



Людмила М. Михайлова
Энциклопедия народной медицины.
Золотая коллекция народных рецептов

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=647885

Энциклопедия народной медицины. Золотая коллекция народных рецептов: Центрполиграф;
Москва; 2009

ISBN 978-5-9524-4417-1

Аннотация

В этой книге вы найдете подробный перечень народных рецептов и лекарственных средств, приготовление которых легко освоить в домашних условиях. Травяные сборы, настои, отвары, соки, сиропы, мази, масла – вы узнаете все об их целебных качествах и особенностях хранения, убедитесь в том, что при правильном применении они безопасны для организма и не вызывают побочных эффектов.

С их помощью вы легко сможете избавиться от всех болезней, от ангины до хронической усталости. Кроме того, в энциклопедию вошел раздел об оздоровительном эффекте русской бани, чая и массажа.

Содержание

От составителя	4
Методы приготовления лекарственных средств	7
Сборы лекарственные	8
Настои и отвары	9
Настойки	10
Препараты из свежих растений	12
Соки	13
Сиропы	14
Мази	15
Медицинские масла	17
Способы приготовления некоторых основ	19
Способы поступления лекарств в организм	21
А	24
Абсцесс	24
Авитаминоз	26
Алкогольная зависимость	29
Аллергический дерматит (крапивница)	34
Аллергия	36
Ангина (тонзиллит острый)	38
Анемии (малокровие)	43
Аритмии	45
Артрит	47
Артроз	54
Атеросклероз	57
Атония кишечника	65
Атония матки (после родов)	67
Атония мочевого пузыря	68
Б	69
Болезни суставов	69
Бородавки	74
Бронхит	76
В	86
Варикозное расширение вен, тромбофлебит	86
Воспалительные заболевания кишечника	91
Г	99
Гайморит	99
Гастрит	101
Геморрой	109
Гемофилия	115
Конец ознакомительного фрагмента.	117

Людмила Михайлова

Энциклопедия народной медицины. Золотая коллекция народных рецептов

От составителя

Природа – это среда обитания человека. Человек неотделим от природы, как и она от человека. Жизнь человека теснейшим образом связана с растительным и животным миром. Время идет, и человек все больше убеждается, что в самой природе находится решение многих вопросов, связанных не только с возникновением отдельных заболеваний, но и с избавлением от них. Широко применяемые человечеством растительные и животные лекарственные препараты – убедительное доказательство того, что в природе надо искать возможности избавления от недугов. Наблюдая за животным миром, первобытные люди научились отбирать не только наиболее вкусные и питательные растения, но и отмечали среди них те, которые помогали избавиться от той или иной хвори. Великий Гиппократ говорил: «Медицина есть искусство подражать природе». Веками лекарственные растения, плодовые и овощные культуры использовались в практической медицине всех стран. Любая пища – лекарство. Благодаря накопленному тысячелетиями опыту человечество отбросило все сомнительное, вредное, ненужное и сохранило в своей жизни все необходимое и полезное. Жизнь человека тесно связана с окружающей средой, и в самых критических ситуациях он ищет помощи от природы. Если у нас заболела голова или горло, мучает приступ кашля, поднялась температура, нелады с кишечником, мы в первую очередь прибегаем к дарам природы. Пьем чай с лимоном при температуре, чай с малиной при простуде, жуем заварку черного чая, завариваем кору граната при поносе. Все эти легкие средства помогают иногда временно, так как зачастую это признаки серьезного заболевания. Но в наступивший период облегчения мы можем спокойно обратиться к врачу. Там, где защитные силы организма способны сами справиться с начинающимся недугом, полезными могут оказаться растения, обладающие потогонным, жаропонижающим, тонизирующим, отхаркивающим, мочегонным, сокогонным или антитоксическим действиями. Например, перед сном вам пришлось поесть тяжелую пищу (сырокопченую колбасу, жареное мясо и т. д.). А утром – чувство тяжести или боль в области желудка, отсутствие аппетита. В таких случаях достаточно перед завтраком выпить чай, заваренный семенами укропа, или зеленый чай с укропом. Снять состояние слабости и общего недомогания (усталость, расстройство желудка, горло саднит, лихорадит) иногда помогает травяной чай или крепко заваренный черный чай с фруктовым соком, сиропом, вареньем из садовых и дикорастущих плодов и ягод. При плохом самочувствии, когда причина неясна, помогает лимон с медом. Древняя традиционная медицина основывалась на главном принципе – ближе к природе! Древние медики в качестве лекарственных средств широко использовали лечебные свойства фруктов, овощей, растений.

В излишестве все бывает вредно. Любые фрукты, овощи, зелень в большом количестве могут оказать отрицательное влияние на организм человека. Необходимо помнить, что имеет значение не только доза продукта, но и время приема. Например, употребление большого количества груш, яблок, абрикосов, винограда, огурцов до еды у многих людей вызывает расстройство желудка. Груша и дыня считаются тяжелой пищей, и смешивать их с другой едой не следует. Кушать их лучше отдельно и не натощак. А яблоко полезно съесть натощак и на ночь. Даже здорового человека может замучить тяжелая кишечная колика после приема большого количества фруктов и овощей. Чрезмерное употребление граната, хурмы, ягод

черники может привести к запорам. Если перед сном употребить большое количество крепко заваренного чая или кофе, а также лука и чеснока, заснуть будет очень сложно. Каждый должен знать, какие фрукты и овощи, и в каком количестве хорошо усваивает его организм, какие продукты его организм не переносит. Соблюдение этих простых правил сохранит вам здоровье и подарит долголетие. Вы должны досконально изучить свое здоровье, знать свои болезни и помнить о них при употреблении растительной и животной пищи. Есть болезни, при которых показаны одни лекарственные средства и абсолютно противопоказаны другие. Например, больным гиперацидным гастритом противопоказаны лимоны, душица, перец, тмин, то есть то, что полезно при гипацидном гастрите. Больным геморроем, а также при острых и хронических гепатитах противопоказаны черный и красный перец, горький лук, чеснок и горчица. гипотоникам нельзя принимать кориандр, укроп (особенно его семена), высшие сорта зеленого чая. Людям, перенесшим инфаркт, а также при тромбозах и тромбозах противопоказаны райхон (базилик обыкновенный), кориандр (кинза), дудник, так как они повышают свертываемость крови.

Опыт применения растений в качестве целебных средств накапливался веками и привел к зарождению народной медицины. В ней имеется много полезных и рациональных способов лечения не только растениями. Использование пчелиного яда для лечения различных заболеваний насчитывает тысячелетия. Апитерапию использовали для уменьшения боли и воспалительных явлений в суставах и мышцах, при невралгии, ишиасе, бронхиальной астме, гипертонической болезни, при язвотворящих ранах и язвах, тромбозах и т. д. Мед обладает отхаркивающим и болеутоляющим действием. Если запивать мед теплой водой, он улучшит сон, снизит кислотность желудочного сока, холодной – усилит секрецию и моторику желудка, горячей – потогонное средство. Медом в смеси с пищевыми продуктами и лекарственными травами лечат язвенную болезнь желудка, гипертоническую болезнь, ишемическую болезнь сердца, заболевания печени и почек, простудные заболевания и т. д. Прополис регенерирует ткани, влияет на иммунологические процессы, обладает противовоспалительным действием. Его применяют при ожогах, остеохондрозе, отитах, кожных заболеваниях и т. д. Цветочная пыльца применялась у больных гастритами, колитами, гепатитами, хроническими нефритами и ишемической болезнью сердца. Маточное молочко стимулирует двигательную активность, предотвращает старение организма, понижает артериальное давление, уровень сахара в крови, холестерина и т. д. Пчелиным воском лечат больные суставы, парадонтоз. Издавна в народной медицине применялся муравьиный спирт для лечения суставов и невралгий. Он обладает болеутоляющим и противовоспалительным свойством, снижает артериальное давление. Из порошка крупных черных муравьев-древоточцев делали мазь на рыбьем жире для растирания болезненных участков тела.

Медицинские пиявки уже три тысячелетия широко применяются в медицинской практике для кровопускания при заболеваниях сосудов, тромбозах, гипертонической болезни, для восстановления кровообращения после хирургического вмешательства, при пластических операциях, а также в случае приживления утраченных органов. В народе широко использовались продукты жизнедеятельности животных. Например, желчь всевозможных животных. Компрессами из желчи лечат острые и хронические заболевания суставов, радикулиты как обезболивающее, противовоспалительное и рассасывающее средство. Применение мочи с лечебной целью известно с глубокой древности в народной медицине и ветеринарии у многих народов. Моча использовалась как средство для лечения ранений, экзем, ожогов, рожи, алкоголизма и других заболеваний. Жир медведей и сусликов, добытых осенью, оказывает заживляющий эффект при смазывании ран. Барсучий жир применяли внутрь с горячим молоком при воспалении легких, астме, туберкулезе; наружно использовали в виде растирания и компрессов при простуде и ревматизме. Он использовался как

ранозаживляющее средство. При легочных заболеваниях применяли также медвежий, собачий и волчий жир. Раны и глубокие порезы в народе лечили мазью, приготовленной путем варки смолы ели в медвежьем жире. В народной медицине стран Восточной Азии неокостеневшие рога (панты) пятнистого оленя используются более двух тысяч лет. Как в чистом виде, так и в сочетании с другими лечебными средствами их широко применяли при анемии, истощении, общем ослаблении организма после инфекционных заболеваний, недостаточности сердечно-сосудистой системы, медленном заживлении ран, для восстановления функции половых органов.

Мумие как лекарственное средство известно в восточной медицине более трех тысяч лет. Мумие – прекрасный бальзам при заболеваниях кровеносной системы, мигрени, параличе лицевого нерва, заболеваниях сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, переломах и других болезнях.

Человечество лечит себя на протяжении почти пяти тысяч лет голодом. Этот метод лечения считают «королевским» путем исцеления от различных телесных и душевных переживаний. К лечению голодом прибегали многие мыслители древности, философы, простолудины и служители церкви. Известно, что в период постов, обусловленных культом различных религий, многие больные избавлялись от своих недугов. Во время голода из организма с водой уходят яды, шлаки и лишние соли. Очищаются не только печень, почки, но и суставы. Временное воздержание от пищи вызывает повышение жизненного тонуса, улучшение общего самочувствия, обострение памяти, внимания и зрения, нормализацию кровяного давления, урежение пульса, снятие боли, гипоксии и аритмии, улучшение половой деятельности.

Человечество научилось лечить себя и металлами, например, золотом и серебром. Золото действительно считается накопителем и проводником солнечной энергии и его воздействие на человека целебно. Люди научились золотыми аппликациями и препаратами с использованием «золотой» воды лечить недуги. Антисептические способности серебра были замечены людьми сразу же при его открытии. Не зря серебряная посуда использовалась в любом, даже небогатом, доме.

Дорогие читатели, помните, что применение любых методик лечения должно сопровождаться советом доктора. Лишь умело сочетая средства народной и научной медицины, можно добиться наибольшего эффекта в лечении и оздоровлении человека.

Методы приготовления лекарственных средств

При приготовлении натуральных лекарств в домашних условиях важно сознание того, что это сделано своими руками, из своего сырья, а значит человек уверен в его содержании и лечебном действии. Препараты, выделенные из животного и растительного сырья, называются галеновыми как дань уважения великому галену (131–201 гг. н. э.). Это он привнес в систему громадный материал о ядах, противоядиях, отдельных лекарствах, их действии на человека. Практически эта методика получения лекарств осталась неизменной до наших дней.

Галеновые препараты прошли сложный путь развития. К первым препаратам относятся вытяжки из сырья растительного и животного происхождения, получаемые с помощью вина, масел, жиров. После того как были выявлены консервирующие свойства меда и уксуса, стали получать лекарственные меда и лекарственные уксусы. При перегонке эфирномасличных растений начали производить ароматные воды, а из соков растений – эссенции. Это были первые водные экстракты. Ароматные спирты и ароматные эссенции – настойки душистых растений на спирту. Так появились новогаленовые препараты.

Собранный, высушенный или свежий исходный материал, из которого будет изготовлено лекарство, называется сырьем, а входящие в его состав компоненты – ингредиентами. Производство из сырья готового продукта – лекарства включает несколько технологических процессов. Из собранного материала приготавливаются настои, отвары, настойки, масла, сиропы, мази.

Сборы лекарственные

Сбор представляет собой смесь изрезанных или истолченных в крупный порошок частей лекарственных растений. Иногда в такие смеси добавляют эфирные масла или соли. Сборы – наиболее простая форма использования лекарственных растений и применяется для приготовления в домашних условиях различных настоев и отваров, полосканий, припарок, ванн. Это недозированная лекарственная форма. Обычно количество сырья отмеривается столовой ложкой. В связи с этим в состав сборов никогда не должны вводиться ядовитые и сильнодействующие лекарственные растения, если они используются без согласования с врачом.



РЕЦЕПТ

Сбор противоастматический. Лист белены – 1 г, лист красавки – 2 г, лист дурмана – 6 г, натрия нитрата (селитра) – 1 г.

Крупно измельченные листья, просеянные через сито с диаметром отверстий 3 мм, смешивают. К смеси прибавляют раствор 1 г нитрата натрия в 12 мл воды, размешивают до однородного увлажнения всей массы и сушат при перемешивании при температуре не выше 60 °С. Получается порошок буровато-зеленого цвета, своеобразного запаха. Зажженный, он медленно и равномерно тлеет до озоления. Сбор сильно ядовит. Применяют только по назначению врача как противоболевое и противоспазматическое средство в виде порошка, сигарет, масляного экстракта. Иногда с целью предотвращения токсического действия сбор разбавляют листьями крапивы.

В сборы части растений вводят: 1) в целом виде – мелкие листки и цветочные корзинки (ромашка, бузина, тысячелистник и т. п.), иногда семена и ягоды; 2) в изрезанном или раздробленном виде – корни, корневища, кора, трава, крупные листья, некоторые цветы (липовый цвет); 3) в истолченном или крупно-измельченном виде – плоды, семена, мелкие и хрупкие листья (толокнянки). Сырье, входящее в состав сбора, измельчают по отдельности, после чего осторожно и тщательно смешивают для получения равномерной смеси.

Если в состав сбора входят эфирные масла, то их вводят в спиртовой раствор путем опрыскивания полученной смеси; если соли, то их растворяют в минимальном количестве воды и также опрыскиванием вводят в сбор. После этого увлажненный сбор необходимо подсушить.

Настои и отвары

Настои и отвары представляют собой водные вытяжки из лекарственного растительного сырья, приготавливаются при нагревании и различаются между собой только по срокам термической обработки.

Измельченное лекарственное растительное сырье помещают в фарфоровую, эмалированную или из нержавеющей стали посуду. Обливают водой комнатной температуры, закрывают крышкой и нагревают на кипящей водяной бане при частом помешивании: отвары – в течение 30 минут, настои – 15 минут. После этого сосуд снимают с водяной бани и охлаждают при комнатной температуре: отвары – 10 минут, настои – не меньше 45 минут. Далее те и другие процеживают, отжимая остаток сырья, и добавляют воду до предписанного объема вытяжки.

Следует отметить, что короткого времени настаивания на водяной бане недостаточно для полного экстрагирования веществ. Поэтому последующее охлаждение необходимо для полноты извлечения. Однако отвары процеживают горячими, так как после охлаждения они быстро мутнеют.

Настои и отвары могут быть основой, в которую добавляют разнообразные лекарственные средства, такие смеси можно назвать микстурами. При их приготовлении важно учитывать совместимость добавляемых лекарственных средств с веществами, извлеченными из растительного сырья. Все настои и отвары употребляют свежеприготовленными. Признаками порчи водных извлечений являются изменение цвета, муть, образование пленки, появление осадка и необычного, чаще кислого, запаха.

Отвары хороши тем, что, кроме простоты приготовления, они медленно всасываются организмом и действуют более продолжительно. Однако они содержат слишком много посторонних веществ, ослабляющих влияние действующих. В этом отношении настои предпочтительнее, так как, являясь более чистыми, хорошо всасываются и оказывают быстрое действие.

Настойки

Настойки – это спиртовые, спирто-водные и спирто-эфирные извлечения действующих веществ из растительного сырья, которые получают без нагревания и без удаления экстрагента. В основном это темноокрашенные жидкости.

Для приготовления настоек в домашних условиях используется основной способ – настаивание, или мацерация. Измельченное сырье с рассчитанным количеством экстрагента помещают в закрывающийся сосуд и настаивают при комнатной температуре 7 суток, периодически взбалтывая или перемешивая. После настаивания вытяжку сливают, остаток отжимают, промывают его небольшим количеством экстрагента, снова отжимают. Отжатую вытяжку прибавляют к слитой вытяжке, после чего объединенную вытяжку доводят экстрагентом до требуемого объема. Настойки из свежего сырья получают методом настаивания. Обычно из 1 части несильнодействующего сырья получают 5 частей настойки, а из 1 части сильнодействующего – 10 частей. Измельченное сырье заливают крепким спиртом (90°), настаивают 14 суток, извлечение отделяют, сырье отжимают. Настойку отстаивают 7 суток при температуре не выше 8 °С и фильтруют.



РЕЦЕПТ

Настойка эфирно-валериановая. Берут 100 весовых частей крупного порошка валерианы, обливают 500 объемными частями 90 %-го спирта и настаивают 4 суток при частом взбалтывании. Затем добавляют 300 объемных частей эфира и продолжают настаивать еще 3 суток. Настойку без выжимания остатка тщательно сливают, отстаивают и быстро фильтруют через прикрытый фильтр. Эфирно-валериановая настойка – успокаивающее (седативное) средство. Желтовато-буроватая жидкость с характерным ароматным запахом. Сначала жгучего, затем сладковатого, горьковато-пряного вкуса. Содержание спирта не менее 50 %. Под влиянием солнечного света темнеет.

Настаивание можно проводить в любых сосудах, от широкогорлых бутылей до специальных баков из алюминия, нержавеющей стали, вылуженного железа, деревянных бочек. Основная трудность операции извлечения – необходимость перемешивания набухшей растительной массы.

Полученные мацерацией настойки представляют собой мутные жидкости с большим или меньшим количеством взвешенных частиц. Для последующего осветления их необходимо вначале отстаивать несколько дней при температуре не выше 8 °С (в холодильнике). После отстаивания осадок отделяют фильтрованием или центрифугированием.

Все настойки, кроме некоторых (эфирно-валериановая и др.), приготавливаются на спирте. При этом качество настоек определяется концентрацией применяемого при экстрагировании спирта. Для выбора крепости спирта должны учитываться растворимость действующих веществ, количество и характер сопутствующих веществ. Например, действующее вещество хорошо и быстро извлекается 40 %-ным спиртом. Но при этой концентрации спирта в вытяжку переходит очень много сопутствующих балластных веществ, которые будут обуславливать нестойкость препарата при хранении и дезактивацию действующих веществ. Видимо, в этом случае при удобстве использования 40 %-го спирта целесообразно

использовать спирт более высокой концентрации. Чаще всего используется концентрация спирта 70 %.

Настойки должны сохраняться в хорошо закупоренных бутылках или пузырьках при комнатной температуре в защищенном от света месте. На свету многие настойки меняют цвет – светлеют. С течением времени, в них появляются осадки – настойки «стареют».

Препараты из свежих растений

Вышеописанные препараты обычно получают из высушенного растительного сырья. Однако действующие вещества многих растений во время сушки и последующего хранения изменяются (ферментативные процессы, испарение, кислород воздуха и др.) и теряют свою активность. В ряде случаев препараты свежих растений обладают большей активностью, чем соответствующие из высушенного сырья. Настойка из свежих корней валерианы в 2–3 раза активнее настойки, полученной из высушенных корней. Фитонцидная активность наблюдается обычно лишь в препаратах из свежих растений.

Свежесобранное сырье отмывают от пыли и загрязнений, проветривают на воздухе и измельчают. Необходимо очень тонко измельчить сырье, чтобы разрушить оболочки клеток. Свежее сырье содержит большое количество воды (50–80 %), поэтому измельчается трудно. В ход идут приборы типа мясорубок, где растительный материал сначала раздавливается, а затем истирается.



РЕЦЕПТ

Аллилчеп – экстракт из репчатого или зеленого лука. Применяют внутрь при атонии кишечника, атеросклерозе.

Луковицы репчатого лука очищают от наружных пленок и измельчают на мясорубке. Кашицеобразную массу заливают 70 %-ным спиртом в соотношении 1:1,5 и настаивают при комнатной температуре 7 суток. Извлечение сливают в отстойник. Сырье вновь заливают спиртом, но уже 60 %-ным в соотношении 1:1 и настаивают 24 часа. После этого извлечение присоединяют к первому сливу. Оставшееся сырье прессуют и отжим присоединяют к извлечениям. К полученному экстракту для осветления добавляют активированный уголь из расчета 0,3 г на 1 л и фильтруют. Аллилчеп – прозрачная жидкость желтого или зеленого цвета. Хранят в прохладном месте. Применяют по 15–20 капель.

Соки

Другой разновидностью извлечений из свежих растений являются соки, которые, в свою очередь, можно приготовить несгущенными и сгущенными. Их можно получать из таких лекарственных растений, как ландыш, наперстянка, красавка, валериана, хвощ, крапива, чистотел, черемица, мать-и-мачеха и др.

Свежесобранное растительное сырье измельчают и полученную кашицу прессуют. Количество полученного сока зависит от характера взятого сырья. Если сырье бедно соком, до прессования его замачивают в спирте. К каждому 85 частям выжатого сока прибавляют 15 частей 95 %-го спирта (в спирт рекомендуется добавить 0,3 % хлорбутанолгидрата для стабилизации при хранении сока) и с целью быстрого нагревания смесь ставят в воду, предварительно нагретую до 85–88 °С. После того как температура сока достигнет 77–78 °С, нагревание продолжают еще 30 минут. Затем для быстрого охлаждения нагретую смесь ставят в проточную воду. Целью быстрого нагревания и быстрого охлаждения является инактивация ферментов и осаждение белковых веществ. Выпавший хлопьевидный осадок лучше всего отделяется центрифугированием. Получается чистый прозрачный сок, который хорошо хранится за счет консервантов – хлорбутанолгидрата и спирта.

Сиропы

Сиропы – препараты, представляющие собой концентрированные растворы сахара в воде и перебродивших ягодных соках, а также смеси их с растворами лекарственных веществ, настойками и экстрактами. Это густые, вследствие высокого содержания сахара (до 64 %), прозрачные жидкости с запахом и вкусом веществ, входящих в их состав. Основное назначение сиропа – сохранение действующих компонентов в течение длительного времени за счет высокой концентрации сахара и окрашивание неприятного вкуса лекарств. Последнее особенно ценно при назначении лекарств детям.

РЕЦЕПТ

Сок алоэ применяют наружно при лечении гнойных ран, ожогов и воспалительных заболеваний кожи; внутрь – при гастритах, запорах. Измельчают листья алоэ древовидного. Из полученной кашицы отжимают сок, нагревают его при температуре 100 °С и выдерживают в течение 5–10 мин., охлаждают, добавляют 96 %-ный спирт до концентрации 20 % и оставляют в прохладном месте на 14 суток. После отстаивания сок отделяют от осадка, фильтруют, добавляют 0,5 % хлорбутанолгидрата. Препарат содержит набор биогенных стимуляторов.

Для приготовления сиропа применяется сахар высшей очистки – сахар-рафинад, который содержит 99,9 % сахарозы в пересчете на сухое вещество и воды – не более 0,4 %.

Сахарные и фруктово-ягодные сиропы применяются исключительно как средства, исправляющие вкус, они не являются сами по себе лекарственными средствами, не входят как компоненты в лекарства.

Сахарный сироп. Для приготовления сиропа в эмалированную или меднолуженную посуду наливают воду из расчета 0,36 л на 0,64 кг сахара. Воду нагревают до 60–70 °С и при непрерывном помешивании всыпают частями рассчитанное количество сахара. После полного растворения сахара сиропу дают 2 раза вскипеть. Образующуюся пену (белковые и слизистые вещества) снимают шумовкой. Варка сиропа должна быть непродолжительной (нагревание до растворения сахара – 35–40 минут и 2-кратное кипение – 20–25 минут), иначе он пожелтеет вследствие частичного разложения сахара. Признак готовности – прекращение образования пены на его поверхности. готовый сироп в горячем состоянии процеживают через металлическое сито. Получается густоватая прозрачная бесцветная жидкость без запаха, чисто сладкого вкуса.

Мази

Мази – это готовые лекарственные формы для наружного применения, которые представляют собой вязкие жидкости, способные образовывать на коже или другой поверхности ровную несползающую пленку. При комнатной температуре мази сохраняют форму и теряют ее при повышении температуры, превращаясь в густые жидкости.

Мази применяются: 1) с целью нанесения на кожу или слизистые для изоляции покрытого участка от вредных растворителей, пыли;

2) для нанесения лекарственных веществ на раны, при ожогах, опрелостях, отморожениях;

3) для нанесения на кожу с целью ее лечения;

4) для проникновения лекарственных веществ через кожу.

Мазь состоит из лекарственного (действующего) вещества и основы. Лекарственные вещества обладают разной растворимостью. Одни из них хорошо растворяются в жирах, другие, наоборот, в них не растворяются, но хорошо растворяются в воде, спирте и т. д. Поэтому в зависимости от растворимости веществ следует подбирать и мазевую основу.

Кроме хорошей способности растворять действующие вещества, мазевая основа должна удовлетворять следующим требованиям: 1) обладать мажущей способностью; 2) не реагировать химически с вводимыми веществами; 3) быть индифферентной в фармакологическом отношении или обладать лечебными свойствами; 4) хорошо всасываться кожей; 5) легко смываться. Различают две группы основ: гидрофобные и гидрофильные, то есть водонерастворимые и водорастворимые.



РЕЦЕПТ

Крахмально-глицериновая основа.

К 7 г крахмала (пшеничного) прибавляют равное количество воды, размешивают, прибавляют 93 г глицерина. Полученную смесь при помешивании осторожно нагревают на водяной бане до получения однородной просвечивающей массы, весом 100 г.

При остывании образуется полупрозрачный студень беловатого цвета мягкой консистенции. Основа легко намазывается и характеризуется медленным всасыванием. Устойчива в отношении загнивания.

Из гидрофобных распространены в основном липофильные (жирорастворимые) основы: жиры и воски. Чаще всего применяются: из мягких жиров – свиной жир, из плотных – бычий жир, из жидких – растительные масла. Все жиры нерастворимы в воде, мало растворимы в спирте.

Свиной жир хорошо покрывает кожу (легко намазывается), не раздражает ее, хорошо всасывается и воспринимает большинство лекарственных средств, легко смывается мыльной водой.

Гусиный жир является еще более мягкой основой, чем свиной. Он особенно пригоден для приготовления мазей, применяемых при отморожениях.

Бычий (говяжий) жир уступает свиному, так как плавится при более высокой температуре и в связи с этим плохо покрывает кожу. В основном прибавляется к свиному жиру для придания мази большей твердости.

Бараний жир близок к обычному.

Растительные масла (подсолнечное, персиковое и др.) как основы самостоятельно применяются редко и идут обычно как добавки к бычьему салу и свиному жиру – они мягкие.

Общим недостатком жиров как основ является их легкая прогоркаемость на воздухе. Прогорклые жиры раздражают кожу, вступают в химические реакции с находящимися в них действующими веществами – инактивируют их.

Пчелиный воск как мазевая основа несколько более стоек к старению. Чаще применяется не самостоятельно, а в смеси с другими основами: улучшает впитываемость водных жидкостей и повышает вязкость мази.

Из других непрогоркаемых основ лучшими считаются углеводородные основы, полученные переработкой нефти – вазелин, парафин.

Вазелин не реагирует с действующими веществами мази, однако почти не всасывается кожей, поэтому служит хорошей основой для покровных, поверхностно действующих и защитных мазей.

Парафин, как и *воск*, применяется в качестве добавки к основам для увеличения их плотности и повышения температуры плавления, что особенно важно в жарком климате.

Гидрофильные (водорастворимые) мазевые основы не оставляют жирного следа. После нанесения их на кожу образующиеся пленки подсыхают. Они упруги, поэтому удерживаются на коже более долго. По структуре это студни.

Технология приготовления мазей следующая. Мази получают путем сплавления составных частей. В первую очередь расплавляют более тугоплавкие, а потом последовательно прибавляют легкоплавкие компоненты. Сплавление проводят на водяной бане в эмалированной чашке. Жидкие компоненты добавляют в последнюю очередь. Доведение мази до однородной массы осуществляют путем перемешивания расплава до полного его охлаждения. Действующие (лекарственные) вещества вводят в подготовленную основу в твердом или жидком виде. В том и другом случае вещества сначала смешивают с небольшим количеством готовой основы и эту смесь добавляют при постоянном помешивании в основной расплав. Помешивание не прекращают до полного охлаждения мази. После этого ее можно фасовать в банки с навинчивающимися крышками с подкладкой в виде кружка из кальки, воценой бумаги и др. Все мази хранят в прохладном, защищенном от света месте.

Мазь из календулы для наружного применения, готовят путем смешивания свежего сока календулы 1:10 и ланолина или свиного сала.

Медицинские масла

Медицинские масла, или масляные экстракты, – это извлечения из лекарственного сырья действующих веществ, приготовленные с использованием растительных или минеральных масел. Дело в том, что эти вещества, в основном алкалоиды и другие жирорастворимые вещества, легче переходят именно в эти растворители. Медицинские масла получают из алкалоидоносных (белена, красавка, дурман, болиголов), эфирномасличных (полынь, ромашка аптечная, донник, тополевы почки) и некоторых других растений (грецкий орех, зверобой и др.). Для этого мелко измельченное сырье настаивают на растительном масле, нагретом до 60–70 °С. Предварительно сырье может замачиваться спиртом или спиртом с аммиаком.



РЕЦЕПТ

Беленное масло применяется наружно для растирания при невралгиях, ревматизме. Экстракт готовится из листьев белены. В качестве экстрагента применяют подсолнечное масло. На 100 частей листьев белены берут 1000 частей масла. В эмалированную посуду помещают крупно измельченные листья белены, которые смачивают смесью, состоящей из 75 частей 95 % раствора аммиака (нашатырный спирт). Массу перемешивают и оставляют в плотно закрытой крышкой посуде на 12 часов при комнатной температуре. Это необходимо для того, чтобы алкалоиды, содержащиеся в растении в виде солей, почти нерастворимых в жирных маслах, перешли в свободные основания, хорошо растворимые в жирных маслах. После настаивания сырье переносят в варочную посуду, заливают подсолнечным маслом и добавляют 50 частей безводного сульфата натрия. Смесью нагревают до 50–60 °С и при этой температуре, помешивая, держат до полного улетучивания спирта и аммиака. При полном удалении спирта и воды растираемые листья хрустят между пальцами. Безводный натрий сульфат способствует более быстрому обезвоживанию масляной вытяжки, которая при этом становится прозрачной. После охлаждения масляный экстракт сливают в чистую емкость, процеживая его через двойной слой марли, остаток отжимают и вытяжки объединяют. После этого вытяжка отстаивается 2 суток, далее вновь фильтруется в стеклянную посуду для хранения.

Облепиховое масло содержит смесь каротинов, токоферолы, жирные кислоты. Применяют наружно при ожогах, пролежнях, лучевых поражениях кожи и т. д.; внутрь назначают при язвенной болезни желудка, двенадцатиперстной кишки. Получают из плодовой мякоти или семян облепихи. Обычно берут сухой жом плодов облепихи после отделения от них сока. Кожуру плодов вместе с семенами измельчают в порошок в кофемолке. Порошок заливают растительным маслом, лучше оливковым, в соотношении 1:2, подогретым до 60 °С. Настаивают 1 сутки, желательно в термостате, при указанной температуре. Затем жидкость сливают через марлю в посуду для использования и хранения.



РЕЦЕПТ

Масляный экстракт зверобоя. Кроме травы зверобоя, используемой обычно в виде отвара как вяжущее и антисептическое средство, для наружного применения при заживлении ран используют его масляный экстракт. Экстракт получают путем смешивания измельченной травы зверобоя с 10-кратным количеством растительного или минерального масла и нагревания в течение 3 часов на кипящей водяной бане. После этого масло сливают и траву отжимают. Полученную масляную вытяжку фильтруют и используют для приготовления мазей на разных основах (парафин, воск и т. д.). Лечебный эффект зверобойного масла связан, видимо, с фитонцидным действием алкалоидов и флавоноидов, эфирного масла и смолистых веществ. Зверобойное масло готовилось на кунжутном масле с предварительным настаиванием на спирте в течение 12 часов и применялось для перевязки ран и втираний при ревматических заболеваниях суставов.

Прополисное масло можно приготовить на сливочном масле. Нужно предварительно измельчить 150 г прополиса. Затем положить в глубокую посуду 1 кг сливочного масла и на слабом огне растопить его; довести масло до кипения, снять с плиты и положить в масло измельченный прополис; через каждые 4–5 минут помешивать масло. Дать отстояться полчаса; активные вещества прополиса осядут в экстрагированном состоянии, а воск осядет на дно. Верхние слои масла аккуратно снимаются ложкой; нижний слой, содержащий воск, выбрасывается. Можно поступить иначе: еще когда масло находится в горячем состоянии, профильтровать его через один слой марли. Так готовится прополисная мазь для внутреннего применения. В зависимости от количества прополиса и масла готовятся 10 %, 15 %, 20 %, 30 % и 40 %-ные мази. Хранить прополисную мазь можно в холодильнике в течение довольно продолжительного времени.

Эвкалиптовое масло можно приготовить следующим образом: 2 ст. л. сухих измельченных листьев эвкалипта залить 200 мл растительного масла, кипятить на слабом огне 10 минут, настаивать 4–5 часов, профильтровать через марлю.

Способы приготовления некоторых основ

Яблочный уксус

Яблоки натереть на крупной терке, долить теплую кипяченую воду из расчета 0,5 л воды на 0,4 кг яблочной кашицы. На каждый литр воды добавить по 100 г сахара или меда, по 10 г хлебных дрожжей и 20 г сухого черного хлеба. Стеклобанку со смесью держать открытой в темном месте при температуре 20–30 °С в течение 10 дней, перемешивая 2–3 раза в день деревянной ложкой. Затем яблочную кашу переложить в марлевый мешочек и отжать. Получившийся сок снова процедить через марлю, определить его объем и перелить в сосуд с широким горлом. К каждому литру сока можно прибавить по 50–100 г сахара или меда, размешав их до полного растворения. После этого банку закрыть марлей, завязать и хранить в тепле для продолжения процесса брожения. После окончания брожения (через 40–60 дней) получившийся яблочный уксус перелить шлангом в бутылки, фильтруя его при помощи лейки с марлей. Бутылки плотно закупорить пробками и хранить в прохладном месте. Пить по 2 столовые ложки яблочного уксуса на 1 стакан воды, добавив 2 чайные ложки меда, 1 каплю люголя, как общеукрепляющее средство, для предупреждения болезней.

Уникальный набор компонентов яблочного уксуса обусловил его необыкновенные свойства. Он содержит 20 важнейших минеральных веществ и микроэлементов: калий, кальций, натрий, магний, медь, железо, фосфор, кремний, фтор, хлор, серу, витамины С, Е, А, В₁, В₂, В₆, бета-каротин, рутин. Кроме того, уксусную, молочную, лимонную и пропионовую кислоты, целый ряд ферментов и аминокислот; ценные балластные вещества. Секрет лечебных свойств яблочного уксуса до конца не разгадан.

Употребление 1–2 чайные ложки яблочного уксуса на стакан воды ежедневно способствует нормальной работе желудочно-кишечного тракта.

Йодиол

В сосуд из стекла, нержавеющей стали либо эмалированный, емкостью в 1 литр, помещают 9 г поливинилового спирта, наливают 700–800 мл воды и оставляют на 0,5–3 часа для набухания полимера с целью повышения его растворимости. В случае применения хорошо растворимых образцов поливинилового спирта этап набухания можно пропустить и сразу начинать нагревание раствора. Затем сосуд нагревают в течение 0,5–1,5 часов при 90–100 °С до получения прозрачного раствора, после чего охлаждают.

По охлаждению раствора до комнатной температуры в сосуд вливают 100–150 мл водного раствора, содержащего 1 г кристаллического йода и 3 г йодистого калия, после чего объем доводят водой до 1 литра. Раствор при этом окрашивается в темно-синий цвет.

Йодиол – вообще очень устойчивый препарат. В обычных условиях хранения в закупоренной стеклянной посуде при температуре от +3 до +30 °С йодиол может храниться три года, но фактически этот срок можно значительно продлить.

«Синий йод»

В 50 мл теплой воды развести 10 г картофельного крахмала (1 чайную ложку с верхом), размешать, добавить 10 г сахарного песка (тоже 1 чайную ложку) и 0,4 г лимонной кислоты

(буквально несколько кристалликов). В это время вскипятить 150 мл воды и в кипяток влить полученный раствор крахмала, то есть заварить его. И только после охлаждения полученной смеси влить 1 чайную ложку 5 %-го спиртового раствора йода. Раствор получает интенсивный синий цвет. «Синий йод» готов.

«Золотая» вода

Для изготовления «золотой» воды в золотой сосуд наливали родниковую воду и оставляли его на весь день под прямыми солнечными лучами. После заката сосуд плотно накрывали золотой крышкой и убирали в темное место. Эту жидкость пили, ею умывались и готовили на ее основе лекарства. Но что особенно интересно, женщины три раза в день делали своеобразные ванночки для рук, погружая их по локоть в теплую жидкость. Считалось, что такие процедуры делают женщину работящей и умелой во всех хозяйственных делах.

«Золотую» воду можно приготовить быстро и просто. Для этого нужно в эмалированную посуду налить 2 стакана воды, поместить в нее любое золотое, без камней или инкрустаций, изделие весом 3–5 граммов и поставить на огонь. Кипятить жидкость нужно до тех пор, пока не выкипит ее половина. «Золотая» вода готова!

Применять «золотую» воду можно как внутрь, так и наружно, но необходимо помнить, что любое лекарство может стать ядом, если его использовать неправильно. Справедливо это, естественно, и по отношению к «золотой» воде.

«Золотая» вода помогает при лечении следующих заболеваний: аритмия, сердечная недостаточность; реабилитация после перенесенного инфаркта; радикулит; ревматизм; остеохондроз; все виды растяжений; климакс, нарушения менструального цикла; отеки; склероз; нервная слабость; хроническая усталость; заболевания волос.

«Серебряная» вода

Приготовить «серебряную» воду в домашних условиях совершенно не трудно. Для этого необходимо положить серебряную столовую ложку в двухлитровый стеклянный графин на ночь. Утром вода готова.

Если в вашем доме нет серебряной ложки, то ее можно приобрести в магазине. При этом не стоит экономить на качестве и лучше купить ложку наивысшей пробы. Тем более что в данном случае вы будете покупать не предмет роскоши, а настоящую лечебную панацею от многих болезней.

Также вы можете заменить серебряную ложку любым количеством серебряных предметов, главное, чтобы было достигнуто весовое соотношение.

Для приготовления серебряной воды можно также воспользоваться аптечным концентратом «серебряной» воды. Для этого достаточно просто развести концентрат в дистиллированной воде в правильной пропорции. Можно использовать также родниковую воду, или сырую, но обязательно очищенную с помощью фильтра воду из-под крана. При расстройствах желудка концентрат нужно разводить в кипяченой воде.

Точные весовые пропорции обычно прилагаются в инструкции к медицинским препаратам.

