

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

ВНИМАНИЕ!
КОНКУРС ПРОДОЛЖАЕТСЯ!1
РЕЦЕПТЫ НА КОНКУРС1
СРЕДСТВО ОТ ДИАТЕЗА1
КАК БОРЬБЫ С ОБЛЫСЕНИЕМ?2
«ХРЕНОВЫЕ» РЕЦЕПТЫ2
ЛЕЧАТ НЕ ТОЛЬКО ТАБЛЕТКИ3
СРЕДСТВО ОТ ГЕМОРРОЯ3
РЕЦЕПТЫ ОТ ПРОСТУДЫ3
ХРАНИТЕЛИ ДОМОВ4
ГИПОТОНИК ЖИВЕТ ПЛОХО, НО... ДОЛГО6

ПОБОРОТЬ АЛКОГОЛЬ7
ШИПОВНИК – ЧЕМПИОН ИЗ ЧЕМПИОНОВ!8
СОКОТЕРАПИЯ: ВКУСНО, А ГЛАВНОЕ – ПОЛЕЗНО!10
МОЖНО ЛИ ПРЕДУПРЕДИТЬ АППЕНДИЦИТ?11
СКОЛИОЗ12
БОЛЬ ЛЮДСКАЯ13
СУДОРОГИ НОГ14
СУПЕР-РЕЦЕПТ ОТ ОЖОГОВ И РАН14
БОЛЬ ЛЮДСКАЯ15
РЕЦЕПТЫ НА КОНКУРС15
СКАНВОРД15

ЧИТАЙТЕ В № 20
СОДЕРЖАНИЕ ТИРАЖНОГО НОМЕРА МОЖЕТ ОТЛИЧАТЬСЯ ОТ АНОНСИРОВАНОГО

Бабушкины рецепты
«Лечить нас все же бабушки умнее»

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- лечим простуды
- стройность за 10 дней
- давайте избавляться от паразитов
- пивка лечит все!
- у ребенка ацетономический криз

реклама

ЧУДО-ПЕЧЬ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ МЧС РОССИИ!

Усовершенствованная модель! Обладает повышенной мощностью (2,5 кВт)! Обогреет дом и дачу, приготовит пищу, поможет защитить от неожиданных холодов склады, птичники, теплицы. Легкая, компактная, экономичная, без копоти и вредных для здоровья выбросов, потребляет очень мало горючего и, главное - совершенно проста и безопасна в эксплуатации! Не требует трубы дымохода и вытяжки!

Производится в России по японской технологии.
Работает без дозаправки 16 часов. Топливо: дизельное, керосин. Расход - около 2 л в сутки!
Масса 6 кг, габариты 37x42x32 см.

СЦП № ССЛБ. РИЛО10.19.020446



ГАРАНТИЯ 3 ГОДА

Цена с оплатой при получении на почте - 2450 руб.
 При заказе от 2 шт. - 2340 руб. за шт!

ЧУДО-НАСЕДКА

Предлагаем автоматический инкубатор для вывода цыплят, утят, гусят, индюшат, фазанов, голубей, попугаев, лебедей и др. птицы. Наша чудо-наседка не доставит Вам хлопот, поможет вывести цыплят, освободив кучу свободного времени!

Наша насадка: ■ Обеспечивает одинаковый тепловой режим для всех яиц благодаря специальным верхним нагревателям. ■ Требуется в 4-10 раз меньше времени для обслуживания, чем у аналогов. ■ Имеет естественную вентиляцию и регулируемое увлажнение воздуха. ■ Автоматически переворачивает яйца каждый час! ■ Имеет терморегулятор, который с высокой точностью поддерживает необходимую температуру. ■ Легка (3 кг), компактна (580x520x280 мм), вместительна (на 63 куриных яйца), экономична (90 Вт; 220 В)!

РОСС РИЛ488.800203



ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ЧУДО-НАСЕДКОЙ И ЖИВИТЕ БЕЗ ЗАБОТ!
 Изготовитель - Россия. Гарантия 18 месяцев. Срок эксплуатации 10 лет.
 Цена с оплатой при получении на почте - 3490 руб.

ПОКУПАЯ У НАС, ВЫ ЗАЩИЩЕНЫ ОТ ПОДДЕЛОК

Сделать заказ на товары Вы можете по тел.: **8-800-2000-820 (звонок по России БЕСПЛАТНЫЙ); 8(8332) 40-98-05, 57-31-24.** Или написав по адресу: **610052, г. Киров, а/я 10, отдел 89.** Теперь и для жителей Украины: **8-067-67-666-77.** Мы работаем с 6.00 до 21.00. Звоните сейчас! Доставка по России бесплатно!
 Дополнительный почтовый сбор 6% от стоимости товара.

ЧУДО-СТИРАЛЬНАЯ МАШИНКА НА ЛАДОНИ

ЕЩЕ СОВЕРШЕННЕЕ, КАЧЕСТВЕННЕЕ, НАДЕЖНЕЕ!

Лидер продаж - суперминиатюрная ультразвуковая машинка, **вес менее 500 г.**
 • Абсолютно бесшумна! • Не требует проточной воды! • Перестирает горы белья в емкостях любого объема. • Сверхэкономична: потребляет электроэнергии менее 20 Вт! • Обеспечивает высокое качество стирки любой степени загрязненности! • Отстирает любую габаритную одежду (одежду, зимнюю одежду, ковер)! • Очистит, продезинфицирует ткань, обновит ее цвет; без механической деформации белья! • Не оказывает неблагоприятных воздействий. • Отправляясь в поездку, на дачу или в деревню - возьмите машинку с собой!

РОСС РИЛ485.805109



ГАРАНТИЯ 18 МЕСЯЦЕВ!

Товар сертифицирован!
 Соответствует ГОСТам!
 Срок службы не менее 10 лет.

Цена с оплатой при получении на почте - 1540 руб. При заказе от 2 шт. цена - 1440 руб. за шт!

УСТАЛИ ТРАТИТЬ ВРЕМЯ НА ОБРАБОТКУ ЗЕМЛИ? ПУСТЬ ЗА ВАС РАБОТАЕТ «ТОРНАДО»!

Новейшая разработка позволяет:

- Работать без наклона, не нагружая поясницу.
- Подготавливать почву без оборота пласта.
- Обрабатывать пристольные участки деревьев и кустарников, не повреждая их корни.
- Очищать участок от сорняков, не тратя усилий и время.

Культиватору «Торнадо» присвоена золотая медаль Международной выставки «Цветы-2000».

Патент № 2153787 от 10.08.2000

Цена - 1900 руб. с оплатой при получении на почте.



рост 160-170 см
 рост 170-180 см
 рост 180-190 см

ИЗБАВЬТЕСЬ ОТ ПОВЫШЕННОГО ДАВЛЕНИЯ НАВСЕГДА!

Количество больных гипертонией в России составляет 36,7%! В то же время в Китае, Юго-Восточной Азии, Японии, Европе и США эта проблема уже решена! Здесь широкое распространение получила «рефлексо-терапия», проводящаяся при помощи



РОСС ОН.ММ02.812846

уникального аппарата! Аппарат прошел клинические испытания и заслужил однозначно положительную оценку специалистов.

Аппарат: ■ лечит основную причину болезни, а не только ее симптомы; ■ стабилизирует давление до нормального уровня; ■ абсолютно безопасен и прост в применении.

ТЕПЕРЬ МЫ ЗНАЕМ, ЧТО ГИПЕРТОНИЮ МОЖНО ВЫЛЕЧИТЬ И ЗАБЫТЬ ПРО ЛЕКАРСТВА!

Цена с оплатой при получении на почте - 2698 руб.
ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМИ

www.ksin.ru; www.mir-c.ru

ОГРН 1074345028010 ООО «Мир комфорта» г. Киров, ул. Попова, 61, отдел 89

Ждем интересных материалов. Поделитесь опытом!

