бумагой, тщательно утеплите шерстяным платком и перевяжите. Компресс делайте на ночь в течение 4–5 дней. Очень эффективное целебное средство.

69. У ребенка была пневмония, прошла, но кашель остался. Чем его вылечить?

Чтобы избавиться от кашля после пневмонии, вскипятите 1 стакан свежего непастеризованного молока с 2 плодами белого сушеного инжира. Давайте ребенку пить горячим 2 раза в день по 1 стакану после еды. Или воспользуйтесь советом болгарской целительницы Ванги. Сварите 1 картофелину, 1 головку репчатого лука и 1 яблоко в 1 л воды. Варите до тех пор, пока воды не станет вдвое меньше. Такой отвар давайте ребенку 3 раза в день по 1 чайной ложке.

70. Как надо питаться при кашле?

Никакой особой диеты нет, но питание должно быть мягким, согревающим. Хорошо подойдут каши, жидкое пюре на молоке, куриный бульон, теплые кисели.

71. Десятилетний сынуля кашляет и кашляет, боюсь, заболеет, школу пропускать начнет. Чем его полечить?

Если ребенок кашляет, значит, он уже не здоров, так что бояться Вам раньше надо было. А полечить его можете самыми известными народными средствами.

Сварите картофель в мундире в небольшом количестве воды, накройте кастрюлю полотенцем, пусть ребенок нагнется над кастрюлей и вдыхает в течение 10–15 минут картофельный пар. Внутри же давайте ему сок редьки. Возьмите одну редьку, вымойте ее, срежьте верхушку, выньте сердцевину и засыпьте туда сахар. Пусть постоит (примерно 2 часа). Когда сахар растворится, давайте ребенку пить получившийся сироп.

Или приготовьте редьку по-другому. Нарежьте маленькими кубиками черную редьку и положите в кастрюлю, посыпав сахаром. Запекайте в духовке в течение 2 часов, процедите и слейте жидкость в бутылку. Пусть пьет по 2 чайные ложки 3–4 раза в день перед едой и на ночь перед сном.

72. Не знаете ли Вы рецепт лечения воспаления легких, предложенный Б. Болотовым?

Да, знаю. За 1 час до процедуры надо съесть отварное говяжье легкое (50–100 г). Затем принять кислородную ванну с подводным массажем. После ванны выпить квас, приготовленный следующим образом. Смешайте в 3 л воды по 1 стакану корня девясила (или фиалки трехцветной), листа эвкалипта и сосновой хвои, 1 стакан сахара, 1 чайную ложку сметаны. Пусть бродит в кислородной среде не менее 2 недель. Пейте примерно по 1 стакану перед едой или после процедур.

Плеврит

73. Врач сказал, что после аварии у меня начался плеврит. Я не кашляю, но глубоко вздохнуть не могу – больно. Что принимать?

Возьмите 2 части листа мать-и-мачехи, по 1 части корня девясила, листа мяты перечной, корня солодки голой, травы сушеницы болотной. Приготовьте настой (1 столовая ложка смеси на 1 стакан кипятка) и принимайте по 0,5 стакана 3 раза в день до еды.

74. У мамы экссудативный плеврит, врач велел ехать в Москву, проводить полное обследование. А мне ее из нашей глуши не довезти, у нее левый бок болит, не вдохнуть. Посоветуйте народные средства.

Лучше бы все-таки отвезти Вашу маму к специалистам. Экссудат часто скапливается при туберкулезе. Надо обязательно найти причину болезни. И я не стала бы Вам давать никаких рецептов, если бы не знала, что Вы все-таки находитесь под наблюдением врача.

Возьмите 1 стакан сока алоэ, 1 стакан липового меда, 1 стакан растительного масла, 150 г почек березы, 50 г цветков липы сердцевидной. Березовые почки и липовый цвет залейте 2 стаканами кипяченой воды, нагревайте на водяной бане 15 минут, настаивайте 30 минут, процедите. В полученный настой добавьте мед и сок алоэ. Нагревайте на водяной бане 5 минут, остудите и добавьте растительное масло. Принимать надо 1–2 столовые ложки 3 раза в день перед едой.

Пневмония, или воспаление легких

75. Никак не проходит пневмония, которая началась на фоне хронического бронхита. Что принимать?

Залейте 1 столовую ложку измельченных стеблей настурции 1 стаканом горячей воды, поставьте на водяную баню и держите 20 минут, процедите, охладите, доведите объем отвара до исходного кипяченой водой. Принимайте по трети стакана 3 раза в день.

76. У семилетнего ребенка бронхопневмония. Чем лечить?

Если ребенок прошел основной курс лечения этого тяжелого заболевания, то закрепить его можно приемом фиалки.

Залейте 50 г измельченной травы фиалки душистой (с цветками) 1 стаканом кипятка, настаивайте сутки, процедите. В полученную жидкость добавьте 200 г сахара и нагрейте до полного его растворения. Давайте ребенку по 1 чайной ложке сиропа 4 раза в день.

77. Годовалый малыш заболел пневмонией, сильно кашляет. Чем его лечить, если ему антибиотики противопоказаны?

Возьмите чистую стеклянную бутылку, наполните ее кашицей из репчатого лука, закройте. Всю бутылку обмажьте тестом (по густоте как для оладушков) и поставьте в духовку. Как только запечется корочка, духовку отключите, подождите, пока остынет, потом снимите тесто и бутылку откройте. Этим средством можно лечить даже грудных детей, давая им по 0,5 чайной ложки средства.

Туберкулез легких

78. В нашем коллективе появился человек, который болен туберкулезом. Насколько он опасен для окружающих? И каковы симптомы туберкулеза?

Если этот человек прошел лечение и у него нет открытой формы туберкулеза, то его опасаться не надо. Заразиться можно лишь при длительном и тесном контакте, вот почему очень часто заражаются туберкулезом люди, находящиеся в заключении и живущие долгое время в стесненных условиях рядом с носителем болезни. Если же человек прошел лечение (а в Вашем случае это, скорее всего, так и есть, иначе бы Ваш коллега не объявил о своей болезни), то заражение маловероятно.

Что касается симптомов, то первичный туберкулез (исходная инфекция) часто не имеет явных признаков, а зараженный совсем не выглядит больным. Значительно позже могут появиться повышение температуры тела, слабость, головная боль, потливость, снижение работоспособности, похудение, кашель, одышка. При этом наблюдаются еще и перепады настроения, раздражительность.

79. Что делать, если в квартире живет человек, больной туберкулезом, как себя обезопасить от заражения?

Опять-таки надо уточнить, какая форма болезни у Вашего соседа: открытая или закрытая, проходит ли лечение или нет.