Хранить концентрат или большое количество раствора нужно в закрывающейся стеклянной, обязательно светозащищенной посуде (закрытой пищевой фольгой или черной фотобумагой) в течение не более 3 месяцев. Перед употреблением бутылку нужно взбалтывать.

Способы поступления лекарств в организм

Оральный способ

Наиболее широко применяемым способом введения лекарств является их прием через рот. Преимущество этого способа – его простота и возможность поступления в различных формах: жидких, твердых и др. Однако здесь необходимо учитывать, что до поступления в кровь и ткани, где оно будет производить лечебное и профилактическое действие, вещество, принятое через рот, подвергается ряду воздействий со стороны органов пищеварения. Попадая в желудок, лекарственные вещества подвергаются воздействию желудочного сока, а при переходе в кишечник – действию сока поджелудочной железы, желчи и кишечного сока. При этом некоторые вещества будут разрушаться и перевариваться пищеварительными ферментами и утрачивать свою силу. Это относится в первую очередь к гормонам белковой природы (инсулин и др.). Другие вещества очень плохо всасываются слизистой кишечника и, не попав в кровь, полностью выводятся из организма. Однако многие вещества – лекарства растительного происхождения, имеющие относительно небольшие размеры молекулы (алкалоиды и др.), – наравне с пищевыми веществами хорошо всасываются в кишечнике и оказывают свое действие.

Скорость всасывания веществ, принимаемых через рот, зависит от степени наполнения желудка. Лекарства, принятые натощак, всасываются скорее и проявляют более сильное действие, чем лекарства, принятые после еды. Поэтому целесообразность принятия лекарств после еды зависит от их раздражающего действия на слизистую желудка.

Некоторые лекарственные вещества можно вводить, пользуясь всасывающей способностью слизистой рта, особенно подъязычной области. Всасывание при этом пути происходит быстро, вещество не разрушается пищеварительными ферментами и поступает в кровоток, минуя печень. Но этот путь дает высокий эффект только для сильнодействующих веществ, которые за короткое время пребывания во рту уже в малых дозах оказывают лечебное действие. Для этого раствор вещества наносят на кусочек сахара или применяют капли под язык, а также сухие вещества.

Следует учитывать, что всасывание веществ из растворов, особенно из спиртовых, происходит значительно быстрее, чем всасывание таблеток и порошков.

При приеме лекарств через рот необходимо иметь в виду, что на пути веществ, всосавшихся в кишечнике, стоит печень, куда впадают все вены, приносящие кровь с веществами от кишечника. Многие лекарственные вещества подвергаются в печени химическим превращениям вплоть до полной инактивации.

Ректальный способ

Есть путь, который при поступлении веществ через кишечник, позволяет избежать их попадания в печень. Это введение лекарств ректально, то есть через прямую кишку. Дело в том, что вены от слизистой прямой кишки идут сразу в большой круг кровообращения, минуя печень. Кроме того, в нижнем отделе толстой кишки отсутствуют и ферменты, инактивирующие действие всасывающихся веществ. Всасывание слизистой прямой кишки происходит сразу после введения в нее вещества – их действие начинает наблюдаться уже через 7—10 минут, тогда как принимаемые через рот лекарства начинают проявлять свое действие через 25—30 минут. Лекарства через прямую кишку вводятся в виде свечей или клизм. До

введения лекарственной клизмы, объем которой обычно составляет 50 мл, надо освободить прямую кишку от содержимого с помощью небольшой клизмы, а вводимый раствор должен быть подогрет до температуры тела.

Спринцевание

При некоторых женских заболеваниях промывают влагалище струей какого-либо раствора или настоя сбора трав под давлением спринцовкой или кружкой Эсмарха для удаления продуктов воспаления, распада (в случае заболевания) или спермы (с целью контрацепции). Это способ введения лекарств внутрь влагалища при патологии влагалища или шейки матки.

Ингаляционный способ

Очень быстро эффект действия лекарственного вещества можно получить путем его ингаляции (вдыхания). Ингаляционным путем могут вводиться пары легколетучих жидкостей, распыленные в воздухе жидкие и твердые вещества. Большая поверхность легких (около 90 см² у взрослого человека) и высокая проницаемость их обеспечивает быстрое проникновение в кровь вдыхаемых веществ. Наиболее простой способ ингаляции – вдыхание вещества с водяными парами при нагревании на водяной бане раствора вещества или его расплава. Для этого в сосуд с водой ставят сосуд меньшего размера, в который помещают вещество или его раствор. При нагревании большого сосуда с водой нагревается и содержимое малого сосуда, которое начинает испаряться, или возгоняться. Температуру водяной бани можно регулировать в зависимости от температуры кипения или плавления вещества. Вдыхание испаряемого или возгоняемого вещества через рот и нос можно производить более эффективно, если накрыть голову накидкой, которая укроет и водяную баню.

Накожный способ

Накожный способ применения лекарств оказывает в основном только местное действие – на саму кожу (лечение сыпей, ожогов, ран) и кожные рецепторы. Реже таким путем применяют лекарства для общего (резорбтивного) эффекта. Кожа обладает очень малой всасывающей способностью. При втирании в неповрежденную кожу всасываются хорошо лишь вещества, растворимые в жирах. Иногда для повышения проницаемости через кожу в мази включают раздражающие и механически повреждающие ее поверхность добавки – расширяются капилляры кожи, усиливается местный кровоток, куда попадет вещество.

Разумеется, есть еще множество путей поступления лекарства в организм. Но мы остановились на доступных, которые могут быть применены самостоятельно, без опасения внесения в организм инфекции.

Суточная активность человеческого организма

Каждый орган человека наиболее активен в определенное время суток, и начинать лечение заболевания органов в это время не рекомендуется. В восточной медицине принято считать, что кругооборот энергии в теле человека начинается с меридиана легких, поскольку через органы дыхания человек находится в постоянном контакте с окружающей средой.

График активности органов тела:

Легкие – с 3 до 5 часов.

Толстая кишка – с 5 до 7 часов.

Селезенка и поджелудочная железа – с 9 до 11 часов.

Сердце – с 11 до 13 часов.

Тонкая кишка – с 13 до 15 часов.

Мочевой пузырь – с 15 до 17 часов.

Почки – с 17 до 19 часов.

Желчный пузырь – с 23 до 1 часа.

Печень – с 1 часа до 3 часов.

А

Абсцесс

Абсцесс – это гнойное воспаление ткани, вызванное проникновением в организм гнєеродных микроорганизмов – стрептококков, стафилококков, пневмококков и т. д. Они проникают через поврежденные кожу или слизистые оболочки, в месте внедрения образуется абсцесс или нарыв. Эти микроорганизмы распространяются из возникшего в организме гнойного очага по кровеносным и лимфатическим сосудам в соседние ткани или отдаленные органы (мозг, печень, легкие, почки и т. д.), где также может сформироваться абсцесс. Микробы вызывают в тканях гнойное воспаление с последующим их разрушением и образованием гнойной полости.

Прорыв гноя в окружающие ткани приводит к распространению гнойного воспаления – возникает флегмона. При проникновении гноя в закрытую полость (грудную или брюшную) могут развиваться – перитонит и гнойный плеврит. Чтобы предотвратить абсцесс, необходимо строго соблюдать правила личной гигиены.

К раневой поверхности абсцесса прикладывают кашицу из свежих листьев персика.

Трава хвоща полевого – 30 г, трава вереска – 30 г, трава золотарника – 40 г (для ванн). На абсцессы и трудно заживающие раны можно делать компрессы из следующего отвара. Две столовых ложки сбора залить 0,5 л воды (кипятка), варить 15 минут.

При абсцессе легких принимают синюху голубую в виде экстракта по 15 капель 3 раза в день, а также в виде отвара из расчета 6 г корней на 200 мл воды, по 3–5 столовых ложек в день. В ряде случаев применяют также настой, из расчета 3 г корней и 8 г травы на 200 мл воды, по столовой ложке 3–5 раз в день. Курс лечения 30 дней.



ВНИМАНИЕ!

Во избежания раздражающего действия синюхи, настой принимают после еды.

Для лечения абсцесса и гангрены легких можно применять настой из листьев мать-и-мачехи. Столовую ложку листьев залить стаканом кипящей воды, настоять 30 минут и процедить. Принимать по столовой ложке 4–6 раз в день.

Пьют грудной сбор, состоящий из: листьев мать-и-мачехи – 20 частей, цветов коровяка – 10 частей, плодов аниса – 10 частей, алтейного корня – 40 частей, солодкового корня – 15 частей, корневища касатика или фиалкового корня – 5 частей. Сбор заваривают, как чай по столовой ложке на 2–3 стакана воды.

Сбор: листья мать-и-мачехи – 40 г, листья подорожника – 30 г, корень солодки – 30 г. Одна столовая ложка на стакан кипятка, настоять 15 минут, процедить и пить теплым по 0,5 стакана на прием.

При абсцессе легкого можно применить отвар истода. 10 г корней истода измельчают до 3 мм, заливают водой комнатной температуры в соотношении 1:30, кипятят 30 минут, охлаждают в течение 10 минут и процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

При абсцессе легких приготавливают настой корня бубенчика четырехлистного (синоним бубенчик мутовчатый) из расчета разовой дозы 5 г на стакан кипятка.

В виде настоя, отвара, порошков или пилюль принимают два раза в день корень куркумы пахучей. Средство хорошо снимает боль, останавливает кровотечение. На один прием достаточно 2–5 граммов сухого средства.

Два – три раза в день пить отвар почек осины обыкновенной, также можно принимать при абсцессах 20 %-ную настойку молодой коры осины обыкновенной – по 30 капель три раза в день до еды.

Весьма эффективен прием по одной столовой ложке смеси (в равных частях) сока листьев мать-и-мачехи и меда. Принимать это средство нужно три раза в день до еды.

К месту абсцесса прикладывать истолченные в кашу свежие листья подорожника большого – два – три раза в день по 2–3 часа.

Очень успешно может быть лечение абсцесса с помощью прополисной мази. Приготовление: 100 г какого-нибудь животного жира (несоленого) поместить в металлическую посуду и нагревать в духовке до кипения. Затем несколько охладить и добавить примерно 10 г измельченного в порошок прополиса, тщательно размешать и нагревать на водяной бане около четверти часа. Профильтровать через один слой марли, дать остыть. В качестве основы для приготовления мази можно использовать и масла растительного происхождения – подсолнечное, оливковое, кукурузное и др.

Трава хвоща полевого – 40 г, цветки ромашки – 40 г, трава зверобоя – 40 г. 2 столовые ложки смеси залить 0,5 л кипятка, варить 15 минут. Теплый отвар применять для компрессов при трудно заживающих ранах и абсцессах.

При сильных абсцессах и долго не проходящих фурункулах рекомендуется пройти курс профилактического лечения настойкой, настоем или отваром золотого уса.

Если фурункул или абсцесс не проходит несколько дней, необходимо прервать лечение золотым усом и обратиться к врачу. Консультация специалиста нужна и в том случае, если кожа вокруг абсцесса или фурункула краснеет и становится болезненной на ощупь, а также когда наблюдается увеличение лимфатических узлов и повышение температуры тела.

Назреванию фурункулов и поверхностных абсцессов способствуют холодные примочки из целых листьев золотого уса. Листья размером не менее 20 см тщательно промывают, опускают на 30 секунд в кипящую воду, затем остужают, заворачивают в марлю и прикладывают к пораженному участку кожи.

При осложнениях, вызванных абсцессами или фурункулезом, наряду с медикаментозной терапией, рекомендуется провести курс лечения спиртовой настойкой золотого уса. Настойка золотого уса: одна часть порезанного золотого уса, две части водки. Настоять в темном месте две недели. Принимают по 1 чайной ложке 2 раза в день за 40 минут до еды в течение 10 дней. Затем делают перерыв на неделю и повторяют курс лечения.

Если на деснах имеются абсцессы, то 2 раза в день ротовую полость рекомендуется полоскать отваром золотого уса с добавлением соли (1/2 чайной ложки соли на 1 стакан отвара).

Авитаминоз

Авитаминозы развиваются, если в организм человека недостаточно поступают один или несколько витаминов. Если эти витамины полностью отсутствуют в пище, то авитаминоз развивается достаточно быстро.

Развитию авитаминоза способствуют различные инфекционные заболевания, эндокринные заболевания, перенапряжения, как физические, так и умственные. Наиболее часто причиной авитаминоза является низкое содержание витаминов в пище при однообразном питании. Особенно неблагоприятно влияют на организм рафинированные, сушеные и консервированные продукты, когда в организм поступает много углеводов компонентов, недостаточно белков животного происхождения и жиров и отсутствуют свежие овощи и фрукты. Играет роль также неправильное хранение продуктов и нарушены правила кулинарной обработки этих продуктов и в результате витамины разрушаются.

Авитаминоз может быть вызван при значительной физической и умственной нагрузке, нервно-эмоциональном напряжении, под влиянием низкой температуры воздуха, при кислородном голодании, при беременности, когда потребность в витаминах повышается. При авитаминозе появляется общая слабость, утомляемость, раздражительность, ухудшение сна, снижение работоспособности. В народе заметили такие состояния человека и научились с ними бороться.

При авитаминозе есть по потребности свежие плоды рябины красной или плоды, настоянные на меду.

Есть ягоды красной рябины – свежие или протертые с сахаром, Прекрасное витаминное средство – сок рябины обыкновенной. Достаточно выпивать этого сока по одной столовой ложке два-три раза в день.

В зимнее и весеннее время хороший источник витаминов – настой плодов рябины обыкновенной. Приготовление: одну столовую ложку сушеных плодов поместить в термос и залить стаканом крутого кипятка, настаивать несколько часов, периодически взбалтывая, процедить, принимать по полстакана три – четыре раза в день.

Ягоды жимолости свежие или в виде варенья с чаем применяют при авитаминозе витамина С.

При авитаминозе 2 л сока плодов рябины красной смешать с 1,2 кг сахара, варить на слабом огне, постоянно помешивая содержимое, до густоты сиропа. Хранить в темном холодном месте. Принимать по 1–2 столовые ложки 3 раза в день до еды.

При авитаминозе принимают прополис (по 0,5 чайной ложки перед едой 3–5 раз в день), жуя его продолжительное время и затем проглатывая.

При авитаминозе рекомендуется принимать сырые, моченые, вареные ягоды брусники.

Регулярно принимать настой плодов шиповника коричневого по полстакана три – четыре раза в день. Приготовление: сухие плоды шиповника измельчить, одну столовую ложку сырья поместить в предварительно прогретый термос и залить 0,5 л крутого кипятка, настаивать несколько часов, процедить. Не рекомендуется варить плоды шиповника, тем более в течение продолжительного времени, поскольку витамин С (аскорбиновая кислота), который в этих плодах содержится, не является термически устойчивым – под действием высокой температуры он довольно быстро разрушается.



НА ЗАМЕТКУ

Настой плодов шиповника станет намного вкуснее и целительные свойства его многократно усилятся, если в него добавить мед (по вкусу).

Пить настой плодов калины по два стакана в день. Приготовление: плоды калины тщательно размять в ступке, затем одну столовую ложку сырья залить стаканом кипятка и настаивать несколько часов, процедить.

Есть ягоды черной смородины, протертые с сахаром или консервированные с сахаром.

Есть плоды абрикоса в свежем или сушеном виде несколько раз в день. В плодах абрикоса содержатся витамины А (в форме каротина), витамины группы В, витамин РР.

Пить свежий сок кресс-салата по одной чайной ложке три раза в день.

Несколько раз в день принимать по 1–2 столовые ложки свежего сока лещины обыкновенной. В этот сок еще рекомендуется добавлять мед.

Четыре раза в день принимать по полстакана настоя корней одуванчика лекарственного. Приготовление: одну чайную ложку сухих, измельченных корней одуванчика залить стаканом кипятка и настаивать, укутав полотенцем, не менее получаса, процедить.

Пить отвар травы и семян портулака огородного. Приготовление: две столовые ложки сухого сырья залить стаканом кипятка и варить на слабом огне 5–7 минут, остудить, процедить. Выпивать стакан отвара в течение дня.

Пить настой листьев морошки по полстакана три – четыре раза в день. Приготовление: одну столовую ложку сухих листьев залить стаканом кипятка и настаивать под крышкой 15–20 минут. Сухие листья морошки можно добавлять в заварку при приготовлении байхового чая.

При гипо-и авитаминозе витамина С пить настой цветков календулы как стимулирующее средство. Приготовление: две столовые ложки сухих цветков поместить в предварительно прогретую посуду, залить кипятком и настаивать под крышкой 15–20 минут, процедить. Принимать по две столовые ложки четыре – пять раз в день перед едой.

Отвар почек или коры осины принимать по полстакана три раза в день. Приготовление: одну столовую ложку сухого, измельченного сырья залить стаканом кипятка, поставить на водяную баню и варить не более четверти часа, остудить, процедить. Выпить за день.

Сок листьев грецкого ореха смешать с равным количеством меда, растворить 1 столовую ложку полученной массы в стакане теплой кипяченой воды и выпить этот раствор в течение дня.

Каждый раз перед едой есть свежий репчатый лук. Можно вместо этого принимать свежееотжатый сок лука репчатого по одной чайной ложке три раза в день, репчатый лук – известный источник витамина С.

Прополисово-чесночная смесь: 200 г головок чеснока дважды пропустить через мясорубку, добавить 100 г 96 %-го спирта. Смесь держать в темной бутылке 20 дней, затем пропустить через полотно и удалить остатки; через 3 дня добавить 150 г меда и 10 г 30 %-го прополиса. Применять 3 раза в день до еды в возрастающей дозе от 1 до 15 капель, затем с 6-го дня снижать дозу, на 12-й день прием по 25 капель.

Одну столовую ложку свежих листьев щавеля кипятить 15 минут в двух стаканах «золотой» воды, настаивать два часа, процедить. Принимать по 1/2 стакана четыре раза в день за 15 минут до еды. Рецепт эффективен при авитаминозе.

Упадок сил при авитаминозе можно лечить при помощи золота: один лимон опустить в кипящую «золотую» воду на 1–2 минуты. Затем натереть его на терке, или смолоть вместе с кожурой и косточками. Добавить несоленое сливочное масло, 1–2 столовые ложки меда, хорошо перемешать. Употреблять как джем вместе с чаем.

При авитаминозе полезно есть апельсины или пить сок из них.



НА ЗАМЕТКУ

При язве желудка и двенадцатиперстной кишки и прочих воспалительных заболеваний кишечника лучше вместо апельсинов пить сок, разбавленный наполовину водой.

При авитаминозе часто возникает хроническая усталость:

а. сироп шиповника разбавлять 1:1 «золотой» водой и пить по 1 чайной ложке 3 раза в день. Но следует помнить, что во избежание гипервитаминоза, принимать этот напиток нужно 5 раз в неделю, делая перерыв па 2 дня;

б. пить «золотую» воду по 2 чайные ложки с утра натощак и непосредственно перед сном в течение недели. Лечебный эффект увеличится, если после принятия препарата съесть по большому зеленому яблоку.

От усталости: пластины из серебра накладываются на верхнюю фалангу мизинца обеих рук с внутренней стороны. Продолжительность процедуры – до частичного облегчения состояния.

Переутомление: пластины из серебра накладываются с внешней боковой стороны голеностопного сустава. Продолжительность процедуры – 2–3 часа.

Алкогольная зависимость

В настоящее время алкогольной зависимостью страдает большой процент населения России. Связано это как с наследственной предрасположенностью, так и с индивидуальным психологическим складом человека.

В настоящее время традиционная медицина старается найти способы борьбы с алкоголизмом. Бывает так, что, выдержав некоторое время после курса лечения, человек снова начинает пить. Именно поэтому считается, что алкоголизм неизлечим.



РЕЦЕПТ

Эффективным средством борьбы с алкогольной зависимостью считается золотой ус. Препараты этого растения в последнее время используются не только для выведения из запоя, но и для лечения этой «неизлечимой» болезни. Единственным условием при этом является желание самого больного избавиться от алкогольной зависимости. Для лечения алкоголизма используют отвар и настой золотого уса. Лечение проводят по следующей схеме: прием настоя – 21 день, перерыв – 5 дней, прием отвара – 21 день, перерыв – 5 дней и т. д. до полного выздоровления. Отвар пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день за 1 час до еды. Настой принимают по 1 десертной ложке 3–4 раза в день за 40 минут до еды. После первого курса лечения, то есть приема настоя, а затем отвара, дозировку препаратов начинают постепенно уменьшать. Во время лечения больному нельзя принимать спиртосодержащие лекарства. При возникновении тяги к алкоголю однократно выпивают 2 ст. л. настоя (лучше утром).

Настойка золотого уса: 15 суставчиков перекручивают на мясорубке или растирают в ступке, заливают 250 г 16 %-ного кагора и смешивают с 250 г гречишного меда. Смесь перекладывают в стеклянную посуду и выдерживают в темном месте в течение 30 дней.

Отвар: 2 ч. л. измельченного сырья (сухого или свежего) заливают 2 стаканами кипящей воды, настаивают в течение 3 часов. Затем отвар процеживают.



НА ЗАМЕТКУ

Во время приема препаратов золотого уса из рациона необходимо исключить следующие продукты: соленые и маринованные овощи, животные жиры, кондитерские изделия, алкогольные напитки, квас и газированные напитки, картофель, мясо, дрожжевой хлеб, молочные продукты с большим содержанием жира. В рационе больного желателен должны присутствовать орехи (кроме арахиса), сырые овощи (особенно свекла и морковь) и соки из них, пророщенное зерно, растительное масло, отварная рыба, сыр.

Существуют психологические воздействия и медикаменты, вызывающие на некоторое время отвращение к алкоголю или помогающие человеку выйти из запоя. Некоторые прибегают к помощи кодирования. Этот метод по современным данным приводит лишь к ухудшению (порой значительному) состояния больного. Страсть к вину усиливается, организм

«обманывают» методом насильственного убеждения – гипноза, кодирования, но в реальности психическая и физиологическая потребность в алкоголе не исчезает. Такое противоречие приводит к различного рода расстройствам. Борьба с алкоголизмом надо на всех уровнях: духовном, психическом и физическом. Человек должен осознать пагубность своей зависимости для души, должен принять сознательное решение о вреде и, следовательно, необходимости борьбы с недугом. На физиологическом уровне человеку помогут медикаменты и лекарственные растения.

Кроме того следует иметь в виду, что алкогольное опьянение является острым отравлением той или иной тяжести каким-либо спиртным напитком. Имеют значение несколько факторов, которые влияют на интенсивность алкогольного опьянения: это и количество выпитого, и регулярность потребления спиртных напитков, и индивидуальная чувствительность к алкоголю, и состояние организма к моменту приема спиртного (усталость, болезнь) и т. п.

«Тяга к спиртному» значительно зависит от желания пить. Если вместо пива или другого алкогольного напитка человек будет пить при жажде воду, то так называемая «тяга» начнет уменьшаться в скором времени. Взрослому человеку необходимо в день выпивать не менее 2 л воды. К тому же при достаточном приеме жидкости организм сам начнет избавляться от накопленных токсинов.

Для очистки легких и бронхов от избытка мокроты и вредных веществ, необходимо принимать лекарственные растения, оказывающие отхаркивающее действие. Это алтей, коровяк, мать-и-мачеха, медуница, первоцвет, подорожник, чабрец, цетрария. С этой же целью рекомендуется фиточай «Бронховиш».

Из этого фиточая и перечисленных растений готовят настой. 2 столовые ложки сырья залить 1 л воды. Кипятить в эмалированной посуде при закрытой крышке 10 минут. Настоять 20 минут. Принимать по 1/3 стакана в теплом виде 5–6 раз в день, независимо от приема пищи. Курс лечения: 2–3 месяца и больше.

Для очистки желудочно-кишечного тракта от шлаков и токсинов применяют сбор из растений: аир, зверобой, алтей, подорожник, кассия, крушина, мята, Melissa, ромашка, одуванчик, тысячелистник. Растения (все или которые имеются) в измельченном виде смешать. 2 столовые ложки смеси залить 1 л воды, кипятить в эмалированной кастрюле 20 минут. Настоять 35 минут. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день за 20 минут до еды. Курс лечения: 1–2 месяца. Потом можно продолжить.

Необходимо очищать органы выделительной системы (почки, мочевой пузырь и др.). Приготовить сбор: спорыш, грыжник, толокнянка, брусника, береза, хвощ, подмаренник. Если каких-либо растений не хватает, использовать какие имеются. 2 столовые ложки смеси залить 1 л воды. Кипятить в закрытой эмалированной посуде на малом огне 25 минут. Настоять 50 минут. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день, независимо от еды. Курс лечения: 2–3 месяца. Потом можно повторить.

Для очистки печени и желчного пузыря рекомендуют сборы из следующих растений: пижма, бессмертник, расторопша, мята, ромашка, цикорий, кукурузные рыльца, календула в равных частях: 2 столовые ложки смеси всех или части перечисленных растений залить 1 л воды. Кипятить в закрытой эмалированной посуде 20 минут. Настоять 40 минут. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день за 20 минут до еды. Курс лечения: 2–3 месяца. Потом можно продолжить.

Полезны настои из плодов брусники или барбариса. 2 столовые ложки сырья залить 1 л воды, кипятить в закрытой эмалированной посуде 20 минут на слабом огне. Настоять 40 минут. Принимать по 1/2 стакана 4–5 раз в день независимо от приема пищи. Курс лечения: 2–3 и более месяцев.

Настой плодов шиповника: 10–15 г измельченных плодов залить 1 л кипятка. Настоять в термосе в течение ночи. Пить по 1/2 стакана 4 раза в день. Принимать настой 3 месяца.

Настой березы: 2 столовые ложки сырья залить 1 л воды, кипятить в закрытой эмалированной посуде 15 минут на малом огне. Настоять 30 минут. Принимать по 1/2 стакана 3–5 раз в день независимо от еды. Курс лечения: 3–4 и более месяцев.

Препараты из аралии оказывают тонизирующее действие на нервную систему. Отвар: 1 столовую ложку залить 0,5 л воды. Кипятить в закрытой эмалированной посуде на малом огне 30 минут. Настоять час. Принимать по 1/2 стакана утром и днем независимо от приема пищи. Курс приема: 1–1,5 месяца.



ВНИМАНИЕ!

При повышенном артериальном давлении перед употреблением препаратов из аралии необходимо посоветоваться с врачом!

Зверобой улучшает функцию печени. готовят настой: 2 столовые ложки сырья залить 1 л воды, кипятить в эмалированной посуде под крышкой 20 минут на слабом огне. Настоять 40 минут. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день независимо от приема пищи. Курс лечения: 1–2 месяца.

Календула улучшает состав желчи, восстанавливает клетки печени. Настой: 2 столовые ложки сырья залить 1 л воды, кипятить в закрытой эмалированной посуде 15 минут на слабом огне. Настоять 30 минут. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день за 15–20 минут до еды. Курс лечения: 2–3 и более месяцев.

Кукурузные столбики с рыльцами оказывают желчегонное действие, уменьшают вязкость отделяемой желчи, восстанавливают пораженные клетки печени. Настой: 2 столовые ложки сырья залить 1 л воды, кипятить в закрытой эмалированной посуде 15 минут на слабом огне. Настоять 30 минут. Принимать по 1/2 стакана 3–4 раза в день за 20 минут до приема пищи. Курс лечения: 3–4 и более месяцев.

Цмин (бессмертник песчаный) активизирует образование и секрецию желчи, восстанавливает клеточки печени, пострадавшие от алкоголя и от самых разнообразных химиопрепаратов. Цмин применяют при алкогольных поражениях печени, гепатите, циррозе. Из цмина готовят настой: 2 столовых ложки сырья залить 1 л воды. Кипятить в эмалированной кастрюле, при закрытой крышке, на малом огне 10 минут. Настоять 20 минут. Принимать по 1/2 стакана 3–4 раза, за 20 минут до еды. Курс лечения: 3–4 и более месяцев.

Мята повышает желчеотделение, нормализует работу печени, поджелудочной железы. Используют мяту при алкогольном поражении печени, гепатите, циррозе. Из травы мяты готовят настой: 2 столовых ложки сырья залить 1 л воды. Кипятить в закрытой эмалированной кастрюле на малом огне 15 минут, настоять 30 минут. Принимать по 1/2 стакана 4 раза, независимо от еды. Курс лечения: 1–2 и более месяцев.

Одуванчик оказывает желчегонное, спазмолитическое действие, нормализует функцию печени. Из корней одуванчика готовят отвар: 2 столовых ложки измельченных корней залить 1 л воды. Кипятить в эмалированной кастрюле под крышкой на слабом огне 30 минут. Настоять 60 минут. Принимать 1/2 стакана 3–4 раза в день, независимо от еды. Курс лечения: 2–3 и более месяцев.

Пижма оказывает желчегонное действие, восстанавливает клеточки печени. Применяют ее при алкогольном поражении печени, гепатите, циррозе. Из соцветий пижмы готовят настой: 2 столовых ложки сырья залить 1 л воды. Кипятить в закрытой эмалированной кастрюле на слабом огне 25 минут. Настоять 50 минут. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день, независимо от приема пищи. Курс лечения: 1–2 месяца.

Расторопша защищает клеточки печени от токсических воздействий алкоголя и восстанавливает их функцию, повышает образование и выведение желчи, разжижает желчь, оказывает желчегонное действие. Растение применяется при алкогольном поражении печени, гепатите, циррозе. Из расторопши готовят настой: 2 столовых ложки сырья залить 1 л воды. Кипятить в закрытой эмалированной кастрюле на малом огне 10 минут. Настоять 20 минут. Принимать по 1/2 стакана 4–5 раз в день, за 20 минут до еды. Курс лечения: 3–4 и более месяцев.

Цикорий оказывает желчегонное действие, регулирует обмен веществ. Применяют его при алкогольном поражении печени, циррозе. Готовят настой: 2 столовых ложки сырья залить 1 л воды. Кипятить в эмалированной кастрюле под крышкой на слабом огне 20 минут. Настоять 40 минут. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день, независимо от еды. Курс лечения: 3–4 и более месяцев.

Чистотел оказывает спазмолитическое, желчегонное действие. Используют его при алкогольных поражениях печени, циррозе. Из чистотела готовят настой: 2 столовых ложки сырья залить 1 л воды. Кипятить в закрытой эмалированной кастрюле на малом огне 15 минут. Настоять 30 минут. Принимать по 1/3 стакана 3 раза, независимо от еды. Курс лечения: 1–2 месяца.

Полынь горькая и чабрец обыкновенный в соотношении 1:4, в виде отвара используются при лечении хронического алкоголизма. Собирают надземную часть растений. Сушат под навесом, хранят в бумажных пакетах. Полынь оказывает успокаивающее, общеукрепляющее действие, улучшает пищеварение, активно используется для лечения алкоголизма. Чабрец оказывает успокаивающее, антисептическое, антибактериальное действие.

Приготовление отвара: 1 столовую ложку сухой смеси этих трав залить 200 мл воды. Кипятить 20 минут. Настоять 30 минут. Пить по 1 столовой ложке 6–8 раз в день, независимо от еды. Курс приема 2–6 и более месяцев. У большинства алкоголезависимых людей уже через 2–4 недели появляется отвращение к употреблению алкогольных напитков. А некоторые бросают пить навсегда.



ВНИМАНИЕ!

Полынь горькая имеет противопоказания, к которым относятся: органические поражения сердца, печени, почек, сахарный диабет, тиреотоксикоз, обострение язвенной болезни и другие. Не разрешено применять беременным. В каждом конкретном случае требуется консультация врача.

Мед и продукты пчеловодства (маточное молочко, обножка, пыльца) благотворно действуют на печень. Объясняется это, в частности тем, что углеводы меда и биологически активные вещества продуктов пчеловодства, являются питательным материалом для печени, повышают запасы гликогена и улучшают обменные и обезвреживающие свойства печени. Поэтому при алкогольных поражениях печени (хронический гепатит, цирроз) рекомендуется принимать мед, особенно в вечернее время. Вечером, перед сном съедать 1 чайную ложку пчелиного меда. Хорошо подержать мед во рту, а не глотать его сразу. Это способствует лучшему всасыванию и усвоению биологически активных веществ меда и оказывает более выраженное оздоравливающее действие меда на организм.

Также следует принимать маточное молочко, пыльцу – по 1/6 чайной ложки на прием 2–3 раза в день.



ВНИМАНИЕ!

Противопоказанием к внутреннему применению меда, как правило, являются индивидуальная непереносимость меда или аллергические заболевания, к которым относятся: бронхиальная астма, поллиноз или сенная лихорадка, аллергический дерматит, крапивница, диатез и некоторые другие.

Приготовить смесь из протертых через мясорубку брусники или клюквы и меда, смешанных в пропорции 1:1. Это является чудесным средством, повышающим защитные силы, выводящее токсины и алкогольные яды из организма. Эту смесь принимают по 1 столовой ложке 3–4 раза в день, независимо от еды. По возможности в течение всей зимы.

Можно принимать по 1 чайной ложке цветочной пыльцы 3 раза в день за 30–60 минут до еды при лечении абстинентного синдрома у алкоголиков (и наркоманов).

Отвыканию от алкоголя способствуют кислые яблоки. За время лечения ежедневно съедать 3–4 кислых яблока.

Можно использовать следующее средство: взять 10 яблок, воткнуть в каждое по 4 железных (чистых!!!) гвоздя. Через некоторое время гвозди вынуть, воткнуть в другие яблоки, а первые съесть. Образующийся при этом экстракт яблочно-кислого железа полезен при лечении алкоголизма.

Средство для больных алкоголизмом: 1 столовую ложку меда вскипятить с 1 стаканом молока, добавить чайную ложку внутреннего жира. В смесь положить свое серебряное украшение. Давать по 1 столовой ложке натощак каждое утро.

При алкогольном опьянении (отравление организма алкоголем) ни в коем случае не принимать спиртных напитков с целью «похмелиться».

Постараться больше спать.

Принимать ванны (теплую или прохладную).

Пить желчегонное (цмин, пижма и др.) и мочегонное (хвощ полевой, петрушка).

Сделать очистительную клизму.

Пить травяные чаи (зверобой, чабрец, мята, липовый цвет, можжевельниковые ягоды, душица и т. д.).

Если есть тошнота и рвота – не препятствовать опорожнению желудка; после опорожнения желудка проглатывать кусочки льда, пить шафрановую воду (на стакан кипяченой воды – щепотка порошка шафрана).

При сильных головных болях – горчичник на затылок или на «воротниковую» зону.

После улучшения общего состояния – непременно посетить баню.

Отвар из растений: трава мяты перечной —

2 части, листья лавра благородного – 2 части, трава горичвета весеннего – 1 часть, корень любистока лекарственного – 1 часть.

3 столовые ложки сухой смеси залить 1 л воды, варить 1 минуту, настаивать в течение 1 часа, потом процедить. Пить по четверти стакана 4 раза в день.

Аллергический дерматит (крапивница)

При попадании на кожу аллергена или иного раздражающего вещества, на ней развивается воспаление, или дерматит. Раздражителями могут быть химические вещества (щелочи, кислоты, порошки, краски, лаки) при физическом воздействии, а также вещества растительного происхождения. Нередко болезнь является следствием наружного применения лекарственных веществ (часто при самолечении). Он может возникнуть от йода, ртути, новакаина, синтомицина и т. д. Признаками заболевания являются отечность, покраснение и зуд кожных покровов. Кроме того, на покрасневшей коже появляются волдыри, наполненные прозрачной жидкостью, которые со временем трескаются и появляются мокнущие участки кожи, а затем чешуйки, корки. Лечение дерматита проводится под наблюдением врача, однако больной может облегчить течение дерматита с помощью народных средств, в частности препаратов золотого уса.

Народные целители рекомендуют больному, страдающему от аллергического дерматита:

Аллергический дерматит (крапивница) рожистое воспаление, красная волчанка: тертый сырой картофель накладывают тонким слоем на кожу на 30–40 минут. После снятия массы кожу обмывают теплой водой.

При крапивнице используют все растение ряски маленькой, применяется в виде пилюль, приготовленных с медом. Разовая доза 1–2 грамма.

Приходя домой с улицы, умываться и мыть руки: если причина аллергического дерматита – пыльца растений, то регулярные умывания очень помогают.

Пить настой травы череды трехраздельной. Приготовление настоя: одну чайную ложку сухой травы залить стаканом крутого кипятка и настаивать под крышкой до 20 минут, процедить; выпить в несколько приемов в течение дня.



НА ЗАМЕТКУ

Профилактика: отваром череды ополаскивают кожу для уничтожения прыщей, угрей и повреждений.

Делать компрессы с разведенным соком зелени укропа; одну часть свежееотжатого сока разводят двумя частями теплой кипяченой воды.

Принимать отвар зелени укропа огородного; приготовление отвара 4 столовые ложки сухого сырья залить стаканом воды и варить при слабом кипении 5 минут, остудить, процедить, пить по полстакана три раза в день.

Трава золототысячника – 20 г, трава иван-да-марьи – 20 г, трава дымянки – 10 г, побеги паслена – 10 г, листья копытня – 10 г, трава багульника – 10 г. Столовую ложку смеси настоять в 250 мл кипятка в течение часа. Принимать по 1/3 стакану настоя 3–4 раза в день. Весь настой – дневная норма при экземе, псориазе, дерматитах.

Чтобы устранить зуд, к пораженному участку кожи на 10 минут прикладывают марлю, пропитанную отваром золотого уса.



ВНИМАНИЕ!

Защищайте кожу от внешних раздражителей.

При первых признаках дерматита предотвратить зуд помогает следующее средство: в 1 стакан холодной воды добавляют по 1 капле масел лаванды, герани и золотого уса. Поверхностную пленку масла собирают кусочком марли или бинта и прикладывают к воспаленной коже.

На воспаленную кожу можно накладывать компресс, смочив марлю в смеси настоев календулы и золотого уса.

При хроническом дерматите рекомендуется провести курс лечения спиртовой настойкой золотого уса, принимая ее по 1 чайной ложке 3 раза в день за 1 час до еды в течение 21 дня.

Зудящие дерматиты, незрелые фурункулы, рожистые воспаления: делать повязки с вареным или печеным луком 1–4 раза в день в зависимости от остроты процесса. Испечь в духовке луковицу, разрезать пополам и одну горячую половину приложить к незрелому фурункулу, наложить повязку. Повязку с луком менять каждые 4–5 часов.

Аллергический дерматит, экзема, ожоги, рожа, конъюнктивит, кожные опухоли: свежий, очищенный и разрезанный на доли огурец или тертую его мякоть прикладывать к участкам воспаленной кожи. Повязки менять 2 раза в день.

Свежеприготовленный сок сельдерея используется для примочек и орошений при аллергической крапивнице и дерматитах. Внутрь принимают сок сельдерея по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Мякотью свежей тыквы обыкновенной рекомендуется обкладывать воспаленные участки кожи при сыпях, дерматитах, экземах.

2 столовые ложки измельченных корней сельдерея пахучего залить 1 стаканом холодной кипяченой воды, настаивать 3–4 часа, процедить. Пить по трети стакана 3 раза в день за 30 минут до еды при аллергической крапивнице и дерматитах.

В Индии спелые плоды манго используют как мочегонное и слабительное средство. Сок манго – наружно при острых дерматитах.

Аллергия

Это повышенная чувствительность организма к воздействию некоторых факторов окружающей среды – химических веществ, микробов, пищевых продуктов и др., которые называются аллергенами. Аллергические заболевания (бронхиальная астма, поллинозы, крапивница, аллергический насморк, дерматиты, лекарственная и пищевая аллергии) широко распространены во всем мире и продолжают расти. Причиной этого, в первую очередь, считают широкое применение антибиотиков и других лекарственных препаратов.