<p>Редакция не несет ответственности за содержание рецептов, присланных читателями. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Мнение редакции может не совпадать с мнением автора публикации.</p> <p>Редакция оставляет за собой право по своему усмотрению публиковать и редактировать письма и присылаемые в адрес газеты материалы (в частности, в отношении объема текста, лексики, грамматики, явных неточностей, а также личных персональных данных), если они не сопровождаются конкретными указаниями по их использованию.</p> <p>Предупреждаем, что газета не является учебником по медицине и пособием по лечению болезней. Прежде чем воспользоваться рецептом или рекомендацией из нашей газеты, проконсультируйтесь с лечащим врачом! Доброго вам здоровья!</p> <p>Пожалуйста, обратите внимание на то, чтобы ваши письма были написаны разборчивым почерком. Особенно это касается диагноза, названия принимаемых лекарств, трав, а также ваших персональных данных (имени, адреса и т.д.). Помните, речь идет о здоровье!</p>	
<p>Вы можете подписаться на газету «Бабушкины рецепты» с любого месяца через каталог Роспечати (подписной индекс - 25577) или через каталог «Почта России» (подписной индекс - 24240).</p> <p>ЗАО «МК-Периодика» оформляет подписку на наши газеты в странах СНГ, Ближнего и Дальнего зарубежья по индексам: «Бабушкины рецепты» - 25577, «Чудесные исцеления и целительные чудеса» - 24241.</p> <p>Координаты для подписчиков: Тел.: +7 (495) 681-9137, +7 (495) 681-8747. Факс: +7 (495) 681-3798. E-mail: export@periodicals.ru. www.export@periodicals.ru</p> <p>Поставщик в РБ - 000 «Росчерк», г. Минск, ул. Авангардная, 48а. Тел.: (017) 299-9261-(62).</p>	
<p>ISSN 1811-9492</p> <p>9 771811 949000</p>	<p>09019</p> <p>Внимание! Газета «Бабушкины рецепты» ждет Ваших писем. Каждый материал должен быть основан на конкретных жизненных примерах и давать полное представление о том, как можно избавиться от недуга. Пишите нам: 121354, г. Москва, а/я 299, Бондаревой Н.Н.</p> <p>Материалы, опубликованные в газете «Бабушкины рецепты», защищаются Законом РФ об авторском праве. Полное или частичное воспроизведение или размножение каким бы то ни было способом этих материалов допускается только с письменного разрешения издательства. Рукописи, письма и фотографии не рецензируются и не возвращаются.</p>
<p>Газета «БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ».</p> <p>Выпуск №19(375). Тираж 180000 экз. Заказ 121108, г. Москва, ул. Пивченкова, д. 3, корп. 3.</p> <p>Контакты с читателями только через а/я, 121354, г. Москва, а/я 299, Бондаревой Н.Н. Тел.: 8-499-940-2413, 8-499-146-2653 e-mail: babusya@list.ru</p> <p>По поводу рекламы тел.: 8-903-200-3080. Телефоны для связи с распространителями: 8-499-146-2653.</p> <p>Дизайн: А.Борисов. © 2002-2006, e-mail: aart_bor@rambler.ru Подписано в печать 3.05.2009 Сдано в печать 3.05.2009</p> <p>Учредитель: ООО «НМ-Пресс». Редакция: «ПРЕСС-Издатель». Гл. редактор Рудь П.Б. Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия 15 сентября 2005 года. Рег. ПИ № ФС 77-21889.</p> <p>Отпечатано в ОАО «ЧПК», г. Чехов Московской обл. ул. Полиграфистов д. 1. Цена свободная</p>	



БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ

еженедельная газета. издается с 2002 года

«лечить нас все же бабушки умели»

ВНИМАНИЕ! КОНКУРС ПРОДОЛЖАЕТСЯ!

Уважаемые читатели! Редакция получила огромное количество писем на конкурс рецептов и продолжает получать до сих пор. Письма настолько хорошие и душевные, что коллективом редакции было принято решение продлить конкурс до конца мая 2009 года.

РЕЦЕПТЫ НА КОНКУРС

Лечим пародонтоз

Взять 1 головку лука, 2-3 листка алоэ, все перемешать. Жевать, постараться подольше не глотать. Через 2-3 дня о кровоточивости десен можно позабыть. И еще, чтобы не было кариеса, надо междесневые кармашки смазывать йодом. Очень эффективно.

Лечим кашель за 1 день

Взять 1 головку чеснока, выжать на чесночнице, смешать 1-2 ст.л. с внутренним жиром. Намазать ноги, одеть носки. Грудь, спину тоже помазать. На следующие сутки кашель как рукой снимет.

Судороги ног

Натирают ноги любым уксусом, можно соком лимона. При этом, кстати, снимаются ревматоидные боли. При нытье ног добавлять 4 таблетки ацетилсалициловой кислоты (разжижает кровь), и боль проходит.

Белоруссия, г.Кобрин, ул. Жукова, 16-18. Сацук Т.И.

СРЕДСТВО ОТ ДИАТЕЗА



Моя соседка Лида родила мальчика. Ребенок был беспокойным, часто плакал по но-

чам. Потом появилась на голове золотуха (т.е. диатез).

Соседка вызвала врача, и он прописал кучу разных мазей. Хорошо, что Лида перед тем, как мазать ребенка, решила посоветоваться со мной. (А я всегда помогаю людям и в свое время не раз спасала детей от золотухи). Я считаю, что самое верное средство от золотухи – воробьиный помет. По моему совету Лида собрала 1 стакан воробьиного помета и развела в 6 литрах воды. Поставила ведро на огонь и довела до кипения. Когда отвар стал теплым, налила его в ванночку и, за-

вернув ребенка в пеленку, стала купать в течение 40 минут.

После купания ребенок уснул. А когда проснулся, соседка смазала ему голову вазелином и укутала. На следующий день Лида опять приготовила отвар, но уже горячий (не более 37-38°C). В этом отваре купала ребенка. После такого купания золотуха «приподнялась», и Лида ее спокойно вычесала гребешком. Такое вот хорошее средство. К тому же, я уверена, что самим мамам не сложно будет таким способом вылечить ребенка.

Оксана Л., г. Одинцово.



СЕГОДНЯ

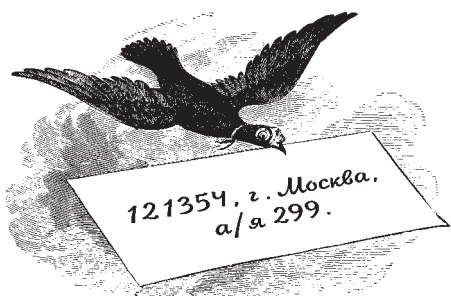
В НОМЕРЕ:

- **лечат не только таблетками**
- **хранители домов**
- **шиповник – чемпион из чемпионов**
- **как предупредить аппендицит**
- **лечим сколиоз**

Внимание, подписка! Подписка – это гарантия, что Ваше любимое издание Вы получите даже ,если все лето проведете вне дома!
Оформите подписку на второе полугодие 2009 года с первого апреля до 20 июня 2009 года.

Подписные индексы: каталог «Газеты. Журналы» Агентства Роспечать – 19898,

каталог «МАП» Каталог Российской прессы «Почты России» – 24240, «Объединенный каталог Пресса России. Газеты, журналы» – 19898.
Станьте участником призовой подписки! Для участия в акции Вам нужно отправить в адрес редакции копию подписной квитанции на второе полугодие 2009 года до 1 сентября 2009 года.



«ХРЕНОВЫЕ» РЕЦЕПТЫ

В 1997 г. у меня обнаружили камень в желудке. Они бывают редко. Лечила таким составом: в 0,5 л бутылку заливала 250 г подсолнечного нерафинированного (украинского) масла, 250 г водки, а в горлышко заливала сок хрена.

Пила этот состав по схеме: 10 дней пила по 2 глотка за 40 мин. до еды, 5 дней перерыв. 10 дней пила – 5 перерыв. 10 дней пила – 12 дней перерыв. Принимать 3 раза в день. Это один курс. Таких курсов у меня было три.

Перед употреблением надо содержимое бутылки стряхивать, чтобы была однородная жидкость. УЗИ показало, что в желудке чисто, камень величиной с грецкий орех растворился.

Прочитала о хрене, что он растворяет любые камни, где бы они не были. Масло можно применять любое, лишь бы оно было чистое без осадка. Масло – это смазка, она смягчает водку и сок хрена. Боли у меня были ужасные.

Я 2 недели пила спирт с маслом и соком хрена, и болей не стало. А потом перешла на водку.

В это время нельзя пить другие лекарства. Состав водки с хреном чистит пленочные протоки, а сок хрена к тому же рассасывает камни. Получается двойная польза. Водка с маслом лечит онкологию, а также служит профилактическим средством.

Попкова Надежда Михайловна, г. Мамоново Калининградской обл., ул. Советская, 10-3.



Хрен
A. Sisymbrioides (DC)

КАК БОРОТЬСЯ С ОБЛЫСЕНИЕМ?

2 ст. ложки настойки календулы + 2 ст. ложки касторового масла. Перемешать, втереть в кожу головы, смыть через 20-30 минут.

4 ст. ложки листьев березы заливают 300 мл кипящей воды и настаивают 2 часа, затем процеживают. Настой втирают в кожу головы после каждого мытья волос на протяжении месяца.

1 ст. ложка сока лука репчатого + 2 ст. ложки водки + 1 ст. ложка касторового масла. Смесь втирать в кожу головы за час до мытья.

Взять 4 ст. ложки травы тысячелистника на 0,5 литра воды, сделать отвар; втирать в кожу головы через день в течение 1,5 месяцев.

8 ст. ложек листьев плюща заливается 1 л воды и кипятится. Втирать в кожу головы ежедневно или через день в течение 1-1,5 месяцев.

Ядра орехов лесных толкут в ступке с небольшим количеством воды (1/5 часть массы орехов) до получения однородной кашицы, которую втирают в кожу головы 2 раза в неделю; на курс до 20 процедур.

Траву фиалки трехцветной заливают растительным маслом (1:5), настаивают 12 часов, нагревают на водяной бане 30 минут и процеживают. Втирают теплым в кожу головы 2-3 раза в неделю, на голове оставляют от 15 до 60 минут (можно под компресс). Курс лечения – 15 процедур; повторный курс – через месяц.

Вот еще несколько рецептов для укрепления волос. Их можно использовать во всех случаях, когда вам кажется, что волосы начали интенсивно выпадать.