Если человек проходит лечение, то Вам его опасаться не надо. Но если Вы убеждены, что человек, больной туберкулезом, лечения не проводит, то старайтесь не проводить с ним долгое время в одном помещении, обязательно как можно чаще проветривайте помещение.

80. Может ли человек не знать, что он болен туберкулезом?

Да, такие случаи бывают. Многие люди даже не знают, что носят в себе палочку Коха. Если у человека сильный иммунитет, то после заражения он не заболевает сразу, а остается практически здоровым, хотя инфекция продолжает оставаться в организме. И так можно прожить с туберкулезом всю жизнь и не узнать, что болен. Толчком к развитию туберкулеза может послужить сильный стресс, недостаток питания, длительные запои.

81. Кто больше других подвержен туберкулезу?

Ответ прост: те, кто больше ослаблен. К этой категории можно отнести детей, стариков, больных сахарным диабетом, носителей ВИЧ, алкоголиков, наркоманов, а также тех, кто принимает стероидные препараты.

82. Наверняка у народа есть какие-то свои средства лечения туберкулеза. Подскажите.

Действительно, туберкулез, или чахотка, известны давно и лечили их знахари травами. Например, хороший эффект оказывает девясил. Измельчите на терке свежие корни девясила. Залейте 0,5 стакана измельченного корня 0,5 л водки и настаивайте 9 дней в темном месте при комнатной температуре. Пейте по 1 столовой ложке перед едой в течение 2–3 месяцев.

83. Сын вернулся из «мест не столь отдаленных» с туберкулезом. Какими травами его отпаивать?

Смешайте поровну траву горца птичьего и корень солодки. Заварите 3 столовые ложки смеси 0,5 л кипятка, кипятите на малом огне 5 минут и настаивайте 30 минут. Пусть выпьет в течение дня в 5–6 приемов.

84. Говорят, что медуница может помочь в лечении туберкулеза легких? Так ли это? Если да, то дайте рецепт.

Медуница обладает отхаркивающим и антисептическим свойствами, поэтому ее можно использовать для лечения легких форм туберкулеза. Залейте 4 чайные ложки измельченных листьев медуницы 2 стаканами кипятка, дайте настояться, процедите и добавьте в жидкость мед или сахар. Пейте небольшими глотками.

85. Какие есть народные средства лечения от туберкулеза?

В народной медицине много рецептов лечения туберкулеза. Один из них с полынью. Залейте 1 столовую ложку корней полыни обыкновенной 0,5 л белого вина, держите на водяной бане 10 минут, настаивайте 2 часа, процедите, добавьте 1 столовую ложку меда. Принимать надо по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой.

86. Знаю, что при туберкулезе надо пить сухое вино с пряностями. Только подскажите с какими?

Пряности издревле употребляли не только для вкуса пищи, но и для ее обеззараживания. То есть очень многие пряности способны изгонять из организма вредные бактерии и тем самым излечивать организм. Разогрейте 1 стакан сухого красного вина и добавьте в него пряности: гвоздику, имбирь, бадьян, куркуму, кардамон, корицу, мускатный орех, анис, ягоды можжевельника и 1 чайную ложку сахарного песка. Доведите до кипения и снимите с огня, настаивайте 5 минут под крышкой. Пить надо через трубочку.

87. Дочке в школе сделали пробу на реакцию Манту, появилась опухоль. Это показатель туберкулеза?

Необязательно, но надо проверить дочку, сделать флюорографию. А вообще, если в месте инъекции через 48–72 часа появляется пораженная область свыше 1 см в диаметре, реакция считается положительной и указывает на наличие инфекции туберкулеза.

88. Прохожу лечение по поводу скрытой формы туберкулеза. Но очень мучают ночные поты. Как от них можно избавиться?

Возьмите поровну плодов аниса, листа шалфея, травы тысячелистника. Приготовьте отвар из 1 столовой ложки сбора на 1 стакан воды. Принимайте по 1–3 стакана в день в течение 2–3 месяцев, потеть будете меньше.

Эмфизема легких

89. Мужу при рентгене поставили диагноз: эмфизема легких. Что это такое и чем лечить?

Эмфизема – увеличение объема альвеол за счет разрушения перегородок между ними. Легкие увеличиваются в объеме, не спадаются, становятся дряблыми, дыхательные проходы сужаются. Выдох (нормально пассивное движение) требует при эмфиземе больших усилий. Газообмен кислорода и углекислого газа в альвеолах из-за повреждения тканей и закупорки понижается до опасного уровня. Это серьезное хроническое заболевание. Ф. Достоевский от нее лечился долгое время, но так и не вылечился. В качестве дополнительного средства к

лечению могу порекомендовать мелиссу. Возьмите 50 г сухой измельченной травы мелиссы, 20 г сухих соцветий сивца лугового, залейте 1 л сухого белого вина, настаивайте сутки, периодически встряхивая, процедите. Пить надо по 0,5 стакана 2 раза в день.

90. Какие признаки у эмфиземы легких?

Обычно симптомы проявляются, когда легкие уже значительно повреждены. Они включают одышку – сначала при физических усилиях, а потом и при отдыхе, вначале только в зимнее время года, а потом уже и постоянно. Больные эмфиземой часто очень худые, с бочковидной грудной клеткой и красноватой кожей; губы и ногти имеют синеватый оттенок; выдыхают через губы, сложенные трубочкой; при дыхании слышен легкий свистящий звук. Постепенно работа легких все больше нарушается, и происходит перегрузка правых отделов сердца, поскольку им приходится проталкивать кровь против большого сопротивления поврежденных легких. Могут возникнуть легочная и сердечная недостаточность.

91. Врачи поставили диагноз: панацинарная эмфизема. Я ее не чувствую, вот только одышка достает, но думаю, что одышка, скорее, из-за большого веса. Но все же подскажите средства от одышки.

При одышке, возникшей в результате эмфиземы, посоветую два средства.

Возьмите в равных пропорциях корень девясила, лист мяты, траву чабреца, лист шалфея, лист эвкалипта. Залейте 1 столовую ложку сбора 1 стаканом кипятка, настаивайте, процедите. Принимайте по четверти стакана 3 раза в день после еды.

Возьмите 1 чайную ложку цветков картофеля, залейте 1 стаканом кипятка. Настаивайте 1–2 часа, процедите. Принимайте по 0,5 стакана за 30–40 минут до еды в течение 1 месяца.

Заболевания пищеварительной системы

Болезни желудка

Гастрит

92. Почему при гастрите не рекомендуют есть мясной бульон?

Потому, что при варке мяса большая часть экстрактивных веществ переходит в бульон. Людям, страдающим гастритом с повышенной кислотностью, язвенной болезнью желудка, холециститом (воспалением желчного пузыря) или гепатитом (воспалением ткани печени), а также при повышенной возбудимости нервной системы полезнее употреблять в пищу отварное мясо, но не бульон, в котором оно варилось.