Аллергенами могут быть различные соединения – от простых (бром, йод) до самых сложных (белки, полисахариды), сочетания тех и других. Одни из них попадают в организм извне (экзогенные), другие образуются в самом организме (эндогенные). Экзогенные аллергены могут быть неинфекционного происхождения (бытовая пыль, шерсть животных, лекарственные препараты, пыльца растений, животные и растительные пищевые продукты и инфекционными (бактерии, вирусы, грибки и продукты их жизнедеятельности). Попадая в организм различными путями, экзогенные аллергены могут вызывать поражение различных органов и систем.

Лечение аллергии следует начинать с выявления вызвавшего ее вещества. Для профилактики аллергии необходимо укреплять иммунную систему, придерживаясь диеты, богатой витаминами С и В, а также флавоноидами. Народная медицина рекомендует использовать при той или иной аллергии следующие средства:

При аллергической реакции на пыль, запах (бытовая аллергия) проветривать помещение. Принимать теплые ванны два раза в день по полчаса. Каждый раз после ванны обтираться водкой, водой с уксусом.

При любой аллергии попробовать принимать мумие (1 г мумие развести в литре теплой воды). Принимать раствор мумие взрослому по полстакана один раз в день. Детям до 3 лет – по 50 мл один раз в день, детям 4–8 лет – по 70 мл один раз в день. Курс лечения – до 20 дней.

При любой аллергии пить постоянно (в течение месяцев и лет) настой череды трехраздельной. Приготовление: одну чайную ложку сухого сырья залить стаканом крутого кипятка и настоять 20–30 минут, процедить. Пить как чай – по стакану 1–2 раза в день.

При аллергической реакции на пыльцу растений каждый раз, приходя домой с улицы, полоскать горло (и желательно промывать полость носа и носоглотки) теплой водой. Эффективность процедуры увеличится, если в воду для полосканий (промываний) добавлять немного настоя валерианы, пустырника.

Минимум 3 раза в день надо принимать душ. Когда больные начинают принимать эти процедуры, они уже через две недели чувствуют облегчение даже без приема лекарств.

При любой аллергии ежедневно пить смеси овощных соков. Например: морковный сок (3 части), свекольный сок (1 часть), огуречный сок (1 часть); или: морковный сок (2 части), сок шпината (1 часть).



НА ЗАМЕТКУ

Жуйте при аллергии медовые соты

При любой аллергии пить ежедневно сок щавеля с добавлением меда (на стакан сока – одну чайную ложку меда).

Пить при любой аллергии настой цветков календулы лекарственной. Приготовление: одну столовую ложку сухого сырья залить стаканом крутого кипятка и настаивать под крышкой не менее часа, затем процедить. Принимать по одной столовой ложке три раза в день.

Принимать настой березовых почек. Приготовление: одну чайную ложку размятых березовых почек залить стаканом кипятка, хорошо укутать и настаивать не менее двух часов, процедить. Пить по две столовые ложки 3–4 раза в день.

Один раз в день обмывать тело древесным щёлоком. Приготовление щёлока: горсточку золы залить водой, довести до кипения, дать отстояться и затем слить чистый настой, процедить его.

Поскольку золотой ус является одним из самых богатых флавоноидами растений, в профилактических целях рекомендуется пить отвар или настой этого растения, особенно при приеме антибиотиков и других лекарств, вызывающих аллергию. Отвар: измельченные листья растения 2 столовые ложки залить 0,5 л кипятка, варить 10 минут, охладить. Настой: 1–2 листа растения залить 1 л холодной воды и настоять сутки, выпить в течение дня. Лечение аллергии проводят с помощью настоя или отвара золотого уса, принимая лекарство по 1 десертной ложке 3 раза в день за 1 час до еды в течение 7 дней. После недельного перерыва курс можно повторить, уменьшив дозировку препарата (1 чайная ложка 2 раза в день).

При аллергическом рините рекомендуется делать ингаляции: в горячую воду добавляют 1 столовую ложку измельченных сухих листьев золотого уса и дышат над паром в течение 2–3 минут.

При воспалении слизистой оболочки носа ее смазывают маслом золотого уса или протирают ватным тампоном, смоченным в отваре или настое данного растения.

Настои или отвары корней колючего каперса используются при аллергических состояниях, с отчетливым десенсибилизирующим эффектом.

При аллергическом рините рекомендуется полоскать нос морской водой, которую в домашних условиях может заменить следующим составом: в стакан с теплой кипяченой водой добавить чайную ложку соли и 5–7 капель йода. Хорошо размешать.

Закапывать в нос по 2 капли сока чистотела 3 раза в день. Закапывать следует в два этапа. После закапывания в одну половину носа 2 каплей, через минуту в эту же ноздрю закапывают снова 2 капли. То же самое проделывают со второй ноздрей.

Принимают экстракт череды внутрь по 20 капель 3 раза в день до еды в течение 12–15 дней. При аллергии, а также при эозинофилии и для стимуляции надпочечников.

Ангина (тонзиллит острый)

Это инфекционное заболевание, при котором воспаляются миндалины. Заболевание вызывают различные микробы, в основном стрептококки, попадающие в глотку при непосредственном контакте с больным (при использовании немытой посуды, продуктов). Некоторым людям достаточно переохладить ноги, съесть мороженое, искупаться в холодной воде и они заболевают ангиной. Заболеванию могут способствовать хронический тонзиллит, попадающие в глотку раздражители (пыль, алкоголь), болезни носоглотки (аденоиды, гайморит), при которых нарушается дыхание. Опасна ангина осложнениями на сердце, суставы, почки. Поскольку заболевание заразное, больного лучше изолировать, а питаться из персональной посуды и пользоваться отдельным полотенцем. Еда должна быть теплой, не раздражающей горло. Ангина – это болезнь всего организма, поэтому рекомендовано обильное и теплое питье, поскольку с мочой выходят из организма шлаки. Не рекомендовано глубокое прогревание горла (компрессы), важную роль при ангине играют полоскания. В дополнение к врачевым средствам народ использует и свои.

Несколько раз в день проглатывать подогретую, истолченную в кашу мякоть свежего огурца.

Следует пить побольше чая с медом и лимоном.

Чаще пить теплые фруктовые соки. Особенно рекомендуются те соки, в которых содержится много витамина С.

Несколько раз в день жевать прополис.

По несколько раз в день держать во рту кружок лимона (вместе с кожурой). Достаточно по 10–15 минут

Два-три раза в день полоскать горло свежесжатым соком алоэ или каланхоэ. Для одного полоскания достаточно 2–3 столовых ложек сока. **При лечении каланхоэ обязательно посоветуйтесь с лечащим врачом!**

Полоскать горло подогретым соком сырой свеклы. Полоскать 4–5 раз, сочетая с другими средствами для полоскания.

Несколько раз в день полоскать горло настоем плодов фенхеля (1 столовая ложка на стакан кипятка).

2–3 раза в день жевать молоденькую (зеленую) дубовую кору. Также можно жевать молоденькую кору березы или березовые почки.

Полоскать горло (или пить маленькими глотками) клюквенным или брусничным соком.

2–3 раза в день пить по маленькому глотку (с чайной ложки) свежесжатый сок репчатого лука.

Пить настой молодых березовых веточек. Приготовление: 50 г молодых сухих березовых веточек (вместе с почками) порезать как можно мельче, залить стаканом крутого кипятка и настаивать, укутав полотенцем, около часа, процедить. Пить по одному стакану несколько раз в день.



ВНИМАНИЕ!

При тяжелых воспалительных заболеваниях почек использовать это средство нельзя!

Полоскать горло настоем травы василька лугового. Приготовление: одну столовую ложку сухого сырья залить стаканом кипятка и настаивать 20–30 минут, процедить. Полоскать горло 3–4 раза в день, сочетая с полосканием другими средствами.

Принимать настой листьев гортензии крупноцветковой. Приготовление: 1 чайную ложку сухого сырья залить стаканом крутого кипятка и настаивать, тщательно укутав, не менее получаса, процедить. Выпить в несколько приемов (теплым) в течение дня.

Используется при ангинах мята перечная – 20 г. Залить 1 стаканом кипятка, настоять 30 минут, процедить. Полоскать горло теплым настоем при ангине (и ларингите).

Полоскать горло отваром плодов инжира. Приготовление: 1–2 столовые ложки сухих или свежих плодов размять, залить стаканом молока (или воды), варить на слабом огне до четверти часа, процедить. Полоскать горло до десяти раз в день.

Одно яблоко средних размеров нарезать по возможности мельче, залить стаканом кипятка и настаивать, хорошо укутав, примерно 2 часа, процедить через один слой марли. Принимать по одному стакану такого настоя 3–4 раза в день до еды.

Полоскать горло настоем цветков яснотки белой. Приготовление: одну столовую ложку сухих цветков залить стаканом кипятка и настаивать 10–12 минут, процедить. Полоскать горло 3–4 раза в день, сочетая с полосканиями другими средствами.

Известная болгарская целительница Ванга рекомендовала при воспалении миндалин: взять сладко-горький паслен (особенно сильно его целительное действие в марте), истолочь в ступке в порошок, смешать со свиным жиром, выложить смесь на хлопчатобумажную ткань и делать аппликации на горло.

Яйцо свежее взбить, вылить в стакан с водой, взболтать. Полоскать горло. Вся нечисть будет выплевываться вместе с настоем. Полоскать 5–6 раз в день.

Хрен натереть, положить в банку, плотно закрыть. Через 15 минут открыть и дышать: вдох ртом (задержать дыхание на счет 1, 2, 3, 4), выдохнуть через нос.

В черной редьке вершок снять, в большей части проделать ямку ложечкой и залить медом, прикрыть вершком и оставить на 3 дня. Затем пить содержимое 5–6 раз в день по столовой ложке. Самая жесткая ангина отступится и кашель уймется.

Взять 100 г меда и 1 столовую ложку малинового варенья, положить в эмалированную кружку, помешать и на медленном огне довести до начала кипения, постоянно помешивая. Перед тем, как закипеть, эта смесь делается жидкой (температура кипения меда – 60 градусов). Снять кружку с огня и вылить содержимое в горло. После этого лечь в постель, потеплее укрыться. Этим способом ангина вылечивается сразу и долго не повторяется. Ожогов слизистой быть не должно. Если же все-таки ожог будет, то 2 раза в день пейте по 1 чайной ложке водный раствор.

Стакан свежих измельченных зеленых корок плодов грецкого ореха смешать с 3 стаканами сахара или меда, варить в закрытой посуде на слабом огне один час, постоянно помешивая содержимое. Сироп процедить, остаток отжать. Хранить в темном прохладном месте. Принимать при ангинах по чайной ложке на стакан чая 3–4 раза в день.

Принимать свежий чеснок и его сок, но не более 3–5 зубков, а сок – 0,5 чайной ложки после еды через день.



ВНИМАНИЕ!

Противопоказан прием свежего чеснока и сока из него при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрите с повышенной кислотностью желудочного сока, панкреатите, нефрите, беременности и эпилепсии.

Печеный и вареный чеснок практически не имеют противопоказаний. Его употреблять по 50 г также через день.

30 г кашицы чеснока залить 100 г спирта или водки, настоять в темном прохладном месте 10 дней, процедить. Принимать по 15–20 капель 2 раза в день за 10 минут до еды. Курс лечения 2 недели. После 10-дневного перерыва лечение повторить.

Столовую ложку кашицы чеснока растереть с мелкой поваренной солью (по вкусу) и смешать со 100 г сливочного масла. Принимать с хлебом или картофельным пюре.

При ангине используют для полоскания листья шалфея, чайную ложку на стакан кипятка.

Плоды фенхеля – 5 г, листья мяты перечной – 15 г, цветки ромашки лекарственной – 15 г, листья шалфея – 15 г. Измельченные части растения хорошо смешать. Полную чайную ложку сбора на стакан кипятка. Используют для полоскания.

Для ингаляций при ангине используют следующий отвар из почек сосны. Почки собирают ранней весной в марте – апреле месяце во время набухания, когда кроющие чешуйки плотно прижаты к почке. Высушивают на открытом месте или в теплом помещении при температуре 20–25 градусов. Отвар почек сосны готовят 1:10.



НА ЗАМЕТКУ

Следует учитывать, что при использовании настоев или отваров из хвои сосны необходимо быть внимательным при нефритах и нефрозах.

Настой хвои сосны – иглы хвои растирают с небольшим количеством холодной кипяченой воды, а затем заливают водой в 3-х или 9-ти кратной пропорции. Подкисляют лимонной кислотой по вкусу, кипятят в течение 20–40 минут и оставляют стоять в течение 1–3 часов. Затем процеживают через марлю и принимают 50 —100 мл в день.

Приготовленный таким способом настой содержит от 15 до 20 мг аскорбиновой кислоты.

Цветы коровяка – 10 г, цветы шалфея – 10 г, семена аниса – 10 г, почки сосны – 10 г, корень алтея – 20 г, корень лакричника – 20 г. Одну столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настоять и выпить в течение дня.

Цветы шалфея – 15 г, семена аниса – 20 г, почки сосны измельченные – 20 г, корень алтея, измельченный – 20 г, корень лакричника, измельченный – 15 г. Две чайные ложки сбора заварить 1 стаканом кипящей воды, остудить, принимать по 0,5 стакана 3 раза в день.

Кроме ангины – при ларингитах, стоматитах, а также как противопростудное, противовоспалительное – могут быть полезны корни и кожура граната. Кору корней граната применяют в качестве противопростудного, противовоспалительного средства. Кору древесную и кожуру плодов используют для полосканий при ангинах, ларингитах, стоматитах.

Древесную кору граната, кору корней и кожуру плодов применяют в виде отваров. Используют для полоскания 10–15 г коры, которую предварительно размачивают в течение шести часов в 400 мл воды, затем этот настой кипятят и выпаривают до 200 мл.

Осенью собирают корни окопника лекарственного. Стебель употребляют только свежим. Корни отмываются очень плохо. Его режут на куски и сушат.

Обволакивающее средство при всех видах воспаления слизистой оболочки, особенно при грудных недомоганиях в том числе и тяжелых. Доза: 40 г на 1 литр горячего молока, в

котором корень парят в духовке 6–7 часов, но не доводят до кипения. Напаром полощут рот при катарах горла и ангинах.



ВНИМАНИЕ!

В больших дозах корень окопника лекарственного ядовит!

Собирают венчики цветов коровьяка скипетровидного в сухую ясную погоду, выдерживая их из чашечки, сейчас же сушат, расстилая тонким слоем. Следует крепко спрессовать цветки и хранить в хорошо закупоренной коробке.

Для полоскания горла, коровяк мешают в равных частях с цветами лесной мальвы, листьями мать-и-мачехи. 2 столовые ложки на 1 л воды. Кипятят 5 минут, в горячий отвар добавляют нарезанные корни окопника и валерианы по 10 г. Все вместе парят в закрытом сосуде 1 час. Отцеживают. Перед употреблением подогревают.

Это средство применяется как отхаркивающее. Собирают только лепестки цветов мака самосейки. Напар из лепестков дикого мака 10 г и корня бедренца 5 г. Залить двумя стаканами кипятка, парить ночь, с утра в течение дня пить по глотку ежечасно.

Сок плодов ирги овальной используется для полоскания горла при ангине. Можно есть ягоды, но разжевывать очень медленно.

Клюквенный сок и морс обладают бактерицидным действием. В народной медицине клюквенный сок с медом употребляют при сильном кашле, связанном с простудой, ангине и как жаропонижающее.

Ангину лечат и настоем эвкалипта – 100 г листа на 1 л кипятка. Полоскать горло 4–5 раз в день.

Настой из цветущей травы василька лугового: 1 столовая ложка на стакан кипятка. Выпить в течение дня.

Рекомендуется пить отвар листьев жимолости съедобной. Приготовление: 1 чайную ложку сухого сырья залить стаканом воды и варить на слабом огне 10–12 минут, дать остыть, процедить. Пить теплым по одной столовой ложке 3–4 раза в день.

Цветки сирени дикой настоять на водке: 50 г цветков, 100 г водки. Выдержать 1 неделю. Настой развести с кипяченой водой один к одному. Полоскать горло при ангине, (а также ларингите, фарингите).

Крапива двудомная – 10 г, мята перечная – 10 г. Сбор измельчить, залить 1 стаканом кипятка на ночь. Утром процедить, нагреть, полоскать горло 4–5 раз в день (при ангине и ларингите).

Приготавливают препарат в равных весовых категориях из следующих растений: зверобой (трава), аир болотный (корень), девясил высокий (корень), ива белая (кора молодых веток, собранная ранней весной до появления листвы), спорыш (трава), шалфей (трава), гледичия трехколючковая (листья и плоды), чистотел (трава), пастушья сумка (трава), пижма (трава с соцветиями), подорожник большой (листья), орех грецкий (листья), цикорий дикий (корень и трава), дрок красильный (верхушки побегов с листьями и цветами). Перечисленную смесь растений измельчают, берут 100 г смеси и заливают 1 литром воды, настаивают 5 дней, затем кипятят 20–30 минут, охлаждают, процеживают, соединяют с нашатырным спиртом, из расчета 1:10. На литр такой настойки добавляют 10 г настойки из шпанской мушки (на нашатырном спирте). Можно и без нее.

Применяют в виде капель внутрь и наружно. Обычные дозы: взрослым – 10–15 капель с водой, 3 раза в день до или после еды. При приступах удушья, бронхиальной астме, можно

принимать 30–40 капель, 4–6 раз в день. Водой надо разбавлять так, чтобы не было ожогов слизистой оболочки горла. Детям дают по 10–15 капель с чаем или кофе.

Чистую настойку используют как наружное средство для растираний, согревающие компрессы на ночь. Иногда наружное применение вызывает раздражение, сыпь – это безвредно, через 2–3 дня она исчезает.

Ядра фисташек особенно полезны для ослабленных больных, перенесших ангину, грипп, пневмонию и другие тяжелые инфекционные заболевания. 2–3 столовые ложки измельченных в порошок ядер залить 1,5 стаканами горячей воды, настоять 30–40 минут, периодически встряхивая содержимое. Принимать по 2–3 столовые ложки 3–4 раза в день перед едой.



НА ЗАМЕТКУ

Следует иметь в виду, что злоупотребление фисташками вызывает крапивницу! v_)

Березовый деготь принимают по 5–10 капель 3 раза в день на теплом молоке при заболевании горла.

Трава золототысячника – 10 г, ромашка аптечная – 10 г, трилистник водяной – 10 г. Четыре столовые ложки сбора заварить 0,5 л воды, настоять 10 минут, процедить. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день при заболевании ангиной.

При болезнях полости рта, ангине можно использовать 2 %-ную настойку календулы в виде полоскания через каждые 1,5–2 часа, как одну, так и в комплексе с сульфаниламидами и антибиотиками. Настойка календулы готовится из краевых цветков или из цветочных корзинок на 70 %-ном спирте. готовят также из всех надземных частей растения. Соотношение растительного сырья к извлекателю 1:10.

Сок из свежих листьев кервеля огородного (травы) применяют в качестве отхаркивающего. Употребление кервеля считается особенно полезным при истощающих заболеваниях. В летнее время пьют свежий сок из травы по 0,5–1 чайной ложке, 2–3 раза в день.

Прополисное масло (10–20 %-е) получается из смеси прополиса и сливочного масла, помещенной в водяную баню на 1 час. Употребляют внутрь по 1 чайной ложке обычно до еды, детям назначается по половине или трети чайной ложки. При легочных заболеваниях.

От ангины: взять 1 столовую ложку цельного молока, нагреть, добавить 0,5 чайной ложки меда, положить серебряную монету и оставить на ночь. Смазывать горло этой смесью.

Ангина: сок свежих ягод черной смородины, разбавить «серебряной» водой. Применять для полоскания горла.

При ангине: натереть на терке стакан свеклы, влить 1 столовую ложку уксуса, дать настояться. Сок с уксусом отжать, разбавить «серебряной» водой, прополоскать им рот, горло и немного проглотить (1–2 столовые ложки).

При болезнях горла принимать по 50 капель 3 раза в день после еды настойку зверобоя обыкновенного (30 г травы на 100 г спирта или стакан водки), а 40 капель этого настоя разводят в полстакане «серебряной» воды для полоскания горла.

При ангине принимать на свободный желудок по 0,2 г мумие 2 раза в день 15 дней. Через 7–10 дней сеанс можно повторить. Мумие желателно растворить в жидкости (сок, чай, молоко).

Промывание миндалин йодином 10 раз с промежутками в 2 дня. Курс – 2–4 месяца.

Анемии (малокровие)

Это заболевание характеризуется снижением количества гемоглобина в крови. гемоглобин содержится в эритроцитах (красных кровяных тельцах). Причины анемии разнообразны. Она может возникнуть в результате острых или хронических кровопотерь, из-за недостаточной функции костного мозга – основного кроветворного органа. Анемии развиваются при некоторых заболеваниях (инфекционных, глистных).

Анемии, связанные с дефицитом железа, наиболее распространенные из видов анемий. Эта анемия характеризуется дефицитом железа в сыворотке крови, костном мозге. Это заболевание чаще встречается у женщин, особенно рожавших. Железо играет важную роль в жизнедеятельности организма. Оно необходимо для построения содержащегося в эритроцитах гемоглобина. При недостатке железа нарушается и функция пищеварительных желез, нервной системы, мышечного аппарата. Железодефицитные анемии чаще всего являются следствием кровопотерь. Причиной могут быть небольшие, но длительные кровопотери при геморрое, язвенной болезни желудка или двенадцатиперстной кишки, у женщин, страдающих длительными и обильными менструальными кровотечениями (причиной этому может оказаться спираль).

При малокровии рекомендуется есть мясо, печеньку, больше пить молока (но не залпом, а глотками), сливок, есть орехи, виноград, землянику, кизил, малину, бананы, чеснок.

50 г ядер грецких орехов истолочь, залить стаканом молока, прокипятить, настоять до охлаждения. Выпить в течение дня. Принимать ежедневно.

При железодефицитной анемии можно делать следующее: 100 г толченых грецких орехов, смешанных с 60 г меда, съедать в день за 3–4 приема.

150–200 г свежих клубней топинамбура тщательно вымыть, очистить и принимать ежедневно 2–3 раза в день перед едой.

50–100 г свежеприготовленного сока клубней топинамбура принимать 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды.

1–2 столовые ложки порошка корня топинамбура растворить в 0,5 л кипятка, процедить и пить по стакану 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды.

Принимать свежий чеснок и его сок, но не более 3–5 зубков, а сок – 0,5 чайной ложки после еды через день.

Столовую ложку кашицы чеснока растереть с мелкой поваренной солью (по вкусу) и смешать со 100 г сливочного масла. Принимать с хлебом или картофельным пюре.



ВНИМАНИЕ!

Противопоказан прием свежего чеснока и сока из него при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрите с повышенной кислотностью желудочного сока, панкреатите, нефрите, беременности и эпилепсии.

Существенно повышает содержание гемоглобина в крови мед. Наилучший мед для лечения анемии – гречишный. Если нет гречишного – можно употреблять мед, как заменитель, выбирая мед наиболее темный, т. к. в нем больше минеральных солей. Лечение 20–30 дней, по 100–150 г в сутки. Больной принимает мед в среднем 3 кг на лечебный курс.

При малокровии рекомендуется есть арбуз съедобный.

Можно пить отвар и сок из плодов вишни.

Спелый крыжовник, свежие плоды айвы также рекомендуются при малокровии.

При анемии следует не пренебрегать яблоками. Полезно съедать ежедневно по несколько штук, но после приема яблок не нужно пить чай в течение 1–2 часов.

При анемии рекомендуется принимать прополис: 0,5 чайной ложки перед едой 3–5 раз в день. Положить в рот и долго жевать, потом проглотить.

Свежие ягоды рябины, сок из ягод, сироп, компот, варенье благодаря высокому содержанию витаминов могут быть полезны при малокровии. Сок из плодов рябины пьют по 1 столовой ложке 4 раза в день.

Можно приготовить настой из крапивы двудомной, который способствует увеличению количества гемоглобина в крови. 1 столовую ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Другой способ: 2 столовые ложки травы и корней крапивы двудомной залить в термосе 0,5 л кипятка, настоять 1–2 часа, процедить. Пить по 0,5 стакана в теплом виде с добавлением меда по вкусу 3–5 раз в день до еды.

Настой шиповника. Приготовление: 1 столовую ложку измельченных плодов шиповника залить 2 стаканами кипятка; настаивать в закрытой посуде в течение 1 часа. Затем процедить через марлю (это очень важно, чтобы мелкие частички плодов и остатки шипов не попали в организм!), отжать. Для улучшения вкуса можно добавить сахар или сироп. Пить по 0,5 стакана 2 раза в день перед едой.

Другой способ: 2 столовые ложки плодов залить в термосе 1 стаканом кипятка на ночь, процедить, отжать. Пить по 0,5–1 стакану в день.

Свежую сырую мякоть тыквы съедать, начиная с 20–30 г один раз в день, постепенно увеличивая дозу до 150 г 2–3 раза в день за 20–30 минут до еды. Курс лечения 1,5–2 месяца. После перерыва в 10–15 дней лечение можно повторять.

Свежеприготовленный сок тыквы пить по полстакана 1–2 раза в день за 10–15 минут до еды, постепенно увеличивая его количество до 2–3 стаканов в день. Принимать его так же, как и сырую мякоть тыквы.

Больным, которые плохо переносят цельный сок, рекомендуется делать из него напиток, разбавляя сок холодной кипяченой водой в соотношении 1:1.



ВНИМАНИЕ!

Сырая тыква и сок из нее противопоказаны при гастрите с пониженной кислотностью желудочного сока, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при тяжелой форме сахарного диабета.

Общеукрепляющее средство: весной пить кленовый или березовый сок, слегка разбавленный «серебряной» водой.

Общеукрепляющее: в народе дозируют мумие величиной с пшеничное зерно (0,15–0,2 г) и назначают его 1–2 раза в сутки, чаще всего перед сном. Применяют внутрь, смешивая непосредственно перед приемом с соками, водой, медом, чаем, молоком и т. д. (благодаря хорошей растворимости). В период лечения рекомендуется отказ от алкоголя.

Энергетическая смесь: на стакан кипяченой воды добавить 1 чайную ложку яблочного уксуса и 1 чайную ложку меда, все тщательно размешать и добавить одну каплю настойки йода. Принимать раз в день после еды.

Аритмии

Это не только изменения ритма сокращений сердца, но и нарушение темпа этих сокращений. Термином «аритмии» обозначаются различные по своему характеру и происхождению отклонения в ритме сокращений сердца. Человек обычно не ощущает биения своего сердца и поэтому не воспринимает его ритма. Появление аритмий воспринимается как перебои, замирание сердца, резкое хаотическое сердцебиение. Многие виды аритмий не представляют серьезной угрозы для функции сердца и жизни человека, однако только врач может это определить.

Существует много видов аритмий и огромную роль при этом играет состояние нервной системы. Психическое напряжение вызывает определенные изменения в темпе и зачастую в ритме сердечных сокращений. Аритмии нередко возникают на фоне эндокринных заболеваний. Но самая частая их причина – поражение миокарда.

Профилактика аритмий, вызванных болезнью сердца, совпадает с профилактикой соответствующей болезни сердца. Эффективным вспомогательным средством при лечении аритмии и тахикардии являются плоды боярышника. Народная медицина при аритмиях рекомендует включать в пищевой рацион больше черной смородины и персиков.

Назначают жидкий экстракт по 20–30 капель 3–4 раза в день до еды или настойку по 20 капель 3 раза в день. При экстрасистолической аритмии показана настойка валерианы.

За полчаса до еды пить по 20–25 капель жидкого экстракта элеутерококка.

Три раза в день пить настой цветков календулы (1–2 чайные ложки сухих цветков залить стаканом кипятка и настаивать около получаса, процедить) по одной трети стакана.

Три раза в день пить настой травы горицвета весеннего по одной столовой ложке.

Приготовление: налить в кастрюлю 250 мл воды и довести до кипения, всыпать четыре грамма травы горицвета весеннего и кипятить на слабом огне не больше 3 минут, затем накрыть кастрюлю крышкой (можно укутать полотенцем) и поставить в теплое место на 20 минут, чтобы лекарство настоялось, процедить.

При аритмии, а также некоторых других сердечных болезнях (ишемическая болезнь сердца (стенокардия), нарушения сердечного ритма (экстрасистолия, мерцательная аритмия, пароксизмальная тахикардия, гипертония) рекомендуется принимать вареный или полусырой корнеплод свеклы красной, начиная с 20–30 г один раз в день, постепенно увеличивая количество до 100 г 1–2 раза в день за 20–30 минут до еды или натощак.

Цельный свежеприготовленный сок свеклы пить, постепенно увеличивая объем с

1 чайной ложки до 100–200 мл 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды. Курс лечения до 2 месяцев.



ВНИМАНИЕ!

Противопоказанием для приема полусырой и вареной мякоти свеклы является гастрит с повышенной кислотностью желудочного сока, сахарный диабет, камнеобразование в почках при щелочной моче и понос.

При мерцательной аритмии (а также сердечно-сосудистой недостаточности 1–2 степени, одышке, сердцебиении, цианозе, отеках) можно принимать настойку коры обвойника греческого на 40 % спирте (1:10), действующую подобно строфанту. Эта настойка представ-

ляет собой прозрачную красновато-бурую жидкость слабого своеобразного запаха и горького вкуса. Принимать по 5 капель 2–3 раза в день.

При мерцательной аритмии (а также хронической сердечно-сосудистой недостаточности 2–3 степени, одышке, сердцебиении, цианозе, отеках, гипертонии) порошок наперстянки пурпурной. Измельченные в мелкий порошок листья наперстянки пурпурной (красной) назначают внутрь взрослым в дозе 0,05–0,1 г на прием 2–3 раза в день. Высшая разовая доза порошка для взрослых: разовая – 0,1 г, суточная – 0,5 г. Иногда назначается в свечах.

Детям до 6 месяцев назначают по 0,005 г, от 6 месяцев до 1 года – 0,01, 2 лет – 0,02 г, 3–4 лет – 0,03 г, 5–6 лет – 0,04 г, 7–9 лет – 0,05 г, 10–14 лет – 0,05–0,075 г.

Обладает кумулятивным свойством!

При мерцательной аритмии можно использовать настой из измельченных листьев дигиталиса. Настой готовят на воде в соотношении 0,5–1,0 г на 180 мл воды.

Взрослым принимать внутрь по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

Для детей настой готовят в соотношении 0,1–0,4 г на 100 мл воды. Назначают по 1 чайной или десертной ложке в зависимости от возраста. При передозировке наблюдается брадикардия, возбуждение, нарушение сна.

При сердечной аритмии принимают тысячелистник в виде сока в дозе 20–30 капель на прием совместно с 20–25 каплями сока руты, на виноградном вине или вине с малой крепостью.

Для лечения аритмии сердца (а также гипертонии, невроза сердца, тахикардии) можно использовать боярышник. Одну столовую ложку измельченных плодов или цветков боярышника кроваво-красного заливают стаканом водки, настаивают в закрытом сосуде 7 дней, процеживают и принимают по 20–30 капель 3–4 раза в день до еды.

Можно пользоваться также настоем плодов. Для этого столовую ложку плодов заваривают в закрытом стакане кипятка, настаивают на горячей плите 2 часа, процеживают и принимают по 3–4 столовые ложки 3–4 раза в день.

Можно использовать и другой рецепт. 5 г боярышника или 15 г измельченных плодов боярышника (1 столовая ложка) положить в стеклянную (или эмалированную) посуду, залить 200 мл (1 стакан) горячей кипяченой воды, накрыть крышкой и нагревать на водяной бане 15 минут. Охладить при комнатной температуре в течение 45 минут. Сырье отжать, профильтровать настой, долить его кипяченой водой до 200 мл. Принимать по 0,5 стакана 2–3 раза в день в теплом виде за 30 минут до еды.

При тахикардии и неврозах сердца рекомендуется настойка цветков боярышника. 1 столовую ложку цветков или плодов залить одним стаканом водки. Настаивать неделю, процедить. Принимать по 20–25 капель с «золотой» водой 3–4 раза в день;

Тонизирующие средства при сердечной слабости:

а. одну столовую ложку свежих молодых листьев клена заварить в стакане кипяченой «золотой» воды, настоять на горячей плите 30 минут, не доводя до кипения, процедить и оставить остывать. Принимать по половине стакана 3–4 раза в день;

б. две чайные ложки шишек хмеля залить 200 мл кипяченой «золотой» воды, настоять, укутав в махровое полотенце на 30–40 минут, процедить. Следует принимать по трети стакана 3 раза в день до еды.

При нарушении сердечного ритма и болях в сердце принимать «золотую» воду следует три раза в день по 1 чайной ложке за 40 минут до еды. Во время лечения нужно следить за пульсом (у здорового человека количество ударов не превышает 60–80 в минуту), и прекратить прием, когда пульс станет равномерным.

Артрит

Это воспалительное заболевание суставов. Артрит может быть следствием инфекционных болезней (туберкулез, гонорея, бруцеллез, дизентерия, ангина и т. д.). Особую роль в развитии многих распространенных форм артритов играют аллергия, нарушения иммунитета. Возникновению артрита способствуют наследственная предрасположенность, хроническая очаговая инфекция (воспаление миндалин, придаточных пазух носа) и другие факторы, ослабляющие защитные функции организма.

Основными формами артрита являются ревматоидный и инфекционный артриты, подагра и остеоартрит. Вообще же артрит – это собирательное название более 100 болезней. Симптомами большинства подобных заболеваний являются болезненные ощущения в суставах, что зачастую ограничивает двигательную активность больного человека. Ощущается скованность движений, отмечается припухлость суставов из-за воспаления суставных тканей, нарушения костно-хрящевых поверхностей сустава. В полости сустава накапливается воспалительная жидкость – выпот. Кожа над суставом становится горячей на ощупь, иногда краснеет.

Артрит ревматоидный – системное воспалительное заболевание соединительной ткани с преимущественным изменением суставов, характеризуется длительным течением и нередко приводит к деформации суставов. В развитии болезни имеют значение наследственность, перенесенные простудные заболевания.

Народные целители рекомендуют при артрите включать в пищевой рацион побольше фруктов, содержащих витамин С (аскорбиновую кислоту), но меньше употреблять в пищу растительных масел.



РЕЦЕПТ

*В нетрадиционной медицине для облегчения болей в суставах используются компрессы из листьев **золотого уса**, а также растирания настойкой этого растения областей больных суставов. Лечение артрита проводят с помощью приема внутрь препаратов золотого уса.*

Однако, если после растираний и компрессов боли в суставах усиливаются и при этом наблюдается повышение температуры тела, надо немедленно прервать лечение и обратиться к специалисту. Для растирания суставов, а также для внутреннего применения при лечении артрита используется настойка каллизии, приготовленная по следующему рецепту: 40 суставчиков растения заливают 0,5 л водки и настаивают в темном месте в течение 20 дней, периодически взбалтывая. Изготовленной таким образом настойкой растирают больные суставы 1–2 раза в день. Для компресса сложенный в несколько слоев бинт смачивают настойкой и прикладывают к больному месту на 1,5–2 часа, повторяя процедуру 2 раза в день. Внутрь лекарство принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день за 1 час до еды в течение 7 дней. Затем делают перерыв на 10 дней, после чего курс повторяют.

Взять одно яблоко средних размеров, нарезать по возможности мельче (а лучше вообще измельчить на мелкой терке), залить стаканом крутого кипятка и настаивать, тщательно укутав, примерно 2 часа, процедить через слой марли или ситечко. Принимать по одному стакану такого настоя 3–4 раза в день до еды. Пить это средство непременно в теплом виде.

Пить по 1/3 стакана 3 раза в день отвар листьев брусники (1 столовую ложку сухих, измельченных листьев залить стаканом воды и кипятить 15 минут, остудить, процедить). Чай из листьев брусники полезно пить без ограничений и при суставном ревматизме, подагре.

Пить по одному стакану 3 раза в день настой листьев черной смородины (3 столовые ложки сухих, измельченных листьев поместить в термос и залить тремя стаканами крутого кипятка, настаивать не менее часа, процедить).

Пить по 1 столовой ложке 6 раз в день настой травы череды трех-раздельной (1–2 столовые ложки сухой, измельченной травы поместить в предварительно разогретую посуду, залить стаканом кипятка и настаивать около получаса, процедить).

Делать компрессы на воспаленные болезненные суставы из натертой редьки или натертых корней хрена.

Делать компрессы с настоем травы полыни горькой (1–2 столовые ложки сухой, измельченной полыни залить стаканом кипятка, настаивать не менее часа).

К болезненным суставам прикладывать горчичники.

Прогревать болезненные суставы озокеритом. Процедура выполняется так: на больное место нужно нанести крем, затем обмазать больное место озокеритом, который нагрет до температуры 45–55 градусов, после этого нужно погрузить больное место в плотный мешок из клеенки, наполненный озокеритом температуры свыше 65 градусов. Проводить процедуру перед сном.

Один раз в день делать ванночки с настоем или отваром хвои (для этой цели подходит хвоя любых хвойных деревьев. Она может быть свежая или сухая).

Делать компрессы на ночь с маслом из цветков и листьев зверобоя продырявленного, накладывать компрессы на воспаленные суставы. Приготовление: 2–3 столовые ложки сухих и тщательно измельченных цветков и листьев зверобоя поместить в металлическую посуду, залить 100 мл растительного масла – лучше оливкового или рапсового – перемешать, 2–3 раза нагреть в духовке до кипения, дать отстояться.

Больному, страдающему полиартритом, рекомендуется в течение трех дней съедать по 1 кг картофеля, сваренного в «мундире». Кожуру тоже нужно съедать. Кроме картофеля, в эти дни ничего другого есть не следует.

Свежие листья лопуха большого промыть холодной водой, слегка размять и оборачивать ими больные суставы на всю ночь (прикладывать нижней, пушистой стороной листа). Особенно эффективна эта процедура в мае.

Можно использовать для процедуры и сухие листья лопуха, но предварительно их следует запарить (обдать кипятком и подержать несколько минут в сосуде под крышкой).

Принимать спиртовую настойку листьев брусники обыкновенной. Приготовление: пол-литровую бутылку нужно заполнить на треть листьями брусники и залить доверху спиртом, настаивать на солнце. Пить 2 раза в день по 2 столовые ложки.

Смазывать больные места спиртовой настойкой листьев алоказии крупнокорневой. Процедуру проводить вечером перед сном.

Втирать в болезненные места мазь из сока чистотела большого. Приготовление: одну часть свежеежатого сока чистотела смешать с четырьмя частями вазелина. Использовать 2–3 раза в день.

Несколько раз в день втирать в болезненные места мазь из порошка чистотела большого. Приготовление: одну часть порошка чистотела смешать с четырьмя частями свежего сливочного масла.

Принимать спиртовую или водочную настойку стеблей сабельника болотного. Приготовление: сушеные стебли сабельника измельчить, насыпать сырье в бутылку, чтобы оно занимало треть емкости, затем заполнить бутылку медицинским спиртом или водкой, настаивать 3 недели в темном месте, процедить. Пить по 1 чайной ложке настойки 3 раза в день

до еды. Если эффекта нет, можно увеличить дозу до одной столовой ложки и даже до рюмки (30–40 мл). Принимать средство рекомендуется с водой.