Корень лопуха – 3 части, лист крапивы – 7 частей. 2 ст. ложки смеси на 0,5 литра воды. Втирать в кожу головы после мытья.

Трава полыни лечебной – 3 ст. ложки, шишки хмеля – 2 ст. ложки, лист крапивы – 4 ст. ложки, водка – 150 мл. Настаивать 2 недели в темном теплом месте. Процедить. Разведенную 1:1 настойку втирать в кожу головы 3-4 раза в неделю.

Репейное масло – 3 ст. ложки, фруктовый уксус или лимонный сок – 1 ст. ложка, мед – 1 ч. ложка, желток – 1 шт. (для жирных волос – целиком яйцо); подогреть все, кроме масла, на водя-

ной бане, помешивая, до получения однородной массы. Снять с огня, добавить масло. Теплую смесь нанести на кожу головы на 1 час. По мере остывания укутывать голову теплыми полотенцами. Через час смыть шампунем.



Столовую с верхом ложку размельченных плодов софоры залить стаканом кипятка и оставить на ночь в остывающей духовке. Утром поставить на огонь и кипятить под крышкой 5-7 минут, настоять до охлаждения, затем процедить через марлю. Готовый состав втирать в кожу головы за час до мытья.

1 часть коньяка, 4 части процеженного сока лука, 6 частей отвара корней репейника – тщательно перемешать. Втереть в кожу головы, накрыть голову теплым полотенцем и держать 2 часа, после чего смыть. Процедуру проводить 1 раз в неделю.

Ром, глицерин, лимонный сок в равных частях. Смесь втирать в кожу головы утром и вечером, не смывая.

Сок от одной средней луковицы, столько же касторового масла + 1 желток. Смешать, втереть в кожу головы за 45 минут до мытья, сделать компресс (шапочка или целлофановый пакет, а сверху шапочка или полотенце). Осторожно смыть и, высушив, расчесать. Один раз в 1,5-2 недели.

Стакан смеси равных частей коры дуба и шелухи репчатого лука залить 1 л кипятка и выдержать на медленном огне час, не доводя до кипения. После процеживания и некоторого охлаждения отвар втирать в кожу головы. Можно сделать и компресс на 1 час с последующим ополаскиванием водой.

Корни крапивы настаиваются на водке и принимаются внутрь по 1 ст. ложке 3 раза в день перед едой.


2 ст. л. плодов и листьев облепихи завариваются 2-мя стаканами кипятка и настаиваются в термосе 2-4 часа. Принимать внутрь по 150 мл 2 раза в день до еды, утром и вечером; втирать в кожу головы на ночь ежедневно.

Лесков М.И., г. Армавир.



лопух большой - *Lappa major* L.

ЛЕЧАТ НЕ ТОЛЬКО ТАБЛЕТКИ

 Заболела жена моего приятеля, учительница с большим стажем. Кроме школы, детей-учеников ни о чем не мечтает. Вся жизнь – школа. Ее успехи, заботы. Даже когда заболела, никогда не брала бюллетень. Утром поднималась, кряхтя, одевалась и через час-полтора как ни в чем не бывало подходила к школе. А там:

- Добрый день, Лидия Сергеевна!
- Здравствуйте, Лидия Сергеевна! – хором приветствуют ее девочки, минуту назад обсуждавшие свои повзрослевшие проблемы.
- Здравствуйте, Лидия Сергеевна! – громко приветствует ее единственный в школьном коллективе мужчина и добавляет к приветствию комплимент.



Крылья радости унесли из школьной канцелярии хворь учительницы.

А так как «свято место пусто не бывает» Лидия Сергеевна с улыбкой, хорошим настроением зашла в свой класс. Грипп в этом году был особенно коварный. Мало того, что давил высокой температурой, но и после небольшого послабления сковывал то дыхание в груди, то заарканывал сердце, чтобы не работало спокойно, то напускал на человека небывалую доселе слабость.

У жены моего приятеля отказали ноги после высокой температуры. Пропал сон, на смену ему прочно закрепилось беспокойство. Ночью ей слышались голоса школьных ребят, появились грустные взоры коллег и растерянный вид «директрисы».

Николай, так зовут моего друга, всю жизнь работал с людьми, имел опыт

по взгляду и состоянию человека определить его нездоровье и часто находил действенный способ оказания помощи. А кроме всего прочего он почитывал труды великого мудреца Дейла Карнеги. А он учит, что заболевшего надо лечить не только таблетками, а вернуть его в ту среду, в которой он чувствует себя как рыба в чистой, прозрачной речной любимой воде. Отложив все дела, Коля обзвонил родню своей жены, рассказал о жите-бытье в России, вскользь сказал, что заболела их родственница, заранее продумав, что сейчас ей нужны радость и хорошее настроение, связь с теми людьми, с которыми она росла в любви, заботе, радости. Позвонил и своим племянникам, которые с очень большим уважением относились к Лидии Сергеевне. Вечерами Николай не успевал носить телефонную трубку жене, в которой она слышала родные голоса. Приехали гости из далекой Украины. Ну здесь уж не до болезней. Необходимо вставать и обихаживать гостей, притом делать это с приливом радости, которая не успевала ее покидать. А в один из дней позвонила директор школы и сказала, что в школу приезжает комиссия и без нее будет не только трудно выдержать проверку, но и вообще невозможно.


Разумеется, директор преувеличила трудность и опасность. Но все это, чувство радости от встреч и звонков, внимание родственников и коллег по работе, придало силы организму более активно бороться с недугом и побыстрее встать в строй, быть нужной, как часто выражаются, обществу.

Правда, одна из приехавших племянниц, упрекнула дядю Колю: «Не следует, дядечка Колечка, создавать такую тревогу. Болезнь не такая уж страшная». Молодо-зелено!

А мне вспомнились детские годы. Великая Отечественная война призвала взрослых мужчин Родину защищать. А женщины с детьми, как могли, боролись с невзгодами. Помогали друг другу, посещали больных, не боясь заразиться, делились радостью, как могли поднимали настроение «товаркам». И еще тогда я уяснил, что не только таблетками лечат любые невзгоды людей.

Б. Дьяченко, пенсионер. 115582, г. Москва, ул. Домодедовская, 24-4.

СРЕДСТВО ОТ ГЕМОРРОЯ

 В газету «Бабушкины рецепты» на конкурс «фирменных», самых простых и дешевых рецептов.


Средство от геморроя: отказаться от туалетной бумаги любой разновидности и применять омовение ануса; здесь все сразу за 30 секунд и очищение (гигиена), массаж, гидро-термо процедура, вода любая: холодная, горячая. Место: и в городе, и на даче, и в поезде ...

В нашем роду геморрой – болезнь потомственная. Ею страдали деды-прадеды, отец перенес хирургическое лечение, перешла хворь и к нам – братьям, сестрам.

Когда, в молодые годы, у меня появились первые признаки геморроя, по совету араба-соседа по койке в аспирантском общежитии, решительно отказался от туалетной бумаги и перешел на процедуру омовения ануса после дефекации. Мне скоро 80 лет, но я знать не знаю геморроя, а «родня» продолжает мучиться, передавая недуг внукам-правнукам...

454084, г. Челябинск, просп. Победы, 162, кв. 7. Казанский Владислав Николаевич, 1930 г.р., русский, православный пенсионер-христианин.

РЕЦЕПТЫ ОТ ПРОСТУДЫ

 **Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»!** С 25 лет я ни разу не болела ни гриппом, никакими простудными заболеваниями. Я сделала открытие, когда ходила в парикмахерскую делать прическу или завивку. Когда я села на просушку волос под фен у меня болела голова и першило в носу, начинался «синус». Я решила поднять лицо под поток горячего воздуха и подогреть нос и лоб. Этот горячий воздух прожарил мой лоб, нос и носовые пазухи. У меня мгновенно все прошло.

С тех пор, как только начинался грипп или любая простуда, я бежала в парикмахерскую. Советую во всех больницах установить такие фены и лечить людей.

Еще один рецепт. У меня заболело легкое. Я не могла вздохнуть. Болело под левой лопаткой. Брат меня вылечил за 20 минут с помощью прибора «Витафон».

346405, г. Новочеркасск, ул. Свободы, 22а, кв. 33. Кот Мила Кирилловна.

ХРАНИТЕЛИ ДОМОВ

Человек часто оказывался бессилён перед многими вещами. Ему угрожали могущественные стихии, дикие животные, враждебные племена. Нужно было искать укрытие – безопасное место. Редко попадалось готовое и подходящее. Приходилось строить. В ход шло все, что попадалось под руку. Затем укреплялось магией защитных ритуалов и получало название – дом.

«На костях» не строили

Привязанность человека к дому, в котором он родился, издревле была очень сильной. Если мужчина отправлялся в далекое путешествие, то стремился вернуться, как бы ни было привлекательно иноземное житье-бытье.

Девушку, выходящую замуж «на чужую сторону», оплакивали, как покойницу. Тоска по родному дому была невыносимой – об этом сложено много сказок и песен. Но почему? Что такого притягательного в родном доме?