93. Какие продукты могут помочь в лечении гастрита?

При гастрите с пониженной кислотностью рекомендуется за 30 минут до еды выпивать 0,25 стакана теплой кипяченой воды с 0,5 чайной ложки меда. Делать это следует 2–3 раза в день перед приемом пищи. Рекомендуется также за 20 минут до еды съедать виноград (примерно 150 г) и как можно чаще использовать в меню мясные блюда.

При гастрите с повышенной кислотностью рекомендуется за 30 минут до еды пить картофельный сок, отжатый из натертого сырого картофеля вместе с кожурой. Пить следует по четверти стакана 3 раза в день, постепенно доводя дозу до 0,5 стакана. Такое лечение проводится в течение месяца.

Полезно добавлять в чай листья и веточки ежевики, мелиссы, мяты.

Прекрасно понижает кислотность слива или сливовый сок. Следует за 20–30 минут до еды съедать примерно 100 г слив или выпивать треть стакана сока. Курс лечения 27 дней.

Хороший оздоровительный эффект могут оказать тыквенная каша и белковый омлет.

94. Какой хлеб лучше есть при гастрите? Я люблю черный и не могу себе в нем отказать.

К сожалению, придется потерпеть и хотя бы на время обострений перейти на слегка подсушенный пшеничный хлеб.

95. Можно ли при гастрите с повышенной кислотностью желудочного сока пить молоко?

Можно и нужно. Но только теплым.

96. Полезно ли есть черную смородину при гастрите?

Полезно, но лучше не ягоды есть, а пить свежавыжатый сок (по 100–150 мл в день), или пить отвары, кисели из смородины.

97. Чего нельзя есть при гастрите?

Исключить надо довольно много самых разных продуктов.

Свежий ржаной и белый хлеб, изделия из слоеного и сдобного теста.

Крепкие мясные, рыбные бульоны, грибные и крепкие овощные отвары, щи, борщи, окрошка.

Жирные, старые, жилистые сорта мяса и птицы (утки, гуси).

Копченые и жареные блюда; жирная, соленая, жареная рыба, консервы.

Белокочанную капусту, брюкву, репу, щавель, редьку, шпинат, лук, огурцы, квашеные и маринованные овощи, овощные закусочные консервы, грибы.

Пшеничную, кукурузную, перловую крупы, бобовые, макаронные изделия в натуральном виде.

Яйца жареные или сваренные вкрутую.

Кислые, неспелые, богатые клетчаткой фрукты и ягоды.

Мороженое и шоколад.

Молочные продукты с высокой кислотностью.

Острые мясные, грибные, томатные соусы, сыры, перец, уксус, чеснок, горчица, хрен. Острые, соленые закуски, копчености, консервы.

Газированные напитки, квас, крепкий чай и черный кофе.

Бараний (тугоплавкий), говяжий, свиной кулинарный жиры.

Нельзя использовать жареные продукты.

98. Какие минеральные воды нужно пить при гастрите с повышенной кислотностью?

Минеральные воды без газа (боржоми, березовская, джермук, славяновская, лужанская, смирновская) пьют по 50-100 мл в теплом виде (+ 30–40 °С) за 1,5 часа до еды, а при наличии изжоги и отрыжки – после еды. Если изжога и отрыжка продолжают беспокоить больного, то воду назначают дополнительно – по 50 мл. Обычно рекомендуется трехразовый прием минеральной воды перед основными приемами пищи, но лучше – по совету врача, с тщательным изучением содержания соляной кислоты в желудочном содержимом.

99. Дочка (16 лет) считает себя самой умной, никого не слушает, питается кое-как, в результате заработала себе гастрит. Как можно ей теперь помочь?

Из Вашего письма непонятно, какой гастрит у девочки: с повышенной или пониженной кислотностью. Поэтому я не могу порекомендовать правильного рецепта. Но пока болезненный процесс не зашел слишком далеко, советую ей съесть хотя бы по 2 банана в день, тогда начнется процесс излечения. Ведь бананы стимулируют обновление эпителия и выделение слизи, защищающей внутреннюю стенку желудка от повреждения. Недаром в африканских племенах «желудочная бананотерапия» издавна была в большом почете.

100. Если у меня гастрит с повышенной кислотностью, то мне можно пить чай с мятой?

С повышенной кислотностью можно, а с пониженной – нежелательно.

101. Сестра предлагает мне полечить гастрит подорожником, ей он помог. Противопоказаний у него нет?

Противопоказаний нет, но вот насчет гастрита я должна пояснить, что подорожник надо принимать только при гастрите с пониженной кислотностью желудочного сока. Подорожник содержит лимонную кислоту, которая может повышать кислотность, что будет пагубно сказываться на Вашем заболевании.

Для лечения острого и хронического гастрита 3 раза в день пейте по 1 столовой ложке сока подорожника большого за 20 минут до еды. На зиму свежий сок залейте водкой или спиртом в соотношении 1:1. Можно также пить настой сушеного листа подорожника. Залейте 3 чайные ложки листа 1 стаканом кипятка и настаивайте 6–8 часов. Принимайте по 0,5 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

102. Как принимать полынь при гастрите?

Если у Вас гастрит с пониженной кислотностью, то тогда можно принимать полынь, а если с повышенной, то не стоит. Рецепт такой: 1 столовую ложку корней полыни обыкновенной залейте 0,5 л вина типа «Рислинг», поставьте на огонь и доведите до кипения. Снимите с огня, накройте полотенцем и дайте настояться в течение 2 часов, процедите. Принимайте по 1 столовой ложке до еды.

103. Что принимать при анацидном гастрите?

При гастрите с пониженной кислотностью (анацидном) принимайте отвар тысячелистника. Возьмите 20 г сухой травы тысячелистника и залейте 2 стаканами воды. Кипятите в течение 15 минут, настаивайте 10 минут, процедите. Принимайте по 1 столовой ложке 3 раза

в день до еды. Не забудьте, что при гастрите главное лечение – питание: не ешьте жирного, острого, жареного.

104. Муж все время покупает в магазине «Кедровую» – водку, якобы настоящую на кедровых орехах; говорит, что ему помогает лечить гастрит, где-то он такое вычитал. Но мне кажется, лучше готовить самой такую настойку, я хоть буду уверена, что там кедровые орехи есть. Подскажите рецепт.

В пол-литровую банку на треть засыпьте измельченные кедровые шишки, залейте доверху водкой и плотно укупорьте. Настаивайте в теплом месте в течение 1 недели. Принимать надо по 1 столовой ложке 3 раза в день в течение 1–2 месяцев. Но только при условии, что у Вашего мужа гиперацидный гастрит (с повышенной кислотностью).