Цветки василька синего – 5 г, цветки календулы – 5 г, цветки пиона – 5 г, плоды можжевельника – 5 г, побеги сладко-горького паслена – 5 г, кора крушины – 5 г, цветки бузины черной – 10 г, листья крапивы двудомной – 10 г, кора ивы – 20 г, трава хвоща полевого – 20 г, листья березы белой – 20 г. Три столовые ложки сбора залить 0,5 л кипятка, через 10 минут сварить и процедить. Принимать каждые 2 часа по стакану горячего отвара. Применяется и при суставном артрите, подагре, ревматизме.

Листья березы белой – 25 г, листья крапивы двудомной – 25 г, трава дрока – 25 г, трава фиалки трехцветной – 25 г. Столовую ложку сбора на стакан кипятка. Отстоять. Пить по 2 стакана в день.

Трава грыжника – 20 г, трава золототысячника – 20 г, почки сосновые – 20 г, корень барбариса – 20 г, корень ивы – 20 г. Столовую ложку сбора на стакан кипятка. Отстоять. Пить по 2 стакана в день.

Корень гледичии колючей – 200 г. Поллитровую банку настроганного корня залить 0,5 л 40 % спирта и нагревать на водяной бане (но не до кипения). Настаивают сутки и снова так же нагревают, потом настаивают 3 дня. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 10 минут до еды в течение 30–40 дней при хронических полиартритах.

Корень девясила высокого – 15 г, трава донника – 15 г, трава зверобоя – 15 г, цветы ландыша лекарственного – 15 г, трава – 20 г, семена льна – 10 г, трава можжевельника – 10 г, трава тысячелистника – 10 г, трава череды – 25 г.

5–6 столовых ложек смеси заварить в термосе 1 л кипятка. Через 6 часов процедить. Это суточная доза. Принимать в течение 3–5 недель до улучшения, затем перейти на 3 столовые ложки на 0,5 л кипятка. Лечение продлить

6–8 месяцев (применяется и при ревматизме).

Трава дрока красильного – 20 г, трава иван-да-марьи – 20 г, почки березы – 20 г, листья крапивы двудомной – 20 г. 2 столовые ложки смеси настоять в 250 мл кипятка, процедить. (Принимается и при подагре, ревматизме.)

При лечении плечеволочаточного периартрита (а также ушибов, растяжений связок, остеохондрозов, артроза коленных суставов и т. д.) можно проводить массажные процедуры.

Приготовить «массажный прибор» – маленькую грелку или целлофановый мешочек, наполнить водой и положить в морозильную камеру на 40–60 минут. Можно наполнить мешочек готовым льдом или снегом. Больное место растирается льдом по кругу и зигзагообразно. Массируется не только больной или травмированный участок, но и место немного выше и ниже его. Массируемый участок должен быть приподнят для лучшего оттока крови. Продолжительность массажа должна быть от 2–3 до 5 минут, не более. Массаж проводят несколько раз в день.

100 г сухих измельченных корней шиповника залить 0,5 л водки, настоять в темном месте 3 недели, периодически встряхивая содержимое. Принимать по 25–30 г 3 раза в день до еды, запивая водой. Одновременно втирать настойку в больные места, делать компрессы из настойки. (Используется и при «шпорах», наростах, отложениях солей в любом месте, ревматизме.)

При обменном полиартрите, отложении солей делать следующее. Стакан свежеприготовленной кашицы картофеля смешать с 2–3 столовыми ложками очищенного керосина, положить на плотную ткань и приложить как компресс на больное место. Сверху обернуть сначала пергаментной бумагой, потом теплым шерстяным материалом и оставить на 2 часа. Процедуру можно делать ежедневно.

При инфекционном полиартрите рекомендуется смешать по 400 г сока чеснока, корней хрена, корней и ботвы сельдерея, сока от 5 лимонов. Хранить в холодильнике в плотно

закрытой посуде. Перед употреблением встряхивать. Принимать по десертной ложке утром за 30 минут до еды.

При лечении сифилитического артрита внутрь применяется портулак огородный (трава и семена) в виде отвара: разовая доза 10–20 г. Разовая доза семян 1–2 г, в горячей воде. Наружно применяют в виде примочек.

При ревматическом полиартрите, боли в суставах готовят следующий отвар: кора китайская, ветки – 10 г, пион белоцветковый, корневище —12,5 г, солодка уральская, корневище – 6 г, имбирь лекарственный, корневище – 10 г, сапожниковия растоп., корневище – 10 г, эфедра китайская, трава – 10 г, аконит Фишера, клубни – 10 г, атрактилис яйцевидный, корневище – 10 г, анеморрена асфоделиевая, корни – 6 г. Указанное сырье отваривают в 800 мл воды до получения 450 мл отвара. Назначают по 150 мл 3 раза в день.

Кашицу из тертой черной редьки прикладывают к болезненным участкам тела на 20–30 минут.

Свежеприготовленный цельный или разбавленный водой или растительным маслом сок редьки в соотношении 2:1 втирать 1 раз в день в болезненные участки тела.

Сок редьки – 2 стакана, водка – 1/2 стакана, мед – 1 стакан, соль поваренная – 1 чайная ложка. Все хорошо размешать до состояния однородной массы. Втирать в болезненные участки кожи 1 раз в день.

Данные рецепты можно использовать и при радикулите, подагре, межреберной невралгии, миозите, простреле (люмбаго).

300 г кашицы репчатого лука, 100 г меда, 600 г сухого вина настоять неделю в темном, прохладном месте, периодически встряхивая содержимое, процедить. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день до еды.

При лечении уратного артрита и суставного артрита (а также ревматизма и подагры) применяется следующий сбор: цветки василька синего – 5 г, цветки календулы – 5 г, цветки пиона – 5 г, плоды можжевельника – 5 г, побеги паслена сладко-горького – 5 г, кора крушины – 5 г, цветки бузины черной – 20 г, листья крапивы двудомной – 20 г, кора ивы – 20 г, трава хвоща полевого – 20 г, листья березы – 20 г. Три столовых ложки сбора залить 0,5 литрами кипятка: через 10 минут сварить и процедить. Пить каждые 2 часа по стакану горячего настоя.

Артрит (а также ишиас, невралгию, боли в суставах) можно лечить при помощи очищенного скипидара.

Скипидар очищенный в смеси с вазелином (1:2) применяют для втирания в кожу.

Линимент скипидарный сложный: скипидар очищенный – 40 мл, хлороформ – 20 мл, масла беленого или дурманного – 40 мл.



ВНИМАНИЕ!

При лечении скипидаром нужно соблюдать крайнюю осторожность, а сначала следует посоветоваться с врачом.

Спиртовой настой сушеных цветов каштана конского (40 г на 1 литр спирта) применяется для растирания при артритических (и ревматических) болях.

Собирают молодые листочки черной бузины ранней весной, цветы, кору – летом, ягоды – осенью. В основном цветы и ягоды. Пьют по 3 стакана в день напар из цветов бузины в дозе – 20 г на 1 литр воды. При этом рекомендуется лежать в постели. (Этот же чай пьют при ревматизме, подагре.)

Делают горячие обклады из маленьких мешочков, наполненных поровну смесью цветов черной бузины и ромашки, политых кипятком.

Стакан измельченных внутренних перегородок плодов грецких орехов залить 0,5 л водки, настоять в темном месте 3 недели, периодически встряхивая содержимое, процедить. Принимать по столовой ложке 2–3 раза в день за 20 минут до еды. Курс лечения один месяц. Перерыв 2–3 недели.

Стакан скорлупы кедровых орехов залить 0,5 л водки, настоять в темном месте две недели, периодически встряхивая содержимое, процедить. Принимать 3 раза в день, начиная с 5 капель, ежедневно добавляя по капле на прием. Довести до 25 капель на прием, затем уменьшать ежедневно по капле, доведя до 5.

Артрит (а также пролежни, ревматизм, миозиты, подагра) лечится настойкой березовых почек. Ее готовят на 85–90 % спирте в соотношении сырья к спирту 1:5. Наружно применяют для втираний и компрессов.

Свежие листья березы заливают кипятком и делают компрессы на суставы.

Березовый сок пьют в чистом виде или в виде сиропа по 1 стакану 2–3 раза в день при подагре, заболевании суставов. Березовый сок нормализует обменные процессы в организме, способствует очищению крови от мочевой кислоты и вредных веществ, оказывает противовоспалительное и общеукрепляющее действие.

Собирают в начале цветения всю череду, срезая в том месте, где имеются ветки, на которых только что распускаются цветы. готовят напар: 4 столовых ложки нарезанной травы на 1 л кипятка. Настаивать целую ночь, утром принимать по 0,5 стакана, 3–4 раза в день. Полезно натирать и свежей травой. Применяют не только при артрите, но и при рахите, подагре.

Смешать 2 столовые ложки свежесушенных, истолченных в мелкий порошок цветков зверобоя обыкновенного или донника лекарственного с 50 г вазелина, тщательно растереть. Применять в виде компрессов для уменьшения боли и приостановления воспалительного процесса при артрите. Мазь хранить в прохладном темном месте.

В эмалированную посуду налить 3 стакана (600 мл) воды, нарезать и сложить 4 лимона, кипятить до тех пор, пока не останется 1 стакан воды, затем процедить, отжать сырье, перелить в стеклянную посуду, добавить туда 1 стакан меда, сок свежего лимона, хорошо размешать, закрыть крышкой. Принимать по 1 столовой ложке на ночь.

Для снятия и утоления боли в суставах 200 г медицинского дегтя, 2 куриных яйца, 4 таблетки растертого анальгина хорошо перемешать. Смазывать больные места, лучше на ночь, чтобы не застудить.

200 г хрена пропустить через мясорубку, смешать с 200 г ржаной муки (сделать закваску), добавить 2 столовые ложки скипидара, хорошо перемешать, положить в стеклянную банку с крышкой. Из смеси делать лепешки и прикладывать на больные места лучше на ночь, чтобы не застудить.

При болезнях суставов, для снятия боли: красный мухомор (ножку вместе с шляпкой) сорвать руками, ножом не срезать. В темном месте разложить на газету в один слой, накрыть сверху газетой и выдержать 1 сутки. После этого деревянной толкушкой или рукой набить в стеклянную банку до отказа и налить спирт (сколько войдет), банку плотно закрыть полиэтиленовой крышкой и закопать в землю на глубину 0,5–1 метра (как термостат). Можно поплотнее укутать темными тряпками (чтобы не проникал свет) и поставить либо в холодильник внизу, либо в погреб на 2 недели, после этого банку достать, открыть крышку, отжать грибы, процедить отжатое, слить в темную бутылку с плотной пробкой и хранить в темном прохладном месте.

Свежеотжатые грибы можно использовать для лечения, прикладывая их к больным местам. Жидкостью растирать больные места и делать компрессы на ночь.

При артрите (а также отложении солей, подагре, ревматизме, спондилезе) рекомендуется принимать ванны со следующей эмульсией. Растворить в эмалированной кастрюле 30 г тертого детского мыла в 550 мл воды, добавить 0,75 г салициловой кислоты, кипятить на малом огне, помешивая деревянной ложкой. горячую смесь соединяют с 0,5 г живичного аптечного скипидара, хорошо перемешивая. Эмульсию хранят в широкогорлых бутылках или банках с притертой пробкой. Этого количества хватит на 10–15 ванн.

Ванны делать 2 дня подряд, 3-й день – перерыв и т. д. Продолжительность ванны 15 минут, температура 37–38 градусов, объем 150–170 литров. В первые 2 ванны налить по 10 мл эмульсии, во вторые – 20 мл, затем 30,

40, 50, 60, 70, 80, 85, 90 мл, во все последующие ванны наливать по 90 мл эмульсии.

1 г медицинской серы и 2 г мумие растереть в фарфоровой или стеклянной чашке до однородной массы, при необходимости добавить 3–5 капли кипяченой воды. Втирать в больные места на ночь и делать компрессы, обвертывая сухой шерстяной тканью.

При ломоте в руках или ногах в стеклянной бутылочке смешать 1,5 г анестезина, 2,5 г ментола, 100 г спирта. Закрывать пробкой. При болях натереть болезненные места. (В аптеках смесь продается в готовом виде – «Менавазин».)

В одном флаконе уксусной эссенции растворить 2 лезвия от безопасной бритвы (примерно 10 дней). Затем туда же положить 2 свежих куриных яйца и снова выдержать 110 дней. В этот же раствор положить 200 г сливочного масла, хорошо размешать и также выдержать 10 дней. Полученную мазь втирать в больные места, массируя их.

При болях в суставах 500 г сока клюквы смешать с 200 г сока чеснока, настоять сутки, периодически встряхивая содержимое, затем добавить 1 кг меда и все тщательно смешать. Хранить в темном прохладном месте. Принимать по чайной ложке 3 раза в день за 15 минут до еды.

Смешать в равных частях сок из свежих огурцов, свеклы и моркови. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Обладает свойством выводить мочевую кислоту из организма.

Для очистки суставов приготовить 30 г лаврового листа (на курс лечения). Взять 5 г лаврового листа, залить 300 мл кипяченой воды, кипятить на слабом огне 5–8 минут, настаивать в термосе 2 часа, отжать, процедить. Выпить маленькими глотками в течение дня. Больше одной столовой ложки настоя не принимать во избежание кровотечения. Лучше настой готовить вечером, а принимать днем. Питание – вегетарианское.

На 2 и 3 день повторить то же самое лечение. После 7-дневного перерыва снова принимать настой из лаврового листа. При выраженных отложениях солей в суставах и позвоночнике эту процедуру можно делать сначала 1 раз в 3 месяца (4 курса в год), а затем 1 раз в год. Очистка суставов проводится после тщательной очистки кишечника во избежание аллергии.

От полиартрита 100 г несоленого свиного сала залить 100 мл пищевой уксусной кислоты, положить туда 1 сырое яйцо, хорошо размешать, настоять в темном месте в течение 10 дней при периодическом перемешивании до превращения смеси в однородную массу. Больное место попарить и наложить на него смазанный этим средством ватный тампон на 4–5 часов. Повторять в течение 5 дней. В случае жжения процедуру прекратить.

При артритах в течение месяца съедать в день по 2 г прополиса. Можно добавлять порошок прополиса в пищу. Чистый прополис полезно долго жевать. При лечении следует придерживаться диеты, позволяющей удалить из организма мочевые кислоты и другие соли.

Испытанным средством лечения суставов, пораженных артритом, является натуральное коровье молоко с поваренной солью. На стакан неснятого молока взять столовую ложку соли, варить 15 минут. Перед лечением принять гигиеническую ванну и на ночь смазать молоком места отложения солей (суставы, позвоночник и т. д.). Смазывают их и вечером, и утром. Сначала отмечается сильное потоотделение, но купаться следует только через три

дня от начала лечения, еще через 3 дня можно мыться, как вы привыкли. Курс лечения 30 дней, затем 10 дней перерыва. Провести 3 таких курса. Во время лечения могут появляться неприятные ощущения в области сердца, но отказываться от процедуры не следует.

Разогретые сухие семена льна в мешочке или в мягкой ткани прикладывают в виде компрессов на ночь к больным суставам.

В мае собирают муравьев, наполняют ими бутылку, вливают водку и, плотно закрыв тряпкой, замазав края тестом, ставят в теплое место. Получившуюся массу толкут, и благодетельный сок выжимают в тряпице или пропускают сквозь сито. Натирают больные суставы.

Помогает мазь: порошок крупных черных муравьев смешивают с рыбьим жиром в пропорции: 1 часть муравьев, 2 части рыбьего жира.

Йодобромные ванны. Принимают в санаториях. Эти ванны, содержащие два важнейших для человека элемента – йод и бром, стимулируют деятельность гипофиза и щитовидной железы.



ВНИМАНИЕ!

Показаны ванны при самых различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы, нервной и эндокринной системы, опорно-двигательного аппарата, женской половой сферы. Проводят ванны через день или два дня подряд с отдыхом на третий день.

Артроз

Артроз – хроническое заболевание суставов, связанное с нарушением обмена веществ и сопровождающееся изменениями в сочленяющихся поверхностях. Возникает болезнь вследствие длительного травмирования суставов, при постоянной чрезмерной нагрузке на суставы, при эндокринных расстройствах, избыточном весе и нарушении обменных процессов в организме. К развитию артроза приводит также частая травматизация суставного хряща при постоянной чрезмерной нагрузке на суставы (у танцоров, спортсменов). Причиной артроза суставов стопы может стать ношение тесной обуви. Заболевание начинается с появления в суставах нерезких и непостоянных болей после значительной физической нагрузки, исчезающих при покое. Суставы могут припухать, появляется болезненность при ощупывании, сгибание и разгибание их нередко сопровождается хрустом. Возможно изменение формы суставов. Наиболее часто утолщаются и деформируются межфаланговые околоногтевые суставы кистей, суставы больших пальцев стоп.

При артрозе поражается внешняя поверхность сустава – хрящ, который постепенно разрушается и истончается. В результате в процесс вовлекается внутренняя часть сустава, а также костная ткань. Иногда на поверхности сустава образуются шишкообразные костные разрастания.

Лечение артроза коленных суставов. Приготовить «массажный прибор» – маленькую грелку или целлофановый мешочек, наполнить водой и положить в морозильную камеру на 40–60 минут. Можно наполнить мешочек готовым льдом или снегом. Больное место растирается льдом по кругу и зигзагообразно. Массируется не только больной или травмированный участок, но и место немного выше и ниже его. Массируемый участок должен быть приподнят для лучшего оттока крови. Продолжительность массажа должна быть от 2–3 до 5 минут, не более. Массаж проводят несколько раз в день.

Народная медицина рекомендует съедать при артрозе 2 раза в день по 1/2 чайной ложки молотых семян чернушки посевной.

При деформирующем артрозе рекомендуется наполнить мешочки из ткани сухим семенем льна, нагреть на сковороде или утюгом и прикладывать к суставу; также можно прикладывать к суставу мешочки с нагретыми песком или морской солью.

1 раз в день делать микроклизмы с настоем (отваром) ромашки аптечной или шалфея: 10 г цветков аптечной ромашки поместить в эмалированную посуду, заварить стаканом кипятка, накрыть крышкой, 15 минут нагреть на водяной бане, остудить при комнатной температуре, отжать сырье, процедить, перелить в стеклянную посуду с пробкой. Хранить не более 2 суток.

Для приготовления настоя нужно взять в равных количествах сухие траву шалфея лекарственного, цветки ромашки аптечной. 1 столовую ложку этой смеси залить стаканом крутого кипятка и настаивать, хорошо укутав, не менее полчаса, процедить.

1–2 раза в день делать компрессы на сустав с настоем травы полыни горькой (1–2 столовые ложки сухой, измельченной полыни залить стаканом кипятка, настаивать не менее часа).

Один раз в день делать ванночки с настоем хвои и почек сосны. Настой хвои сосны: 200 г хвои и почек сосны обыкновенной (лесной) настаивать 4 часа в ведре воды, подогреть и использовать для ванн или компрессов как болеутоляющее средство.

Другой способ: иглы хвои растирают с небольшим количеством холодной кипяченой воды, а затем заливают водой в 3 или 9-кратной пропорции. Подкисляют лимонной кислотой по вкусу, кипятят в течение 20–40 минут и оставляют стоять в течение 1–3 часов. Затем

процеживают через марлю и принимают от 50 до 100 мл в день. Приготовленный таким способом настой содержит от 15 до 20 мг аскорбиновой кислоты.

Для лечения подходит хвоя любых хвойных деревьев. Она может быть свежая или сухая.



ВНИМАНИЕ!

При использовании настоев или отваров из хвои сосны необходимо быть внимательным при нефритах.

Отвар из почек сосны – почки собирают ранней весной в марте – апреле месяце во время набухания, когда кроющие чешуйки плотно прижаты к почке. Высушивают на открытом месте или в теплом помещении при температуре 20–25 градусов. Отвар почек сосны готовят 1:10. его используют для ароматических ванн (один раз в день).

1–2 раза в день делать компрессы на сустав с напаренной хвоей (ель, пихта, сосна).

Пить по 1/3 стакана 3 раза в день до еды настой травы пастушьей сумки (1 столовую ложку сухой или свежей, измельченной травы поместить в термос, залить стаканом кипятка и настаивать 2–3 часа, процедить).

Полезно съедать при остеоартрозе 2 раза в день по 1/2 чайной ложки молотых семян чернушки посевной.

Пить по четверти стакана 4 раза в день до еды настой цветков черемухи (одну столовую ложку сухих цветков залить стаканом кипятка и настаивать под крышкой 20–30 минут, процедить).

В июне – октябре собрать свежий тысячелистник обыкновенный, выжать из него сок, размешать пополам с медом и пить по одной чайной ложке 3 раза в день.

При поражении суставов тела артрозами (а также подагрой) принимать яблочный уксус по 10 чайных ложек на 1 стакан воды 3–5 раз в день до еды в течение 2–4 недель.

При гастритах, язвах дозу следует снизить до 5 чайных ложек яблочного уксуса на 1 стакан воды. Яблочный уксус лучше всего приготовить самим.

Для очистки суставов приготовить 30 г лаврового листа (на курс лечения). Взять 5 г лаврового листа, залить 300 мл кипяченой воды, кипятить на слабом огне 5–8 минут, настаивать в термосе 2 часа, отжать, процедить. Выпить маленькими глотками в течение дня. Больше одной столовой ложки настоя не принимать. Лучше настой готовить вечером, а принимать днем. Питание – вегетарианское.

На 2 и 3 день повторить то же самое лечение. После 7-дневного перерыва снова принимать настой из лаврового листа. При выраженных отложениях солей в суставах и позвоночнике эту процедуру можно делать сначала 1 раз в 3 месяца (4 курса в год), а затем 1 раз в год. Очистка суставов проводится после тщательной очистки кишечника во избежание аллергии.

При заболеваниях суставов на больное место рекомендуются компрессы из распаренной сенной трухи, ромашки, льняного семени, бузины, хмеля (отдельно или в смеси) по 15–20 минут в течение 10–15 дней.

При заболевании суставов на больное место рекомендуются компрессы на ночь из листьев мать-и-мачехи (весной) и из листьев лопуха (летом). Листья лопуха особенно эффективны в мае.

Срезать с листьев капусты белокочанной грубые прожилки, обложить листьями сустав, завязать хлопчатобумажной тканью и оставить повязку на несколько часов. Обертывание делать дважды в день при артрозе и болях в суставах.

Приложенная к суставам запаренная кожура яблок снимает боль.

Измельчить головки цветущих одуванчиков, залить 1:1 по объему водкой, настоять в темном месте 12 дней, периодически встряхивая содержимое, процедить, остаток отжать. При болях суставов настойкой смазывать их 5 минут, затем растирать до появления жжения, обернуть суставы льняным материалом, утеплить на ночь. Это очень эффективное средство при болях суставов.

Стакан оливкового масла тщательно смешать с чайной ложкой поваренной соли. Растереть этим маслом ноги при болях в них.

При суставных болях принимать в сутки по 1–2 чайных ложки виноградного уксуса перед едой.

Разогретые сухие семена льна в мешочке или в мягкой ткани прикладывают в виде компрессов на ночь к больным суставам.

Лекарственная повязка из кашицы корней и листьев девясила полезна при болезнях суставов.

Кашица из корня крапивы двудомной в виде компрессов – одно из лучших средств для лечения самых разнообразных суставных болей. С этой же целью полезна такая мазь: кашицу корня крапивы смешать 1:1 по объему с несоленым сливочным маслом, настоять на кипящей водяной бане 1 час, периодически помешивая содержимое, процедить в горячем виде, остаток отжать. Хранить в холодильнике. Использовать для растираний.

Обкладывать больные места свежими молодыми березовыми листьями, утеплять.

50 г березовых почек измельчить, поместить в стеклянную бутылку, залить 0,5 л вина (лучше сухого, виноградного), плотно закрыть пробкой и настоять в темноте в течение 8 дней. Затем процедить, отжать сырье. Хранить в темной стеклянной бутылке с плотной пробкой в темном прохладном месте. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15 минут до еды.

20 г сухих измельченных березовых почек поместить в стеклянную бутылку, залить 100 мл 96 %-ного спирта, закрыть пробкой и настаивать в темном месте 7 суток. Хорошо взболтнуть, процедить, отжать сырье. Хранить в темном месте с плотной пробкой. Втирать в больные места, затем тепло укутывать.

Рекомендуется ежедневно пить по 1 стакану березового сока 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 6 недель. После 2-недельного перерыва лечение повторяется.

Весной или осенью собрать молодые ветви или кору барбариса, измельчить, уложить в эмалированную кастрюлю, залить водой, чтобы сырье покрылось полностью, кипятить 40–50 минут. Затем отвар процедить через плотную ткань и на слабом огне кипятить до получения густой или сухой массы. Полученный таким образом экстракт дозируют нормой величиной с горох или пшеничное зерно и принимают 2–3 раза в сутки для лечения при суставных болях.

Атеросклероз

Это хроническое заболевание артерий крупного и среднего калибра, которое характеризуется отложением и накоплением во внутренней их оболочке плазменных липопротеидов. В результате разрастается соединительная ткань, образуются атеросклеротические бляшки, сужаются просветы сосудов и ухудшается кровоснабжение органов. От атеросклероза чаще страдают мужчины в возрасте более 50 лет. В последние годы наметилась тенденция к «омоложению» болезни. Если процесс происходит в артериях сердца, возможно развитие стенокардии, инфаркта миокарда, кардиосклероза, аритмии сердца.

Всем больным рекомендуется прежде всего урегулирование образа жизни, труда и отдыха, снижение избыточного веса путем регулярного питания, не менее 4–5 раз в день небольшими порциями: ограничение употребления поваренной соли, сахара, животного жира, экстрактивных веществ. Рекомендуется комплекс продуктов, содержащих разнообразные витамины, а также плоды облепихи, черноплодной рябины, черники, паслена черного и компоты из абрикосов с косточками.

Атеросклероз, или уплотнение стенок артерий, значительно снижает эффективность кровообращения. При этом стенки артерий теряют эластичность, что приводит к образованию тромбов и другим негативным изменениям. В сохранении нормального кровообращения важную роль играют антиоксиданты.

Растительные запахи, проникая через легкие, кожу, нервные окончания в организм человека, как бы бальзамируют его соединительную ткань, задерживают наступление атеросклероза. Потому так целителен воздух лесов, цветущих лугов, горный воздух, пропитанный ароматом цветущих растений.

Народные целители при атеросклерозе также рекомендуют чаще включать в пищевой рацион овсяную кашу. Необходимо включать в рацион блюда из баклажана. Последний прием пищи должен быть за пять часов до сна не есть на ужин мясной и жирной пищи.

В начале лечения назначается настой корня валерианы из расчета 3–4 г корня на 250 мл кипятка, настаивать в течение 2 часов (не кипятить), принимать по 75 мл 3 раза в день. Последнюю дозу принимают перед сном в горячем виде, с медом.

Принимать желчегонное 1 раз в день (например, перед обедом) – настой цветков пижмы. Так делать 2 недели, потом – перерыв на неделю и курс можно повторить.

Выпивать хотя бы 1 раз в день стакан зеленого чая, который снижает уровень холестерина в крови.

Чаще использовать в пищу масло подсолнечника, в нем легко растворяется холестерин.

Лимон и луковицу чеснока равномерно измельчить на терке, смешать, залить одним литром кипятка, настаивать в закрытом сосуде 2 суток и принимать по одной столовой ложке 3 раза в день.

Принимать экстракт чеснока жидкого по 15 капель на молоке 3 раза в день.

Принимать жирное масло кукурузы по столовой ложке 3 раза в день в течение 3 недель, затем перерыв на 3–4 недели, курс повторять 3–4 раза в год при атеросклерозе.



НА ЗАМЕТКУ

Ядра грецких орехов полезны при атеросклерозе.

Пить настой или отвар плодов шиповника (сушеных или свежих), а также плодов боярышника (20–25 г плодов на 200 мл кипятка), настаивать или варить не менее 5 минут на слабом огне, пить перед едой и на ночь по стакану отвара сразу.

Для профилактики и лечения атеросклероза берется смесь из равных частей свежего сока лука и меда. Принимать по чайной ложке 3–4 раза в день. Полезно вообще чаще есть свежий лук – репчатый и зеленый. Можно принимать по столовой ложке 3 раза в день за час до еды или между едой при рассеянном склерозе и атеросклерозе в течение 1–2 месяцев. Смесь хранить в темном прохладном месте.

Выпивать утром натощак сок сырого картофеля (для получения сока достаточно картофеля средней величины. Измельчить на терке, отжать с помощью марли).

Пить регулярно сок подорожника с медом. Свежие листья промыть прохладной водой, нарезать, отжать сок, смешать с медом в пропорции 1:1 и варить на слабом огне с четверть часа. Принимать по 1 столовой ложке 2 раза в день.

Ежедневно 3 раза в день за полчаса до еды принимать внутрь по 1 чайной ложке цветочной пыльцы (или перги). Продолжительность курса лечения – 1 месяц. В течение года можно провести до четырех таких курсов.

В народной медицине пьют настой или отвар из цветов или листьев гречихи, лучше цветов. Принимать по полстакана 3–4 раза в день настой цветков гречихи. 1 десертную ложку цветков гречихи заварить 2 стаканами кипятка, настаивать 1,5–2 часа в закрытом сосуде, процедить. Можно пить настой из цветов или листьев гречихи, лучше цветов, 1:10 пить без дозировки, как чай. Каша идет в диету при ожирении.

Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день настой листьев земляники лесной (2–3 столовые ложки свежих листьев измельчить, поместить в заранее прогретую посуду, залить стаканом кипятка и настаивать 2–3 часа, процедить.

Залить 40 г цветков клевера красного 0,5 л водки, настаивать в темном месте в течение 2 недель. Процедить, отжать. Принимать по 20 г перед обедом или перед сном. Курс лечения – 3 месяца с перерывом на 10 дней, через полгода курс можно повторить.

Очень эффективно при атеросклерозе следующее средство: лимон с настоем хвои (ели, сосны или пихты). Приготовление: нужно очистить от кожуры 2 лимона, как можно тщательнее мякоть измельчить, залить 2 стаканами теплого отвара хвои. Принимать это средство внутрь по полстакана 4 раза в день.



РЕЦЕПТ

Активным антиоксидантом, нужным при атеросклерозе, является кверцетин, который в большом количестве содержится в золотом усе. Кроме того, имеющийся в составе этого растения кемпферол действует на сосуды укрепляюще. Лечение проводят с помощью смеси подсолнечного масла и спиртовой настойки золотого уса. Последнюю для лечения болезней артерий готовят следующим образом: 35 суставчиков растения измельчают, кладут в темную стеклянную посуду, заливают 1,5 л 70 %-ного спирта и настаивают 2 недели в темном прохладном месте. Перед употреблением 1 десертную ложку настойки смешивают с 1 столовой ложкой подсолнечного нерафинированного масла, взбалтывают и сразу же выпивают. Лекарство принимают 3 раза в день за 20 минут до еды (перед приемом настойки 2 часа нельзя ничего есть).

Схема лечения: прием препарата – 10 дней, перерыв – 5 дней; прием препарата – 10 дней, перерыв – 10 дней; прием препарата – 10 дней. _)

Пить настойку (1–2 %-ную) плодов мордовника русского – по 20–30 капель 2 раза в день перед едой.

Цветки боярышника, трава хвоща полевого, трава омелы белой, листья барвинка – всех видов по 15 г, трава тысячелистника – 30 г. Полную столовую ложку смеси настоять на стакане холодной воды в течение 3 часов. Варить 4 минуты, выдержать 15 минут. Выпить за день глотками.

Трава тысячелистника – 20 г, трава омелы белой – 20 г, цистозира бородачатая – 50 г. Полную столовую ложку залить стаканом кипятка. Отстоять, процедить. Выпить глотками за день.

Трава руты – 10 г, трава лапчатки гусиной – 10 г, трава омелы белой – 30 г, трава хвоща полевого – 30 г. Полную столовую ложку смеси настоять на стакане холодной воды в течение 3 часов. Варить 4 минуты, выдержать 15 минут. Выпить за день глотками.

Цветы арники горной – 5 г, трава тысячелистника – 25 г, трава зверобоя – 20 г. Полную столовую ложку смеси настоять на стакане холодной воды в течение 3 часов. Варить 4 минуты, выдержать 15 минут. Выпить за день глотками.

Плоды тмина – 10 г, трава руты – 10 г, листья Melissa – 10 г, корень валерианы – 15 г, цветки боярышника – 20 г, листья барвинка – 20 г, трава омелы белой – 30 г, плоды шиповника – 20 г. Полную чайную ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 30 минут. Выпить за 1 день.

Цветки ландыша майского – 10 г, листья Melissa – 20 г, трава лапчатки гусиной – 30 г, трава руты – 30 г. Полную столовую ложку смеси настоять на стакане холодной воды в течение 3 часов. Варить 4 минуты, выдержать 15 минут. Выпить за день глотками.

Трава руты – 30 г, трава тимьяна (чабрец) – 20 г, листья Melissa – 40 г. Полную столовую ложку смеси настоять на стакане холодной воды в течение 3 часов. Варить 4 минуты, выдержать 15 минут. Выпить в день 1–2 стакана.

Трава руты – 15 г, листья боярышника – 25 г, цветки боярышника – 25 г, корень валерианы – 10 г. Полную столовую ложку смеси настоять на стакане холодной воды в течение 3 часов. Варить 4 минуты, выдержать 15 минут. Выпивать по стакану в день.

Одну столовую ложку измельченных плодов или цветков боярышника кроваво-красного заливают стаканом водки, настаивают в закрытом сосуде 7 дней, процеживают и разбавляют 1/4 стакана кипяченой водой, принимают по 20–30 капель 3–4 раза в день до еды.

Можно пользоваться также настоем плодов боярышника кроваво-красного. Для этого столовую ложку плодов заваривают в закрытом стакане кипятка, настаивают на горячей плите 2 часа, процеживают и принимают по 3–4 столовые ложки 3–4 раза в день.

Смешать 1:1 по объему настойки плодов боярышника и прополиса (аптечные препараты). Принимать при атеросклерозе, ишемической болезни сердца, сердцебиении, гипертонии, головокружении, нарушениях сна по 15–20 капель 3 раза в день за 30 минут до еды.

Трава клевера лугового – 40 г. Настоять в 0,5 л 40 %-ного спирта 10 дней. Принимать перед обедом или перед сном по 20 мл.

Крапива двудомная – 10 г, трава тысячелистника – 10 г. Полную столовую ложку смеси сварить в 0,5 л воды (10 минут) и принимать по 1/2 стакана на ночь при атеросклерозе и для улучшения обмена веществ.

Корень одуванчика – 30 г, корень пырея – 30 г, корень мыльнянки – 30 г, трава тысячелистника – 30 г. 1 столовую ложку смеси на 250 мл кипятка, настоять 30 минут, принимать по 250 мл утром и вечером при атеросклерозе, лечение длительное.

Сушеную сливу, особенно чернослив, по 10–20 штук назначают перед сном в качестве слабительного средства, для профилактики атеросклероза.

150–200 г свежих клубней топинамбура тщательно вымыть, очистить и принимать ежедневно 2–3 раза в день перед едой.

50—100 г свежеприготовленного сока клубней топинамбура принимать 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды.

1–2 столовых ложки порошка корня топинамбура растворить в 0,5 л кипятка, процедить и пить по стакану 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды.

Столовую ложку кашицы хрена смешать со стаканом сметаны из натурального молока. Принимать по столовой ложке во время еды при атеросклерозе.

Кашицу 2–3 луковиц репчатого лука залить 300 мл чуть теплой кипяченой воды, настоять в плотно закрытой посуде 7–8 часов, процедить. Принимать как мочегонное средство при атеросклерозе и для улучшения пищеварения по полстакана 3 раза в день за 20 минут до еды.

100 г кашицы хрена, 1 кг сахара, 0,5 кг измельченных с коркой апельсинов варить в 1 л белого вина на водяной бане 1 час. Принимать при атеросклерозе по 50 г через 2 часа после еды.

Довольно быстро улучшит общее состояние регулярный прием внутрь следующего простого средства: чесночного масла с лимонным соком. Очистить 1 головку свежего чеснока, измельчить до кашицеобразного состояния, залить стаканом любого растительного масла и настаивать в холодильнике сутки. Пить по 1 чайной ложке этого масла с одной чайной ложкой свежего лимонного сока 3 раза в день, за полчаса до еды. Продолжительность курса лечения – от 1 до 3 месяцев. После перерыва на 1 месяц курс лечения можно повторить.

Принимать 1–2 чайные ложки морской капусты (порошка) на ночь.



ВНИМАНИЕ!

Морская капуста противопоказана при геморрагических диатезах, нефрите, нефрозе, фурункулезе, сыпях, крапивнице, беременности, явлениях йодизма, при которых наблюдается раздражение слизистой носа, верхних дыхательных путей, глаз.

Проводить один раз в неделю «огуречный» разгрузочный день, съедая в течение суток 1,5 кг свежих огурцов и выпивая 0,5 л свежей простокваши.

Стакан измельченных плодов шиповника без семян смешать с 1,5 стаканами сахарного песка, залить 3 стаканами водки и поставить на солнце, настоять 5 дней, периодически помешивая содержимое. Затем добавить еще 2 стакана водки и снова поставить на солнце, не забывая помешивать. Принимать при лечении атеросклероза, гипертонии по чайной ложке 3 раза в день после еды, запивая водой.

При атеросклерозе и заболеваниях сердца, полезно пить сок из белых ягод шелковицы по 2–3 столовые ложки в день в течение 3 недель. В этих же случаях полезны сушеные ягоды шелковицы и бекмез, который готовят следующим образом: ягоды отжимают под прессом и выпаривают на кипящей водяной бане до тех пор, пока не образуется сиропобразная масса, сходная по вкусу с жидким медом. Бекмез и сушеная шелковица приятны на вкус, длительно хранят все лечебные свойства свежей шелковицы.

Настои, отвары, компоты, свежие плоды ирги стимулируют деятельность сердечно-сосудистой системы, укрепляют стенки сосудов головного мозга, повышают их эластичность, полезны для предупреждения инфаркта миокарда, нормализуют сон и укрепляют организм.

300 г кашицы чеснока залить 0,6 л 96 %-го спирта, настоять 7 часов при комнатной температуре, периодически встряхивая содержимое, процедить, остаток отжать. В настойку вновь добавить 300 г свежей кашицы чеснока, настоять 2 часа, постоянно встряхивая содержимое, дать отстояться, полученную настойку аккуратно процедить через вату (или несколько слоев марли), добавить в нее 0,2 г ментола и 150 г меда, все тщательно смешать. Хранить в темном прохладном месте. Принимать по десертной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Стакан томатного сока и столовую ложку меда пить по 1/3 стакана 3 раза в день до еды для лечения и профилактики атеросклероза.

При атеросклерозе сосудов головного мозга, ишемической болезни сердца используется чесночное масло. головку чеснока очистить, растереть, сложить в банку и залить одним стаканом подсолнечного нерафинированного масла, настоять сутки, периодически встряхивая содержимое, затем влить сок одного лимона и тщательно размешать. Настоять 7 дней в темном прохладном месте, периодически встряхивая содержимое. Принимать по чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения – 3 месяца. Перерыв – 1 месяц и лечение повторить.

При атеросклерозе и гипертонии полезно есть апельсины или пить сок из них.



НА ЗАМЕТКУ

При язве желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритах с повышенной кислотностью и обострениях воспалительных заболеваний кишечника лучше вместо апельсинов пить сок, разбавленный наполовину водой.