«Мой дом – моя крепость», – говорят англичане. Пожалуй, в справедливости этой старой как мир фразы не усомнился бы ни один представитель любого из народов. Даже если его соплеменники селились в непрочных с виду хижинах, сплетенных из ветвей и травы.

Любая крыша берегла не только от дождя и зноя, но и от посягательств злых духов. Поэтому даже кочевые племена, жившие в теплых краях, никогда не ночевали под открытым небом. На привале они непременно ставили «палатку» из ткани или шкур животных.

Место для постоянного жилища выбиралось с особенной тщательностью. Отдавалось предпочтение тем из них, на которые указывала лоза, например. Дрогнет ветка в руках – значит, близко нечистая сила. Или просто, сосредоточившись, пытались почувствовать «дух» места. Никогда не строили на бывших полях сражений или рядом с захоронениями («на костях») – потревоженные покойники могли навредить живым.

Под защитой духа предков

Однако беды ждали от «чужих» мертвецов, а заручиться поддержкой «своих» никогда не отказывались. Хранителем считали умершего предка. Славяне называли его Чур, или Щур. Играя в салки, вы кричали «чур-чур» или «чурики» – и даже не думали, что мимоходом совершаете магический ритуал, обращаясь за помощью к умершему прапрадедушке! Или произносили: «Я в домике!» – это то же самое, в «доме-крепости» вы находитесь под защитой семейного духа-хранителя, никто не смеет вас тронуть. В древности эта детская игра (как и другая – прятки) была не простой забавой, а чем-то вроде репетиции настоящей тревоги. Кто успел убежать или сумел спрятаться – тот остался жив.

Берегли жильцов и духи животных. Начиная строительство, глава семьи убивал жертву, ее мясо съедали, а голову (череп) с почестями хоронили под фундаментом будущей постройки. Тогда и сам дом приобретал внешние черты своего защитника – недаром жилища народов Севера украшены оленьими рогами, а избы российских деревень – деревянными резными «коньками» и «петушками».

В Бирме до сих пор почитают натов – духов-защитников, охраняющих жилища или даже целые деревни, города. Натами становятся не все умершие, а только те, кто при жизни совершил что-либо значительное или претерпел несправедливые мучения. Почти возле каждого дома можно увидеть небольшие открытые часовенки, в которых, как считается, и обитает дух, оберегающий дом и его обитателей. Натам приносят жертвоприношения –

мелкие монеты, цветы и фрукты, покрывают их изображения золотой фольгой.

Похожий обычай есть и в Таиланде – рядом почти с каждым домом и даже офисом или учреждением можно увидеть маленький домик для духов – хранителей жилища. Перед ним ежедневно появляются подношения в виде еды, напитков и цветов. Здесь никто не удивляется, увидев, как деловой и важный бизнесмен с благоговейной улыбкой ставит

перед домиком тарелку с рисом. Тайцы свято верят, что любое жилище охраняют духи, и духов этих надо чтить.

Божество по имени Мара

Особого домашнего духа почитали восточные славяне. О нем сложено много популярных сказок и легенд, даже мультфильмы сняты, – это домовый.

Домовой – не имя, а прилагательное, замена имени. Могущественное существо нельзя было называть вслух по пустякам – беду накличешь. Домовой – тот, что в доме. Настоящим именем этого тихого, но сильного божества было Мара. Точнее, можно даже говорить о боге и богине, супружеской паре, носившей общее имя.

Мары помогали налаживать общение с духами умерших предков, и постепенно их стали связывать со смертью вообще, стали их бояться. Белорусы и поляки сейчас называют «марой» нечистую силу. А в Западной Европе это слово вообще превратилось в обозначение ужасных ночных сновидений (отсюда французский *cauchemar* (кошмар), английский *nightmare*).

«Суседушка» в коротких штанишках

Но на самом деле российский домовый со своей женушкой кикиморой – добродушные персонажи. Ленивым, неряхам спуску не дают, а старательным, трудолюбивым хозяевам благоволят. Деревенские жители, особенно пожилые, по сей день стараются поддерживать с домовым хорошие отношения, не забывают обратиться к «дедушке-суседушке» с ласковым словом, оставить немного вкусной еды, молока.

Суеверия неграмотных старушек? Но один мой знакомый, весьма уважаемый профессор университета, рассказывал, как в детстве (жил он в деревеньке под Архангельском) видел в избе маленького человечка в точно таких же, как у него самого, коротких штанах на лямках. Бабушка объяснила изумленному мальчишке, что это и был домовый.



Почему же домашнее божество представило будущему профессору в столь несерьезном обличье? Ведь обычно «хозяина» описывают как седого старичка или крепкого мужичка с бородой. Дело в том, что этот дух не имеет собственного облика, он копирует внешность старшего мужчины в доме. Наш герой рос без отца, среди женщин – вот домовый и выбрал его главой семьи, наложив тем самым на мальчишку огромную ответственность за судьбы матери и бабушки.

Злые силы не боятся грязи

У тюрков Южной Сибири, в особенности у алтайцев, большим почтением пользовались Эжик Тенерези – дух-хозяин дверей и Позого – дух-хозяин порога.

Для алтайцев (да и для других народов) порог дома – один из важнейших элементов внутреннего устройства жилища. Он мыслился границей между освоенным и неосвоенным пространствами, и неудивительно, что именно здесь обитал «хозяин дома». По народным поверьям, когда в доме порог чистый, то злые духи не могут пробраться в дом, если же грязный – входит беспрепятственно. Поэтому не только комнаты, но и порог алтайцы намывали до блеска.

Строго запрещалось наступать, а тем более садиться на порог, так как «хозяин» мог обидеться.

В Китае тоже почитают бога дверей – Мэнь-шэнь. Кроме того, у китайцев есть другие «домашние» боги, каждый со своей специализацией, но с одной общей чертой: любовью к чистоте и порядку. Цзао-ван «заведует» кухней и очагом, Чуан-гун и Чуан-му – постелью, а Цзы-гу – извините, отхожим местом. (И незачем смеяться! Китайцам ничто человеческое не чуждо, а чисто и уютно должно быть в каждом уголке дома).

Бестия в пушистой шубке

Добрим гением жилища египтян была кошка. Священные животные оберегали от грызунов хранилища с хлебом, спасая людей от голодной смерти. Ведущую ночной образ жизни, ее считали умеющей заговаривать, убаюкивать и предсказывать будущее. За убийство кошки в Египте преступника ждала казнь.

Если же кошка умирала естественной смертью, то в доме объявлялся глубокий траур: все брили себе головы и выщипывали брови, трупик животного бальзамировали, мумию хоронили на специальном священном кладбище.

Мы знаем богиню-кошку под именем Баст, однако это не совсем точное произношение. В египетских папирусах она читается как «БСТ» – египтяне обозначали на письме только согласные. Но в русском языке есть похожее слово – «бестия». По словарю В.И. Даля – шустрый зверек, ловкий пролаза, неслух. Ну, в общем, – кошка. В России это животное тоже наделяется недюжинной смысленностью и ма-



гическими способностями. Вспомните сказочного кота-баюна в интерпретации А.С. Пушкина, превратившегося в «кота ученого», что «пойдет направо – песнь заводит, налево – сказку говорит»!

Мы и сейчас, переезжая на новую квартиру, первой пускаем через порог именно кошку. Так не «родня» ли наша серенькая Мурка египетской «бестии»-Баст?

Кстати, в Египте существовало поверье, что душа хорошей хозяйки дома после смерти может переселиться в кошку. В Японии считалось, что кошки превращаются в женщин, а женщины в кошек, и, убив кошку, человек вполне мог лишиться жизни свою заколдованную возлюбленную. Китайцы говорили, что кошка, как никто другой, способна рассеять тьму и прогнать злых духов. А в русских поверьях в тело кота мог вселиться домовый, кошка же – оказаться его супругой, домашним духом женского рода. Распространенная кошачья кличка – Мурка – слишком уж подозрительно походит на Мару!

Так в чем же все-таки тайна родного дома? Наверное, вы уже догадались. Конечно, не в стенах и крыше, а в людях, в памяти о них. Там все свои – близкие, знакомые. И даже духи-хранители – родня друг дружке и самим обитателям жилища.

Анна ТОЛКАЧЕВА, автор рубрики Тайны простых вещей в журнале «Чудеса и тайны планеты Земля».

Подписные индексы на журнал «Чудеса и тайны планеты Земля» по каталогам:

«Почта России» – 99639
«Роспечать» – 82131



реклама

ПРИВЫКЛИ ПОБЕЖДАТЬ?

Дефицит тестостерона **снижает потенцию** и, более того, **повышает риск инфарктов** и инсультов. С 30 лет уровень тестостерона **резко снижается**. К 50 годам **не остаётся и половины** от того, что было в молодости.

Чем меньше тестостерона, тем короче путь к смерти.

«Фитогра-ф»

восстанавливает уровень тестостерона до 100%

- ♂ Уменьшает аденому
- ♂ Устраняет простатит
- ♂ Обеспечивает мощную эрекцию
- ♂ Увеличивает размер

Фитогра-ф работает

на уровне взаимосвязи желез внутренней секреции, поэтому эффективно устраняет причины аденомы, простатита и снижения потенции.