105. У меня гастрит с пониженной кислотностью, как лечить его?

Помогает лечению гастрита вахта трехлистная. И это очень хорошо, что Вы указали кислотность желудочного сока, потому что при повышенной кислотности желудочного сока препараты из вахты лучше не принимать. Приведу два рецепта.

- Залейте 1 столовую ложку измельченных листьев вахты (их можно собирать с мая по июль включительно) 1 стаканом кипятка, настаивайте 1 час, процедите. Принимайте по трети стакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды.

- Залейте 50 г листьев вахты 1 стаканом 40 %-ного спирта или водки и настаивать в течение недели. Принимайте по 10–15 капель 3 раза в день.

106. Как лечить хронический гастрит с повышенной кислотностью с помощью чаги?

Свежий березовый гриб (чагу) обмойте и натрите на терке. Высушенный гриб для размягчения залейте холодной кипяченой водой на 4 часа, натрите на терке или пропустите через мясорубку. На 1 часть измельченного гриба возьмите 5 частей кипяченой воды с температурой выше 50 °С и настаивайте двое суток. После этого процедите, остаток отожмите, в настой добавьте воду, в которой раньше замачивался гриб. Этот настой сохраняйте не более 4 суток. Пейте по 1 стакану 3 раза в день за 30 минут до еды или по 0,5 стакана 6 раз в день. Курс лечения 3–5 месяцев с перерывами в 7–10 дней.

Учтите, что чага снижает давление и понижает сахар, ее также нельзя использовать при колитах.

107. Как готовить сок картофеля для лечения гастрита?

Вымойте и досуха вытрите картофель, натрите вместе с кожурой на мелкой терке; сок отожмите вместе с крахмалом. Употребляйте только свежеприготовленный сок. При заболеваниях желудка с повышенной кислотностью пейте по 0,5 стакана 3 раза в день натощак.

108. Муж мучается с хроническим гастритом. Как ему помочь?

Приготовьте смесь из 150 мл сока алоэ, 250 г меда, 1,5 стакана вина типа «Кагор». Настаивайте смесь в течение 5 дней в темном прохладном месте. Принимать надо по 1 столовой ложке за полчаса до еды 4 раза в день. Можно просто принимать сок алоэ по 1–2 чайных ложки 2–3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения 1–2 месяца.

109. Говорят, что зверобой лечит гастрит. Как готовить и принимать?

Залейте 3 столовые ложки травы зверобоя 1 стаканом кипятка, настаивайте в течение 2 часов, процедите. Принимать надо по трети стакана настоя 3 раза в день до еды. Курс лечения 1–2 месяца.

110. Отец всегда лечил боли в желудке золотарником. Теперь вот и мне поставили диагноз – гастрит. Как правильно приготовить золотарник от болей в животе?

Залейте 1 столовую ложку травы золотарника 1 стаканом остуженной кипяченой воды, настаивайте 4 часа, процедите. Принимайте по четверти стакана 3–4 раза в день до еды.

111. После еды иногда бывает отрыжка кислым. Что можно принять?

Отрыжка кислым – один из симптомов гастрита с повышенной кислотностью. Возьмите поровну травы золототысячника, листа мяты перечной, листа клевера лугового. Заварите 1 столовую ложку смеси 1,5 стакана кипятка и настаивайте до охлаждения. Выпейте в течение дня в 3 приема за 30 минут, до еды для улучшения пищеварения.

Изжога

112. Почему возникает изжога и как от нее избавиться народными средствами?

Изжога – чувство жжения под ложечкой, возникающее вследствие забрасывания кислого содержимого желудка в пищевод. Обычно сопутствует гастриту с повышенной кислотностью, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, холециститу, токсикозу беременных. Изжога также встречается при диафрагмальной грыже, непереносимости некоторых пищевых веществ. Исключите из питания крепкие бульоны, копчености, кофе, алкоголь, ешьте больше овощей, фруктов, ягод. Пейте молоко, простоквашу, кефир. Ешьте измельченную пищу в отварном или в запеченном виде. Последний раз принимайте пищу за 2 часа до сна. Хлеб – как белый, так и черный, – есть можно, а от жареных блюд следует отказаться. Облегчить страдания могут протертые или толченые грецкие орехи. Действенную помощь окажет и свежеприготовленный сок картофеля. Пейте его по 1 десертной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

113. Как быстро избавиться от изжоги?

Выпейте сырой белок свежего куриного яйца или соду, растворив 0,5 чайной ложки в 0,5 стакана воды. Но это одноразовые меры, постоянно их применять нельзя.

114. Часто бывает изжога, почему-то мне кажется, что от хлеба. Какой хлеб полезнее есть при изжоге?

При изжоге лучше перейти на использование бездрожжевого хлеба типа «лаваш» или диетических пресных хлебцев.

115. Какие продукты могут помочь в избавлении от изжоги?

Унять жжение могут протертые в ступке или толченые грецкие орехи.

Действенную помощь может оказать свежеприготовленный сок картофеля. Пить его следует по 1 десертной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Если изжога повторяется ежедневно, ешьте гречневую кашу натошак и пейте много воды.

116. Иногда после еды возникает изжога и боль в желудке. Какие минеральные воды пить, чтобы убрать изжогу?

При изжоге и болевом синдроме в желудке лучше всего пить щелочные воды эссен-туки, боржоми. Пейте по четверти стакана через 15 минут после еды.

Рвота и тошнота

117. У меня всегда был крепкий желудок, но в последнее время прямо не знаю, что делать: тошнота и за ней рвота. От чего эти болезни?

Это не болезни, а только их проявления. Рвота появляется чаще всего после тошноты – тягостного ощущения в подложечной области и глотке. Возникают тошнота и рвота главным образом при пищевых отравлениях и заболеваниях органов брюшной полости, отравлениях алкоголем, угарным газом и другими ядами, в ранние сроки беременности при токсикозе, при поражениях центральной нервной системы, при острых инфекционных заболеваниях.

Тошнота и рвота могут быть признаками аппендицита и холецистита, а также свидетельствовать о нарушениях обмена веществ, например при сахарном диабете или уремии.

118. Какая трава может избавить от тошноты?

Поможет мелисса. Возьмите 4 чайные ложки измельченной сухой травы мелиссы лекарственной, залейте 1 стаканом горячей воды, настаивайте 4 часа. Принимайте по 0,5 стакана 4 раза в день до еды.

119. У меня 3-й месяц беременности, начался токсикоз, я этого, наверно, не вынесу. Тошнит все время, а периодически и рвет. Посоветуйте, что женщины при токсикозе принимают?