При головокружении и экстрасистолах, при нормальном артериальном давлении рекомендуется настой из следующих растений: рута душистая (трава) – 5 г, будра плющевидная (трава) – 5 г, земляника лесная (плоды) – 10 г, мелисса лекарственная – 5 г, хвощ полевой (побеги) – 10 г, зверобой продырявленный – 10 г, мать-и-мачеха (листья) – 10 г, роза белая (лепестки) – 20 г, чабрец (трава) – 20 г, укроп (семена) – 20 г, сушеница лесная (трава) – 30 г, пустырник пятилопастный – 30 г. Заварить по 5–6 г смеси на 500 мл кипятка, томить 30 минут и принимать по 150 мл 3 раза в день за 15–20 минут до еды, вкус полученного настоя слегка горький.

При нормальном артериальном давлении, когда мучают головные боли и шум в ушах, рекомендуется принимать теплые общие ванны из травы душицы, шалфея, березы с листьями и ветками. Каждого ингредиента по 10 г на 2 литра кипятка, парить 2 часа, процедить. Добавить достаточное количество теплой воды в ванну. Принимать от 5 до 15 минут. Ванны оказывают успокаивающее действие и улучшают сон. Принимать их следует 2 раза в неделю.

При атеросклерозе один раз в сутки, натошак или на ночь, принимать по 0,2 г мумие 20 дней за сеанс. Перерыв между сеансами 4–7 дней. В одном курсе лечения 2–3 сеанса.

Атеросклероз, холестеринемия. Из льняного масла получен препарат «Линетол». Дневная доза 20 мл, принимают утром натошак и во время завтрака. Принимать с перерывами в 2–4 недели между курсами, длительностью в 1–1,5 месяца.



ВНИМАНИЕ!

Не следует принимать «Линетол» при поносах, холециститах, если это ведет к усилению болей в области желчного пузыря.

При заболеваниях сердца употребляют ягоды земляники. Можно пить по 0,5 стакана чая из заваренных ягод (2 столовые ложки ягод на стакан кипятка).

Одной из причин атеросклероза является избыточный вес. Поэтому при лечении рекомендуется делать разгрузочные дни. В этом случае в течение дня, раз в неделю, съесть 1,5–2 кг яблок не принимая другой пищи. При атеросклерозе (и гипертонии) лучшими сортами яблок можно считать кулон-китайку, алый налив, ранет Кичунова, скрыжапель.

Чай из яблочной кожуры пьют как средство при ожирении.

Особенно полезно употребление свежих и переработанных (консервированных) плодов фейхоа при атеросклерозе и людям в пожилом возрасте.

Для необходимой при атеросклерозе очистки сердечно-сосудистой системы используется кардиологический фиточай, который расширяет сосуды сердца и головного мозга, очищает их от холестериновых бляшек, понижает уровень холестерина и протромбина. Из этого фиточая и отдельных растений (барвинок, боярышник, валериана, мята, Melissa, омела, пустырник, сушеница, якорцы, астрагал) готовят настой. 2 столовые ложки сырья залить 1 л воды. Кипятить в эмалированной посуде при закрытой крышке 15 минут. Настоять 30 минут. Принимать по 0,5 стакана 3–4 раза в день, независимо от приема пищи. Курс лечения: 2–4 месяца и больше.

Если у больного с выраженным атеросклерозом и нормальным артериальным давлением имеются головные боли и шум в ушах, рекомендуется соцветие клевера лугового с кисточками, настоянного в течение 10 суток на 40 %-ном алкоголе (20 г на 500 мл). Принимать по 20 мл один раз в сутки перед обедом или перед сном. Лечение проводят в течение месяца. Если после месячного лечения не наблюдается улучшения, переходят к лечению настоем из следующих трав: береза белая (почки) – 5 г, береза белая (лист) – 10 г, роза белая (лепестки) – 10 г, донник лекарственный (трава) – 10 г, мордовник обыкновенный (плоды) – 10 г, солодка голая (корень) – 10 г, лен посевной (семена) – 20 г, малина обыкновенная (плоды) – 20 г, душица обыкновенная (трава) – 20,0 г, мать-и-мачеха – 20 г, подорожник большой (лист) – 20 г, хвощ полевой (побеги) – 30 г, шалфей лекарственный (трава) – 30 г, сушеница лесная (трава) – 30 г, буквица лекарственная (трава) – 30 г, укроп огородный (трава с семенами) – 30 г, анис (плоды) – 30 г, шиповник (плоды истолочь) – 50 г, безсмртник песчаный – 30 г. Столовую ложку (5–6 г) указанной смеси заваривать в 500 мл кипятка, томить 30 минут и принимать по 150 мл 3 раза в день за 15–20 минут до еды. Вкус настоя приятный, запах ароматный. Последнюю дозу можно пить перед сном не заедая.

При атеросклерозе готовят отвар из сбора: офопогон японский (корни) – 15,5 г, спаржа блестящая (корни) – 12,5 г, истод тонколистный (корни) – 6 г, лимонник китайский (плоды) – 6,2 г, бубенчик четырехлистный (корни) – 9 г, шалфей краснокорневищный (корни) – 9 г, солодка уральская (корневище) – 3 г. Отвар готовят обычным способом в 600 мл воды, которую уваривают до 200 мл. Указанное количество отвара является суточной дозой, которую дают в 2 приема по 100 мл. Отвар принимают в течение 1–2 месяцев.

При атеросклерозе с выраженным головокружением и шумом в ушах, а также гипертонии страдающих атеросклерозом рекомендуется сбор: раковина жемчужного моллюска – 25 г, реманния китайская, корни – 25 г, пория кокосовидная, склероции – 12,5 г, пион полукустарниковый, корни – 10 г, кизил лекарственный, плоды – 12,5 г, диоскорея батат, корневище – 15,5 г, шелковица белая, листья – 10 г, хризантема китайская, цветы – 10 г.

Для приготовления отваров используют аптечный чайник из глины, мало отличающегося от обычного чайника. Лекарственные растения, помещают в чайник и заливают 800 мл горячей или холодной воды и кипятят до тех пор, пока в чайнике останется 300 мл отвара. Процедить через нитяное сито. Небольшой осадок на дне сосуда не является противопоказанием для применения отвара. Приготовленный отвар назначают для приема в течение дня.

После приема этого лекарства исчезает головокружение, шум в ушах и другие субъективные симптомы в течение трех дней. По наблюдениям китайских врачей, применение этого лекарства у 60 % больных дает положительный результат.

При атеросклерозе сосудов головного мозга и вызванных им сердечно-сосудистых заболеваниях принимать вареный или полусырой корнеплод свеклы красной, начиная с 20–30 г один раз в день, постепенно увеличивая количество до 100 г 1–2 раза в день за 20–30 минут до еды или натощак.

Цельный свежеприготовленный сок свеклы пить, постепенно увеличивая объем с 1 чайной ложки до 100–200 мл 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды. Курс лечения до 2 месяцев. Можно перед едой выпивать полстакана сока сырой свеклы красной.



ВНИМАНИЕ!

Противопоказанием для приема полусырой и вареной мякоти свеклы является гастрит с повышенной кислотностью желудочного сока, сахарный диабет, камнеобразование в почках при щелочной моче и понос.

Очищенные, мелко нарезанные дольки 0,5 головки чеснока насыпают на кусок черного хлеба, намазанного тонким слоем маргарина или сливочного масла. Едят за 30 минут до завтрака и ужина, запивая нежирным кефиром или простоквашей.

Измельченные дольки головки чеснока смешивают со стаканом простокваши и, плотно закрыв, выдерживают ночь. Принимают в течение следующего дня в 2–3 приема перед едой.

Натертые или давленные дольки чеснока (в расчете на прием в течение 2–3 недель) смешивают с равным по объему количеством меда и держат в плотно закрытой банке. Принимают по 1 чайной ложке 2 раза в день за 30 мин до еды.

400 г очищенного чеснока, 4 кг сельдерея (листья и корни), 400 г корня хрена и 8 лимонов пропускают через мясорубку и в банке, закрытой марлей, выдерживают в тепле (30 °С) 12 часов, потом на 3 суток помещают в холодильник. Отжатый сок пьют по 1 десертной ложке 3 раза в день за 15 мин. до еды.

С помощью давилки (или мясорубки) измельчают дольки головки чеснока, выжимают сок 0,5–1 лимона и смешивают все с 2 чайными ложками меда. Все количество принимают в 2 приема утром и вечером за 30 мин до еды.

Для длительного приема весной и в начале лета готовят настойку чеснока (аптечный препарат) – 200 г чеснока на 1 л 90 %-го спирта. Принимают по 15–20 капель 3 раза в день перед едой.

Другой способ: 250 г раздавленных в кашицу или натертых долек чеснока, заливают 0,5 л 70 %-го спирта или водки, помещают в хорошо закупоренную бутылку (пробку заливают воском или парафином) и выдерживают в теплом темном месте 14 дней, дважды в день взбалтывая, после чего настойку процеживают через марлю. Принимают по 20 капель 3 раза в день с молоком перед едой.

Дикий чеснок (черемша) полезно употреблять в свежем виде как салат (листья и луковички или только луковички) по 5–10 г в день; можно чайную ложку измельченных луко-

виц залить 250 мл кипятка и, хорошо закрыв, настоять в течение 1 ч. Принимают по 30 мл (рюмка) 3 раза в день перед едой.

Сок из 6 долек чеснока смешивают с 230 мл морковного и 170 мл шпинатного сока. Выпивают в 2–3 приема в течение дня перед едой.

Процеженный через марлю свежий сок репчатого лука смешивают с равным по объему количеством меда и держат в хорошо закрытой банке. Принимают по 1 чайной ложке 3–4 раза в день за 15 минут до еды и через час после еды.

2–3 измельченных головки лука среднего размера заливают 2 стаканами теплой воды (300 мл), в закрытой посуде, выдерживают 7–8 ч., процеживают через марлю. Пьют по 100 мл 3 раза в день перед едой;

Аптечная настойка репчатого лука (аллилчеп, см. стр. 8) – по 20–30 капель, 3 раза в день перед едой курсами по 3–4 недели.

Прополисово-чесночная смесь: 200 г головок чеснока дважды пропустить через мясорубку, добавить 100 г 96 %-го спирта. Смесь держать в темной бутылке 20 дней, затем пропустить через полотно и удалить остатки; через 3 дня добавить 150 г меда и 10 г 30 %-го прополиса. Применять 3 раза в день до еды в возрастающей дозе от 1 до 15 капель, затем с 6-го дня снижать дозу, на 12-й день прием по 25 капель.

При головокружении накладывать тонкие пластины из золота на:

а. наружная сторона уха, у верхней части мочки. Носить в течение 2–3 дней, затем сделать двухдневный перерыв и повторить процедуру;

б. вокруг кадыка. Носить не более 2 часов в сутки. Курс составляет одну неделю в месяц.

При склерозе сосудов головного мозга рекомендуется принимать 3 раза в день до еды по 20–30 г (2–3 десертные ложки) настоя коры рябины обыкновенной: 200 г коры настоять 2 часа в пол-литре «золотой» или «серебряной» воды.

Головокружение при склерозе: пластины из серебра накладываются в область межбровья, чуть выше переносицы. Продолжительность процедуры – до частичного приостановления головокружения, но не более 4 часов.

Атония кишечника

Атония кишечника относится к функциональным заболеваниям. Для нее характерно нарушение двигательной функции толстого кишечника. Атония кишечника может быть и самостоятельным заболеванием, а может наблюдаться при поражении какого-либо органа пищеварительной системы. Клинические проявления болезни: запоры, часто – вздутие живота, ощущение тяжести в животе, дискомфорт в животе, нарушение аппетита. При заболевании развивается зашлакованность печени.

Отказаться от сидячего образа жизни – больше двигаться, больше ходить; выполнять специальные комплексы физических упражнений (должны нагружаться мышцы брюшного пресса).

Чаще есть грейпфруты, пить свежий грейпфрутовый сок.

Пить апельсиновый сок два раза в день по 100 мл; в сок рекомендуется всякий раз добавлять столовую ложку меда.

Пить раствор сока листьев мяты перечной и меда; приготовление средства: сок нужно отжать из свежих молодых листьев растения; пол чайной ложки сока и столько же меда развести в стакане теплой воды или молока; принимать по стакану такого раствора 3 раза в день перед едой.

Пить настой коры крушины ломкой; приготовление настоя: 2 столовые ложки сухой, измельченной коры залить стаканом крутого кипятка и настаивать, укутав полотенцем, до получаса, процедить; пить настой по одной столовой ложке 2 раза в день.

Пить отвар корневища аира болотного; приготовление отвара: 3 столовые ложки сухих, измельченных корней залить 2-мя стаканами воды и варить около четверти часа, процедить; выпить в несколько приемов в течение дня.



ВНИМАНИЕ!

Обратить внимание на свой пищевой рацион; употреблять как можно меньше блюд из муки, мяса, картофеля; отказаться от сладостей; включать в пищевой рацион больше овощей и фруктов; чаще есть свежие огурцы, квашеную капусту, свеклу, редьку, сливы, яблоки; разнообразить меню блюдами из баклажанов, кабачков, моркови, перца, лука; чаще есть гречневую и ячневую каши, винегреты.

Пить отвар травы череды трехраздельной; приготовление отвара: 2 столовые ложки сухой травы залить стаканом воды и нагревать на кипящей водяной бане 20 минут, часто помешивать, затем дать настояться в течение часа, процедить; пить по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Пить отвар семян льна посевного; приготовление отвара: чайную ложку семян залить стаканом воды, варить на слабом огне 10 минут, затем 10 минут настаивать, процедить через марлю; принимать по полстакана 2 раза в день натощак.

Пить настой травы душицы обыкновенной; приготовление настоя: 1 столовую ложку сухой травы залить стаканом кипятка и настаивать 20 минут, процедить; пить по полстакана 3 раза в день.

Пить чай из травы тимьяна ползучего; приготовление средства: 1 столовую ложку сухой травы залить стаканом кипятка и настаивать под крышкой 15 минут, процедить; пить по одному стакану 2 раза в день.

Пить настой семян укропа пахучего; приготовление настоя: 1 столовую ложку измельченных семян укропа залить стаканом кипятка и настоять в течение получаса, процедить; пить по полстакана 2 раза в день до еды.

Атония матки (после родов)

Об атонии матки говорят, когда в послеродовом периоде не происходит сокращения матки. главным признаком этого состояния является продолжительное кровотечение из матки.

Принимать настой корня дремы белой; приготовление настоя: 1 столовую ложку сухого, измельченного сырья залить 300 мл кипятка и настаивать до двух часов, процедить; пить по 2 столовые ложки 3 раза в день перед едой.

Пить настой травы пастушьей сумки: 1 столовую ложку сухого сырья залить стаканом кипятка и настаивать, хорошо укутав, не менее 45 минут, процедить; принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

Пить настой травы чистеца лесного: чайную ложку сухого сырья поместить в предварительно прогретый термос, залить двумя стаканами кипятка и настаивать несколько часов, процедить; принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Атония мочевого пузыря

Представляет собой расслабление стенок мочевого пузыря. В основном наблюдается при аденоме предстательной железы. Для заболевания характерны следующие проявления: явная задержка начала мочеиспускания, вялая струя при мочеиспускании.

Настой плауна булавовидного (ликоподия): чайную ложку сухих, измельченных веточек растения поместить в термос, залить 2-мя стаканами кипятка и настаивать около часа, процедить; пить по полстакана 3 раза в день перед едой.

Отвар травы хвоща полевого – для ванн; приготовление отвара: 150 г сушеной травы залить двумя литрами холодной воды, варить при слабом кипении не менее получаса, процедить: вылить в воду для ванны; лучше делать местные ванны, нежели общие; этот же отвар можно использовать для обертываний, компрессов.

Б

Болезни суставов

Кость – сложное образование в биологическом и механическом отношениях. Она состоит из костной ткани, костного мозга, суставных хрящей, кровеносных сосудов и нервов. Снаружи кость покрыта надкостницей – тонкой пленкой. Важную роль в формировании костной системы играет рациональное питание. Недостаток витаминов может привести к деформациям костей. Дефицит солей кальция и фосфора обуславливает повышенную ломкость костей и их искривление. Недостаток кальция в пище покрывается за счет его поступления в организм из костей и может привести к серьезным нарушениям в костной системе. Заболевания костной системы разнообразны и многочисленны. Нарушение местного кровообращения в суставах и позвонках приводит к артрозу (поражение суставов) и остеохондрозу (поражение позвоночника). Больные неправильно именуют эти болезни «отложением солей». При больных суставах в народной медицине используются растирания из следующих растений: белена, волчегонник, звездчатка, крапива, кубышка, можжевельник, мята, пижма, подсолнечник, помидор, сирень, одуванчик, тимьян, хмель, хрен, эвкалипт, ясень.

Народная медицина рекомендует лечить суставы отваром брусники. Для этого 2 чайные ложки измельченных листьев залить стаканом кипятка, прокипятить на слабом огне 10–15 минут, процедить, охладить. Выпить приготовленный отвар в течение дня небольшими порциями. Лечение повторять столько раз, сколько потребуется – в зависимости от состояния здоровья.

При больных суставах 20 г сухих измельченных корней шиповника (собранных осенью) поместить в эмалированную посуду, залить стаканом (20 мл) кипятка, накрыть крышкой и нагревать на водяной бане 30 минут, изредка помешивая. Охладить при комнатной температуре в течение 15 минут, процедить, отжать сырье, долить отвар кипяченой водой до 200 мл, перелить в стеклянную посуду с пробкой. Хранить не более 2 суток. Принимать по 1/2—1/3 стакана 2–3 раза в день до выздоровления.

Для снятия болей в суставах применяется следующее средство. Ржаную муку заварить кипятком и смешать с вареным картофелем 1:1 (сделать однородную массу). Больное место смазывать растительным маслом и хорошо помассировать. Из массы сделать тонкую лепешку по размеру закрывающую все больное место. Кожу смазать скипидаром и приложить лепешку. Тепло укрыть, держать сколько возможно. Процедуры лучше делать перед сном. Соблюдайте осторожность при работе со скипидаром!

Можно набить матрац свежими листьями папоротника и спать на нем. Либо заваривать кипятком листья папоротника, остудить и растереть больные места. В народе так лечат больные суставы и позвоночник.

Можно использовать настой цветков белой акации. Цветки должны быть только что сорванными. 100 г цветков белой акации и 100 мл 70 %-ного спирта поместить в стеклянную бутылку с плотной пробкой, настаивать в темном месте 8 дней. Затем процедить, отжать сырье, перелить в стеклянную бутылку, плотно закрыть. Хранить в темном месте. Полученной настойкой обильно смачивать и растереть больные места. При отложении солей, радикулите, ревматизме, параличе рук и ног.

При больных суставах рекомендуется принимать ванны со следующей эмульсией. Растворить в эмалированной кастрюле 30 г тертого детского мыла в 550 мл воды, добавить 0,75 г салициловой кислоты, кипятить на малом огне, помешивая деревянной ложкой. горячую смесь соединяют с 0,5 г живичного аптечного скипидара, хорошо перемешивая. Эмуль-

сию хранят в широкогорлых бутылках или банках с притертой пробкой. Этого количества хватит на 10–15 ванн. Ванны делать 2 дня подряд, 3-й день – перерыв и т. д. Продолжительность ванны 15 минут, температура 37–38 градусов, объем 150–170 литров. В первые 2 ванны налить по 10 мл эмульсии, во вторые —20 мл, затем 30, 40, 50, 60, 70, 80, 85, 90 мл, во все последующие ванны наливать по 90 мл эмульсии.

При болях в суставах 3 лимона с кожицей и 150 г очищенного чеснока провернуть через мясорубку, залить на сутки 0,5 литра холодной кипяченой воды, процедить, отжать сырье, перелить в стеклянную посуду с плотной пробкой. Пить каждое утро до завтрака по 50 г.

Стакан свежеприготовленной кашицы картофеля смешать с 2–3 столовыми ложками очищенного керосина, положить на плотную ткань и приложить как компресс на больной сустав. Сверху обернуть пергаментной бумагой, потом теплым шерстяным материалом и оставить на 2 часа. Процедуру можно делать ежедневно.

При больных суставах стакан измельченных внутренних перегородок плодов грецких орехов залить 0,5 л водки, настоять в темном месте 3 недели, периодически встряхивая содержимое, процедить. Принимать по столовой ложке 2–3 раза в день за 20 минут до еды. Курс лечения один месяц. Перерыв 2–3 недели.

При болях в суставах стакан скорлупы кедровых орехов залить 0,5 л водки, настоять в темном месте две недели, периодически встряхивая содержимое, процедить. Принимать 3 раза в день, начиная с 5 капель, ежедневно добавляя по капле на прием. Довести до 25 капель на прием, затем уменьшать ежедневно по капле, доведя до 5.



НА ЗАМЕТКУ

При болях в суставах полезно употреблять в пищу ягоды черной смородины в свежем и сухом виде, а также растертые с сахаром (джем).

При болях в суставах: в бутылку объемом 750 мл положить 100 г сушеного измельченного корня болотного аира (сабельник болотный), залить его 500 мл 40 %-ной водки, плотно закрыть пробкой и настаивать 8 дней, изредка взбалтывая. Затем отжать сырье, перелить в бутылку с плотной пробкой. Лечение: принимать по 25–30 мл 3 раза в день перед едой.

При болях в суставах полезен следующий сбор: трилистник водяной – 10 г, (вахта трехлистная, трифоль) – 10 г, тысячелистник – 10 г, подорожник – 10 г, полынь горькая – 10 г. Этот сбор сложить в эмалированную посуду, залить его 800 мл (4 стакана) крутого кипятка, нагреть на водяной бане 15 минут, затем остудить при комнатной температуре в течение 1 часа, процедить, отжать сырье, перелить в стеклянную посуду с пробкой. Хранить в прохладном месте не более 2 суток. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 3–4 раза в день перед едой.

При спондилезе (отложение солей в межпозвоноковой области шеи): 100 г свежих измельченных листьев американской агавы поместить в стеклянную бутылочку, туда же налить 100 мл 70 %-ного спирта, плотно закрыть пробкой и настаивать в темном месте 7 дней, изредка взбалтывая. Затем процедить, отжать сырье, перелить в стеклянную посуду с плотной пробкой. Хранить в темном месте. Принимать по 20 капель 3 раза в день с водой.

Можно использовать настой цветков белой акации. Цветки должны быть только что сорванными. 100 г цветков белой акации и 100 мл 70 %-ного спирта поместить в стеклянную бутылку с плотной пробкой, настаивать в темном месте 8 дней. Затем процедить, отжать сырье, перелить в стеклянную бутылку, плотно закрыть. Хранить в темном месте. Полученной настойкой обильно смачивать и растирать больные места.

0,5 кг чеснока провернуть через мясорубку, дать отстояться в узкой закрытой посуде 15–20 минут, 300 г нижнего слоя чеснока смешать с 6 лимонами, измельченными в кашу с кожурой, но без косточек. Залить смесь 1 л холодной кипяченой воды, настоять в плотно закрытой посуде в темном прохладном месте

1 сутки, периодически встряхивая содержимое, процедить, остаток отжать. Пить ежедневно при болях в суставах по 50 г. Хранить в холодном месте.

Кашу свежего чеснока прикладывать на 3–4 часа к «шпоре», укрепив бинтом или лейкопластырем. Процедура эта ежедневная, до полного устранения боли; при жжении компресс снимать.

30 измельченных незрелых плодов грецкого ореха залить 1 л водки, настоять на солнце две недели, периодически встряхивая содержимое, процедить. Делать компрессы.

Принимать по 0,2 грамма мумие с жидкостью 2 раза в сутки, утром натощак и на ночь на свободный желудок, 15 дней за сеанс. Перерыв 5 дней. В одном курсе лечения 2–3 сеанса. Общая доза мумие за сеанс 6 г. Общая доза мумие за курс – 12–18 г.

Все растение сельдерея с корнем промыть, провернуть через мясорубку, отжать сок. Принимать при остеохондрозе, «шипах» по 2 столовые ложки 3 раза в день до еды. Из отжимок делать компресс, предварительно смазав больное место растительным маслом. Накладывают отжимки, затем плотную ткань и утепляют шерстяным материалом. Держать, сколько можно вытерпеть.

При болях в суставах 500 г сока клюквы смешать с 200 г сока чеснока, настоять сутки, периодически встряхивая содержимое, затем добавить 1 кг меда и все тщательно смешать. Хранить в темном прохладном месте. Принимать по чайной ложке 3 раза в день за 15 минут до еды.

Смешать в равных частях сок из свежих огурцов, свеклы и моркови. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Обладает свойством выводить мочевую кислоту из организма. Помогает больным суставам.

Салат из молодых листьев одуванчика полезен при болях в суставах. Предварительно положить листья на полчаса в соленую воду, чтобы не горчили, затем промыть кипяченой водой, мелко нарезать, добавить соль, уксус или несколько капель лимона и растительное масло.



ВНИМАНИЕ!

Одуванчик собирать в городе нельзя – он накапливает свинец.

Мумие с медом. Смешать 5 г мумие со 100 г жидкого меда и применять в виде компрессов (лучше на ночь) на суставы. Одновременно принимать ежедневно по 0,3 г мумие в день в течение 10 дней. После 3-дневного перерыва курс лечения можно повторить.

Настойка барбариса: 25 г сухой измельченной коры или корня барбариса обыкновенного залить 100 мл спирта, настаивать в теплом месте, периодически встряхивая, 12 дней, процедить. Пить по 30 капель 3 раза в день при болях в суставах.

Взять 1 кг измельченной коры осины, 1 кг измельченной коры березы, 100 г измельченной коры дуба, приготовить смесь. 20 г смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить на слабом огне 15–20 минут, процедить. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день при болях в суставах. Лечение длительное, в начале лечения боли могут усилиться, затем наступает улучшение.

Аппликации из сырого картофеля. При «шпорах» на пятках следует прикладывать к больному месту натертые на мелкой терке, предварительно хорошо промытые неочищен-

ные картофелины. Кашицу положить тонким слоем на салфетку и прикладывать 3—4 раза в сутки.

Шпоры на пятках и подошвах можно вылечить уксусной кислотой. В банку из-под майонеза (200 мл) опустить целое сырое яйцо, залить уксусной эссенцией, накрыть крышкой и поставить в темное место на 2 недели. Через

2 недели попробуйте вилкой проколоть яйцо. Если оно легко прокалывается, то нужно вилкой раздавить его, добавить 50 г сливочного масла и хорошо размешать. Смесью смазывать пятки или подошвы (не очень сильно) утром и вечером. После растирания руки хорошо промыть. Через месяц регулярного растирания шпоры пройдут.

Так же можно 100 г несоленого свиного сала залить 100 мл пищевой уксусной кислоты, положить туда 1 сырое яйцо, хорошо размешать, настоять в темном месте в течение 10 дней при периодическом перемешивании до превращения смеси в однородную массу. Больное место попарить и наложить на него смазанный этим средством ватный тампон на 4–5 часов. Повторять в течение 5 дней. В случае жжения процедуру прекратить.

Самый доступный способ лечения «шпоры», – смазывать их голодной слюной. Делать это утром, натощак, когда еще не полоскали рот и не чистили зубы.

Пяточные «шпоры» излечиваются ночными компрессами из собственной свежей мочи в течение 3–4 месяцев. На коже не должно быть царапин.

Взять в равных частях по объему пшеничную муку и мед и замесить до образования кашицеобразной пасты. Использовать медовые лепешки при пяточной «шпоре», а также при других отложениях солей. Ногу предварительно парить в горячей воде 15–20 минут, после чего на область пятки наложить медовую лепешку. Курс лечения 10–14 дней.

Пяточные «шпоры» быстро рассасываются, если в носок или чулок под пятку насыпать щепотку красного молотого перца и ходить с ним весь день. Уже после первого дня больные отмечают заметное облегчение.

Смешать 200 мл скипидара, 40 мл уксусной эссенции и 2 свежих куриных яйца. Прикладывать в виде компрессов и примочек к «шпорам» 2–3 раза в сутки на 3–4 часа. Смесь хранить в темном прохладном месте.

100 г несоленого сливочного масла или смальца смешать с разбитым вместе со скорлупой куриным яйцом, залить 100 мл уксусной эссенции, настоять в темном прохладном месте

3 недели, периодически перемешивая содержимое до однородной массы. Смесь полезно применять при пяточных «шпорах», распарив пятку и наложив на «шпору» ватный тампон с тонко нанесенной на него мазью. При появлении жжения тампон снять, пятку протереть сухой тряпочкой. Повторять процедуру 5 дней подряд, привязывая тампон к ноге и надевая теплый носок.

Чтобы уменьшить боль при ходьбе, положите на «шпору» кусочек фольги (серебряная бумажка).

«Шпоры» хорошо рассасываются от употребления в пищу «омагниченной воды» в течение 2–3 месяцев.

Местно на «шпору» можно накладывать компресс из прополиса. Кусочек прополиса размягчают рукой по форме «шпоры» и накладывают сухую повязку на ночь. Процедуру делать ежедневно до полного излечения. Прополис можно использовать 3–4 раза подряд.



НА ЗАМЕТКУ

На остеохондрозные шипы делать компрессы, втирания из пихтового масла. v_)

Для удаления «шпор», «косточек» на пальцах 2 раза в неделю делать ножные ванны – в 3 л горячей, лучше дистиллированной воды растворить столовую ложку пищевой соды, 8—10 капель йода. Температура воды в тазике должна быть приятной. Продолжительность ванны 8—10 минут. После ванны ноги хорошо вытереть и больные места смазывать на ночь 5 %-ным раствором йода. Утром нанести на них вазелин. В это время рекомендуется молочно-растительная диета.

Смешать стакан ряженки, стакан молотых ржаных сухарей, чайную ложку пищевой соды, настоять на свету 5–6 часов, периодически помешивая содержимое, процедить. Эту массу прикладывать перед сном на ночь в виде компресса при лечении больных суставов. Жидкостью, полученной от слива массы, растирать «шпоры» на ногах.

100 г измельченной кашицы листьев хрена залить 0,5 л водки, настоять в темном месте две недели, периодически встряхивая содержимое. Процедить, остаток отжать. Принимать при отложении солей в области шеи (спондилез) по 20 капель, запивая водой, 3 раза в день до еды.

5 столовых ложек сухих измельченных корней сабельника болотного и 0,5 л водки настоять неделю, периодически встряхивая содержимое, процедить. Пить при отложении солей в суставах рук, ног, плечей и т. д. по 50 мл 3 раза в день перед едой до выздоровления.

Заполнить посуду на 3/4 объема ягодами бузины красной, залить доверху спиртом, настоять в темном теплом месте 10 дней, периодически встряхивая содержимое. Настойку применять в виде компрессов, смазываний при болях в суставах, «шпорах», при деформации кистей рук.

6 г (2 столовые ложки) листьев брусники поместить в эмалированную посуду, запить стаканом кипятка (200 мл), нагревать 15 минут на водяной бане, накрыть крышкой, затем охладить при комнатной температуре в течение 45 мин., процедить, перелить в стеклянную посуду. Хранить не более 2 суток. Принимать по 1/2—1/3 стакана 2–3 раза в день. Лечение длительное, в зависимости от состояния здоровья.

Одну столовую ложку листьев грецкого ореха залить одним стаканом кипяченой «золотой» воды. Настаивать два часа в закрытой посуде. Принимать по чайной ложке 3 раза в день;

Для лечебных ванн 200–250 г листьев крапивы кипятят в одном литре «золотой» воды 30 минут. Температура воды в ванне должна быть примерно 38 °С. Время процедуры – 15 минут.

При больных суставах принимают мумие по 0,2 г (пшеничное зерно) на свободный желудок 2 раза в день 15 дней за один сеанс. В одном курсе лечения 2–3 сеанса, перерыв между сеансами 5 дней. Мумие желательно растворить в небольшом количестве жидкости (чай, молоко, сок).

Бородавки

Бородавки состоят из мертвых клеток верхнего слоя кожи и представляют собой вирусное заболевание эпидермиса. Они могут появиться на любом месте, но чаще всего бывают на руках и лице. Болеют чаще дети и молодые люди.

Возбудитель передается при непосредственном контакте с больным и через предметы домашнего обихода. Заболеванию могут способствовать мелкие травмы кожи, потливость и т. д.

Бородавки бывают обыкновенные, плоские, подошвенные. Обыкновенные бородавки – это плотные, сероватые или цвета кожи узелки (их может быть несколько вместе) диаметром 3—10 мм с шероховатой поверхностью, выступающие над уровнем кожи. Появляются обычно на тыльной стороне кистей и пальцев рук. Плоские бородавки (юношеские) – плоские узелки (обычно их несколько) диаметром 0,5–3 мм, чаще округлой формы, цвета кожи или желто-коричневые, с гладкой поверхностью. Возникают чаще на лице и тыльной поверхности кистей, реже на предплечьях. Подошвенные бородавки появляются в местах наибольшего давления обуви. Внешне эти роговые наслоения напоминают мозоль, отличаясь от нее красноватыми сосочковыми разрастаниями в центре под наслоениями. Подошвенные бородавки болезненны и затрудняют ходьбу.

Назначают противовоспалительные препараты: отвар травы зверобоя продырявленного (2 столовые ложки сухой травы на стакан кипятка) по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Настой репейника обыкновенного (4 столовые ложки сухого сырья на стакан кипятка) по 1/4—1/2 стакана 3–4 раза в день.

Настой листьев шалфея лекарственного (2 чайные ложки листьев на 2,5 стакана кипятка) по столовой ложке каждые 2–3 часа.

Настой мелиссы лекарственной (1 столовую ложку травы на стакан кипятка – суточная доза).

Настой цветков календулы лекарственной (столовая ложка цветков на стакан кипятка) по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Отвар корневищ с корнями девясила высокого (2 столовые ложки сухого сырья на полстакана воды) по столовой ложке 3 раза в день.

Настой полыни горькой (1–2 чайные ложки на стакан кипятка) по десертной ложке 3 раза в день за 30–60 минут до еды.

Настой (2 столовые ложки сухого сырья на стакан кипятка) или отвар (столовая ложка цветков на стакан воды) ромашки ободранной по 1–5 столовых ложек 2–3 раза в день.

Настой листьев подорожника большого (2 столовые ложки сухих листьев на стакан кипятка) по столовой ложке 3–4 раза в день или сок подорожника по столовой ложке 3 раза в день за 15–30 минут до еды.

Отвар или настой корня лопуха большого (чайная ложка на 2,5 стакана кипятка) по полстакана 4 раза в день до еды.

Отвар листьев (2 столовые ложки сухих листьев на литр воды) или ягод (1–2 чайные ложки на стакан кипятка) черники обыкновенной по 1–3 столовые ложки 3 раза в день.

Настойка эвкалипта шаровидного по 15–20 капель 3 раза в день.

Рекомендуется проводить лечение на фоне общеукрепляющих дерматологических средств; с этой целью используются настой или отвар корня осоки песчаной (1 чайную ложку сухого сырья на стакан кипятка) по полстакана 4 раза в день.

Настой дымянки лекарственной (1 чайную ложку на стакан кипятка) по полстакана 4 раза в день.

Настой или отвар травы медуницы обыкновенной (2 столовые ложки сухого сырья на стакан кипятка) по стакану 2 раза в день.

Настой или отвар корня пырея ползучего (2 столовые ложки сухого сырья на 1,5 стакана кипятка) по стакану 2–3 раза в день.



НА ЗАМЕТКУ

Свежим соком лука репчатого ежедневно смазывать бородавки по несколько раз.

Эффективным средством борьбы с бородавками является свежий сок золотого уса и мазь из этого растения на основе ланолинового крема. Утром и вечером бородавку смазывают соком золотого уса. Для приготовления сока используют крупные листья растения, которые измельчают в стеклянной посуде и выжимают через марлю. Оставшийся жмых используют для приготовления отвара, настоя или спиртовой настойки

Смешать 1:1 по весу сок хрена и поваренную соль. Аккуратно втирать смесь в бородавки.

Принимать за день 10–20 г сока корня хрена или кашицы из корня. Этим же соком натирать бородавки несколько раз в день. Курс лечения до 1,5 месяцев.

Смешать 2:1 по объему кашицу чеснока и мед. Смесь наносить толстым слоем на бородавки, держать ночь, укрепив мазь лейкопластырем.

Аккуратно вырезать сердцевину лука, засыпать ее крупной солью, закрыть. Полученной жидкостью натирать бородавки утром и вечером.

НА ЗАМЕТКУ

Можно натирать бородавки разрезанной частью зубчика чеснока или соком чистотела.

Для выведения бородавок рекомендуется каждый день натирать их соком кислых свежих яблок. (Бородавки могут темнеть.) Полезны также компрессы из сока кислых яблок.

Для выведения подошвенных бородавок используют препарат из льняного масла «Линетол». Можно лечить подошвенные бородавки льняным маслом.

Бородавки удаляют свежим соком или мазью, приготовленной из сока чеснока и свиного сала 1:1.

Приложить к бородавке толченые семена василька синего, накрыть серебряной пластиной, укутать хлопчатобумажной тканью. Снимать сразу же, как начнется зуд или покалывание. После этого, пораженное место протереть слабым раствором марганцовки. Компрессы делать не менее 6 раз в день.

Бронхит

Это заболевание с поражением стенок бронхов (воспаление слизистой оболочки бронхов). Бронхит бывает острый и хронический. Сопровождается кашлем с мокротой, повышением температуры тела, одышкой. Причинами бронхита являются инфекции, загрязненность окружающей среды, курение, охлаждение. Существенное значение в возникновении бронхита имеет охлаждение организма, влияние резких колебаний температуры, длительное пребывание под холодным дождем в ветреную погоду, в связи с чем высокая заболеваемость наблюдается весной и осенью. Возникновению бронхита способствуют курение, прием алкоголя, ослабление организма после перенесенного заболевания, другие хронические болезни. В некоторых случаях бронхит может развиваться на фоне аллергии, например, на пыль, пыльцу растений, химические вещества. При остром бронхите необходимо соблюдать постельный режим.

Народная медицина советует влить в эмалированную кастрюлю без трещин (другая посуда не подходит) стакан молока, всыпать ложку шалфея, прикрыть, вскипятить смесь на небольшом огне, дать ей немного остыть и процедить, вскипятить вновь, прикрыв крышкой; пить в горячем виде перед сном при бронхите, при этом остерегаться сквозняков.

Чайную ложку исландского мха положить в чашку крутого кипятка и настоять, как обыкновенный чай. Больной должен выпить одну чашку этого настоя вечером перед сном. Надо пить настой столь горячим, как только можно терпеть. Это средство горьковатое, можно добавить мед. Продолжительность лечения зависит от каждого отдельного случая, но обычно требуется для полного выздоровления от одного до трех месяцев. Описанное средство широко применялось для лечения бронхита, заболеваний легких, простуд в Югославии среди сербских крестьян.

Очень популярным в Сибири было следующее лечение бронхита: вскипятить литр воды и в кипящую воду положить 400 г отрубей, прекратить нагревание и дать остыть, процедить. Пить в течение всего дня достаточно горячим; для улучшения вкуса можно добавить жженный сахар.

При бронхите принимают очищенный березовый деготь по 5—10 капель 3 раза в день.

При бронхите, особенно остром, рекомендуется принимать сок свежей травы тысячелистника обыкновенного (2 столовые ложки 4 раза в день) или настойку (30 г травы на 100 мл спирта или стакан водки) по 40—50 капель три раза в день.

Рекомендуется выпивать при бронхите по два свежих яйца натошак, за 30—40 минут до еды.