РЕЗУЛЬТАТ:

- ➔ Здоровая предстательная железа
- ➔ Здоровая сексуальная жизнь



мужчинам старше 70 лет
бонус 20% (полный комплекс)

Фитогра-ф ВЕРНИТЕ СЕБЕ ЛУЧШИЕ ГОДЫ ЖИЗНИ

БЕСПЛАТНАЯ ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ **8-800-200-39-49**

БОЛЬ взяла Вас под контроль?



С наступлением весны у Вас начали болеть суставы? Или Вы мучитесь круглый год? **Прибор «ПАТРА»** эффективно реанимирует Ваши суставы и позвоночник, без повторного лечения, в домашних условиях!

Высокотехнологичные нанозлементы борются со сложнейшими недугами:

- ✓ межпозвоночная грыжа
- ✓ остеохондроз
- ✓ артриты (в т.ч. ревматоидный)
- ✓ артрозы (в т.ч. деформирующий)

Здоровые СУСТАВЫ

дают возможность наслаждаться жизнью: гулять с внуками, заниматься спортом, встречаться с друзьями, ходить за покупками, быть рядом с детьми!



Все это реально вместе с «ПАТРОЙ»

БЕСПЛАТНЫЕ **8(495)983-03-26**
ЗВОНОК И
консультация **8-800-200-45-37**

ГИПОТОНИК ЖИВЕТ ПЛОХО, НО... ДОЛГО

Эта не очень утешительная поговорка опирается на наблюдения врачей за людьми с гипотонией (пониженным кровяным давлением).

Падение артериального давления ниже 100/65 мм. рт. ст. называют гипотонией. Само по себе низкое артериальное давление еще не является болезнью. Некоторые люди живут с низким давлением и даже не знают об этом, т. к. чувствуют себя совершенно здоровыми, ни на что не жалуются и только при случайном измерении обнаруживается, что у них низкое давление. Это – особенность данного организма, его конституции, вариант нормы, который нередко встречается у спортсменов, а также у людей, занимающихся тяжелым физическим трудом.

Однако известен ряд болезней; когда низкое давление является одним из характерных признаков. Это такие заболевания, как пониженная функция щитовидной железы, микседема, туберкулез, сердечно-сосудистая недостаточность, инфаркт, острые и хронические инфекции, различные интоксикации, хроническая недостаточность надпочечников, язвенная болезнь, воспаление легких, заболевания печени и желчных путей, тонзиллит, гайморит и другие. Такая симптоматическая гипотония исчезает по мере выздоровления больного от основного заболевания.

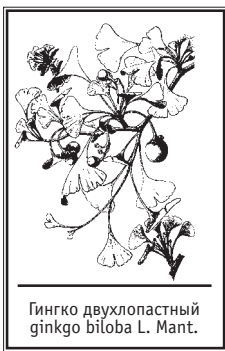
Но если пониженное давление не связано с каким-либо другим заболеванием, то в этом случае говорят о гипотонической болезни. В основе ее лежит невроз (астеническая форма), связанный с нарушением функции центральной нервной системы и кровообращения. Такое состояние называют еще нейроциркуляторной дистонией.

В отличие от гипертонической болезни, при которой чаще страдают лица среднего и пожилого возраста, большинство гипотоников – молодые люди от 18 до 35 лет. К сожалению, в последнее время гипотония встречается даже у подростков и детей.

Преимущественно это лица женского пола.

Развитию гипотонии способствуют недосыпание, нервно-психические травмы и длительное эмоциональное напряжение, отравление организма, например, никотином, алкоголем, а также наследственная предрасположенность.

Если гипертония опасна для сердца и кровообращения и ее профилактике и лечению уделяется много внимания, то к гипотонии, которая не несет в себе непосредственной угрозы жизни, отношение более чем «легкое».



Гинкго двухлопастный
ginkgo biloba L. Mant.

беспокойства за свое здоровье, тревоги, страха. Частыми признаками являются повышенная раздражительность, плохое настроение, плаксивость, снижение памяти. Больные жалуются на то, что с трудом встают с постели, долго не могут сосредоточиться, а затем, включившись в режим дня, начинают чувствовать себя лучше, но большая физическая нагрузка переносится ими плохо из-за быстро наступающей слабости.

Нередко больные страдают ортостатизмом (значительное падение давления при быстром переходе из горизонтального положения в вертикальное).

Иногда у лиц с гипотонической болезнью наступают периоды ухудшения (кризы), при которых еще более усиливается общая слабость, головокружение, более выражена утомляемость. В эти периоды больные особенно нуждаются в отдыхе и лечении.

Как же помочь больному справиться с пониженным давлением?

Прежде всего, необходимо упорядочить режим работы, отдыха, питания. По возможности устранять факторы риска или значительно уменьшить воздействие отрицательных эмоций на нервную систему, создавая благополучную обстановку на работе и дома. Для лиц, покинувших работу и «ушедших в болезнь», лучшим методом лечения является их трудоустройство (возврат на работу). Следует нормализовать режим питания и принимать пищу дробно (4-5 раз в день, в определенные часы). Большие перерывы между приемами пищи могут стать причиной общей сильной слабости, головных болей и др.



Лимонник китайский
S. chinensis (Turcz.) Baill.

В ежедневном пищевом рационе должны быть белки животного происхождения (рыба, яйца, молоко, мясо, в частности, говяжья печень, кетовая икра), достаточное количество жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ.

Белки пищи, витамины «С», «В», «Е» – естественные стимуляторы, повышающие общий тонус и, в частности, улучшающие деятельность сердечно-сосудистой системы и работоспособность человека.

В широком списке продуктов с высоким содержанием витамина «С» можно выделить апельсины, которые способствуют улучшению настроения и сна, снимают стрессы, мигрени, мышечную усталость, тонизируют вегетативную нервную систему, и поэтому особенно эффективны при вегетососудистой дистонии.

Витамины группы «В» (имеющие самую тесную связь с деятельностью центральной нервной системы) называют «витаминами бодрости». Витамин «В» широко распространен в пищевых продуктах. Богаты им цельные зерна злаковых, орехи, дрожжи, бобы, горох, все овощи, включая картофель. Высокое содержание витаминов группы «В» в ржаном и отрубном хлебе, тогда как в белом – почти полное отсутствие. Полезны отвары из отрубей пшеницы, мяты, боярышника, шиповника.

Тонизирующее действие на сосуды оказывает настой корня женьшеня в каплях. Можно применять имеющийся в продаже в аптеках «Сибирский женьшень» в таблетках.

Полезен чай из листьев земляники, клубники, шиповника, зеленый чай.

Природными биостимуляторами являются золотой корень, корень имбиря, элеутерококк, Спирулина, Гинкго билоба, ягоды боярышника, лимонник, а также заманиха, левзея, родиола розовая, масло лимона.

Некоторые специалисты по кровообращению, например, считают, что при гипотонии вообще нет никакой необходимости использовать медикаментозное лечение, поскольку не считают ее болезнью. Исключением является беременность. В этот период низкое давление у матери – всегда фактор риска, т. к. могут начаться преждевременные роды и появиться осложнения, опасные для жизни будущего ребенка.

Людам, страдающим от гипотонии (как было отмечено выше, к их числу относятся не все гипотоники), такая позиция части врачей не понятна, поскольку гипотоническая болезнь характеризуется слабостью, быстрой утомляемостью, головокружением, иногда с потемнением в глазах, мельканием «мушек» перед глазами, шаткостью походки, полуобморочным и обморочным состояниями, приступами мигрени. Могут быть и другие проявления: боли в области сердца, сердцебиение, «замирание сердца», одышка, усиливающаяся при физической нагрузке, необходимое в этой ситуации увеличение циркуляции крови не наступает из-за низкого АД. На голенях иног-

ПОБОРОТЬ АЛКОГОЛЬ

1) Съесть 6 ч. л. меда, через 20 мин. еще 6 ч. л. меда, через 20 мин. еще 6 ч. л. меда, через 40 мин. съесть 6 ч. л. меда, через 20 мин. съесть 6 ч. л. меда, через 20 мин. еще 6 ч. л. меда. Первый день – 36 ч. л., второй день – через 23 часа (почти через сутки) съесть 6 ч. л. меда, через 20 мин. еще 6 ч. л. меда, через 20 мин. Еще 6 ч. л. меда через 20 мин. Съесть 1 яйцо всмятку, перед обедом съесть 4 ч. л. меда, выпить 1 ст. томатного сока и съесть 1 кусок хорошо проваренного мяса, через 20 мин. Съесть 4 ч. л. меда. Через неделю повторить. Курс лечения 3-7-9 сеансов.

2) Съесть за 1 раз : 10 ч. л. меда, 250 г томатного сока, 200 г мяса, 1 яйцо. Через день курс повторить. Курс 3 раза.

3) На ночь за 20 мин. до сна съесть 18 ч. л. меда. Курс лечения 7 дней.

4) Кормить пьяницу грибами-навозниками, добавляя в пищу, высушенных и истолченных в порошок.

5) Читать пьянице вслед: «Осушись страсть пагубная, в рабе Божьем (имя) как в жаркой пустыне вода. Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Аминь».