Прежде всего, скажу о еде. Есть надо часто, но понемногу. На завтрак пейте только немного подслащенный сок или воду с лимоном и ешьте сухари. Добавляйте в блюда чуть-чуть тертого корня имбиря. Пейте зеленый чай.

Снижение или отсутствие аппетита

120. Периодически возникают боли в желудке, аппетит пропал. Что делать?

Попробуйте вернуть аппетит полынным настоем. Залейте 1 чайную ложку измельченной полыни горькой 2 стаканами кипятка, настаивайте 30 минут, процедите. Принимайте по четверти стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Настой поможет и при болях в желудке и при дискинезии желчевыводящих путей. Но лучше сходите к врачу, проверьтесь.

121. Исчез аппетит, ни запах, ни вкус еды не радуют, есть совсем не хочется, как-то это тревожит, может со мной что-то не так?

Не надо тревожиться, а надо сходить к врачу. По анализу крови врач поймет, есть ли у Вас какие-то отклонения в здоровье или отсутствие аппетита – временное психосоматическое явление. А для того чтобы аппетит появился быстрее, попейте настой вахты. Залейте 2 чайные ложки листьев вахты 1 стаканом кипятка, настаивайте 1 час, процедите. Пейте как чай 2–3 раза в день по трети стакана. Этот настой поможет не только аппетит восстановить, но и поднимет настроение и работоспособность.

122. Какой-то ужас – совсем пропал аппетит, есть не хочется и все тут. Может, что попринимать?

При снижении аппетита помогают многие растения, в частности вероника. Залейте 1 столовую ложку сухой травы вероники 2 стаканами кипятка, настаивайте 2 часа, процедите. Принимайте по 0,5 стакана 4 раза в день через 1 час после еды.

А вот еще советы народной медицины: съедайте перед едой 1 чайную ложку тертого хрена с сахаром или медом или настоянного в уксусе лука; выпивайте за 30 минут до еды 1 чайную ложку сока сельдерея. Специи и пряности тоже способствуют повышению аппетита. Многие пряности вообще обладают ярко выраженным лечебным действием. Однако их надо использовать очень и очень умеренно, в противном случае они могут вызвать расстройства желудка и кишечника.

123. Какие травы способствуют возбуждению аппетита?

Аир, анис, полынь, клевер, одуванчик, вахта и др.

Язвенная болезнь желудка и кишечника

124. Лет пять назад лечила язву желудка и двенадцатиперстной кишки настоем чистотела. Хорошо помогло. Но с тех пор рецепт, конечно, забылся. А тут снова обострение язвы началось. Если нетрудно, найдите для меня этот рецепт.

Залейте 1 л свежего сока чистотела 0,5 л водки. Настаивайте в течение суток. Принимайте по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15–20 минут до еды.

125. У меня язва желудка и двенадцатиперстной кишки. Пью ранитидин. А какие есть более безобидные средства?

При язве желудка очень хорошо помогает алоэ. Измельчите листья алоэ, предварительно вымыв и срезав с них колючки. Смешайте 0,5 стакана зеленой массы алоэ с 1 стаканом меда или сахарного песка, настаивайте в темном месте трое суток. Затем добавьте 1 стакан сухого красного виноградного вина и поставьте еще на сутки. Принимайте настойку по 1 столовой ложке 2–3 раза в день. Или смешайте в равных частях по объему соки алоэ, капусты, свеклы, редьки и вино типа «Кагор». Смесь томите в духовке в течение 6 часов. Пейте по 3 столовых ложки 3 раза в день за 30 минут до еды. Если оба рецепта Вам кажутся слишком сложными в приготовлении, то хотя бы принимайте ежедневно по 8–9 капель сока алоэ.

126. Язва двенадцатиперстной кишки. В общем– то, она меня не беспокоит. Но для профилактики, наверно, надо что-то принимать. Подскажите что–нибудь самое простое и в то же время безобидное.

Мне кажется, в Вашем случае лучше всего принимать настой ромашки. Возьмите 2 столовые ложки сухих измельченных цветков ромашки лекарственной, залейте 2 стаканами кипятка, настаивайте, укутав, 5–6 часов, процедите. Принимайте по 0,5 стакана за 40–50 минут до еды. Курс лечения 4–6 месяцев.

127. Лечит ли зебрина язву желудка?

Есть рецепт: зебрина + подорожник. Листья зебрины и листья подорожника, взятые в равном количестве, смешайте с сахаром или сахарной пудрой и оставьте смесь в теплом месте на 20 дней. Выделившийся сок принимайте по 1 столовой ложке.

128. У меня язва желудка и двенадцатиперстной кишки, сижу уже третий месяц на молочной диете. Надоело, хочется нормальной еды. Подскажите, как правильно питаться и что нужно принимать для лечения из трав?

Во-первых, так долго поддерживать молочную диету нельзя, для зарубцевания язвы необходим полноценный комплекс витаминов и минералов, а молочная диета в полном объеме этого дать не может. Не стоит бросаться в крайности и сразу переходить на острую и жареную пищу, но постепенно вводить в рацион овощи, соки, мясо надо. Во-вторых, попробуйте лечение травами. Смешайте 1 чайную ложку порошка стевии из листьев и 2 столовые ложки травы зверобоя. Залейте смесь 1 стаканом горячей воды. Поставьте на огонь и кипятите 30 минут, остудите, процедите. Принимайте по трети стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

129. У меня язвенная болезнь желудка, пил травяной сбор с тысячелистником и ромашкой – эффект нулевой. Может, что не так делал?

Возможно, Вы неправильно лечились. Лечение лекарственными травами надо проводить в период обострения и в течение 10–14 дней после него. Не следует ждать быстрого выздоровления – первые положительные результаты появятся через 5–7 дней после начала приема трав. А окончательно оценить эффективность средства Вы сможете лишь через 2 недели. Если сбор за это время не подействовал, его надо заменить. Попробуйте такой. Возьмите в равных пропорциях траву зверобоя, семена льна, плоды укропа, цветки ромашки. Залейте 1 столовую ложку сбора 1 стаканом кипятка, варите на водяной бане 15 минут, настаивайте 1 час. Принимайте настой по 0,5 стакана 3–4 раза в день.

130. Чем опасна язва желудка и двенадцатиперстной кишки?

Язва желудка и двенадцатиперстной кишки опасна тем, что может привести к кровотечению, в этом случае стул становится черным. При частых обострениях язвенного процесса возможно также развитие непроходимости желудочно-кишечного тракта вследствие образования рубцов и спаек.

131. Какие есть домашние средства лечения язвы желудка?