Превосходный эффект при бронхите дает чай, приготовленный из 40 г цветков гречихи посевной на 1 л кипятка. Это простое средство облегчает кашель, особенно сухой.

Листья и стебли малины обыкновенной заливают крутым кипятком и дают настояться; принимают на ночь перед сном при лечении бронхита, ларингита. Обладает потогонным и отхаркивающим свойствами.

В России при затяжном кашле, бронхите применялось такое средство: мед (желательно липовый) — 1,3 кг, мелко нарубленные листья алоэ — 1 стакан, оливковое масло — 200 г, березовые почки — 150 г, цветки липы — 50 г. Сорванные и промытые в кипяченой воде листья алоэ положить на десять дней в холодное темное место. Затем растопить мед и положить измельченные листья алоэ, смесь хорошо пропарить, отдельно в двух стаканах воды заварить березовые почки и цветки липы, прокипятить 1—2 минуты, влить процеженный и отжатый отвар в остывший мед, размешать и разлить в две бутылки, добавив в каждую поровну оливковое масло. Хранить в прохладном месте. Принимать по чайной—столовой ложке 3 раза в день при кашле, перед употреблением взбалтывать.

Положить в полулитровую бутылку вина 4 больших листа алоэ, настаивать 4 дня, принимать при хроническом бронхите по 1 десертной ложке 3 раза в день.



НА ЗАМЕТКУ

При гнойном бронхите применяют березовый деготь на теплом молоке по 5—10 капель 3 раза в день.

Длительный кашель и бронхит в Ярославской губернии лечили алоэ: 300 г меда, 0,5 стакана воды и лист мелко нарезанного алоэ варить на очень слабом огне 2 часа, остудить и перемешать. Хранить в прохладном месте. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день. Лекарство часто назначалось детям.

Для лечения бронхита применяются ингаляции. Лук репчатый – 100 г. Быстро мелко нарезать, нагнуться к луку, укрыться платком, дышать 10–15 минут (при трахеобронхите).

Лист эвкалипта – 30 г. Заварить 2 стаканами кипятка в небольшом чайнике, на носик чайника надеть длинную бумажную трубочку. Осторожно вдыхать, чтобы воздух поступал с паром, выдыхать через нос.

Корень алтея – 40 г, корень солодки – 15 г, листья мать-и-мачехи – 20 г, цветы коровьяка – 10 г, плоды фенхеля – 20 г. Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной воды, через 2 часа варить в течение нескольких минут, процедить отвар и выпить теплым в несколько приемов за один день. Используется при трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите.

Листья мать-и-мачехи – 5 г, цветки коровьяка – 5 г, цветки мальвы лесной – 10 г, цветки мака самосейки – 10 г, трава тимьяна (чабрец) – 10 г, плоды аниса – 5 г, корень алтея лекарственного – 10 г, корень солодки – 25 г. Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной воды, через два часа варить в течение нескольких минут, процедить отвар и пить теплым в несколько приемов за один день. При трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите.

Цветки мальвы (просвирника) лесного – 2 г, цветки мака самосейки – 2 г, цветки коровьяка – 2 г, плоды аниса – 2 г, корень алтея – 10 г, корень солодки – 30 г. Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной воды, через 2 часа варить в течение нескольких минут, процедить отвар и пить теплым в несколько приемов за один день. При трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите.

Трава донника лекарственного – 5 г, трава чабреца (тимьяна) – 5 г, плоды фенхеля – 5 г, листья мяты перечной – 5 г, листья подорожника большого – 10 г, корень алтея – 10 г, корень солодки – 10 г, листья медуницы (легочницы) – 20 г, листья мать-и-мачехи – 20 г. Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной воды, через 2 часа варить в течение нескольких минут, процедить отвар и пить теплым в несколько приемов за один день. При трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите.

Листья подорожника ланцетовидного – 20 г, цветки первоцвета – 20 г, трава вероники – 20 г. Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной воды, через два часа варить в течение нескольких минут, процедить отвар и пить теплым в несколько приемов в течение дня. При трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите. Семена пажитника сенного – 10 г, плоды фенхеля – 10 г, цветки бузины – 10 г, липовый цвет – 20 г, трава фиалки трехцветной – 20 г. Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной воды, через 2 часа варить в течение нескольких минут, процедить отвар и пить теплым в несколько приемов за один день. При трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите.



ВНИМАНИЕ!

Лечение острого бронхита проводят под наблюдением специалиста.

Трава чабреца – 15 г, семена фенхеля – 15 г, корень, алтея – 15 г, лист мяты перечной – 5 г, корень солодки – 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом холодной воды на 2 часа, затем варить 3–5 минут, настоять 15 минут, процедить. Пить теплым при бронхите и трахеобронхите в несколько приемов.

Цветы мать-и-мачехи – 15 г, корень окопника – 10 г, липовый цвет – 15 г, цветы бузины черной – 10 г, корневище пырея – 10 г, цветы коровяка – 10 г. Столовую ложку сбора на стакан кипятка, заварить, отстоять, процедить. При затяжном кашле, бронхите.

Корень любистка (30 г.) залить литром сырой воды, напарить в духовке целую ночь. Утром кипятить 5 минут, оставить париться 20 минут, процедить, выпить за день в 5 приемов при бронхите.

Листья мать-и-мачехи – 10 г, листья подорожника большого – 20 г, трава хвоща полевого – 30 г, цветки первоцвета – 40 г. Измельченное сырье хорошо смешать. Столовую ложку без верха настоять на стакане холодной воды, через 2 часа варить 5–6 минут, остудить, процедить. Отвар выпить теплым в несколько приемов. При кашле, трахеобронхите, хроническом и сухом бронхите.

Листья мать-и-мачехи – 20 г, трава медуницы – 20 г, корень солодки – 20 г, трава фиалки душистой – 20 г. Измельченное сырье хорошо смешать. Столовую ложку смеси залить холодной водой, настоять 2 часа, сварить 5–6 минут, остудить, процедить, отвар выпить теплым в несколько приемов.

Цветки первоцвета – 10 г, трава росянки – 10 г, корень солодки – 10 г, корень фиалки душистой – 10 г, трава тимьяна (чабрец) – 40 г. 4 чайные ложки сбора настоять на стакане холодной воды в течение 2 часов. Прокипятить 3–4 минуты, остудить, процедить. Выпить в 3 приема в течение дня. При инфекционном заболевании бронхов.

Корень девясила – 30 г, корень первоцвета – 30 г, листья мать-и-мачехи – 30 г. Измельчить, смешать, 2 чайные ложки смеси залить одним стаканом кипятка. Варить 5 минут. Через 15 минут процедить. Выпить глотками в течение дня. При остром бронхите, астме.

Корень алтея – 50 г, трава тимьяна (чабрец) – 50 г. Измельчить, смешать. 4 полные чайные ложки смеси залить одним стаканом холодной воды, настоять 2 часа, сварить. Остудить, процедить. Выпить в 3 приема за день. При инфекционных заболеваниях бронхов.

Сосновые почки – 30 г, листья подорожника – 30 г, листья мать-и-мачехи – 30 г. Измельчить, смешать. 4 полные чайные ложки смеси залить холодной водой (1 стакан). Настоять 2 часа, сварить, остудить. Принять 3 раза в день. При астме, бронхите.

Плоды аниса – 10 г, плоды фенхеля – 10 г, льняное семя – 10 г, трава тимьяна – 10 г.

4 чайные ложки смеси залить стаканом холодной воды, настоять 2 часа, закипятить, варить 3–5 минут, остудить, процедить. Принять за день в 3 приема.

Сосновые почки – 10 г, корень фиалки душистой – 20, исландский мох – 40 г. 4 чайные ложки смеси залить стаканом холодной воды. Настоять 2 часа, прокипятить (3–4 минуты), остудить, процедить. Пить теплым 3 раза в день. При воспалении легких, бронхите.

Трава росянки – 10 г, корень пиона – 10 г, корень фиалки душистой – 10 г, трава тимьяна (чабрец) – 10 г, листья мать-и-мачехи – 40 г. 4 полные чайные ложки сбора настоять на стакане холодной воды 2 часа. Накипятить 3–4 минуты, остудить, принять в 3 приема за день. При астме и инфекционном заболевании бронхов.

Цветки бузины черной – 25 г, трава росянки – 25 г, листья подорожника – 25 г, трава фиалки трехцветной – 25 г. 4 полные чайные ложки сбора настоять на стакане холодной воды 2 часа. Накипятить (3–4 минуты), остудить, принять в 3 приема за день. При инфекционном заболевании бронхов.

Трава лапчатки гусиной – 20 г, трава шандры – 20 г, трава чистотела – 20 г, цветки бузины черной – 20 г, сосновые почки – 20 г. 4 полные чайные ложки сбора настоять на стакане холодной воды 2 часа. Кипятить в течение 3–4 минут, остудить, принять в 3 приема за день. При инфекционном заболевании бронхов.

Плоды шиповника – 20 г, плоды аниса – 20 г, листья мать-и-мачехи – 10 г, кора ивы (молодой) – 10 г, цветки бузины черной – 10 г. 4 полные чайные ложки сбора настоять на стакане холодной воды 2 часа. Накипятить (3–4 минуты), остудить, принять в 3 приема за день. При инфекционных заболеваниях бронхов.

Трава тимьяна (чабрец) – 10 г, листья мать-и-мачехи – 10 г, трава фиалки трехцветной – 10 г, корень девясила высокого – 10 г, плоды аниса – 10 г. 4 полные чайные ложки сбора настоять на стакане холодной воды 2 часа. Закипятить, остудить, принять в 3 приема за день.

Корень девясила высокого – 20 г. Отварить 5–10 минут в 300 мл кипятка, отстоять, процедить, принимать по 0,5 стакана 3 раза в день перед едой при хроническом бронхите (как отхаркивающее средство).

Корень девясила высокого 2 чайные ложки настаивать 10 часов в 250 мл холодной воды. Выпить в течение дня при бронхите.

Цветки донника лекарственного – 30 г. Настоять в одном литре кипятка, принимать по 50 мл через 1–2 часа при бронхите.

Клевер луговой – 20 г. 20 г клевера заварить в 250 мл кипятка, кипятить 5 минут, остудить, процедить. Принимать по 0,5 стакана 3–4 раза в день при бронхите.

Сироп для детей при бронхите и кашле. Цветки коровяка – 20 г, цветки мальвы лесной – 20 г, цветки бузины черной – 20 г, цветки липы – 20 г, сушеные ягоды малины – 20 г. Столовую ложку смеси парить 30 минут в 0,5 л кипятка. Остудить, давать на ночь горячим по 1/3, 1/2 стакана настоя.

Цветки и листья крапивы двудомной – 50 г. На 1 л кипятка, настоять 2 часа, принимать при бронхите по 250 мл 3 раза в день.

Листья мать-и-мачехи 3 столовые ложки кипятить в 0,5 л воды, выпарив половину жидкости. Принимают по 15 мл каждые 2–3 часа (можно с медом) при бронхите.

Листья мать-и-мачехи – 20 г, цветы липы – 20 г, цветы бузины черной – 20 г, корень окопника – 20 г, корневище пырея – 20 г. Столовую ложку смеси заварить 250 мл кипятка, настоять 30 минут, принимать по 1/3 стакана теплым 3 раза в день при затяжном кашле, бронхите.

Наряду с приемом прописанных врачом лекарств можно пить средства из золотого уса. При хроническом бронхите проводят продолжительный курс лечения отваром данного растения.

В начале заболевания для отделения вязкой мокроты при сухом кашле рекомендуется пить теплый отвар золотого уса (1 часть уса на 10 частей кипятка, варить 5 минут на слабом огне) по 1 десертной ложке 3 раза в день за 40 минут до еды. Лечение проводят в течение всего острого периода болезни.

Также при остром бронхите хорошо помогают компрессы из свежих листьев каллизии. Для изготовления компресса листья измельчают, обдают кипящей водой, заворачивают в марлю. Компресс кладут на грудь на 15–20 минут.

При хроническом бронхите в качестве отхаркивающего средства готовят следующую смесь: 300 г меда смешивают с 1/2 стакана воды, добавляют измельченный лист золотого уса и варят на слабом огне в течение 1 часа. Затем смесь остужают, тщательно перемешивают

и хранят в темном прохладном месте. Принимают по 1 столовой ложке 2 раза в день за 40 минут до еды.

Кроме того хронический бронхит рекомендуется лечить смесью следующего состава: 1 десертная ложка сока алоэ, 1 чайная ложка сока золотого уса, 100 г меда. Компоненты перемешивают и хранят в темном прохладном месте. Для лечения 1 десертную ложку смеси разводят 1 стаканом горячего молока и пьют 2 раза в день за 1 час до еды.

Для лечения хронического бронхита 1–2 раза в неделю грудь смазывают мазью, изготовленной на основе нутряного жира с добавлением сока золотого уса.

При сухом и мучительном кашле, хроническом бронхите нужно измельченную морковь смешать 1:1 по объему с молоком, сварить на малом огне. Пить по 1–2 стакана в день в теплом виде.



НА ЗАМЕТКУ

При остром бронхите не следует употреблять слишком горячие напитки – они раздражают горло.

При хроническом бронхите свежеприготовленный сок огурца и мед в соотношении (20:1) пить по 50—100 мл 3–4 раза в день как отхаркивающее, обезболивающее и успокаивающее средство.

Хронический бронхит: сок огурца или его смесь с кипяченым молоком (1:1) ежедневно пить по 50—100 мл 3–4 раза в день до еды.

При хроническом бронхите, бронхиальной астме свежую сырую мякоть тыквы съедать, начиная с 20–30 г один раз в день, постепенно увеличивая дозу до 150 г 2–3 раза в день за 20–30 минут до еды. Курс лечения 1,5–2 месяца. После перерыва в 10–15 дней лечение можно повторять.

При бронхите с кочана капусты белокочанной снять верхний зеленый лист, вымыть его, удалить с него толстые жилки, размягчить путем расплющивания, опустить лист на несколько секунд в горячую воду (40–60 °С, не больше), вынуть и снова окунуть, повторяя это 3–4 раза. Осушить лист полотенцем и наложить его на больное место, закрыть сверху марлей и не очень туго примотать. Когда лист потемнеет, процедуру повторить с новым листом.

При кашле, трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите: корень алтея – 40 г, корень солодки – 15 г, листья мать-и-мачехи – 20 г, цветки коровяка – 10 г, плоды фенхеля – 10 г. Измельченные части растений хорошо смешать. Столовую ложку без верха настоять на стакане холодной воды, через два часа варить в течение нескольких минут и процедить после остывания. Отвар пить теплым за один день.

Кашицу чеснока темно-фиолетового цвета залить 1:2 по весу 1 %-ным яблочным уксусом, настоять в плотно закрытой посуде в темном прохладном месте 4–6 часов, периодически встряхивая содержимое. Затем варить на слабом огне, упарив жидкость на треть объема и процедить. Хранить в темном прохладном месте. Хорошее средство при хроническом бронхите. Принимать утром и вечером по полстакана через 30–40 минут после еды в течение 15 дней. Сделать перерыв на 10 дней.

При хроническом бронхите, бронхиальной астме сок черной редьки в виде 10–20 %-го водного раствора пить, начиная с 1 чайной ложки, доведя постепенно дозу до 50 мл 1–2 раза в день за 10–15 минут до еды. Курс лечения 1–2 месяца.

Приготовить свежий сок редьки черной, смешать его в равных частях по весу с медом и принимать сначала по четверти стакана, а затем по трети стакана 3 раза в день при бронхите.



ВНИМАНИЕ!

Противопоказана мякоть редьки и ее сок при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при гастрите с повышенной кислотностью желудочного сока, обострении хронического панкреатита и гломерулонефрита.

Зловонный бронхит, бронхоэктазии. Приготовить сбор: корень алтея – 50 г, трава тимьяна – 50 г. Четыре полных чайных ложки сбора настоять на стакане воды в течение 2 часов и затем варить 10 минут. Выпить за день в 3 приема.

При бронхо-легочных заболеваниях принимают синюху голубую в виде экстракта по 15 капель 3 раза в день, а также в виде отвара из расчета 6 г корней на 200 мл воды, по 3–5 столовых ложек в день. В ряде случаев применяют также настой, из расчета 3 г корней и 8 г травы на 200 мл воды, по столовой ложке 3–5 раз в день. Курс лечения 30 дней.

При бронхитах готовят настой душицы. 2 чайные ложки травы, измельченной до 0,5 мм, заливают стаканом кипящей воды, закрывают, настаивают в течение 15–20 минут, процеживают, пьют в теплом виде за 15–20 минут до еды, по 0,5 стакана 3–4 раза в день.

Настой алтеяного корня – мелко нарезанный корень с частицами 3 мм в количестве 6,5 г на 100 мл воды. Накрывать крышкой, нагреть на водяной кипящей бане 15 минут, настоять 10 минут, процедить. Выпить за день.

Настой: корень алтея —10 г залить водой 200 г, настоять 6 часов, добавить нашатырно-анисовые капли – 4 г. Принимать по столовой ложке через 4 часа.

В отвар корня алтея – в соотношении 10:200 добавить сироп лакричного корня – 200 г. Принимать по столовой ложке через 2 часа.

Гранулы плантаглюцида – суммарный препарат, получаемый из водного экстракта подорожника большого. Плантаглюцид назначается внутрь по 0,5–2 г на прием 3 раза в день. Перед приемом гранулу размельчают, разводят в 1/4 стакана теплой воды, принимают за час до еды. Отхаркивающее средство при бронхите.

Измельченные листья дягиля заливают кипящей водой из расчета 10 г на 200 мл воды, кипятят 5 минут, настаивают в течение 2 часов. Настой пригоден для применения в течение 2–3 дней.

В качестве отхаркивающего при бронхитах употребляется отвар мыльнянки лекарственной. Его готовят из измельченного корня в соотношении 6 г на 200 мл воды, кипятят на водяной бане 30 минут, к готовому отвару нередко добавляют различные вещества, например нашатырно-анисовые капли и др. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день. Для исправления вкуса добавляют сахарный сироп.

Можно приготовить холодный настой мыльнянки: чайную ложку измельченного мыльного корня заливают стаканом холодной кипяченой воды, настаивают в течение 8 часов, изредка встряхивая, процеживают. Принимают по 2 столовых ложки 3 раза в день, обязательно после еды.

Другой способ: взять корень мыльнянки чайную ложку залить, стаканом холодной воды, настаивать 8 часов. Принимать в течение дня.

Можно также использовать настой корня мыльнянки 6:180. Настаивать 4–6 часов. По столовой ложке 1–3 раза в день (не принимать натощак).

Бронхит, ларингит, отхаркивающее, смягчающее, спастический кашель, бронхиальная астма – при этих заболеваниях полезен настой из листьев мать-и-мачехи. Столовую ложку листьев залить стаканом кипящей воды, настоять 30 минут и процедить. Принимать по столовой ложке 4–6 раз в день.

Готовят грудной сбор: листьев мать-и-мачехи – 20 частей, цветов коровяка – 10 частей, плодов аниса – 10 частей, алтейного корня – 40 частей, солодкового корня – 15 частей, корневища касатика или фиалкового корня – 5 частей. Сбор заваривают, как чай по столовой ложке на 2–3 стакана воды. Как отхаркивающее и дезинфицирующее средство по 1–2 стакана 2–3 раза в день.

Полезен настой листьев мать-и-мачехи в соотношении 15:200. По одной столовой ложке через 2–3 часа.

Можно приготовить настой из следующего сбора: листья мать-и-мачехи – 40 г, листья подорожника – 30 г, корень солодки – 30 г. По одной столовой ложке на стакан кипятка, настоять 15 минут, процедить и пить теплым по 0,5 стакана на прием.

Как отхаркивающее при бронхите применяется настой травы фиалки трехцветной (анютины глазки) 1:10. готовят следующим образом: 20 г травы измельчают до размеров частиц не более 5 мм, заливают водой комнатной температуры, взятой с учетом потерь при кипении. Кипятят 15 минут, настаивают не менее 45 минут, процеживают, отжимают остаток растительного материала, добавляют воды до 200 мл. Принимают по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

Можно приготовить чай из травы: траву заваривают кипящей водой в соотношении 1:10, нагревают на водяной бане, не доводя до кипения, в течение 5–15 минут, настаивают 15 минут и принимают по столовой ложке 3–4 раза в день.

Свежеприготовленный сок тыквы пить по полстакана 1–2 раза в день за 10–15 минут до еды, постепенно увеличивая его количество до 2–3 стаканов в день. Принимать его так же, как и сырую мякоть тыквы. Больным, которые плохо переносят цельный сок, рекомендуется делать из него напиток, разбавляя сок холодной кипяченой водой в соотношении 1:1.



ВНИМАНИЕ!

Сырая тыква и сок из нее противопоказаны при гастрите с пониженной кислотностью желудочного сока, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при тяжелой форме сахарного диабета.

В качестве отхаркивающего при бронхите используется настой травы термопсиса. Высушенную и измельченную траву с длиной частиц 5 мм заливают водой комнатной температуры из расчета 0,6–1 г на 180–200 мл воды, нагревают на водяной бане в закрытом сосуде в течение 15 минут, охлаждают не менее 45 минут, процеживают. Сохраняют в прохладном месте 2–3 дня.

Дозы взрослым по 1 столовой ложке 3–4 раза в день, детям от 4–12 мес. по 1 чайной ложке настоя из 0,12 г на 100 мл воды. Детям старшего возраста по 1 чайной ложке или 1 десертной из 0,2 г на 100 мл воды, по 3–5 раз в день.

Настой травы термопсиса в соотношении 0,6:200. По одной столовой ложке 3–4 раза в день взрослому.

Применяется также порошок травы термопсиса: назначают взрослым по 0,01–0,05 г 2–3 раза в день. Дозы: разовая – 0,1 г, суточная – 0,3 г.

Как отхаркивающее при бронхите, бронхиальной астме используется отвар истода. Способ приготовления: 10 г корней истода измельчают до 3 мм, заливают водой комнатной температуры в соотношении 1:30, кипятят 30 минут, охлаждают в течение 10 минут и процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

Отвар из корня истода – 8:200 г, раствор аммония анизати – 3 г, натрий гидрокарбоником – 2 г. По одной столовой ложке через 3 часа.

Настой корня бубенчика четырехлистного (бубенчик мутовчатый) из расчета 5 г на стакан кипятка, настоять в теплом месте 30 минут. Выпить за день.



НА ЗАМЕТКУ

Березовый сок пьют в чистом виде или в виде сиропа при бронхитах, бронхоэктазах и как укрепляющее средство по 1 стакану 2–3 раза в день.

Шелковица белая. Кору применяют при кашле, бронхите как отхаркивающее средство. Применяют отвар: разовая доза 5 г на стакан кипятка, 5 минут кипятить, выпить.

Показания: бронхит, кашель. 500 г репчатого лука очистить и нарезать мелкими кусочками. Потом их смешать с 50 г меда и 400 г сахара. К смеси добавить 1 л воды и поставить варить, через три часа жидкость остужают, процеживают, наливают в бутылку, плотно закрывают. Принимать по 4–5 столовых ложек в день.

При хроническом бронхите можно пить следующий отвар: лимонник китайский, плоды – 10 г, кора китайская, ветви – 8 г, солодка уральская, корневище – 6 г, пория кокосовидная, склероции – 8 г. Указанное количество растений отваривают в 800 мл воды в течение часа. Назначают по 100 мл отвара 3 раза в день в теплом виде.

Как средство, особенно хорошо удаляющее липкую и вязкую мокроту используются корни дудника лесного в виде порошка, 3 раза в день, на кончике ножа. Сбор корневищ дудника производится весной.

При сильных бронхитах дают пить чай: листья мать-и-мачехи – 5 г, цветы черной бузины – 5 г, спорыш – 5 г.

Чай из листьев шалфея обладает противогнилостными свойствами и лечит воспалительные процессы, является отхаркивающим средством при затяжных бронхитах.

Собирают венчики цветов коровяка скипетровидного в сухую ясную погоду, выдерживая их из чашечки, сейчас же сушат, растилая тонким слоем. Крепко прессуют цветки и хранят в хорошо закупоренной коробке.

Для полоскания горла коровяк мешают в равных частях с цветами лесной мальвы, листьями мать-и-мачехи. Кипятят 5 минут, в горячий отвар добавляют нарезанные корни окопника и валерианы по 10 г. Все вместе парят в закрытом сосуде 1 час. Отцеживают. Перед употреблением подогревают.

Как отхаркивающее при грудных заболеваниях, при приступах кашля и удушья пьют отвар семян аниса 15–20 г на 1 л воды. Принимается ежечасно по 30–50 г, как средство разжижающее мокроту.

Собирают отдельно цветы первоцвета лекарственного (буквица, баранчики) и корни. Напар или отвар: 30–40 г корней на 1 л воды, принимать как отхаркивающее по 0,5 стакана 2–3 раза в день при бронхите. Напар: цветов 20 г на 1 л воды при кашле, бронхите. На детей действует как легкое снотворное.

Настой и отвары из высушенной корки мандарина делают и на воде 1:10, пьют для смягчения кашля и улучшения отхаркивания мокроты при бронхитах.

При сухом бронхите рекомендуется пить чай из 40 г цветков гречихи посевной на 1 л воды.

1 лимон варить на медленном огне 10 минут, разрезать, выжать сок в стакан, добавить 2 столовые ложки глицерина, хорошо перемешать и долить стакан доверху медом. Вместо лимона можно использовать яблочный уксус. При бронхите и кашле пить по 1 чайной ложке 5–6 раз в день. При кашле средней интенсивности – по 1 чайной ложке 3–4 раза в день.



НА ЗАМЕТКУ

Снизить температуру помогает сок апельсина или клюквы, слегка разбавленный «серебряной» водой; хороший эффект дает прием растертых с «серебряной» водой плодов (ядер) лесного орешника.

При астматическом бронхите, приступах бронхиальной астмы и бронхоспазмах может помочь ингаляция паром от сваренного картофеля. Однако в данной процедуре следует держаться мер предосторожности, чтобы больной не получил ожог слизистой и кожи лица. Во время ингаляции можно время от времени пить очень горячий чай из брусники (ягоды или листья).

Для лечения астматического бронхита, бронхиальной астмы и при бронхоспазмах рекомендуется следующий сбор: солодка голая (корень), ромашка аптечная, мать-и-мачеха (листья), багульник болотный (трава), фиалка трехцветная (трава), календула лекарственная (цветки), девясил высокий (корень), мята перечная (трава), подорожник большой (листья), анис обыкновенный. Всего взять по 2 столовые ложки, смешать, измельчить. 2 столовые ложки смеси залить стаканом кипятка, кипятить на малом огне 5 минут, настоять 6 часов. Процедить и принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

При хроническом бронхите ежедневно в течение 28 дней проводить по одной аэрозольной ингаляции, 30 %-ным раствором цветочного меда, в течение 20 минут. Наряду с ингаляциями больным назначается ежедневно принимать по 100 г меда, разделенного на 6 порций, с задержкой во рту для медленного всасывания.

Сок из свежих листьев кервеля огородного (травы) применяют как отхаркивающее. Употребление кервеля считается особенно полезным при истощающих заболеваниях. В летнее время пьют свежий сок из травы по 0,5–1 чайной ложке, 2–3 раза в день.

Прополисное масло (10–20 %-е) получается из смеси прополиса и сливочного масла, помещенной в водяную баню на 1 час. Употребляют внутрь по 1 чайной ложке обычно до еды, детям назначается по половине или трети чайной ложки. При бронхите.

Чайная ложка перги утром и днем до еды. Разжевать пыльцу (при этом появляется ощущение меда во рту), затем запить водой, охлажденным чаем, морсом или любым напитком.

При обострении заболевания – по 1 столовой ложке пыльцы 2 раза в день в том же порядке.

При воспалительных заболеваниях дыхательных путей. Орошение носоглотки 4–5 раз в день, ингаляции. При гриппе – с целью лечения и профилактики – полоскания 4–5 раз в день. Концентрация раствора – 25 мг/куб. дм.

При бронхите: три столовые ложки свежих листьев подорожника смешать с 3 столовыми ложками сахара или меда, поместить в закрытый сосуд и поставить на 4 часа на теплую плиту. Сироп принимать по 1 чайной ложке 4 раза в день, слегка разбавив «серебряной» водой, за 30 минут до еды.

Принимать 4 раза в день по 2 столовые ложки сока свежей травы тысячелистника, слегка разбавленного «серебряной» водой.

Натереть на терке черную редьку и выжать сок через марлю, слегка разбавить «серебряной» водой, смешать 250 г сока редьки с 200 г жидкого меда. Принимать по 2 столовые ложки перед едой и перед сном.

При бронхите: две луковицы чеснока и 5 лимонов натереть на терке, залить 1 л «серебряной» воды комнатной температуры. Настаивать 5 дней, процедить, отжать. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 20 минут до еды.

Настой травы багульника: 1 чайную ложку травы настаивать 8 часов в двух стаканах «серебряной» воды в закрытом сосуде, процедить. Принимать по полстакана 4 раза в день.

15 г листьев мать-и-мачехи настоять в одном стакане «серебряной» воды. Принимать по 1 столовой ложке через каждые 3 часа.

Три столовые ложки свежих листьев подорожника смешать с 3 столовыми ложками сахара или меда, в закрытом сосуде поставить на 4 часа на теплую плиту. Сироп принимать, слегка разбавив «серебряной» водой, по 1 чайной ложке четыре раза в день за 30 минут до еды.

Принимать мумие на свободный желудок по 0,2 г 2 раза в день 15 дней (один сеанс лечения), через 7—10 дней сеанс повторить. Общее количество принятого мумие составляет 12 г. Перед приемом мумие желательно растворить в жидкости (чай, молоко, сок).

В

Варикозное расширение вен, тромбофлебит

Варикозное расширение вен чаще встречается у женщин, чем у мужчин. Причинами этого являются, прежде всего, избыточный вес, сидячий образ жизни и физическая малоподвижность – три фактора, которые взаимно обуславливают друг друга. В результате специфического давления на большие тазовые вены во время беременности и значительные нагрузки на ноги в последние месяцы беременности первые признаки болезни часто возникают у женщин уже в молодые годы. Ежедневное долгое стояние, особенно при предрасположенности к возникновению слабости вен и соединительной ткани, тоже имеет своим следствием это заболевание.

Варикозные вены и венозный застой возникают в результате того, что большие и малые вены теряют свой тонус, эластичность, сильно расширяются в диаметре, вследствие чего венозные клапаны, работающие как шлюзы, уже не могут как следует закрываться, а кровь в достаточном количестве не поступает вверх к сердцу. Она застаивается в ногах, там же скапливается и тканевая жидкость. Кровь сгущается из-за маленькой скорости кровотока, получая плохое питание, ткань обретает склонность к возникновению воспалений. Чем хуже это состояние, тем серьезней опасность образования тромбов или эмболии.

Флебит – это воспаление стенок вен при варикозном расширении вен. Острый флебит, захватывающий поверхностный сосуд, дает чувствительную, покрасневшую и отечную ногу. Когда поражены глубокие вены, красноты нет, но нога отекла и чувствительна к сильному надавливанию.

Если кровяной сгусток (эмбол) резко закупоривает один из сосудов, питающих ступню, она внезапно становится очень болезненной, холодеет и немеет, белеет или синеет. В этом случае сгусток крови или кусочек атеросклеротической бляшки сдвинулся, оторвавшись, и пошел вниз по артерии. Эмболия – это экстренный случай, при котором необходимо как можно быстрее мчаться к врачу, потому что пораженная конечность в опасности.

В начальной стадии заболевания вен могут быть очень полезны естественные раздражители, такие, как хождение по воде, росе, холодное обливание, способные воспрепятствовать дальнейшее ухудшение их тонуса. Важнейшим средством от венозных застоев крови являются регулярные ежедневные длительные прогулки, бег трусцой и т. п.

Людам с варикозным расширением вен также полезно принимать отвар листьев вербены лекарственной: 1 столовую ложку сухих листьев залить стаканом воды и варить на слабом огне 10–12 минут, остудить, процедить. Выпить в 3 приема (можно во время банной процедуры).

Отвар шишек хмеля: 1 столовую ложку сухого, измельченного сырья залить стаканом воды и нагревать на водяной бане при слабом кипении в течение 15–20 минут, остудить, процедить. Выпить в два приема (можно во время банной процедуры). Можно обернуть ноги марлей, смоченной отваром хмеля.

Отвар листьев гингко двулопастного: 2 столовые ложки сухих, хорошо измельченных листьев залить стаканом воды и варить на слабом огне до 10 минут, дать остыть, процедить. Выпить в три приема (можно во время банной процедуры).

Отвар коры лещины обыкновенной: 1 столовую ложку сухой, измельченной коры залить стаканом воды и варить при слабом кипении 10–12 минут, остудить, процедить. Выпить в два приема (можно во время банной процедуры).

Настой листьев лещины обыкновенной: 1 столовую ложку сухих листьев поместить в предварительно прогретый сосуд, залить стаканом кипятка и настаивать под крышкой, хорошо укутав, несколько часов, процедить. Выпить в два приема (можно во время банной процедуры).



НА ЗАМЕТКУ

При варикозном расширении рекомендуется днем носить эластичные лечебные чулки, вечером ноги от колен и ниже должны быть вымыты под душем сначала теплой, а потом холодной водой.

Набрать в ванну столько холодной воды, чтобы она доставала до щиколоток, потом ходить по этой воде примерно минуту, ноги вытереть насухо. Если эту процедуру приходится делать часто, то продолжительность ее рекомендуется постепенно увеличивать:

При изъязвлении варикозных вен на ногах народные целители рекомендуют использовать стертый в кашу сырой картофель. Продолжительность таких аппликаций – 15 минут и более.

Хорошим противовоспалительным действием обладает мазь, приготовленная из широко распространенных лекарственных растений. Взять 1 часть цветков ромашки аптечной, 1 часть травы шалфея лекарственного, 5 частей стертых в порошок сухих плодов каштана конского, все это тщательно перемешать с небольшим количеством свиного нутряного жира или горячего куриного жира. Настаивать в прохладном месте 7–8 часов. Мазь должна получиться довольно плотной консистенции. Ее следует накладывать на расширенные и воспалившиеся вены на 30–40 минут 1 раз в день.

Облегчить неприятные ощущения и унять боль при варикозном расширении вен можно с помощью компрессов с настоем из цветков каштана конского. 1 столовую ложку сухих цветков поместить в предварительно прогретый термос, залить стаканом кипятка и настаивать 1,5–2 часа, процедить. Смочив теплым настоем льняную ткань или марлю, сложенную в несколько слоев, прикладывать к болезненным местам. Поверх ткани накладывается вощеная бумага.

Сок из свежих цветов каштана по 25–30 капель на 1 столовую ложку воды, 2 раза в день при расширении вен.

Принимать водочную настойку цветков или плодов каштана конского. Настойка: 10 г сырья измельчить и залить 100 мл водки, настаивать в темном месте не менее суток, процедить. Принимать по 20–30 капель 3 раза в день перед едой.

Собранные в июне свежие листья лещины высушить в тени. Заваривать как чай: столовая ложка на 200 мл кипятка. Пить отвар по полстакана 4 раза в день при варикозе.

Для повышения тонуса и уменьшения дискомфорта пораженные участки вен 2 раза в день протирают смесью следующего состава:

1 столовая ложка жидкого экстракта ромашки и 1 чайная ложка настоя золотого уса.

При сильных болях на 20 минут на пораженные участки кладут компресс: 2 чайные ложки настойки календулы и 1 чайную ложку настойки золотого уса разводят 1 стаканом холодной воды и смачивают в этой смеси сложенную в 2–4 слоя марлю.

Также при болях в ногах рекомендуется добавить в ванну отвар коры ивы белой и листьев золотого уса. Для приготовления отвара 2 столовые ложки измельченной коры заливают 2 стаканами кипятка, кипятят 15 минут, затем добавляют 1 измельченный лист золотого уса и кипятят еще 5 минут. Отвар настаивают в течение 40 минут, затем добавляют в

ванну. Продолжительность ванны – 20 минут. После ванны следует перебинтовать ноги эластичным бинтом.



НА ЗАМЕТКУ

На некоторое время нужно оставлять ноги в поднятом положении. Подняв ноги выше головы, оперев их о стену, шкаф или другую вертикальную поверхность, держать по 30 минут, желательно 2 раза в день. Это принесет пользу и облегчение уставшим ногам.

Для внутреннего применения при варикозном расширении вен используют настойку золотого уса. 1 часть золотого уса на 10 частей водки, настоять в темном месте 2 недели. Средство принимают по 1 чайной ложке 3 раза в день за 1 час до еды в течение 7 дней. Затем делают перерыв на 7 дней и проводят повторный курс лечения.

К профилактическим мероприятиям против варикозного расширения вен относится тонизирующий массаж с использованием смеси мятного масла (3 капли) и масла золотого уса (2 капли). Для этого ладони смазывают смесью масел и поглаживают вены движением снизу вверх. Подобный массаж проводят 1–2 раза в неделю.

К местам с варикозными изменениями вен рекомендуется регулярно прикладывать мякоть свежего помидора. Крупный спелый помидор нарезать тонкими ломтиками и прибинтовать к больным местам при варикозном расширении вен. Снять компресс через 3 часа.

Слегка отбить лист капусты белокочанной, хорошо прокатав скалкой. Одну сторону листа смазать растительным маслом и наложить этой стороной на участок тела, пораженный тромбофлебитом, укрепить бинтом, держать сутки. Курс лечения один месяц. Можно сделать компресс из листьев белокочанной капусты. Держать не менее получаса.

Хорошо помогают компрессы из листьев винограда при варикозном расширении вен. Держать до 3 часов.

При варикозном расширении вен смочить полотняное полотенце яблочным уксусом и обернуть им ноги. Держать компресс не менее получаса, приподняв при этом ноги.

При тромбофлебите настоять 3 яблока антоновки в 1 л кипятка в течение 3 часов. Растолочь полученную массу и процедить. Принимать ежедневно по 50 г утром натощак и вечером перед сном.

Применяют траву майорана садового в виде настоев и отваров. Дневная доза: 4 чайные ложки сырья на стакан кипятка.

Устранить застойные явления в нижних конечностях и тем самым облегчить самочувствие поможет массаж. Особое внимание при варикозном расширении вен уделяется массажу бедер и коленных суставов. Достаточно поверхностного массажа. Рекомендуется также самомассаж ног. Процедура выполняется намыленными руками.

Истолочь в кашу только что сорванные листья папоротника. Смешать 1:1 по объему с кислым молоком и нанести ровным слоем на участки с расширенными венами. Лечение проводить 3–4 дня. С перерывом в несколько дней можно повторить.

На ноги (в положении лежа) на 30 минут нанести кашу из свежих верхних побегов чертополоха.

Можно применять ежедневно ряд несложных упражнений. Напрячь и расслабить мышцы бедра, двигая коленной чашечкой. Выпятить живот – вдох, опустить вниз – выдох. Выполнять 3–4 раза. Согнуть и разогнуть пальцы ног (10 раз). Упражнения нужно выполнять в медленном темпе.

Рекомендуется несколько раз в день делать стойку на голове или «березку» (на лопатках).

При варикозе категорически запрещается сидеть, положив ногу на ногу.

Народные целители при перифлебите рекомендуют каждый день жевать небольшой (не более горошины) кусочек прополиса.

Принимать настой листьев и коры ореха лесного. 1 столовую ложку сухого, измельченного сырья нужно залить стаканом крутого кипятка и настаивать в закрытой посуде, укутав полотенцем, примерно час, процедить. Пить по четверти стакана 3–4 раза в день перед едой.