6) Заговор делать на еду и питье: «Господи, прости. Господи. Сохрани. Открываю нутряное русло у раба Божьего (имя). Зайди в рот, сойди на живот, с живота до зад, чтоб с поносом не было сладу. Как медведь весной поносом исходит, места себе в лесу не находит, так и ты, раб Божий (имя) ногами сучи, зубами стучи, вопи, кричи. Не имей сладу со своим задом. Как ты раб Божий (имя), будешь водку пить, так из тебя будет ручьем понос лить. Слово мое на запоре, дело мое на затворе, как я тебя раб Божий (имя) наказала, так тому и быть. Моего дела никому не перебить. Ключ. Замок. Язык. Аминь».

7) Перед любителем выпить поставьте рюмку вверх дном и проследите, чтобы он собственноручно перевернул ее, тогда у выпивохи на весь вечер пропадет желание прикладываться к бутылке.

8) Дать выпить 100 г свежего сока красной свеклы, а через 15 минут стакан вина. Бывает достаточно и одного сеанса.

9) С вспотевшего коня льняной тряпкой собрать пот (пена) и прополоскать ее в водке,

делать нужно несколько раз (несколько раз собрать пот и тряпку полоскать в одной и той же водке), чтобы раствор получился насыщенным. Потом (вспотевшей водкой) поят алкоголика, разбавляя ее чистой водкой.

10) Пусть алкоголик ест больше меда, перенасыщение организма кальцием (а в меде его много) убивает потребность к алкоголю.

11) Перга (пчелиный хлеб) по 1 ч. л. 3 р. в день, после приема перги нельзя в течение 30 мин. пить воду. 700 г перги хватает, чтобы излечиться от алкоголя.

12) Чтобы отучить человека от пьянки, нужно положить в руку покойника, кулак, деньги ровно на бутылку водки, и пусть эти деньги лежат в руке покойника, после чего их нужно будет забрать и купить бутылку водки и дать выпить пьянице, он навсегда избавится от пьянства. Мертвецу ведь водка ни к чему, так и пьянице она не нужна. Деньги кладут в руку покойника после того, как его обмыли и положили в гроб, и пусть они лежат до того момента, пока его не станут выносить из дома, тогда забрать деньги из руки и купить водки и дать пьянице выпить, денег должно быть ровно на бутылку водки. В общем деньги должны лежать в руке покойника, пока он лежит в доме, в гробу.

633332, Новосибирская область, Болотнинский район, деревня Кривоояш, Бондарева Лидия Павловна. Отвечу всем при наличии в письме конверта с обратным адресом.

реклама

КРИЗИС-АДЕНОМА

есть ли связь?

Экономические спады резко увеличивают заболеваемость мужчин. Прежде всего страдает предстательная железа. **Стресс провоцирует рост аденомы.**

Начинаются учащенные позывы к мочеиспусканию, эректильная дисфункция, что влечет еще больший стресс и прочный круг замыкается...



Простатит
Аденома
Снижение
потенции



жизнь
в радость



Специально для мужчин, остро нуждающихся в помощи, запущена мощная антикризисная программа. Теперь уникальный **аппарат ЭСРВ-01 для восстановления мужского здоровья** будет доступен в неограниченном количестве и по сниженным ценам.

Возможность избавления от аденомы и простатита, **восстановления либидо и эрекции** теперь есть и у Вас. **Помощь гарантирована каждому обратившемуся.**

В Вашей жизни больше нет места аденоме, простатиту и вялой эрекции.

ЗВОНОК И
КОНСУЛЬТАЦИЯ



8(495)646-97-94

БЕСПЛАТНЫЕ 8-800-200-03-49

РОССИЙСКИЙ АЛКОГОЛИЗМ НАКОНЕЦ-ТО ОБУЗДАН

ГЕП В – крупнейшее открытие в борьбе с алкоголизмом, благодаря которому избавились от алкогольной зависимости уже тысячи людей по всему миру. Теперь **ГЕП В** доступен у нас. **ГЕП В** восстанавливает выработку пептидов, отвечающих за нормальное состояние психики и устранение алкогольной зависимости. В результате **ГЕП В**:

- Устраняет тягу к алкоголю
- Регенерирует клетки печени
- Применяется при сопутствующих заболеваниях
- Восстанавливает психо-эмоциональные процессы

ЗАБЛУДИЛИСЬ?

МЫ ПОМОЖЕМ!



ВЫХОД
ИЗ ЗАПОЯ

ГЕП В

! Рекомендован при женском алкоголизме
! Возможно применение без ведома больного

АЛКОГОЛИЗМ – это болезнь, и Геп-В поможет Вам и вашим близким её преодолеть!

Бесплатная **8(495)223-48-07**
горячая линия **8-800-200-05-13**

ШИПОВНИК – ЧЕМПИОН ИЗ ЧЕМПИОНОВ!

Этот колючий кустарник, очень точно называемый шиповником – одно из наиболее древних по использованию и в то же время новое плодородное растение. В дикорастущем виде распространен необычайно широко, от тропиков до холодно-умеренных зон. В начале лета он украшается крупными, душистыми цветами, очень напоминающими розу. Впрочем, шиповник и есть роза, только дикая. Все сорта культурных роз ведут свою родословную от шиповника и принадлежат к одному ботаническому роду *Rosa*. Без шиповника невозможно и разведение культурных роз – ведь он основной подвой для этих цариц цветника.



Ирина Сергеевна Исаева

**«Стеной шиповника душистой
Встречал въезжающего двор».**

А. Блок.

Шиповник издавна ценился и как легендарное целебное растение. В старину на Руси его плоды ценились дороже золота. Их обменивали на атлас, бархат, собольи меха. Хранили плоды в Кремле, в Аптекарском приказе, созданном еще в 1620 году. Никто из лекарей не смел получить плоды шиповника без специального разрешения царя. Для сбора их в XVI-XVII веках в оренбургские степи посылались специальные экспедиции под охраной воинов.

Наши предки называли шиповник чудодейственным лекарством, лекарем от сорока болезней. Иоанн Мазовей, в сочинении конца VI века «Вертоград прохладный» пишет, что шиповник «по-латыни *Medicina Benedicta*, а по-русски врачевание благословенное, поскольку сила его способствует выздоровлению всего тела человеческого». «Патоку свороборную» (отвар шиповника) давали раненым для лечения кровотечения из десен и поддержания сил в первом московском госпитале еще задолго до открытия витаминов. Для предупреждения и лечения кровотечения десен при цинге издавна и просто ели плоды шиповника или натирали ими десны. В лечебных целях использовали и листья: при насморке и головной боли их нюхали, а при запорах толкли листья с кусковым сахаром и принимали внутрь. Лепестками цветков, сваренными в уксусе, смазывали на

ночь больные суставы, и боль проходила. Свежие лепестки толкли и прикладывали к чирьям, а отваренные с медом и кусковым сахаром принимали внутрь для отделения мокроты. Сок из цветков шиповника, сваренный с вином, принимали при головной боли и болезнях глаз. И это еще далеко не полный перечень лечебного использования этого легендарного растения-врачевателя.

Щедрая целительность шиповника связана с тем, что его плоды – непревзойденный естественный поливитаминный концентрат, который накапливает многочисленные биологически активные вещества в рекордных количествах. Шиповник – чемпион из чемпионов по содержанию витамина С, Р и каротина. По накоплению витамина С с ним может конкурировать лишь актинидия, по витамину Р – арония, а по каротину он не уступает даже такому общепринятому каротиноносу, как морковь. Для удовлетворения суточной потребности в этих витаминах достаточно заварить только 2-3 плода шиповника и выпить полученное средство.

В плодах шиповника в ощутимых количествах содержатся также редко встречаемые у плодовых растений витамин К1 (филлохиноны), В2 и в семенах Е (токоферолы). Они богаты сахаром, лимонной кислотой, дубильными и красящими веществами, пектинами, эфирными маслами, а также минеральными соединениями (например, по накоплению железа шиповник превосходит многие растения нашего сада).

Общеукрепляющие витаминные напитки из шиповника особенно необходимы со второй половины зимы, когда до витаминной зелени, плодов и ягод еще дале-

ко. Рецептов приготовления таких напитков множество. Например, можно сделать так: высушенные плоды шиповника хорошенько промыть в холодной воде, слегка раздробить (это облегчает дальнейшее растворение витамина С), поместить одну столовую ложку сырья в эмалированную посуду, залить стаканом кипятка, закрыть крышкой и кипятить 8-10 минут. После этого отвар вместе с плодами перелить в стеклянную посуду, накрыть и настаивать в темном месте. Затем процедить через двойной слой марли и отжать в



Шиповник

Приготовьте, отведайте

Настои шиповника можно использовать не только как питье, но и добавлять в различные блюда. Например, перемешать крепкий настой шиповника с кефиром, добавив по вкусу сахар. Или сделать из настоя кисель: настоять плоды в термосе, жидкость слить, плоды тщательно растереть, затем соединить их с настоем, все перемешать и процедить снова в отдельную кастрюлю. Добавить сахар по вкусу, влить разведенный в воде крахмал и довести до кипения (но не кипятить!)