Пейте облепиховый сок по 0,25 стакана 3 раза в день за 1 час до еды. Или принимайте, не запивая, масло облепихи по 1 чайной ложке 3 раза в день за 1 час до еды. Курс лечения не менее 3 недель.

Пейте по 0,5 стакана свежеприготовленного сока белокочанной капусты 3 раза в день. Курс лечения 3 недели. Приготовленный сок храните не более суток.

132. Что такое прободение язвы?

Прободение язвы желудка – это образование отверстия на месте язвы и выход содержимого желудка в брюшную полость. Чаще всего прободение язвы случается у мужчин молодого возраста, у стариков прободение случается крайне редко. Спровоцировать прободение могут сильный нервный стресс, поднятие тяжести, тяжелая физическая нагрузка. Определить, что это прободение, для врачей обычно не составляет труда, так как симптомы очень явные: сильнейшая, «кинжальная» боль в верхней половине живота, усиливающаяся при малейшем движении. Человек от боли кричит, стонет, подтягивает ноги к животу, как бы сворачиваясь. Живот становится твердым как доска. Выступает холодный пот, давление падает, пульс замедляется. Если Вы стали свидетелем такого приступа у человека, не предпринимайте ничего, кроме скорейшего вызова врача. Прободение лечится только хирургическим путем.

133. Какие продукты могут оказать помощь в лечении язвенной болезни желудка?

- Существенную помощь в лечении может оказать сок свежей капусты. Выпивая по четверти стакана за 30 минут до еды, постепенно доведите норму до 1 стакана. Капустный сок следует пить 1,5–2 месяца. Рекомендуется перед сном выпивать 1 стакан свежего кефира, в который добавьте 1 столовую ложку растительного масла. Пейте такой кефир также 1,5–2 месяца.

- При обострении болезни или язвенном кровотечении полезно употреблять сырые яичные белки. Возьмите 2 сырых куриных яйца, отделите белки от желтков. Белки пейте каждый день – утром натощак и перед сном. Курс 1 неделя.

- При обострении язвы желудка хорошо помогает и овсяный отвар. Промойте овес, высушите, размелите 1 стакан овса в кофемолке. Затем вскипятите 2,5 л воды и, помешивая, всыпьте овес. Варите на маленьком огне 40–45 минут, после чего процедите отвар через марлю, сложенную в несколько слоев. Пейте отвар теплым по 0,5 стакана 2–3 раза в день за 20 минут до еды.

- При язве желудка с пониженной кислотностью можно использовать шиповник. Заварите примерно 30 штук плодов шиповника 1 стаканом кипятка и настаивайте несколько часов. Выпейте настой в течение дня небольшими порциями.

134. Мне 43 года. Язва желудка и двенадцатиперстной кишки. Боли и изжога. Подскажите средство, как избавиться от них.

Для лечения язвенной болезни желудка обычно одного средства мало. Язву следует лечить комплексно: налаживать регулярное и щадящее питание, изменять образ жизни на режим с полноценным отдыхом, не нервничать, избегать стрессов, вывести паразитов, засевших в Вашем организме. И конечно, принимать лекарства. Причем лекарства с различными свойствами: антибактериальными, успокоительными, противовоспалительными, заживляющими. Такими свойствами обладает следующий состав. Возьмите поровну порошок какао, сливочное масло, мед, свежий куриный желток. Перемешайте составляющие части в однородную массу. Принимайте 2 недели по 1 десертной ложке через каждые 3 часа (минимальное количество суточных приемов – 5) за 30–60 минут до еды. Сделайте перерыв в приеме на 2 недели и повторите курс.

135. Часто болит живот, особенно по ночам, когда голодный, а иногда и днем, тоже, когда голодный, и тошнит. Поем – все проходит. Это гастрит?

Это больше похоже на язву двенадцатиперстной кишки. Но даже, если это гастрит или какое-нибудь другое желудочно-кишечное заболевание, попробуйте полегчить ольхой. Залейте 1 столовую ложку измельченной коры ольхи 1 стаканом кипятка, доведите до кипения, кипятите 10 минут, настаивайте полчаса, процедите. Принимайте по 1 столовой ложке 3–4 раза в день. Курс 2 недели.

136. Как вылечить чагой язву желудка?

Возьмите измельченную чагу, траву тысячелистника, траву зверобоя в равных частях. Залейте 1 столовую ложку смеси 1 стаканом крутого кипятка, настаивайте 20 минут, остудите, процедите. Принимайте по четверти стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Учтите, что при лечении чагой рекомендуется преимущественно молочно-растительная пища, следует ограничить прием мяса и жиров, исключить консервы, копчености, острые приправы. Нельзя также внутривенно вводить глюкозу и применять пенициллин.

137. Лечит ли горец перечный язву желудка?

Растение обладает антибактериальной активностью. А это значит, что может бороться с язвой желудка. Залейте 15 г измельченной травы горца перечного 1 стаканом 40 %-ного спирта или водки и настаивайте в течение 2 недель в темном месте. Принимайте по 10 капель 3–4 раза в день. Но только в том случае, если у Вас нет почечных воспалительных заболеваний, в частности, гломерулонефрита.

138. По весне случаются приступы обострения язвы. Принимаю гистак. А может, что из травок лучше принимать?

Для профилактики весной и осенью принимайте дымянку. Отожмите из листьев дымянки 10 мл сока, смешайте его с 0,5 стакана молочной сыворотки. Принимайте по 3 столовые ложки 3 раза в день перед едой. Дымянка стимулирует работу желудка.

139. Через 20–30 минут после еды появляются боли и изжога. Как от них избавиться?

Возможно, у Вас язва желудка, сделайте фиброгастроскопию. Поможет зверобойное масло. Траву зверобоя смешайте с подогретым подсолнечным маслом в соотношении 1:2, выдержите 3 часа на водяной бане, настаивайте 2 недели (временами взбалтывать), профильтруйте. Принимайте натощак по 1 столовой ложке 3 раза в день. Курс лечения 1 месяц.

140. Знаю, что исландский мох многие называют природным чудом. Может ли он помочь вылечить язву желудка и двенадцатиперстной кишки?

Положительные отзывы есть. Правда, в рецепт входит не только исландский мох, но и другие растения. Возьмите поровну исландский мох, семя льна, корень алтея. Залейте 2 столовые ложки сбора 2 стаканами холодной воды, выдержите 5 часов, варите в течение 5–7 минут, дайте настояться, процедите. Принимайте по трети стакана за 30 минут до еды 5–6 раз в день.

141. Врач сказал, что два раза в год, весной и осенью, обязательно проходить курс лечения язвы желудка, чтобы не было рецидивов. Что можно из трав пропить?

Например, кипрей может вполне справиться с язвой. Залейте 2 столовые ложки кипрея 1 стаканом кипятка, кипятите 15 минут, охладите при комнатной температуре, процедите. Пейте по 1 столовой ложке 3 раза в день.