Если тревожат сильные боли в воспаленной вене, нужно легонько втирать в больное место водочную настойку цветков каштана конского. 50 г сушеных цветков нужно растереть в порошок, залить полулитром водки и настаивать несколько суток, слить настойку с осадка; использовать это средство 2–3 раза в день.

Слегка втирать в больное место водочную настойку листьев каланхоэ перистого. Свежие листья промыть холодной водой, истолочь в кашицу, залить эту кашицу водкой в пропорции 1:10 и настаивать в каком-нибудь темном месте несколько суток, процедить. Использовать для втираний 2–3 раза в день.

Делать местные ванны с настоем травы сушеницы болотной. Взять 100 г сушеной, измельченной травы, залить 5 л крутого кипятка и настаивать в закрытой посуде не менее 8 часов, процедить. Продолжительность ванны – не более 30 минут. Процедуру лучше делать в вечернее время.



НА ЗАМЕТКУ

Смягчить боли и унять воспаление в венах можно, если прикладывать к ним хорошо размятые листья красной капусты.

Больному, страдающему флебитом, рекомендуется в течение дня выпивать не менее 500 мл смесей овощных соков. Может быть использована любая из следующих смесей: 1) морковного – 7 частей, сока сельдерея – 4 части, сока шпината – 3 части, сока петрушки – 2 части; 2) морковного – 30 частей, огуречного – 3 части, свекольного – 3 части; 3) морковного – 5 частей, сока шпината – 3 части.

Также при флебите полезно использовать для компрессов настой, приготовленный на основе такого сбора лекарственных растений: цветков календулы лекарственной – 3 части, цветков ромашки аптечной – 3 части, цветков чертополоха – 3 части, корня окопника лекарственного – 3 части, корня алтея лекарственного – 2 части, корня девясила высокого – 2 части. Приготовление настоя: 3 столовые ложки этой сухой смеси нужно залить стаканом кипятка и настаивать в закрытой посуде примерно 2 часа. Использовать для компрессов и примочек, не процеживая.

Регулярно делать на больное место аппликации со свежей травой полыни горькой. Сначала нужно приготовить средство: свежую траву (сбирать лучше в мае) тщательно промыть в холодной проточной воде, затем мелко порезать и истолочь в ступке до кашицеобразного состояния, добавить к этой кашнице равное количество простокваши, хорошо перемешать. Использовать средство 2–3 раза в день.

Полезен сбор: травы донника лекарственного – 4 части, корня окопника лекарственного – 4 части, коры каштана конского – 3 части, цветков ромашки аптечной – 3 части. Приготовление настоя: 2–3 столовые ложки этой сухой, измельченной смеси нужно залить стака-

ном кипятка и настаивать в закрытой посуде примерно 2 часа. Использовать для компрессов и примочек, не процеживая.

Закупорка сосудов: пластины из серебра накладываются на наружную область среднего пальца ниже ногтя одновременно на обе руки. Продолжительность процедуры – 4–5 часов в сутки.

Воспалительные заболевания кишечника

В эту группу объединены острые и хронические заболевания, при которых поражаются или вся толстая кишка, или какие-либо ее отделы. Сюда можно включить воспаления желудка, метеоризм, энтероколит, диспепсию, атонию. При этих заболеваниях исключить: свежий ржаной и пшеничный хлеб, сдобное и слоеное тесто, крепкие жирные бульоны, щи, рассольники, молочные супы, супы из бобовых и грибов, жирные, соленые сорта рыбы, мясо утки, гуся, копченые колбасы, закусочные консервы, острые соусы, горчицу, хрен, перец, жиры, редис, редьку, лук, чеснок, щавель, огурцы, репу, брюкву, грибы, шпинат, бобовые, ягоды с грубой кожицей, абрикосы, сливы, инжир, абрикосовый и сливовый соки, жареные и сваренные вкрутую яйца. Пища должна быть в пюреобразном или измельченном виде, количество приемов – 5 раз в день. Масса дневного рациона – 3 кг. Рекомендуется ежедневно пить отвар шиповника.

Рекомендуется пить тыквенный сок 2–3 стакана в день в течение 3–4 месяцев или съедать ежедневно от 1 до 3 кг вареной, печеной или сырой тыквы в течение 3–4 месяцев при колитах с недостаточным опорожнением кишечника.

Подорожник: 3 столовые ложки сухих измельченных листьев подорожника залить 0,5 л кипяченой воды, кипятить на слабом огне 10 минут, настоять 30–45 минут, процедить. Принимать по 2/3 стакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды при энтеритах (воспалении тонких кишок), часто процесс одновременно захватывает желудок (гастроэнтерит) и толстую кишку (энтероколит), анацидных гастритах, язвенной болезни желудка с нормальной и пониженной кислотностью.

Свежеприготовленный сок подорожника пить по 1 столовой ложке на 50 мл кипяченой воды 3 раза в день за 20–30 минут до еды при хронических колитах в течение 30 дней.

Отвар зверобоя. Приготовить отвар из расчета 10–20 г травы зверобоя на 1 стакан воды по общепринятой методике. Принимать внутрь по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды при гастроэнтеритах, колитах.



НА ЗАМЕТКУ

Горячие компрессы применяют при кишечных, почечных и печеночных коликах, для уменьшения боли при спазмах мускулатуры внутренних органов.

Для горячего компресса кусок марли или полотна сложить в несколько слоев, смочить в горячей воде (60–65 °С), быстро отжать и приложить к больному месту, быстро накрыть клеенкой или полиэтиленом, затем ватой или шерстяным платком. горячий компресс меняют каждые 5–10 минут. Назначение горячих компрессов – расширить кровеносные сосуды, вызвать прилив к больному месту, устранить боль и мышечные спазмы.

Приготовить ванну с отваром сенной трухи. 1 кг сенной трухи (для полной ванны), для половинной – 500 г, для сидячей – 250 г залить холодной водой в эмалированной кастрюле, кипятить 30 минут (труху можно поместить в холщовый мешочек и варить ее в нем), влить отвар в горячую ванну.

500 г трухи или сбора трав: липовый цвет, листья мяты перечной, душицы, мать-и-мачехи, шалфея, цветки ромашки – заварить в эмалированной кастрюле кипящей водой, держать на слабом огне под крышкой в течение 20 минут, процедить, влить отвар в ванну с

температурой 36–37 °С. Принимать ванну при температуре 37 °С в течение 5–20 минут при коликах желудка, кишок и других органов.

Корневище лапчатки прямостоячей – 15 г, корневище горца змеиного – 15 г, трава пас-тушьей сумки – 10 г, трава лапчатки гусиной – 10 г, листья мяты перечной – 10 г, цветки ромашки аптечной – 10 г. Одну столовую ложку сбора залить стаканом кипятка. Принимать по 2–3 стакана настоя в день при коликах кишок.

Кора ивы белой – 10 г, корень земляники – 8 г. Смешать и все отварить в 0,5 л кипятка 10 минут на малом огне. Пить глотками в течение дня при язвенном колите.

Настой травы медуницы – 30–40 г на 1 л кипятка. Принимать по 1 столовой ложке 4 раза в день при энтероколите.

Листья и корень одуванчика – 30 г. Одну столовую ложку настоять в термосе (8–10 г в 0,5 л кипятка). Принимать по 2/3 стакана 3 раза в день до еды при гастрите и колите.

Корень окопника – 1 столовую ложку корня варить 5 минут в 0,5 л воды, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день до еды при гастрите, язвенном колите.

При хронических запорах, колитах, атонии кишечника съедать в день примерно 50 г сырого лука.

Вареный на пару, печеный и сушеный репчатый лук принимать по 50–100 г 1–2 раза в день за 15 минут до еды. Курс лечения составляет 2–3 недели. Через 10 дней лечение повто-рять при атонии кишечника.

При колитах с недостаточным опорожнением кишечника, слабой моторной функции кишечника, нарушении обмена веществ употреблять ежедневно в виде салата от 10 до 50 г свежую мякоть сладких сортов перца 1–2 раза в день. Помогает также смесь соков сладкого перца и моркови. Принимать, начиная с 30 мл в концентрации 1:10, постепенно увеличивая его количество до 150 мл в день в концентрации 1:3. Назначенный объем смеси пить в 1–2 приема за 15–20 минут до еды. Курс лечения – один месяц. После 2-, 3-недельного перерыва лечение можно повторить.



ВНИМАНИЕ!

Противопоказан прием мякоти сладких сортов перца и его сока больным с тяжелой формой стенокардии, нарушением сердечного ритма, гипертонией, язвой желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритом с повышенной кислотностью желудочного сока, при обострении хронических заболеваний почек и печени, колите, геморрое, повышенной возбудимости нервной системы, бессоннице, эпилепсии.

100 г меда растворить в 1 л свежеприготовленного яблочного сока. Принимать при хроническом энтероколите по стакану 3–4 раза в день до еды в течение 1–1,5 месяцев. В течение года провести 3–4 таких курса лечения.



НА ЗАМЕТКУ

Протертые сырые яблоки дают хороший лечебный эффект при атонии кишечника.

При лечении язвенного колита, принимать по 1 чайной ложке облепихового масла 2 раза в день до еды в течение 14–20 дней.

При воспалительных заболеваниях кишечника принимать сок облепихи по трети стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Свежий сок сырой тыквы 2–3 столовые ложки назначают при хронических колитах, сопровождающихся запорами.

Плоды барбариса в качестве лечебно-диетического средства показаны при атонии кишечника, спастических колитах. 20 г сухих плодов барбариса залить 2 стаканами горячей воды, варить в закрытой посуде на слабом огне 10 минут, настоять, укутав, 30 минут, процедить. Принимать при колите по полстакана 3 раза в день перед едой.

При воспалительных заболеваниях кишечника принимать 3 раза в день с 1 стаканом свежего яблочного сока и 1 чайной ложкой меда.

При энтероколите – 1 столовую ложку сухих измельченных листьев чеснока или 5 измельченных зубков чеснока залить 0,5 л кипятка, настоять ночь, процедить и принимать по четверти стакана 1–2 раза в день до еды.

Вареный или полусырой корнеплод свеклы красной принимать, начиная с 20–30 г один раз в день, постепенно увеличивая количество до 100 г 1–2 раза в день за 20–30 минут до еды или натощак при чувстве тяжести в заднем проходе.

Цельный свежеприготовленный сок свеклы пить, постепенно увеличивая объем с 1 чайной ложки до 100–200 мл 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды. Курс лечения до 2 месяцев. Противопоказанием для приема полусырой и вареной мякоти свеклы является гастрит с повышенной кислотностью желудочного сока, сахарный диабет, камнеобразование в почках при щелочной моче и понос.

Воспалительные заболевания кишечника лечат сбором: корневище лапчатки – 20 г, корневище горца змеиноного – 15 г, трава пастушьей сумки – 30 г, трава лапчатки гусиной – 10 г, листья мяты перечной – 10 г, цветки ромашки аптечной – 10 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 10–15 минут, пить по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой.

Спастический колит, энтероколит. Смесь: перечная мята, измельченный лист – 15 г, бобовник – 2 г, тысячелистник, корзинки цвет – 15 г, семена укропа – 15 г, трава зверобоя – 30 г. 2 столовые ложки сбора залить двумя стаканами кипятка, парить в течение двух часов, процедить и принимать в течение дня всю порцию по 1–2 столовые ложки на прием.

В терапии проктитов и парапроктитов применяется в клизмах – 1 чайная ложка настойки календулы на 1/4 стакана воды. При лечении хронических свищей: в канал свища впрыскивают настой (1:10) календулы в равных частях с 3 %-м раствором борной кислоты.

Колит, гастрит. Водный настой кипрея (иван-чай): высушенные в тени листья кипрея нарезают до величины частиц не более 5 мм, заливают водой комнатной температуры, кипятят 15 минут, настаивают не менее 45 минут, процеживают и принимают по 1 столовой ложке перед едой 3–4 раза в день.

Цветы кипрея — 15 г на стакан кипятка, настоять и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой.

Энтероколит, запор, вздутие живота. гранулы плантаглюцида – суммарный препарат, получаемый из водного экстракта подорожника большого. Плантаглюцид назначается внутрь по 0,5–2 г на прием 3 раза в день. Перед приемом гранулу размельчают, разводят в 1/4 стакана теплой воды, принимают за час до еды.

Сок подорожника – смесь равных объемов сока свежесобраных листьев подорожника большого и блошного. Упакован в склянки емкостью 0,5–1 л, закупоренные резиновыми пробками. Перед употреблением взбалтывать. Хранят в прохладном, темном месте. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15–20 минут до еды разведенным в 1/4 стакане воды в течение 30 дней. Назначают при хронических колитах.

Хронический колит и гастрит: шлемник байкальский, корневище – 6 г, ревень дланевидный, корневище – 10 г, коптис китайский, корневище – 2 г. готовят порошок, который используют в виде таблеток. Назначают по одной таблетке 3 раза в день.

Понос, колит. Собирают в конце лета молодые клубни ятрышника (салеп). Моют, нанизывают сырыми на нитку и опускают на 3–4 минуты в кипяток. После чего подвешивают в темном, сухом месте. Принимают внутрь отвар 3–10 г на 180 мл воды при поносах, колитах.

Приготовление эмульсии: нужную дозу отвара ятрышника (в предыдущем рецепте) взбалтывают в 10 частях холодной кипяченой воды, затем добавляют 90 частей кипящей воды и снова взбалтывают, пока не образуется густоватая однообразная, бесцветная и немного прозрачная слизь. Вместо воды можно брать молоко. Водную эмульсию из ятрышника с успехом употребляют в клизмах при поносах, в том числе и дизентерийных, к эмульсии еще добавляют отвар из льняного семени – 1 чайную ложку семени на стакан кипятка.

Колиты, камни желчного и мочевого пузыря, дизентерия. Раковые шейки собирают весной и осенью. Промывают в холодной воде и просушивают. При легких летних поносах и дизентерии с очень частыми позывами и кровью, принимают порошок из корневища по 0,5–1 г на прием в таблетках 3 раза в день. Из отвара раковых шеек и клубней ятрышника, при дизентерии, ставят клизмы после дефекации.

При воспалительном процессе слизистых оболочек толстого кишечника, камнях в желчном пузыре и почечно-каменной болезни пьют следующий отвар: 20 г раковых шеек на 1 л воды. Пить по 1–1,5 стакана в день. Варить 20 минут. Диета – исключить мясо, сало, рыбу, яйца, соль, алкоголь.

Понос, колит. Собирают осенью корни и корневища гравилата городского. Корневище по запаху напоминает гвоздику. Порошок из гравилата корня и корневища принимают по 1 г 3–4 раза в день. Более полезно давать порошок с медом. Отвар корня 15 г на 250 воды употребляют при катарах желудка, слизистых поносах и колитах.

При язвенном колите желудочно-кишечного тракта пьют сок капусты огородной, который хранят в прохладном месте. Ежедневная доза: 5–6 стаканов, которые выпивают равными порциями в 3–4 приема, за 40–50 минут до еды. Курс лечения длится около месяца. В случае необходимости его можно продлить. Рекомендуются профилактическое лечение, повторение курса через 4–6 месяцев.

При хронических атонических запорах, особенно при явлениях атеросклероза, принимают порошок морской капусты на ночь по 1/2–1 чайной ложке, размешанной в 1/2 стакана воды. Курс лечения длится 3–4 недели и периодически повторяется. Морская капуста противопоказана при геморрагических диатезах, нефрите, нефрозе, фурункулезе, сыпях, крапивнице, беременности, явлениях йодизма, при которых наблюдается раздражение слизистой носа, верхних дыхательных путей, глаз.

Колит, гастрит. В мае собирают кору осины и сушат в тени. Пьют вместо чая, натошак, немного поварив. Для лечения кишечных заболеваний лучше пользоваться сладкими сортами яблок.



НА ЗАМЕТКУ

Настой и отвар листьев земляники или корневищ употребляют при воспалительных заболеваниях кишечника. Причем при дизентерии и колитах предпочитают применять отвары из корней.

Помогает при колитах чай из листьев земляники лесной и листьев облепихи, заваривать их можно как самостоятельно, так и вместе с зеленым чаем.

Рекомендуется съедать по 1 яблоку 2–3 раза в день при воспалительных заболеваниях желудка и кишечника для улучшения пищеварения и нормализации обмена веществ.

2–3 столовые ложки меда в день с чаем, молоком, соком моркови, с кипяченой водой полезны как общеукрепляющее средство, нормализующее деятельность всего организма, а особенно органов пищеварения, дыхания.

При всех заболеваниях желудочно-кишечного тракта очень полезна тыква обыкновенная (столовая), которую можно употреблять неограниченно. Тыква используется при воспалительных заболеваниях кишечника, колитах с недостаточным опорожнением кишечника. В лечебных целях мякоть тыквы рекомендуется использовать в сыром (500 г), свежем (2–3 стакана сока), печеном и вареном (каша) виде до 1,5–3 кг в день в течение 3–4 месяцев. В печеном виде ее употребляют при язве желудка и 12-перстной кишки.

Сок из свежих листьев подорожника пить по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15–20 минут до еды как средство, оказывающее положительное действие при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Салат из молодых листьев одуванчика полезен при болезнях пищеварительного тракта. Предварительно положить листья на полчаса в соленую воду, затем промыть (чтобы не горчило), мелко нарезать, добавить соль, уксус или несколько капель лимона и растительное масло.

При заболеваниях желудочно-кишечного тракта рекомендуется как вспомогательное средство принимать по 1/3 стакана 2 раза в день сок свежего огурца.

Свежеприготовленный сок из ягод черной смородины рекомендуется пить по 0,5 стакана 2–3 раза в день при хронических заболеваниях желудка, особенно с пониженной кислотностью.

20 г семян ячменя настаивать в стакане кипяченой воды в течение 4–5 часов, затем варить на слабом огне 10 минут, процедить. Пить полученный слизистый отвар по 1 столовой ложке 4–6 раз в день при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Отвар ячменного зерна обладает мягчительным и обволакивающим свойством.

25 г ячменного зерна залить стаканом кипяченой воды, настаивать 5–6 часов, варить на медленном огне 10–15 минут, после чего вновь настаивать 30–45 минут, процедить. Пить по 1/4 стакана 3–4 раза в день при желудочно-кишечных заболеваниях и поносах.

2 столовые ложки промытого, просушенного и смолотого в кофемолке овса залить в термосе 0,5 л кипятка, настаивать 3–4 часа. Принимать в течение дня для нормализации перерабатывающей и всасывающей функции желудочно-кишечного тракта при дисфункциях кишечника.

1 стакан промытых зерен овса залить 1 л кипяченой воды и томить до тех пор, пока выпарится 1/4 часть жидкости, затем процедить. Пить по 0,5 стакана отвара, добавляя по вкусу мед, 3–4 раза в день при воспалительных заболеваниях желудка и кишечника.

Смешать в равных частях по массе пчелиный мед и толченые ядра грецких орехов. Съедать по 100 г смеси в день за несколько приемов при болезнях желудка, запорах и как общеукрепляющее средство.

Свежий сок 2–3 молодых («молочных») плодов грецкого ореха готовить 2–3 раза в день и выпивать весь сразу при сильных болях в желудке и несварении его, плохой проходимости пищевода.

2 столовые ложки молодых клейких листьев грецкого ореха настаивать в 2 стаканах кипятка в течение 2 часов. Пить по 2 столовые ложки теплого настоя 3–4 раза в день до еды при сильных болях в желудке и несварении его, плохой проходимости пищевода.

Из комнатного растения алоэ 3—5-летнего возраста взять наиболее крупные листья, выжать сок, профильтровать через чистую марлю в несколько слоев или бязевую ткань. 150 г свежего сока алоэ смешать с 250 г меда и 350 г кагора, настаивать 4—5 дней. Принимать смесь по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды для улучшения пищеварения, при истощении и ослаблении организма.

100 г свежего сока алоэ смешать с 300 г меда, соком 3—4 лимонов и 500 г молотых грецких орехов. Смесь жевать детям по чайной или десертной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды для возбуждения аппетита, улучшения пищеварения, а также при истощении, ослаблении организма и т. п.

Вымытый и просушенный вытертый сырой картофель протереть вместе с кожурой через мелкую терку, отжать сок вместе с крахмалом. Употреблять только свежеприготовленный сок по 0,5 стакана 3 раза в день натощак при заболеваниях желудка с повышенной кислотностью. Свежий картофельный сок, пока он не изменил своего цвета, рекомендуется пить по 100—150 мл за 30 минут до еды как средство профилактики желудочно-кишечных заболеваний, а также различных форм рака.

Свежие ягоды можжевельника при заболеваниях желудочно-кишечного тракта жевать натощак, начиная с 2—3 ягод, и увеличивать их количество ежедневно на 1. Дойдя до 14 ягод, постепенно снижать их количество до 5. Приготовить отвар по общепринятой методике из расчета 50 г сухих шишкоягод на 1 стакан воды, после процеживания добавить в него мед или сахар до получения сиропобразной жидкости. Принимать по 1 чайной ложке перед каждой едой для улучшения пищеварения и возбуждения аппетита.

Отвар из измельченных ягод можжевельника, приготовленный в соотношении 1:20, принимать по 1 столовой ложке 3—4 раза в день за 30 минут до еды при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

1 столовую ложку измельченных листьев черники заварить в термосе 2 стаканами кипятка на ночь. Пить по 1/4 стакана 4—5 раз в день до еды при острых, хронических воспалениях желудка, кишечника.



НА ЗАМЕТКУ

При хронических расстройствах кишечника, катаре желудка и пониженной кислотности рекомендуется диета из свежих ягод черники и лесной земляники в течение 3 недель.

30 г листьев черники заварить на 30 минут 1 л кипятка. Пить как чай при болях в желудке, поносах.

При болезнях пищевого тракта 1 г мумие растворить в 20 чайных ложках кипяченой воды и процедить. Принимать по 1 десертной ложке 1 раз в день натощак за час до завтрака. Полученный из 1 г мумие раствор принимать ежедневно в течение 13 дней. После 3-дневного перерыва снова приготовить такой же раствор и пить точно так же. После 3 курсов лечения сделать перерыв на 1 месяц, после чего повторить лечение, использовав еще 3 г мумие. Всего на курс лечения требуется 6 г мумие.

Чайную ложку измельченной сухой травы полыни горькой заварить 2 стаканами кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1/4 стакана за 30 минут до еды. Для улучшения вкуса добавить мед. Полынный чай регулирует деятельность желудочно-кишечного тракта, действует как болеутоляющее, обеззараживающее средство.

Чайную ложку сухой измельченной травы полыни горькой залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15 минут

до еды при метеоризме (вздутии живота скопившимися в пищеварительном тракте газами), при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта (гастриты, колиты, энтероколиты).

Отвар, приготовленный из расчета 1 столовая ложка сухих измельченных листьев полыни горькой на 1 стакан кипятка, принимают внутрь с добавлением 1 чайной ложки меда при метеоризме.

Настой полыни в соотношении 1:20 принимать по 1 столовой ложке за 30 минут до еды. Принимать при метеоризме.



ВНИМАНИЕ!

Длительное употребление препаратов полыни в больших количествах может привести к отравлению, поэтому в период лечения рекомендуется делать 1—2-месячный перерыв между курсами приема препаратов.

1 столовую ложку цветков ромашки заварить 1 стаканом кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить как чай при метеоризме.

Приготовить настой из расчета 1 столовая ложка соцветий ромашки аптечной на 1 стакан кипятка, процедить, охладить. Принимать по 1—2 столовые ложки 3—4 раза в день при спазмах желудка, как ветрогонное при метеоризме.

1 столовую ложку молодых листьев мать-и-мачехи залить стаканом кипяченой воды, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 5—6 раз в день при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Отвар, приготовленный из расчета 15 г молодых листьев на 1 стакан воды, принимать по 1 столовой ложке 3—4 раза в день при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

20 г сухих листьев вместе с цветками заварить стаканом кипятка, нагревать на кипящей водяной бане 15 минут при помешивании, охлаждать 45 минут, процедить. Пить по 1 столовой ложке 5—6 раз в день при воспалении желудочно-кишечного тракта.

3 столовые ложки сухих измельченных листьев и цветков мать-и-мачехи залить 0,5 л кипяченой воды, кипятить на медленном огне 10 минут, настаивать 30—45 минут, процедить. Пить по 1/3 стакана 2—3 раза в день до еды при воспалении желудочно-кишечного тракта, для возбуждения аппетита.

1—2 столовые ложки ягод крыжовника залить 1 стаканом горячей воды, парить на медленном огне 10 минут, не доводя до кипения, или залить ягоды кипятком и поставить в теплое место на 2—3 часа, затем добавить по вкусу мед. Выпить настой в течение дня вместо обычного питья. Настой ослабляет боли в кишечнике, помогает его очищению и оказывает освежающее действие.

Истолченный в порошок древесный уголь тополя, березы или липы принимать по 0,5 чайной ложки на прием, запивая теплой кипяченой водой, при метеоризме, поносе. Древесный уголь получается в результате сгорания поленьев этих деревьев. Уголь древесины тополя рекомендуется при нервных спазмах кишечника на нервной почве.

В 3-литровую банку уложить слоями соцветия одуванчика (собранные рано утром в солнечную погоду, когда сойдет роса) и сахар. Массу периодически утрясывать деревянной толкушкой для выделения сока. На дне банки образуется осадок из пыльцы растения. Полученный нектар может храниться в прохладном месте всю зиму. Принимать по 1 чайной

ложке, размешивая с 1/4—1/2 стакана кипяченой воды, за 20–30 минут до еды для улучшения аппетита и пищеварения.

2 столовые ложки растертого укропного семени залить в термосе 0,5 л кипятка, настаивать 30–45 минут, процедить, пить по 0,5 стакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды для улучшения аппетита, пищеварения, при спазмах органов брюшной полости и как ветрогонное средство.

2 столовые ложки зелени укропа пахучего заварить в стакане кипящей воды. Охладить, процедить и пить по 0,5 стакана 2 раза в день до еды при метеоризме.

1 столовую ложку измельченных плодов (семян) укропа огородного настоять в 1,5 стаканах кипятка. Выпить в течение дня как слабительное.

Грудным детям при запоре и метеоризме рекомендуется давать аптечную укропную воду, состоящую из 1 части фенхелевого масла на 1000 частей воды, по 1 чайной ложке перед едой. Кроме того, массировать живот, втирая небольшое количество оливкового масла.

2 столовые ложки сухой измельченной травы зверобоя залить 0,5 л крутого кипятка, настаивать 30–45 минут, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды при метеоризме, желудочно-кишечных заболеваниях, геморрое. Обладает противовоспалительным, антимикробным действием.

1 столовую ложку листьев и корневищ земляники лесной залить 2 стаканами холодной кипяченой воды, настаивать 6–8 часов, процедить. Принимать по 0,5 стакана при воспалениях толстой и тонкой кишок.

1 столовую ложку семян тмина (20 г) залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 1–2 столовые ложки 3–4 раза в день как ветрогонное при метеоризме, атонии кишечника (вялость, ослабление мышц кишечника), диспепсии, кишечных коликах и слабительное средство.

2 столовые ложки плодов тмина обыкновенного залить в термосе 0,5 л кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Принимать по 1/3–1/2 стакана 2–3 раза в день после еды при диспепсиях, метеоризме, атонии желудка, энтеритах, колитах и для усиления секреции пищеварительных желез.

Семена ячменя промыть в теплой воде и поместить в один слой между двумя слоями намоченной в теплой воде хлопчатобумажной или льняной ткани. При температуре 22–24 °С. Верхний слой ткани следует время от времени увлажнять до появления ростков. Обычно они появляются через 1–2 суток. При ростках не более чем в 1 мм проросшие зерна быстро сушат, полученный солод измельчают или превращают в муку в кофемолке. Насыпать в термос 3–4 столовые ложки измельченного солода, залить 0,5 л кипящей воды, настаивать 1–2 часа, процедить. Принимать по 1/3—1/2 стакана 2–3 раза в день при желудочно-кишечных заболеваниях как общеукрепляющее, противовоспалительное и обволакивающее средство.

Пить по 2 столовые ложки яблочного уксуса на 1 стакан воды, добавив 2 чайные ложки меда, 1 каплю люголя, как общеукрепляющее средство, для предупреждения болезней. Употребление 1–2 чайных ложек яблочного уксуса на стакан воды ежедневно способствует нормальной работе желудочно-кишечного тракта.

При болях в желудке приготовить порцию мумие из расчета 250 мг на 1 кг массы больного. Например, при массе больного 60 кг на курс лечения требуется 15 г мумие. Приготовленную порцию распределить и принимать в течение 14 дней в виде водного раствора или в сухом виде 1 раз в день, утром натощак, запивая водой, чаем, молоком с сахаром или медом. После курса лечения сделать перерыв на 2 недели, после чего курс лечения повторить. Во время лечения и перерыва строго соблюдать диету.

Г

Гайморит

При остром рините или в результате инфекционных и простудных заболеваний, как осложнение после гриппа может возникнуть воспаление слизистой оболочки, иногда и костных стенок гайморовой пазухи. Появляются болезненные ощущения, заложенность носа и слизистые или гнойные выделения из носа.

Народная медицина рекомендует при гайморите и синуситах вообще для детей и взрослых промывание носа соленой водой; для приготовления раствора можно использовать повarenную соль (приготовленный раствор процедить) в пропорции: 1 чайная ложка соли на стакан теплой воды. Используется для этих целей и содово-солевой раствор: половина чайной ложки пищевой соды, одна чайная ложка соли – на стакан теплой воды; втягивать раствор носом и затем выплевывать его. Следует учитывать, что не все дети (и даже взрослые) могут сделать эту процедуру, которая сопровождается неприятными ощущениями. Можно промывать ребенку нос с помощью резинового баллончика или пипетки. Ребенок во время процедуры должен склониться над ванной, открыть рот и высунуть язык; промывать поочередно то одну, то другую ноздрю. Можно просто промывать нос – заливать раствор в ноздрю, чтобы жидкость вышла обратно через ту же ноздрю.

Можно промывать больному нос не только соленой водой, но и любой минеральной водой, или теплой водой с добавлением нескольких капель настойки календулы, или настойки эвкалипта, или нескольких капель спиртовой настойки йода. Перед промыванием бывает необходимо закапать больному в нос сосудосуживающие капли (нафтизин, галазолин).

Хороший лечебный эффект дают регулярные закапывания в нос (больной лежит на спине) сока свеклы.

При гайморите (и других синуситах) некоторые народные целители рекомендуют есть побольше хрена и чеснока. Вещества, содержащиеся в хрене и чесноке, способствуют очищению придаточных пазух носа от слизи. Также рекомендуется нюхать стертые в кашицу хрен и чеснок.

Следует принимать потогонные средства. Выраженным потогонным действием обладают отвары и чаи из цветков липы мелколистной, листьев лопуха большого, листьев и плодов малины обыкновенной, листьев мари (белой и красной), мать-и-мачехи, из ягод морошки, листьев мяты полевой, посконника конопляного, тысячелистника обыкновенного и т. д. Издавна в качестве лучшего потогонного используются плоды малины и липовый цвет.

Значительно облегчает состояние больного регулярное растирание горчичным маслом мест проекций придаточных пазух носа – возле крыльев носа, переносица, над глазами. Эти же места рекомендуется 2–3 раза в день (а то и чаще) прогревать. Можно использовать для прогреваний мешочки с солью или льняным семенем (нагревать на сковороде или под утюгом), а также специально подобранные гладкие камешки, вареное яйцо, вареные клубни картофеля и т. д.

При лечении гайморита можно проводить ингаляции. Лук репчатый – 100 г. Быстро мелко нарезать, нагнуться к луку, укрыться платком, дышать 10–15 минут.

Другой вариант: луковицу очистить, разрезать на несколько частей, положить их на поверхность бинта, затем свернуть бинт, приложить к носу так, чтобы части лука оказались под обеими ноздрями, и завязать на затылке. Особенно хорошо дышать луком во время сна. Дает хороший эффект.

Помимо назначенных врачом антибиотиков и других медикаментозных средств, лечение гайморита проводят с помощью препаратов золотого уса. В начале заболевания 2–3 раза в день к обеим сторонам носа прикладывают на 10 минут ошпаренные кипятком листья золотого уса.

Слизистую оболочку носа 2 раза в день смазывают маслом золотого уса, для приготовления которого 2,5 столовые ложки растительного масла смешивают с 1 чайной ложкой сока золотого уса.

Лечение гайморита проводят и с помощью внутреннего употребления спиртовой настойки золотого уса (1 часть золотого уса на 10 частей водки, настоять 14 дней), которую принимают по 1 чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 5 дней. После недельного перерыва курс лечения повторяют.

Наполнить бутылку измельченным хреном, залить доверху винным уксусом, настоять в темном прохладном месте 10 дней, периодически встряхивая содержимое. Каждый час через горлышко нюхать настойку по 5 минут, а вечером ставить из нее компрессы на лоб и затылок при гайморите. Компресс держать всю ночь. Спать без подушки, чтобы жидкость не попала в глаза. Курс лечения 5 дней. При необходимости можно повторить его после недельного перерыва.

Вымытый, но не очищенный корнеплод черной редьки измельчить на мелкой терке, 1–2 столовые ложки кашицы завернуть в кусочек полотна и положить на больное место (нос и гайморовые пазухи), предварительно смазав их растительным маслом или детским кремом. Прикрыть пергаментной бумагой и замотать теплым шарфом. Такой компресс делать на ночь, держать его 10 минут.

Иманин-порошок – сумма действующих веществ, хорошо растворим в подщелочной среде, плохо – в спирте. Применяют в виде растворов. При насморке в ноздри закладывают рыхлые тампоны, смоченные 1 %-ным раствором, эту процедуру повторяют 2–4 раза через каждый час до прекращения выделения из носа. Раствор готовят так: 1 г иманина добавляют в 20 мл децинормального раствора едкого натра, кипятят 5–10 минут до растворения порошка, затем добавляют 50 мл спирта и 30 мл воды. Применяется также для промываний.

Пластины из серебра накладываются симметрично возле носовых пазух. Продолжительность процедуры – 2–3 часа в сутки. Так лечат гайморит и даже катар верхних дыхательных путей.

Гастрит

Воспалительное заболевание слизистой оболочки желудка. Причинами его являются неправильное питание, воздействие алкоголя, никотина, пищевые отравления. Может быть острым, когда ощущаются боли под ложечкой, тошнота, рвота, или хроническим, который проявляется чувством тяжести под ложечкой, болью, изжогой, отрыжкой. Хронический гастрит – это длительное воспаление слизистой оболочки желудка, при котором происходят перестройка ее структуры, прогрессирующая атрофия, а также нарушаются секреторная, моторная и инкреторная функции. Среди заболеваний органов пищеварения он встречается у каждого третьего больного, а среди страдающих заболеваниями желудка – почти у 80 % больных. Течение болезни волнообразное: периоды обострений сменяются длительными ремиссиями.

Может быть и у животных, когда их перекармливают, резко меняют им рацион, дают недоброкачественный корм.

Принимать сок кислицы обыкновенной; сок отжимается из надземной части растения; пить сок кислицы по 1 столовой ложке 3 раза в день; в сок рекомендуется добавлять мед.

Принимать водочную настойку шишек кедра; приготовление настойки: следует взять пол-литровую банку, заполнить треть ее объема измельченными кедровыми шишками, залить банку доверху водкой и настаивать в хорошо закупоренной посуде в каком-нибудь прохладном месте примерно неделю, процедить через несколько слоев марли или мелкое ситечко; пить настойку по 1 столовой ложке 3 раза в день; продолжительность курса лечения – один – два месяца.



НА ЗАМЕТКУ

Народная медицина при этой болезни советует есть только свежеприготовленную пищу. Не есть жирную мясную пищу; исключить из меню жареные блюда; свежему хлебу предпочитать черствый, подсушенный; разнообразить пищевой рацион молоком и молочными продуктами; существенно ограничить количество поваренной соли в рационе. Как можно тщательнее пережевывать пищу; во время продолжительного пережевывания пища полнее пропитывается слюной, а слюна в силу своего химического состава отличается щелочной реакцией; оказавшись в желудке, слюна нейтрализует часть соляной кислоты. Не запивать пищу водой, минеральной водой и пр. Каждый раз перед едой – часа за полтора – съесть столовую ложку меда. Отказаться от употребления спиртных напитков, от привычки курить. Регулярно принимать в пищу свежий салат посевной. При приготовлении пищи чаще использовать в качестве пряности траву майорана садового. Плоды черешни употреблять в качестве лечебно-диетического средства. Плоды абрикоса полезны, как свежие, так и сушеные. Употребляйте в пищу апельсины или сок из них.

Один стакан хорошо промытого овса залить литром дистиллированной воды и настаивать в прохладном месте до 12 часов, потом поставить на слабый огонь, довести до кипения и варить, накрыв крышкой, полчаса, затем настаивать средство еще 12 часов, процедить через марлю; объем отвара довести до литра дистиллированной водой; принимать это средство внутрь по полстакана три раза в день за полчаса до еды.

Принимать сок укропа огородного; отжимается сок из надземной части растения; пить сок по 1 чайные ложки 3 раза в день; рекомендуется пить сок на молоке; в средство можно добавлять мед.

Пить ежедневно по 500 мл овощных соков, полезна смесь следующих соков: морковного (3 части), свекольного (1 часть), огуречного (1 часть).

Принимать отвар травы базилика обыкновенного; приготовление отвара: чайную ложку сухой травы залить стаканом воды и варить на слабом огне 5–7 минут, дать остыть, процедить; выпить отвар в несколько приемов в течение дня.

Принимать настой шишек хмеля обыкновенного; приготовление настоя: 2 чайные ложки сухого сырья залить стаканом кипятка и настаивать под крышкой несколько часов; процедить, пить по четверти стакана 3 раза в день за 15 минут до еды.

Принимать настой цветков календулы лекарственной; приготовление настоя: 2 чайные ложки сухих цветков залить 400 мл кипятка, настаивать около четверти часа, процедить; пить по полстакана четыре раза в день.

Принимать настой травы тысячелистника обыкновенного: столовую ложку сухого сырья залить стаканом кипятка и настаивать в закрытой посуде примерно час; процедить, пить по 1 столовой ложке настоя три – четыре раза в день до еды.

Пить чай из корней пиона белоцветкового: столовую ложку сухого, измельченного сырья залить стаканом кипятка и настаивать, хорошо укутав, не менее четверти часа, процедить; выпить за один прием.

Принимать настой листьев и корней земляники лесной: столовую ложку сухого сырья залить стаканом холодной кипяченой воды и настаивать в закрытой посуде не менее 6 часов, процедить; пить настой по полстакана 1 раз в день.

Ванга при гастрите остром советовала выпивать каждое утро чашку чая из листьев вербы белой и сразу после этого – чашку свежего коровьего молока.

Принимать смесь: 4 части сока сливы домашней, 2 части сока сливы колючей (терна) и 1 часть меда. Все смешать непосредственно перед употреблением; пить по 1 столовой ложке 3 раза в день. Противопоказания: сахарный диабет

Сок картофеля свежеприготовленный; принимать по три четверти стакана натощак, после приема сока необходимо лечь на полчаса, через час можно есть; продолжать лечение десять дней, затем – десять дней перерыва и еще десять дней лечения.



НА ЗАМЕТКУ

Сырые, моченые, вареные ягоды брусники рекомендуется употреблять при пониженной кислотности желудочного сока.

Трава полыни горькой – 35 г, трава золототысячника – 35 г. Чайную ложку сбора заварить стаканом кипятка, остудить, процедить, пить по стакану настоя в день.