Шиповниковое масло

100 г пюре шиповника, 100 г сливочного масла и 40 г сахара взбить миксером. Использовать для бутербродов.

Витаминизированный чай

Измельченные плоды шиповника (1 ч. л.), лепестки шиповника (1 ч. л.) и листья бадана (1 ч. л.) залить в среднем по размеру заварочном чайнике кипятком на 20 мин. под гнетом. Использовать как заварку для утреннего тонизирующего чая со второй половины зимы и весной.

Если не добавлять лепестки шиповника, то можно приготовить заварку с вечера, укутав чайник на всю ночь.

А хотите – приготовьте чай очень просто. Замочите плоды шиповника (1 ст. ложка) в холодной воде (200 г) и выдержите так несколько часов. Доведите смесь до кипения, сцедите и сразу же пейте.

Суп из шиповника по-саксонски

300 г плодов, 1 л воды, 75 г сливочного масла, 2 ст. л. муки, 1 ст. л. сахара, 2 булочки.

Плоды разрезают пополам, очищают от плодоножек, чашелистиков и семян, хорошо промывают и 25 минут варят в подсоленной воде. Затем плоды надо протереть через сито или взбить миксером. Из масла и муки готовят заправку, разбавляют ее водой и кипятят. Добавляют пюре из шиповника и снова кипятят, добавляют соль и сахар (можно долить немного красного вина). Суп должен быть густым (суп-пюре) и дополняться гренками. Подают к столу теплым.

Молоко с шиповником

Плоды шиповника (100 г) очистить от семян, замочить в воде на 2-3 часа, проварить 10 мин. и протереть через сито. Массу соединить с молоком (800 мл), медом (90 г) и взбить в миксере.

Заготовьте впрок

Вино

1 кг свежих ягод, 3 л воды, 800 г сахара, дрожжи.

Плоды промыть, можно измельчить. Пересыпать в бутыл, залить теплой, прокипяченной с сахаром, водой и добавить подошедшие дрожжи. Бутыл закрыть бродильной пробкой. Через 3-4 недели слить все в чистую посуду, дать время добродить и разлить в бутылки.

Из заквашенных плодов шиповника с добавлением свежих или сушеных плодов можно приготовить вино еще один раз.

Мармелад

Очищенные плоды разрезать, удалить семена, ворсинки и промыть. Сварить до мягкого состояния в небольшом количестве воды, потом протереть. Довести 1 кг пюре до кипения, добавить 500 г сахара, немного воды и варить до загустения. Горячим разлить мармелад в маленькие баночки и закрыть крышками. Баночки перевернуть вверх дном и охладить.

Пюре

1 кг плодов шиповника очистить от семян, волосков, промыть, залить водой, кипятить 10 мин., откинуть на сито. Когда вода стечет, протереть, добавить сахар (200 г), довести до кипения и влить сироп из лепестков шиповника (200 мл), размешать. Пюре разлить в простерилизованные банки, закрыть крышками, пастеризовать при температуре 70 градусов: пол-литровые – 15 мин., литровые – 20 мин., и плотно укупорить.

Сушеные лепестки

Лепестки разложить в один слой на чистой бумаге и сушить в помещении в полутени. Хранить в закрытой стеклянной банке в темном и сухом месте. Использовать в качестве ароматной добавки к заварке чая.

ней плоды. Напиток использовать в течение этого же дня, так как при более длительном хранении витамин С в нем разрушается. Здоровому взрослому человеку достаточно в сутки 1-2 стакана, детям – один стакан.

И все же большинство хозяек, облегчая труд и экономя время, просто заваривают шиповник в термосе. Я делаю это так: вымытый шиповник закладываю в термос и заливаю кипятком. Пропорции подбираю по ощущениям, обычно горсть на 1 л кипятка. К шиповнику стараюсь добавить сухих плодов каротиносодержащего боярышника или рябины. Стараюсь это делать с вечера, тогда настой готов уже к утру, и он становится моим основным

дневным напитком. По вкусу добавляю в него немного сахара. Если боярышник принес излишнюю пресноватость, добавляю какую-нибудь «кислинку» – ломтик лимона, лимонную кислоту, немного любого кисловатого сока. Когда особенно чувствуется упадок сил, к настою из шиповника добавляю еще и тонизирующий лимонник. Это может быть и несколько капель спиртовой настойки из его ягод или даже свежеприготовленный отвар веточек (кипячу их минут 20).

Народный опыт подметил эффективность добавления к отвару шиповника меда и особенно для ослабленных людей, сердечников и почечных больных. 2 ст. ложки сухих измельченных плодов заливают 0,5 л кипяченой воды, кипятят 10 минут на слабом огне в эмалированной посуде при закрытой крышке, настаивают 1-2 часа, процеживают, добавляют 2 ст. ложки меда, размешивают до полного его растворения и пьют 2-3 раза в день.

Настой шиповника – не только витаминное, общеукрепляющее средство, но он обладает еще и желчегонным, противовоспалительным, ранозаживляющим и другими целебными свойствами.

При гастритах, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, воспалительных заболеваниях желчных путей и печени рекомендуется настой шиповника в соотношении 1:20. Пить по полстакана 3 раза в день, за полчаса до еды.

При заболеваниях почек 1 ст. ложку сухих плодов заливают стаканом кипятка, настаивают 2-3 часа, процеживают, пьют по 0,5 ст. 3-4 раза в день. В этом случае полезны и просто свежие плоды шиповника.

Для лечения почек шиповник используется и в мочегонных сборах.

Столовую ложку смеси в равных соотношениях плодов шиповника, можжевельника обыкновенного и семян айвы залить стаканом холодной воды, настоять 6 часов, прокипятить 15 минут и процедить. Отвар пить по 1-2 стакана в течение дня в несколько приемов при хроническом нефрите.

Чайную ложку смеси в равных соотношениях плодов шиповника, можжевельника обыкновенного, листа березы и 2 части марены красильной залить стаканом холодной воды, настоять 10 часов, прокипятить 5 минут, процедить. Выпивать за день глотками при почечнокаменной болезни.

Шиповник – испытанное средство и при простудных заболеваниях. Особенно он эффективен в сочетании с плодами малины (равное соотношение). Такой сбор кипятят 10 минут и настаивают 3-4 часа.

Еще лучше к этому сбору прибавить еще и сухие плоды черной смородины. Такую смесь заливают кипятком, кипятят в течение 10 минут и настаивают. Принимают по 1 стакану перед едой.

Ну и, конечно, при простуде хорошо заваривать просто чай из шиповника и пить, пить, пить.

Настой шиповника считается эффективным при острых и хронических заболеваниях легких, кровохаркании и бронхиальной астме. Настой: 1 ст. л. плодов на стакан воды, настоять в течение 15 мин. Принимать по 1/2 стакана 2-3 раза в день после еды.

В семенах шиповника в ощутимом количестве содержится витамин Е (токоферолы). Промышленность выпускает из его семян масло, которое по ранозаживляющим свойствам не уступает облепиховому. Это масло прикладывают к ранам, ссадинам и другим повреждениям кожи. При лечении язвы толстого кишечника ежедневно или через день делают микроклизмы, используя по 50 г масла. Курс лечения 15 – 20 процедур.

Из мякоти плодов промышленным путем делают масляный экстракт – каротин. Его применяют наружно при лечении трофических язв и экзем, поражениях слизистых оболочек. Для этого салфетки, смоченные препаратом, накладывают на пораженные места 1-2 раза в день.

А еще из зрелых плодов шиповника изготавливают препарат холосас. Это сироп, употребляемый внутрь при воспалении желчного пузыря и печени.



Шиповник – достаточно распространенный в нашей стране кустарник. Плоды собирают с двух дикорастущих видов: шиповника коричного (*Rosa cinnamomea* L.) и в меньшем объеме с шиповника собачьего (*Rosa canina* L.). В лечебном отношении более ценен шиповник коричный. Различить эти шиповники не сложно по плодам: у собачьего они шарообразные, при созревании плотно прижаты к чашечке, а у шиповника коричного – яйцевидные, даже где-то удлиненные. Собирают – в период полной зрелости, в конце августа – сентябре. Важно собрать до заморозков: при заморозке они теряют витамины и становятся малопродуктивными для лечебных целей.

Сразу же после сбора плоды сушат в печах, духовках газовых плит, следя за тем, чтобы они не пригорели. Правильно высушенные плоды должны быть буровато-красного или оранжевого цвета, с плодоножкой.

В нашей стране шиповника в дикорастущем виде пока еще не мало. Но заросли его сокращаются, да и сбор плодов с малоурожайных кустов утомителен. Вот почему ученые еще с 40-х годов ушедшего века развернули работу по введению этого растения в наши сады как новой плодовой с высокими лечебными свойствами культуры. И уже созданы новые сорта, несравненно урожайней дикорастущих растений, с крупными плодами, а главное – с необычайно высоким содержанием витамина С – до 3000 мг на 100 г плодов.

Ирина Сергеевна Исаева, доктор сельскохозяйственных наук. Тел. 8-499-121-33-81.

СОКОТЕРАПИЯ: ВКУСНО, А ГЛАВНОЕ – ПОЛЕЗНО!