142. При язвенной болезни желудка, если язвочка кровоточит, какие травы надо принимать?

Лучше использовать сбор, в который обязательным элементом входит лапчатка. Возьмите по 3 части корней лапчатки прямостоячей и листа крапивы двудомной, 2 части цветков ромашки лекарственной. Залейте 2 столовые ложки сбора 1,5 стакана кипятка, настаивайте в тепле 30 минут. Принимайте по 0,5 стакана через 1 час после еды.

143. Помню, что бабушка готовила моему дедушке Феде кисель из семян льна, когда у него начинал болеть живот (у него была язва). Недавно язву желудка и двена-

дцатиперстной кишки обнаружили и у меня. Я пью ранитидин, он помогает, но вот про бабушкин рецепт я бы хотел узнать от знающих людей. Есть у Вас такие сведения?

Кисель из семян льна – прекрасное обволакивающее средство, не позволяющее ранить грубой пищей язвочку. Отваривать семена льна надо в воде до образования жидкого киселя (1–2 чайные ложки семян на 100–150 мл воды) и пить по 0,5 стакана 5–8 раз в день, независимо от времени приема пищи. Боли проходят через 2–3 приема. Желательно пить кисель 3–4 дня, чтобы не повторялись приступы боли. Лечение будет более эффективным, если к 0,5 стакана киселя добавить 5–7 капель спиртовой настойки прополиса: 3 г прополиса залить 0,5 стакана спирта, настоять 14 дней в темном, теплом месте, профильтровать. Хранить средство надо в темном месте при комнатной температуре.

144. Правда ли, что пижму советуют принимать при язве желудка?

А что Вас смущает? Пижму действительно можно принимать при язве желудка, она ведь обладает противомикробным и обезболивающим действием. Залейте 1 часть цветков пижмы 20 частями кипятка. Дайте настояться. Принимайте по 1 столовой ложке 1–2 раза в день перед едой.

145. Мой сосед утверждает, что у него зажила язва желудка после того, как он летом ел подорожники. Такое возможно?

Возможно, если ежедневно, в течение всего лета, съедать по 12–15 свежих листьев подорожника большого. Это средство хорошо сочетать с приемом экстракта прополиса или меда с прополисом.

Болезни печени, желчных путей и поджелудочной железы

Гепатит

146. Есть какие-нибудь признаки у гепатита?

Гепатит изменчив, имеет несколько видов, симптомы которых различны, но все же некоторые признаки могут быть одинаковыми. К таким общим проявлениям болезни относятся потеря аппетита и симптомы, наблюдающиеся при гриппе: головные боли, повышение температуры, усталость, тошнота и рвота.

147. Всегда ли при гепатите кожа становится желтой?

Нет, не всегда. Желтуха (окрашивание кожи в желтый цвет) – совсем необязательный симптом. А если и появляется, то не на ранней стадии заболевания. Желтуха часто сопровождается выделением темной мочи и обесцвеченным стулом, болями в верхней правой части живота и в суставах. Если у вас есть подозрение на гепатит, обязательно сделайте анализ крови, ведь гепатит может вначале протекать и бессимптомно, а потом его будет трудно распознать.

148. Как вылечить гепатит?

Лечением такого серьезного заболевания, как гепатит, надо заниматься под наблюдением врача. Но травы могут оказать существенную помощь. Млечный сок одуванчика (сок берется от всего растения) принимайте по 1 столовой ложке, разведя в 0,5 стакана кипяченой воды.

149. Что можно и что нельзя есть при гепатите?

Рекомендуемые продукты и блюда:

Различные вегетарианские супы, овощные, молочные и фруктовые.

Можно пить молоко. В рационе должен присутствовать и нежирный творог. Сливки и сметану следует ограничить, используя их только для заправки.

Сыры только неострых сортов.

Яйца не более 2–3 раз в неделю.

Овощи, причем особое внимание следует уделить тыкве.

Каши: гречневая, рисовая, овсяная.

Из сладостей – мед, варенье, сахар (в небольших количествах).

Хлеб ржаной и пшеничный.

Некрепкий чай с молоком. Подойдут и фруктовые, и овощные соки, а также отвар шиповника.

Запрещенные продукты и блюда:

Наваристые мясные, куриные и рыбные бульоны.

Сало, жирные сорта мяса, птицы и рыбы.

Жареные блюда, сдоба.

Копчености, пряности, маринады.

Следует отказаться от редьки, репы, чеснока, хрена, поскольку они раздражающе действуют на слизистую оболочку пищеварительного тракта.

Алкогольные напитки исключены.

Как и при любом заболевании печени, нельзя употреблять холодные блюда и напитки.

150. Какие витамины могут помочь в лечении гепатита?

В₉, В₁₂, С, Е.

151. Периодические резкие боли в правом боку и правой руке, чаще возникают по ночам. К утру боль обычно проходит. Это не гепатит?

Однозначно ответить не могу. Но, скорее всего, – это печеночные колики. Для них характерны вечерние и ночные колющие боли в правом подреберье, отдающие в правую лопатку, правое плечо, реже – в поясницу. Колика может продолжаться от 15 минут до 5–6 часов. Печеночная колика часто сопровождается тошнотой, рвотой, вздутием живота, кратковременным повышением температуры. При закупорке протока камнем возникает желтуха, которая сопровождается зудом, обесцвечиванием испражнений и вскоре после приступа исчезает.

152. Как знахари лечат гепатит?

Есть такой рецепт. Возьмите 10 г измельченного чеснока и по 5 г травы чистотела (соблюдайте дозировку, так как чистотел ядовит) и травы полыни обыкновенной, залейте 0,5 л белого виноградного вина, доведите до кипения, охладите, процедите. Принимайте по 2 столовые ложки утром натощак. Курс лечения 7 дней. При необходимости курс лечения повторяйте через 7 дней до полного выздоровления.

Еще одно хорошее средство лечения гепатита – зверобой с вином. Залейте измельченную траву с цветками зверобоя вином (кагор или мадера) в пропорции 1:10. Бутылку поставьте на 10–12 дней в темное место при комнатной температуре или на 2–3 часа в кастрюлю с теплой (но не горячей) водой. Пейте по 1 столовой ложке настоя перед едой в течение 2 недель.

Дискинезия желчевыводящих путей и желчного пузыря

153. Врач сказал, что у меня дискинезия желчевыводящих путей, чем ее люди лечат?

При дискинезии желчевыводящих путей и желчных протоков происходит застой желчи. Значит, необходимо принимать средства, способствующие ее продвижению и, главное, наладить правильное питание. Моя бабушка всегда говорила, что от застоя желчи надо есть брюкву. Можно в сыром виде, можно – в тушеном.