Плоды фенхеля – 20 г, корень алтея – 20 г, цветки ромашки аптечной – 20 г, корневище пырея – 20 г, корень солодки – 20 г. Столовую ложку сбора на стакан кипятка, варить 5–7 минут, настоять. Вечером выпивать по стакану отвара.

Трава чистотела – 10 г, корень девясила высокого – 10 г, трава приворота – 10 г, корень любистока – 10 г, корень окопника лекарственного – 10 г, листья мяты перечной – 10 г, корень просвирника (алтея) – 10 г, листья мать-и-мачехи – 10 г. Столовую ложку сбора на стакан кипятка, варить 5–7 минут, настоять. Выпивать по 2–3 стакана в день.

Корень алтея – 30 г, корень окопника лекарственного – 20 г. Столовую ложку сбора на стакан кипятка, варить 5–7 минут, настоять. Выпивать глотками стакан отвара каждый день перед едой.

Трава золототысячника – 20 г, листья мяты перечной – 80 г. 2 чайные ложки сбора настоять на стакане кипятка. Принимать по стакану за полчаса до еды.

Листья Melissa – 30 г, листья мяты перечной – 30 г, цветки ромашки – 40 г. 2 чайные ложки сбора настоять на стакане кипятка. Принимать по стакану за полчаса до еды.

Корень валерианы – 25 г, листья вахты трехлистной – 25 г, листья мяты перечной – 25 г, кожура апельсина – 25 г. 2 чайные ложки сбора настоять на стакане кипятка. Принимать по стакану настоя после еды.

2 столовые ложки травы золототысячника настоять на 0,5 л кипятка в термосе 2–6 часов. Принимать в течение дня за 30 минут до еды теплым по полстакана 3 раза в день.

Порошок травы золототысячника. По 1–2 г несколько раз в день.

Трава золототысячника – 20 г, трава зверобоя – 20 г. 2–3 столовые ложки смеси настаивать в 2,5 стакана кипятка, выпивать в течение дня в 4–5 приемов.

Корень окопника – 25 г, корень алтея – 25 г, трава девясила высокого – 25 г, трава чистотела – 15 г, листья мяты перечной – 25 г, листья мать-и-мачехи – 25 г. 3 столовые ложки смеси отварить в 250 мл воды 5–7 минут. Остудить, процедить. Принимать по 2–3 стакана в день.

Корень окопника – 20 г, корень валерианы – 20 г, корень алтея – 20 г, корень солодки – 20 г, листья мяты перечной – 20 г, листья березы – 20 г, плоды аниса – 20 г. 2 столовые ложки смеси отварить в 0,5 л кипятка (15 минут), настоять, процедить. Принять в течение дня в 3–4 приема.

Корень девясила высокого (порошок) – 20 г. Взять порошок на кончике ножа, смешать его с чайной ложкой меда. Принимать 5 раз в день при гастрите.

Листья и корень одуванчика – 30 г. Столовую ложку настоять в термосе (8–10 г в 0,5 л кипятка). Принимать по 2/3 стакана 3 раза в день до еды.

Вареный на пару, печеный и сушеный репчатый лук принимать по 50–100 г 1–2 раза в день за 15 минут до еды. Курс лечения составляет 2–3 недели. Через 10 дней лечение повторить при гастрите.

Свежеотжатый капустный сок высушить. Порошок смешать 1:1 с сахаром. Принимать по 1–2 чайные ложки на полстакана теплой воды за 30–60 минут до еды.

В виде салата от 10 до 50 г свежую мякоть сладких сортов перца 1–2 раза в день. Помогает также смесь соков сладкого перца и моркови. Принимать, начиная с 30 мл в концентрации 1:10, постепенно увеличивая его количество до 150 мл в день в концентрации 1:3. Назначенный объем смеси пить в 1–2 приема за 15–20 минут до еды. Курс лечения – один месяц. После 3-недельного перерыва лечение можно повторить. При пониженной кислотности желудочного сока.



ВНИМАНИЕ!

Противопоказан прием мякоти сладких сортов перца и его сока больным с тяжелой формой стенокардии, нарушением сердечного ритма, гипертонией, язвой желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритом с повышенной кислотностью желудочного сока, при обострении хронических заболеваний почек и печени, колите, геморрое, повышенной возбудимости нервной системы, бессоннице, эпилепсии.

Зрелые сырые плоды томатов употреблять ежедневно по 150–300 г за 10–15 минут до еды или натощак. Свежеприготовленный цельный сок томатов по 150–200 мл пить 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды. Противопоказан прием свежих томатов при желчно-каменной болезни, при гастрите с повышенной кислотностью желудочного сока.

1 весовую часть кашицы плодов шиповника смешать с 2 весовыми частями сахарного песка. Плотнo уложить в стеклянные банки, хорошо закрыть и хранить в темном холодном месте. Принимать по 1–2 столовые ложки 3 раза в день до еды.

Гастрит лечат яблоками зеленых сортов. 2 яблока очистить от кожуры и сердцевин, натереть на мелкой терке и съесть рано утром. 4–5 часов до и после приема яблок не есть и не пить. Продолжительность лечения: первый месяц – ежедневно, второй – 2–3 раза в неделю, третий – один раз в неделю. При этом противопоказано молоко, жирная, острая и соленая пища, свежий хлеб, пряности, крепкий чай и кофе.

Свежий сок черной смородины принимать по четверти стакана 3 раза в день до еды.

По 1 чайной ложке облепихового масла 2 раза в день до еды в течение 14–20 дней.

Сок облепихи по трети стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Сок черной смородины по 50–70 г 3 раза в день перед едой.

Абрикосовая камедь (смола на дереве абрикоса) полезна в виде настоя. Чайную ложку камеди растворить в стакане теплой кипяченой воды. Принимать по трети стакана 3 раза в день за 20 минут до еды.

5 столовых ложек сухих плодов алычи залить 3 стаканами крутого кипятка, настоять, укутав, 4–6 часов, процедить. Принимать по стакану перед едой.

200 г кашицы чеснока залить 100 мл спирта, 700 мл прохладной воды и 20 мл 1%-й соляной кислоты, настоять одну неделю, периодически встряхивая содержимое, процедить, остаток отжать. 100 г меда развести в 300 мл воды и эту смесь залить в чесночную настойку. Принимать по 1 десертной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Чесночное масло. головку чеснока очистить, растереть, сложить в банку и залить одним стаканом подсолнечного нерафинированного масла, настоять сутки, периодически встряхивая содержимое, затем влить сок одного лимона и тщательно размешать. Настоять 7 дней в темном прохладном месте, периодически встряхивая содержимое. Принимать по чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения – 3 месяца. Перерыв – 1 месяц и лечение повторить.

150–200 г свежих клубней топинамбура тщательно вымыть, очистить и принимать ежедневно 2–3 раза в день перед едой.

50–100 г свежеприготовленного сока клубней топинамбура принимать 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды.

1–2 столовые ложки порошка корня топинамбура растворить в 0,5 л кипятка, процедить и пить по стакану 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды.

Свежую сырую мякоть тыквы съедать, начиная с 20–30 г один раз в день, постепенно увеличивая дозу до 150 г 2–3 раза в день за 20–30 минут до еды. Курс лечения 1,5–2 месяца. После перерыва в 10–15 дней лечение можно повторять.

Свежеприготовленный сок тыквы пить по полстакана 1–2 раза в день за 10–15 минут до еды, постепенно увеличивая его количество до 2–3 стаканов в день. Принимать его так же, как и сырую мякоть тыквы. Больным, которые плохо переносят цельный сок, рекомендуется делать из него напиток, разбавляя сок холодной кипяченой водой в соотношении 1:1.



ВНИМАНИЕ!

Сырая тыква и сок из нее противопоказаны при гастрите с пониженной кислотностью желудочного сока, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при тяжелой форме сахарного диабета.

Вареный или полусырой корнеплод свеклы красной принимать, начиная с 20–30 г один раз в день, постепенно увеличивая количество до 100 г 1–2 раза в день за 20–30 минут до еды или натощак.

Цельный свежеприготовленный сок свеклы пить, постепенно увеличивая объем с 1 чайной ложки до 100–200 мл 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды. Курс лечения до 2 месяцев. Противопоказанием для приема полусырой и вареной мякоти свеклы является гастрит с повышенной кислотностью желудочного сока, сахарный диабет, камнеобразование в почках при щелочной моче и понос.

4 столовые ложки ягод калины залить 0,5 л кипятка, укутать, настаивать 2 часа. Выпить в течение суток.

Принимать свежий сок хрена по 1 столовой ложке утром и вечером.

Столовую ложку корня окопника варить 5 минут в 0,5 л воды, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день до еды.

Корень солодки – 10 г, плоды фенхеля (укроп) – 20 г, листья мяты – 70 г. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, кипятить 3–5 минут, отстоять, процедить. Принимать по 2–3 стакана настоя в день.

Плоды фенхеля – 20 г, корни алтея – 20 г, цветы ромашки аптечной – 20 г, корневище пырея – 20 г, корень солодки – 20 г. Вечером выпивать по стакану отвара: столовая ложка сбора на стакан воды.

Трава золототысячника – 20 г, листья мяты перечной – 80 г. Настой из 2 чайных ложек смеси на стакан кипятка. Пить по одному стакану за полчаса до еды.

Корень солодки – 10 г, плоды фенхеля – 10 г, листья подорожника – 70 г. Настой из 2 чайных ложек смеси на стакан кипятка. Пить по одному стакану за полчаса до еды.

Зверобой продырявленный – 10 г, репешок обыкновенный, трава – 10 г, подорожник большой, лист – 20 г, мята перечная, лист – 20 г, ромашка аптечная, цветки – 20 г. 5–6 г смеси указанных растений заварить 500 мл кипятка, настаивать в течение 30 минут, принимать через каждый час 0,75 мл. При рвоте, сразу после нее обязательно принимать маленькими глотками, теплым. В сутки можно заваривать 2 раза в зависимости от состояния больного. Обычно расстройство желудка, рвота прекращаются после приема 3–5 порций настоя. Первые дозы необходимо принимать без сахара, в последующие можно добавить небольшое его количество. При тяжелых состояниях настой принимают за несколько часов более 3 л, в горячем виде, к рукам и ногам прикладывают грелки.

Сушеница болотная, трава – 10 г, ромашка аптечная, трава – 10 г, роза крымская и белая, лепестки – 10 г, календула лекарственная – 10 г, хвощ полевой, побеги – 10 г, репешок, надземная часть – 20 г, полынь полевая – 20 г, шиповник коричный, плоды – 30 г, укроп огородный, семена – 30 г, зверобой продырявленный – 40 г, подорожник большой – 40 г, тысячелистник обыкновенный – 70 г. 6 г смеси заварить 500 мл кипятка, томить 30 минут, не кипятить. Принимать 4 раза в сутки по 100 мл за 15 минут до еды. Вкус настоя слабо горький.

Если у больного склонность к поносу, к этому сбору добавить 10 г коры дуба. Если склонность к запору – кору крушины, александрийский лист или ревень.

Семена кориандра рекомендуется добавлять в лекарственный сбор в толченом виде как ароматическое и улучшающее вкус и пищеварение желчегонное средство.

Если боли в желудке носят острый характер, к данному сбору добавляется 10 г листа мяты перечной, следует избегать передозировки.

При остром гастрите и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки можно к данному сбору добавить семена льна 10 г, обладающих обволакивающим, противовоспалительным и легким слабительным средством. С этой же целью можно использовать клубни ятрышника пятнистого.

Настой душицы готовят следующим образом: 2 чайные ложки травы, измельченной до 0,5 мм, заливают стаканом кипящей воды, закрывают, настаивают в течение 15–20 минут, процеживают, пьют в теплом виде за 15–20 минут до еды, 0,5 стакана 3–4 раза в день.

Настойка календулы готовится из краевых цветков или из цветочных корзинок на 70 %-м спирте. готовят также из всех надземных частей растения. Соотношение растительного сырья к спирту 1:10. Настойку назначают по 30 капель (до 1 чайной ложки) на прием 2–3 раза в день.

Настой календулы или чай готовят из расчета 1:10 из сухих цветочных корзинок горячим способом и принимают по 1–2 столовые ложки 2–3 раза в день.

Настой алтейного корня – мелко нарезанный корень с частицами не менее и не более 3 мм в количестве 6,5 г на 100 мл воды. Накрывать крышкой, нагреть на водяной кипящей бане 15 минут, настоять 10 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Ятрышник пятнистый (салепа). Слизь салепа готовят по мере надобности. Берут клубни, размельчают, заваривают горячей водой в соотношении 2 г салепа (высушенных корней) на 200 мл кипящей воды, продолжительно встряхивают (10–15 минут). Полученную слизь хранят в прохладном месте 2–3 дня. Принимают внутрь по 1 столовой ложке перед едой несколько раз в день и на ночь перед сном. Слизь применяют в клизме. На одну лечебную клизму требуется 50 мл слизи.

Настой зверобоя: 3 столовые ложки измельченной травы зверобоя заливают 250 мл кипятка, настаивают 2 часа и принимают по 1/3 стакана 3 раза в день.

Водный настой кипрея (иван-чай): высушенные в тени листья кипрея нарезают до величины частиц не более 5 мм, заливают водой комнатной температуры, кипятят 15 минут, настаивают не менее 45 минут, процеживают и принимают по 1 столовой ложке перед едой 3–4 раза в день.

Порошок капусты белокачанной – смесь сухого сока капусты и молочного сахара в соотношении 1:1. При хранении легко образуются комки, необходимо хранить в двойных полиэтиленовых мешочках в прохладном и темном месте. Сок из свежей капусты получают отжимая измельченные листья белокачанной капусты: принимают по 0,5 стакана 2–3 раза в день до еды в теплом виде. Принимать по 2 г порошка 3 раза в день, предварительно размешав его в 1/4 стакана воды, за 20–30 минут до еды.

Настойка трилистника водяного (трифоль). 10 г листьев трилистника заваривают 200 мл кипящей воды, кипятят 15 минут, настаивают 1–2 часа, фильтруют, принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15 минут до еды.

Отвар корневища аира из расчета 10 г корней на 200 мл воды. Настойка корневища аира приготавливается на 40 % спирте 1:5. Состав настойки: трава золототысячника – 4 части, трава горечавки – 4 части, корневище аира – 2 части, листья трилистника – 2 части, трава полыни – 1 часть, корки мандарина – 1 часть, 40 % спирт – до 65 частей.

Березовые почки. Приготовление эссенции из почек березы: ранней весной собрать едва раскрывшиеся почки, расстелить тонким слоем на солнце, часто помешивать до полного высыхания. Взять 300 г этих почек, залить 100 г спирта, влить в бутылку обернув бумагой. Выставить на солнечном окне на 2 месяца, взбалтывая время от времени. Через два месяца процедить через фланель в другую посуду. К 200 г эссенции прибавить 10 г аммония, когда он совершенно растворится, добавить 30 г камфоры. Применять взрослым – по 1 столовой ложке на прием в чистом виде, детям – разбавленную водой.

Атрактилис яйцевидный, корневище – 6 г, мандарин, кожура плодов – 4,5 г, унаби, магнолия лекарственная, кора – 4 г, имбирь лекарственный, корневище – 3 г, солодка уральская, корневище – 1,5 г. Отвар готовят в 600 мл воды, кипятят в течение 45 минут. После чего отвар процеживают через нитяное сито. Назначают 3 раза в день по 160 мл.

Отвар из трав: имбирь лекарственный, корневище – 4 г, коптис китайский, корневище – 1 г, шлемник байкальский, корневище – 3 г, солодка уральская, корневище – 3 г, унаби, плоды – 3 г, жень-шень, корень – 3 г. Отвар готовят обычным способом в 600 мл воды, которую уваривают до 300 мл. Отвар принимают 3 раза в день по 100 мл.

Шлемник байкальский, корневище – 6 г, ревень дланевидный, корневище – 10 г, коптис китайский, корневище – 2 г. готовят порошок, который используют в виде таблеток. Назначают по одной таблетке 3 раза в день.

Земляника лесная в виде ягод. Кроме того, делается напар из листьев земляники 50 г на 1 л воды.

Сушеница топяная. Собирают все растение во время цветения, лучше в сухую солнечную погоду. Смешать поровну со зверобоем и центаврией. Чай из одной сушеницы пьют при застарелых гастритах.

Отвар из трав: цветы тысячелистника – 15 г, мята перечная – 15 г, бобовник – 2 г, семена укропа – 15 г, зверобой – 30 г. 2 столовые ложки смеси залить 2 стаканами кипятка и парить 2 часа, процедить и принимать глотками.

Отвар из трав: лист мать-и-мачехи – 5 г, цветы черной бузины – 5 г, спорыш – 5 г. Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

Собирают осенью корни и корневища гравилата городского. Корневище по запаху напоминает гвоздику. Порошок из гравилата корня и корневища принимают по 1 г 3–4 раза в день.

Сок капусты огородной, который хранят в прохладном месте. Ежедневная доза: 5–6 стаканов, которые выпивают равными порциями в 3–4 приема, за 40–50 минут до еды. Курс лечения длится около месяца.

Картофельный сок 2–3 раза в день по 0,5 стакана, за 0,5 часа до еды.

Трава майорана садового. Дневная доза: 4 чайные ложки сырья на стакан кипятка.

В мае собирают кору осины и сушат в тени. Пьют вместо чая, натошак, немного поварив.

Чайная ложка перги утром и днем до еды. Разжевать пыльцу (при этом появляется ощущение меда во рту), затем запить водой, охлажденным чаем, морсом или любым напитком. При обострении заболевания – по 1 столовой ложке пыльцы 2 раза в день в том же порядке.

Употребляют по 100 г ягод черноплодной рябины или 50 г сока 3 раза в день.



ВНИМАНИЕ!

При повышенной свертываемости крови применять черноплодную рябину противопоказано.

Желудочно-кишечные боли: пластины из серебра накладываются симметрично вокруг пупка. Продолжительность процедуры – 3–5 часов в сутки.

Настой березового гриба – чаги. гриб сразу после сбора высушить при температуре около 50 °С. Высушенный гриб для размягчения залить на 4 часа «серебряной» водой, затем пропустить через мясорубку или натереть на терке. Для приготовления водного настоя: 1

стакан измельченного гриба залить 5 стаканами теплой «серебряной» воды и настаивать 2 суток. Настой слить, остаток отжать через марлю. Принимать по полстакана 6 раз в сутки.

Пол чайной ложки истолченных семян петрушки настаивать 8 часов в двух стаканах «серебряной» воды в закрытом сосуде. Принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день за 30 минут до еды.

Смешать три столовые ложки свежих листьев подорожника смешать с 3 столовыми ложками сахарного песка или меда, поместить в закрытый сосуд и поставить на теплую плиту на 4 часа. Сироп принимать, слегка разбавив «серебряной» водой, по 1 чайной ложке 4 раза в день за 30 минут до еды.

Активированный уголь запить «серебряной» водой.

Пить морковный и картофельный соки, разбавленные «серебряной» водой. Соки готовить каждый день, чередуя овощи. Принимать по полстакана 2 раза в день перед едой.

При гастрите принимать мумие по 0,2 г 2 раза в день в течение 15 дней. Через 5–7 дней сеанс лечения повторить. Один курс лечения содержит 2 сеанса. Мумие перед приемом желательно разводить в жидкости (чай, молоко, сок).

Геморрой

Геморрой – болезнь не смертельная, но массовая. геморрой – это самое частое заболевание заднего прохода, по поводу которого обращаются к врачу. При геморрое основные проявления болезни – боль, выделения крови и выпадение узлов из заднего прохода.

При геморрое воспаляются и повреждаются вены в стенках заднего прохода. Чрезмерное натуживание при запоре, непосильная работа на дачном участке, купание жарким днем в холодной воде, бурное застолье с выпивкой, с кем-то поругаетесь, понервничаете – все это и многое другое может привести к обострению геморроя. Иногда геморрой приводит к образованию трещин заднего прохода. При трещинах заднего прохода боли возникают не тотчас, а спустя некоторое время после опорожнения кишечника. Постепенно усиливаясь, они могут длиться часами.

Если к болям в заднем проходе присоединяются ознобы и повышение температуры тела, незамедлительно обращайтесь к проктологу.

Если болезнь не запущена, то ее можно вылечить с помощью народных средств.

В кастрюлю налить три литра молока и опустить туда пять луковиц, закрыть плотно крышкой и, поставив в духовку, пропарить 30–40 минут, достать кастрюлю и заменить крышку на деревянную с отверстием в центре, сесть на крышку на пять – десять минут; сеансы повторять через день 3–5 раз. Лекаря русской народной медицины считают это средство незаменимым для лечения внутреннего геморроя.

Выстрогать из сырого картофеля свечку длиной не меньше 7 см и толщиной в большой палец. Свечку вставляют в задний проход так, чтобы она полностью вошла внутрь. Процедуру делают перед сном, утром свеча удаляется с испражнениями во время туалета.

Пить сок рябины три раза в день по две столовые ложки перед едой в течение 10 дней.



РЕЦЕПТ

При геморрое на область вокруг заднего прохода наносят холодный раствор, приготовленный из смеси 4 капель настойки календулы и 3 капель настоя золотого уса. Настой: 1–2 листа золотого уса на стакан кипятка, настоять 40 минут. Также область вокруг заднего прохода промывают слабым настоем золотого уса. Для его изготовления 1 измельченный лист каллизии заливают 5 стаканами кипящей воды, настаивают в течение 8 часов. Затем процеживают. Данный настой можно добавлять в ванну. Длительность ванны – 15 минут. Для внутреннего применения при геморрое используют настой или настойку золотого уса. Настой принимают по 1 десертной ложке 2 раза в день за 40 минут до еды в течение 10 дней. Лечение настойкой золотого уса проводят в течение 7 дней, принимая по 1 чайной ложке препарата 3 раза в день за 1 час до еды в течение 7 дней. Настойка: на поллитра водки 17 коленац золотого уса.



ВНИМАНИЕ!

Если при лечении каллизией у больного открывается кровотечение или наблюдаются длительные боли в области заднего прохода, а также задержка стула или диарея продолжаются более 7 дней, лечение следует прервать и как можно быстрее обратиться к врачу.

Пить рассол квашеной капусты в теплом виде по одному стакану в день в течение 10–15 дней.

Осиновые листья накладывают на область заднего прохода на 1,5–2 часа. Повторяют лечение через день – 10–20 раз.

Принимать отвар зверобоя по одной четверти стакана 3–4 раза в день на протяжении 10 дней.

Есть при геморрое как можно больше сырой тертой моркови, а на ночь выпивать стакан очень горячего настоя конского шавеля.

Применять для лечения геморроя отвар чистотела: чайную ложку сухой травы залить стаканом кипятка, настаивать полчаса и пить несколько чашек в день.

Заваривать в чайнике цветки коровяка и пить, как чай; кровотечение останавливается через 2–3 дня, и еще через несколько дней болезнь исчезает полностью.

Заварить литром кипятка 30 г травы тысячелистника. Пить как чай.

Крапива жгучая — 8 г, кора крушины – 8 г. Сбор варить 5–6 минут в 1 литре воды, настоять 30 минут, процедить. Пить по 4 стакана в день.

Цветы льнянки – 10 г, кора дуба – 10 г, трава водяного перца – 10 г. Замочить на 12 часов в растопленном свином сале, помешивая, слить в банку, завязать пергаментной бумагой. Пропитать мазью тампон и ввести в анальное отверстие полностью на 4–5 часов.



ВНИМАНИЕ!

При геморрое носить тяжести категорически запрещено.

Корень валерианы – 20 г, цветки ромашки аптечной – 20 г, корень одуванчика – 20 г, корневище пырея – 20 г. 2 столовые ложки смеси залить 0,5 литрами воды, настоять в течение 6 часов, прокипятить 5–7 минут, процедить. Применять как клизму.

Цветки ромашки аптечной – 25 г, корень одуванчика – 25 г, корень мыльнянки – 25 г. 2 столовые ложки смеси залить 0,5 литрами воды, настоять в течение 6 часов, прокипятить 5–7 минут, процедить. Применять как клизму.

Корень ревеня – 10 г, трава приворога – 20 г, листья мяты перечной – 50 г, трава тысячелистника – 20 г. Одну столовую ложку сбора заварить стаканом кипятка, отстоять 30 минут, процедить. Пить 2 раза в день за полчаса до еды.

Трава шандры – 20 г, корень валерианы – 20 г, цветки ромашки – 20 г, корень одуванчика – 20 г, корневище пырея – 20 г. 2 полные столовые ложки смеси залить 0,5 л воды, настоять в течение 6 часов. Вскипятить. Отстоять, процедить. Использовать отвар для клизм, пока не появятся позывы к дефекации. Повторять при необходимости не более 3 раз с интервалами в 5 минут.

Цветки ромашки аптечной – 25 г, корень одуванчика – 25 г, корень мыльнянки – 25 г. 2 полные столовые ложки смеси залить 0,5 л воды, настоять в течение 6 часов. Вскипятить, отстоять, процедить. Использовать отвар для клизм, пока не появятся позывы к дефекации. Повторять при необходимости не более 3 раз с интервалами в 5 минут.

Кора дуба – 30 г, льняное семя – 30 г, цветки ромашки аптечной – 40 г. 2 полные столовые ложки смеси залить 0,5 л холодной воды, отстоять 6 часов. Вскипятить, остудить, процедить. Использовать для клизм, вводить пока не появятся позывы к дефекации.

Семя каштана (измельченного вместе с кожурой) – 30 г, цветки ромашки аптечной – 30 г, листья шалфея – 20 г, кора дуба – 50 г. 3 столовые ложки сбора залить 1 л кипятка. Выдержать 6 часов. Употреблять для ванн и припарок на анальную область.

Кора дуба – 50 г, трава хвоща полевого – 20 г, корень валерианы – 20 г. 3 столовые ложки сбора залить 1 л кипятка. Выдержать 6 часов. Употреблять для ванн и припарок на анальную область.

Корень ревеня – 10 г, трава шандры – 20 г, трава приворота – 20 г, листья мяты перечной – 50 г. Столовую ложку смеси на стакан кипятка, заварить, остудить. Выпивать по 1 столовой ложке за полчаса до еды.

Корень ревеня – 20 г. 1/4 чайной ложки измельченного корня залить 1/2 стакана кипятка. Выпить в один прием.

Корень ревеня – 20 г, корневище аира – 80 г. 1/2 чайной ложки измельченного корня залить стаканом кипятка. Выпить частями в течение дня.

Плоды бузины черной (сухие) – 18 г. Полную столовую ложку (18 г) плодов бузины настаивать 10–12 часов на 250 мл кипяченой воды комнатной температуры. Пить по 1/2 стакана на ночь как слабительное.

6–8 листьев бузины (можно свежие или сухие), шалфей лекарственный – 15 г. Все это отварить 10 минут в 1,5 стаканах воды, добавить 1 столовую ложку меда. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день в течение 4–5 недель. (Используется и как кровоочистительное.)

Корень бузины черной – 30 г. Варить в 1 л воды пока не выкипит до 0,5 л. Пить по 100 мл до еды 40–60 дней и дольше.

Трава горца перечного – 100 г кипятить 15 минут в 2 л воды, затем прибавить 0,5 л молока и столовую ложку крахмала. Делать теплые сидячие ванны ежедневно в течение 1–2 месяцев.

Трава горца почечуйного – 30 г. Столовую ложку травы настоять в 250 мл кипятка, остудить, процедить. Принимать по 0,5 стакана 2–3 раза в день после еды.

Цветки льнянки – 10 г, кора дуба – 10 г, трава водяного перца – 10 г. Всю смесь погрузают на 12 часов в 1 стакан растопленного свиного смальца, подогревают, размешивая, и процеживают. Мазь наносят на тампон и вставляют в анальное отверстие, удерживают 4–5 часов.

Пить в теплом виде рассол капусты белокочанной, начиная с 1–2 столовых ложек, постепенно увеличивая прием до 0,5 стакана 1–2 раза в день до еды. Курс лечения – один месяц. После перерыва в две недели лечение продолжить.



ВНИМАНИЕ!

Рассол противопоказан при высокой кислотности желудочного сока, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, ишемической болезни сердца, нарушениях сердечного ритма, гипертонии, болезнях почек.

Употребляется земляника лесная в виде ягод. Кроме того, делается напар из листьев земляники 50 г на 1 литр воды.

Сок свежей рябины пить продолжительное время 3 раза в день по 30–50 г с добавлением сахара и запивая стаканом «серебряной» воды.

Свежеприготовленный сок дыни рекомендуется пить по 1 стакану 2–3 раза в день для улучшения пищеварения, при геморрое.

Свежую сырую мякоть тыквы съедать, начиная с 20–30 г один раз в день, постепенно увеличивая дозу до 150 г 2–3 раза в день за 20—

30 минут до еды. Курс лечения 1,5–2 месяца. После перерыва в 10–15 дней лечение можно повторять.

Свежеприготовленный сок тыквы пить по полстакана 1–2 раза в день за 10–15 минут до еды, постепенно увеличивая его количество до 2–3 стаканов в день. Принимать его так же, как и сырую мякоть тыквы.



НА ЗАМЕТКУ

Больным, которые плохо переносят цельный сок тыквы, рекомендуется делать из него напиток, разбавляя сок холодной кипяченой водой в соотношении 1:1.



ВНИМАНИЕ!

Сырая тыква и сок из нее противопоказан при гастрите с пониженной кислотностью желудочного сока, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при тяжелой форме сахарного диабета.

Настой из листьев шалфея – лист измельчают до 0,5 мм, берут 10 г, заливают стаканом кипятка, настаивают 20 минут, охлаждают, процеживают. годность настоя 2–3 дня. Хранить в прохладном месте. Принять в течении дня.

Настой листьев шалфея: 20 г листьев на стакан кипятка, настоять, охладить – для микроклизм.

Листья шалфея – 10 г, семена аниса – 10 г, почки сосны – 10 г, корень лакричника – 20 г. Одну столовую ложку сбора заварить стаканом кипятка, настоять и выпить в течение дня.

Собирается трава льнянки не целиком, а срезается от верхушки ниже на 10–15 см. При геморроидальных шишках приготавливают мазь, состоящую из цветов льнянки, дубовой коры, травы водяного перца взятых поровну. Всю траву опускают на 12 часов в растопленное свиное сало, размешивая время от времени, потом подогревают сильнее и процеживают в банку. Смачивают стерильную салфетку в этой мази и вводят в анальное отверстие на 4–5 часов. Необходимо соблюдать стерильность!

Собирают листья Melissa только вначале цветения. При геморрое и запорах ставится клизма – небольшая чайная ложка свежего сока Melissa лекарственной на стакан воды.

Свежий сок из листьев крапивы принимать по одной чайной ложке 3 раза в день.

При геморрое, когда шишки расположены внутри и сильно болит поясница, рези внизу живота – ежедневно пить по 4 стакана отвара из листьев крапивы жгучей и коры крушины, каждой по 8 г на 1 литр воды. Кипятить 20 минут.

Омела паразитирует на тополях, иве, дубе, березе, липе, вязе, груше, яблоне и даже сосне. Собирают листья и концы веток не толще карандаша, обычно после цветения, ягоды – в мае. Для внутреннего приема употребляют отвар: 35–40 г на литр воды, а для ванн 60 г на литр воды. Употребляют отвар и для ирригаций и сидячих ванн при геморрое.

Для ирригаций отвар омелы, тысячелистника, водяного перца, дубовой коры, травы и цветов глухой крапивы – каждого по 10 г, а омелы 15 г. Кипятить 15 минут на слабом огне.

Вареный или полусырой корнеплод свеклы красной принимать, начиная с 20–30 г один раз в день, постепенно увеличивая количество до 100 г 1–2 раза в день за 20–30 минут до еды или натощак.

Цельный свежеприготовленный сок свеклы пить, постепенно увеличивая объем с 1 чайной ложки до 100–200 мл 2–3 раза в день за 10–15 минут до еды. Курс лечения до 2 месяцев.



ВНИМАНИЕ!

Противопоказанием для приема полусырой и вареной мякоти свеклы является гастрит с повышенной кислотностью желудочного сока, сахарный диабет, камнеобразование в почках при щелочной моче и понос.

Собирают все растение ястребинки волосистой вместе с корнем. При геморрое делают напар: 40 г на 1 л воды.

Семя каштана конского (измельченного вместе с кожурой) – 30 г, цветки ромашки аптечной – 30 г, листья шалфея – 20 г, кора дуба – 50 г. Три столовые ложки сбора залить литром кипятка, выдержать 6 часов. Использовать для ванн и припарок на анальную область.

Сок из свежих цветов каштана по 25–30 капель на 1 столовую ложку воды, 2 раза в день, при расширении вен на ногах и при опухании геморроидальных шишек. После длительного применения сока геморроидальные боли исчезают и, если болезнь не запущена, исчезают шишки. Так же действует, но слабее, сок разбавленный спиртом, 1 часть сока на 2 части спирта, по 30–40 г 3 раза в день.

Водный отвар коры ветвей конского каштана при геморроидальных кровотечениях – 50 г на 1 л воды, для сидячих ванн, непосредственно после дефекации, когда шишки еще снаружи. Ванна прохладная, на 15 минут. Для этих же ванн отвар коры веток и травы водяного перца.

При кровотечениях принимают готовый жидкий экстракт или домашний настой крапивы. Готовят настой из 15 г измельченных сухих листьев крапивы двудомной на стакан кипятка, настаивают 10 минут и принимают в охлажденном виде по столовой ложке 3–4 раза в день.

При геморроидальных кровотечениях, болях и запорах, готовят отвар из равных частей крапивы и коры крушины. Поллитра кипятка заливают 15 г смеси, кипятят 10 минут, процеживают, охлаждают и пьют по 0,5 стакана до еды, 3–4 раза в день.

Применяется отвар цветов и плодов софоры японской – 2 столовые ложки заливают 0,5 л кипятка, варят на слабом огне 20 минут. Пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день. Плоды принимают при геморрое. Разовая доза 5–20 гр.

Мазь из корней и корневища девясила высокого – растерев в порошок сырье из расчета 15 г на 4–5 столовых ложек соленого свиного сала варят на медленном огне в течение 20 минут, в горячем виде процеживают. Применяют один раз в день, обмывая затем отваром того же растения.

Мазь из цветков льнянки, коры дуба, травы водяного перца – растертое в порошок сырье по 10 г каждого на 50 г несоленого топленого масла нагревают, перемешивают и томят в тепле в течение ночи, затем доводят до кипения. После дефекации смазывать шишки

Мазь из сока свежих листьев коланхоэ (комн. растение) готовят из расчета 20 мл сока на 50 г основы (сначала смешивают с 2–5 г безводного ланолина, затем постепенно добавляют только же вазелина). Смазывать геморроидальные шишки после дефекации.

Мазь из коры дуба (2 части), почек тополя черного и масла зверобоя (по 1 части) – тщательно измельченное растительное сырье смешивают с маслом зверобоя и 5 частями растопленного сливочного масла, настаивают в тепле 10–12 ч., доводят до кипения и процеживают. Смазывать шишки после дефекации.

При геморрое хороши клизмы: 50–100 мл 20–30 %-го раствора меда в теплой воде (38–40 °С), приготовленного непосредственно перед введением. Сначала делается очистительная клизма. Мед можно вводить и в смеси с различными лекарственными веществами и травами (танинин, белладонна, зверобой, ромашка, тысячелистник и т. д.).

При анальных трещинах, анальном зуде, остром и хроническом парапроктите рекомендуются лекарственные клизмы с ионным раствором серебра при концентрации 20 мг/куб. дм в объеме до 200 мл 1–2 раза в день (после очистительной клизмы), повязки и тампоны на раны при концентрации раствора 20–50 мг/куб. дм.

Пьют чай из листьев тысячелистника. Доза – 30 г на 1 литр воды.

Промывать геморроидальные места холодной «серебряной» водой.

Внутренние (желудочные, кишечные, геморроидальные) кровотечения и кровоизлияния. Сбор кровоостанавливающий: трава пастушьей сумки (1 часть), трава хвоща (1 часть). 2 чайной ложки смеси настаивать 8 часов в двух стаканах «серебряной» воды, процедить, добавить 1 стакан кипятка. Принимать по полстакана через день.

При геморрое, язве прямой кишки принимать мумие по 0,2 г 2 раза в день 20 дней за сеанс. Через 5 дней сеанс повторить. Всего за курс лечения выпить 16 г мумие. Мумие перед приемом желательно разводить в жидкости (чай, молоко, сок).

Гемофилия

Наследственное заболевание, характеризующееся повышенной кровоточивостью. Связано с недостатком в плазме крови фактора, необходимого для ее свертывания. гемофилией болеют мужчины, которым наследственный дефект передан через внешне здоровую мать. У больных гемофилией мужчин сыновья не наследуют дефекты свертывания и их потомство остается здоровым; напротив, все дочери больных гемофилией, будучи сами здоровыми, передают этот дефект своему потомству. Признаки гемофилии появляются в раннем детстве и с возрастом становятся менее выраженными. Некоторые формы болезни, отличающиеся сравнительно легким течением, обнаруживаются в более позднем возрасте. Ушибы у больных вызывают обширные подкожные, внутримышечные и внутрисуставные кровотечения; порезы, удаление зубов и т. д. сопровождаются иногда опасными для жизни кровотечениями. Характерны кровоизлияния в полости крупных суставов (коленных, голеностопных) с последующими тяжелыми изменениями в них.

За последние годы достигнуты большие успехи в лечении гемофилии и профилактике ее осложнений. Из плазмы крови здоровых людей готовят концентраты веществ, недостающих больным. Применение их предупреждает кровотечения. Разработаны эффективные методы лечебной физкультуры при поражениях суставов. В России созданы специальные центры лечения больных, где применяют не только консервативные, но и хирургические методы.

Больным следует остерегаться малейших травм. Оперативным вмешательствам, даже самым простым, должны предшествовать специальные меры предупреждения кровотечения в процессе операции и после нее. При кровотечении у больного нужно срочно обратиться к врачу.

Принимать настой травы крапивы двудомной: 2 чайные ложки сухой травы залить стаканом крутого кипятка и настаивать под крышкой 15–20 минут, процедить; пить по четверти стакана 3 раза в день.

Принимать настои листьев шиповника коричневого: 1 столовую ложку сухих листьев залить 300 мл кипятка и настаивать в закрытой посуде около часа, процедить; пить по две столовые ложки 3 раза в день до еды.

Принимать мацерат, приготовленный из корней девясила высокого: столовую ложку сухого измельченного сырья залить стаканом холодной кипяченой воды и настаивать в закрытой посуде примерно 8 часов, процедить; пить по четверти стакана четыре раза в день перед едой

Принимать настой корней щавеля конского: 1 столовую ложку сухого сырья залить 300 мл крутого кипятка и настаивать в закрытой посуде не менее 4 часов, процедить; пить настой по одной столовой ложке 3 раза в день перед едой.



НА ЗАМЕТКУ

Рекомендуется чаще включать в пищевой рацион больного гемофилией те продукты питания, которые содержат много витамина К (этот витамин повышает свертываемость крови): морковь, томаты, зеленый лук, шпинат, зелень сельдерея, зеленый горошек, землянику, баранину, свинину, телятину, печенку свиную и пр.

Принимать настой травы пастушьей сумки обыкновенной: столовую ложку сухой травы поместить в термос, залить стаканом кипятка и настаивать в течение нескольких часов, остудить, процедить; пить настой по полстакана 3 раза в день до еды.

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.