Брюква обладает и противовоспалительным, и желчегонным действием. Так что ешьте больше брюквы, не прогадаете.

154. Часто ощущаю тяжесть в правом боку, аппетита нет, запоры часто бывают. Что это такое?

На основе Ваших очень кратких симптомов могу предположить, что у Вас есть проблемы с желчным пузырем, выводом желчи, то есть, скорее всего, имеется дискинезия желчевыводящих путей.

Принимайте горечавку. Залейте 1 столовую ложку измельченных сухих корней и корневищ 2 стаканами холодной кипяченой воды, настаивайте ночь, процедите. Принимайте по 0,5 стакана 2 раза в день за 30 минут до еды.

155. При всех моих жалобах на боли в животе врачи неизменно говорят: «Не волнуйтесь, это дискинезия желчевыводящих путей». А мне от названия не легче. Может, травники помогут?

Залейте 1 чайную ложку истолченных семян петрушки 1 стаканом кипяченой воды комнатной температуры, настаивайте 8 часов, процедите. Принимайте по 0,5 стакана настоя 3–4 раза в день за 20 минут до еды.

156. Как принимать тысячелистник, если у меня дискинезия желчевыводящих путей?

Возьмите 2 столовые ложки измельченной травы тысячелистника и 1 столовую ложку листьев полыни горькой, залейте смесь 3 стаканами кипятка, настаивайте 15 минут. Принимайте по 0,5 стакана 3 раза в день 3 дня подряд, затем сделайте перерыв на 4 дня и снова повторите курс.

157. Сын вернулся из молодежного лагеря с дискинезией желчевыводящих путей. Чем его лечить?

Смешайте 0,5 стакана свежевыжатого морковного сока с таким же количеством подогретого до температуры 70–80 °С молока. Эту смесь давайте ему пить небольшими глотками вместо завтрака. Возможно, что для молодого организма такой скудный завтрак будет недостаточен и полученные калории не обеспечат необходимого запаса сил, тогда пусть позавтракает как обычно, но не ранее чем через 1 час после употребления морковно-молочного напитка.

158. Знаю, что люди для налаживания работы печени и желчного пузыря пьют скипидар с молоком. Но сколько чего, куда я не знаю. Подскажите.

Накапайте 15–20 капель скипидара в 1 стакан молока. Принимайте 3 раза в день. Не слишком вкусно, но полезно для очищения печени и желчного пузыря.

Желчнокаменная болезнь

159. Читала статистику, где было сказано, что женщины чаще болеют желчнокаменной болезнью. Почему?

Действительно, каждая пятая женщина и лишь каждый десятый мужчина страдают от желчных камней. Объяснить это можно тем, что беременность способствует образованию желчных камней: выросшая матка сдвигает внутренние органы, меняет положение желчного пузыря, сдавливает желчные протоки, повышается уровень холестерина в крови. Известно также, что женщины дышат грудью, а мужчины – животом. При мужском дыхании движение диафрагмы способствует току желчи по желчным путям, при женском дыхании диафрагма мало движется, и желчь застаивается. Часто виновником болезни желчного пузыря становится диета, на которую садится женщина в погоне за стройностью фигуры.

160. У меня желчнокаменная болезнь, можно ли мне употреблять алкогольные напитки или совсем отказаться от них?

Зачем совсем лишать себя удовольствия? По праздникам можете выпить немного вина, причем лучше вермута, в котором содержится много различных трав, но обязательной является полынь – известная гонительница желчи. А вот от коньяка Вам действительно лучше отказаться.

161. Что принимать при желчнокаменной болезни?

Возьмите поровну листа мяты перечной, листа Melissa и цветков ромашки. Залейте 2 чайные ложки сбора 1 стаканом кипятка, настаивайте до охлаждения, процедите. Принимайте по 1 стакану в день.

Возьмите 2 столовые ложки сухих корней хвоща полевого, залейте 2 стаканами кипятка, настаивайте 2 часа, процедите. Принимайте в горячем виде по 0,5 стакана 4 раза в день.

162. У меня и желчнокаменная и мочекаменная болезни. Камни во мне растут регулярно. И это невесело. Хочу начать очищение организма. Чем можно очищаться от камней?

Раз у Вас две такие серьезные болезни, то лучше всего для очищения подойдет цикорий. Возьмите 2 столовые ложки измельченной травы и корней цикория, залейте 1 стаканом кипятка и варите в эмалированной кастрюле под крышкой на медленном огне. Снимите с

огня, укутайте и дайте настояться 3–4 часа. Принимайте 3 раза в день за 15–20 минут до еды по 0,5 стакана.

163. Как принимать бессмертник при желчнокаменной болезни?

Приведу два рецепта. Их же можно использовать и тем, у кого поставлен диагноз «холецистит».

- Залейте 1 столовую ложку цветков бессмертника 2 стаканами воды и в закрытой посуде нагревайте на водяной бане 10 минут, затем настаивайте еще 30 минут и процедите. Принимайте теплым по 0,5 стакана за 30 минут до еды 3–4 раза в день в течение 10–15 дней.

- Измельчите 14–16 стеблей травы с цветками бессмертника песчаного и варите в 1 л воды в течение 8–10 минут. Смешайте 0,5 стакана отвара с 0,5 стакана горячего молока, подсластив молоко 2 чайными ложками меда. Выпейте за 30 минут до еды. Принимайте в течение 4 дней, затем сделайте перерыв 2 дня. Курс лечения 2 месяца.

164. У меня желчнокаменная болезнь. Говорят, что нужно пить крапиву. Как приготовить?

Вы, конечно, оговорились, крапиву не пьют, а едят, но в данном случае оговорка правильная. Отожмите сок из крапивы и пейте его по четверти стакана 2–3 раза в день или по 1 столовой ложке через каждые 2 часа.

165. Как правильно использовать глину при желчнокаменной болезни?

Глину при желчнокаменной болезни принимайте, начиная с малых доз, – по 0,5 чайной ложки на 1 стакан воды. Через неделю прибавьте еще 0,5 ложки, еще через неделю – 1 ложку и за 4 недели доведите количество принимаемой глины до 1 столовой ложки на 1 стакан воды. Всего очищающий курс продолжайте не более 6 недель. Во время лечения возможно обострение болезни – начнут выходить мелкие камешки, и организм среагирует на это болью. Для избавления от боли иногда достаточно полежать на правом боку на грелке, чтобы расширить желчные протоки. Не старайтесь сразу снять боль сильным средством – дайте организму возможность вывести камни и помните, что, сняв спазм и расслабив мышцы, вы способствуете не выбросу, а застою желчи в пузыре.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.