Всем известна полезность ягод, овощей и фруктов. Производимые из них соки и нектары необходимы организму в степени не меньшей, чем сами плоды. Как готовить соки в домашних условиях? Соки следует готовить из очень свежих овощей, фруктов и сразу их пить. Соки из лежалых плодов не очень богаты витаминами. Если вы хотите сохранить в соке как можно больше полезных веществ, воспользуйтесь соковыжималкой.

Какое количество сока нужно выпивать в день?

Если вы пьете сок для профилактики, то определенных ограничений не существует, а если лечите какую-либо болезнь, то необходимо выпивать не менее 600 мл сока в день. Для достижения же необходимого результата – делать это ежедневно. А теперь попробуем разобраться, насколько полезны для здоровья различные соки, любимые нами и не очень. Если вы считаете, что по утрам стоит пить лишь апельсиновый сок, то ошибаетесь. Он, конечно, очень вкусный и содержит множество полезных веществ, но ведь и овощные соки не хуже.

Сок красной свеклы стимулирует работу сосудов, улучшает усвоение пищи, нормализует кровяное давление.

Сок моркови, особенно с мякотью, – хорошая профилактика онкологических заболеваний, очень помогает при упадке сил, при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, желчнокаменной болезни. А при насморке морковный сок полезно закапывать в нос (по несколько капель 3-4 раза в день).

Сок черной редьки полезен при болезнях печени и желчного пузыря, способствует отхаркиванию при бронхите.

Сок хрена стимулирует кровообращение, улучшает состояние людей, страдающих ревматизмом.

Сок свежей капусты заживляет язвы, а квашеной – повышает кислотность желудка.

Сок репчатого лука повышает свертываемость крови, применяется при заболеваниях верхних дыхательных путей.

Сок чеснока способствует понижению кровяного давления у пожилых людей, стимулирует кровообращение при атеросклерозе. Сок из листьев и корней петрушки стимулирует работу почек, пищеварительного тракта.

Употребляйте исключительно здоровую пищу – ничего жареного, вареного и копченого. Ешьте сырые овощи и фрукты.



Бодрящие лечебные коктейли против усталости и болезней. Для коктейлей используют свежий сок лекарственных растений. При заболеваниях глотки, гортани, тонзиллита, быстрой утомляемости благотворное влияние оказывает лечебный коктейль из: 2 ст. л. сока красной свеклы, 250 мл свежего кефира, 1 ч. л. сиропа из плодов шиповника, сока 0,5 лимона. Коктейль пьют в дозах: 5-30 мл (1 ч. л. – 2 ст. л.) по 2-3 раза в сутки.

При снижении зрения, близорукости

340 г чеснока растолочь в ступе и добавить 25 г 96 %-го спирта. Выдержать смесь 2 недели в темном и прохладном месте. Процедить и принимать внутрь (на 50 мл молока) по схеме:

1-й день: 1 капля настоя – завтрак, 2 капли – обед, 3 капли – ужин;

2-й день: 4 капли – завтрак, 5 капель – обед, 6 капель – ужин;

3-й день: 7 капель – завтрак, 8 капель – обед, 9 капель – ужин.

По схеме, прибавляя по одной капле в день, на 5 день довести количество капель до 15, а, начиная с 6-го дня, количество препарата уменьшать с каждым днем по капле. Таким образом, довести прием до 1-й капли перед ужином. На 11-й день принимать по 25 капель в день, пока не будет израсходована вся настойка. Лечение при необходимости можно повторить только через 5 лет.

Ввиду того, что с каждым годом увеличивается число курильщиков, а промышленные предприятия выбрасывают в воздух сотни тонн вредных веществ, в том числе и угарный газ, пары ртути и свинца – кривая респираторных заболеваний и заболеваний верхних дыхательных путей неуклонно растет.

Для лечения сезонных катаров можно использовать такие рецепты

На 40%-м спирте настаивать почки тополя черного (1:5) в течение двух недель. После этого настой отфильтровать. Настойку по 25-30 г использовать для ингаляций через день.

Сделать настойку корневища калгана с хреном. Корневище калгана настаивать 2 недели на 40 %-м спирте, отфильтровать. Натереть на мелкой терке корень хрена. Затем взять 5 частей раствора калгана на 1 часть хрена, все смешать, настаивать 10 минут и снова отфильтровать. Для ингаляций использовать по 10-20 мл на одну процедуру.

При варикозном расширении вен нужно пить спиртовой настой порошка мускатного ореха. 200 г ореха залить 100 г водки, настаивать 12 суток. Принимать по 25 капель (на 50 мл свежей сыворотки) 3 раза в день за 1 час до еды.

Чтобы приготовленные напитки не потеряли своих питательных свойств и ценности, нужно:

1. Овощи и фрукты перебрать.
2. Тщательно промыть их под краном. Особое внимание следует уделить корнеплодам, которые необходимо мыть щеткой.
3. Тонким нержавеющей ножом снять кожуру с тех овощей и фруктов, которые нельзя подвергать обработке с кожурой.
4. Очищенные овощи быстро промыть под водой, чтобы они не потеряли полезные свойства (очищенные фрукты не моют).
5. Фрукты и овощи, предназначенные для приготовления натуральных соков, перерабатывать быстро и непосредственно перед употреблением.



Иван Павлович рассказал:

– В 1964 году был создан Институт медико-биологических проблем. И мне поручили разрабатывать методы и способы оказания медицинской помощи космонавтам при полетах различной продолжительности. Институт Вишневского отвечал тогда за разработку средств для

оказания медицинской помощи при остром животе. И вот однажды задал я один вопрос академику Вишневскому, который медики почему-то оставляли без внимания: **«Александр Александрович, что вы будете делать с аппендицитом, если у кого случится воспаление на борту космического корабля?»**

«Как что? Операцию», – отвечал Вишневский.

МОЖНО ЛИ ПРЕДУПРЕДИТЬ АППЕНДИЦИТ?

На конференции «Интегративная медицина – 2008» после семинара, посвященного естественным методам оздоровления, мы разговорились с Неумывакиным Иваном Павловичем и д-ром Муллозухуром Тохири. И зашел разговор об одном деликатном органе – аппендиксе.

«Какая же может быть операция? Если срочно спустить человека с орбиты, он же перегрузку не выдержит!», – тогда и встала перед всеми нами эта проблема.

Поехал я в институт Склифосовского и принялся выяснять дальше: **«С каким заболеванием человек, придя на работу, неожиданно попадает к вам?»**

Оказывается, статистика утверждает: 82% попадают именно с аппендиксом. Стали мы все вместе искать выход. Может, предложили медики, удалять аппендикс еще до полета? Вишневский говорит: **«Немцы во время войны удаляли у здоровых людей аппендиксы. Да и американцы начали практиковать удаление аппендиксов после года у младенцев».** Нашли мы эти материалы, изучили. Оказывается, после такой операции у здорового человека через некоторое время наступает необратимое изменение в кишечнике: спайки 100%-ные, живот почти совсем выключается. Потому как орган аппендикс – очень нужный организму. Там находится много иммунных клеток, оберегающих кишечник от всякой заразы. От аппендикса зависит состояние легких, носоглотки, наличие или отсутствие аллергии, и все прочее.

Приезжаю в Звездный городок, а там кто-то уже распространил наши медицинские разговоры. И в конце занятий подходит ко мне один из космонавтов и спрашивает: **«Иван Павлович, мы слышали, что вы собираетесь у нас аппендиксы удалять?»** – **«Да, был такой разговор на совещании медиков».** Сидят космонавты, думают, волнуются: **«А у вас аппендикс был, Иван Павлович?»** – **«Нет»,** – отвечаю. – **«Давайте сделаем так. Вам его вырежут. А мы наблюдать будем, в больницу к вам приходим, гостинцы поносим: мандарины, апельсины. Если все у вас будет хорошо, то все сразу даем согласие вырезать аппендикс».** Я отказался, да и их предупредил, что даже у кроликов и других животных запоры сразу ликвидируются, если им ввести вытяжку из аппендиксов человекообразных обезьян. Ведь аппендикс вырабатывает перистальтический гормон, действующий через кровь на толстую кишку и возбуждающий перистальтику. Этот «червячный отросток» – самый богатый нервными клетками участок кишечного тракта, и эти

нервные образования имеют тесные функциональные связи с другими органами. Аппендикс обнаружен только у человекообразных обезьян и человека, у других же животных на месте аппендикса имеется орган, который функционирует как дополнительный желудок, где бактериями перерабатывается клетчатка – волокнистая часть растений. Человек же на протяжении веков начал употреблять мясо, клетчатки ест меньше. Поэтому и возник аппендикс – «второй желудок» эволюционно превратился в узкий трубкообразный отросток, напоминающий хвостик, который расположен в начале толстой кишки. Но аппендикс не сбросил нагрузки утраченного «второго желудка», а даже усовершенствовал ее: аппендикс служит контролером инфекции в нижней части пищеварительного тракта, и иннервация его очень сложная: симпатические, парасимпатические и спинальные нервные ветви пронизывают этот маленький орган. Таким образом, здоровье этого маленького «червячного отростка» (длиной он всего 6-8 см и толщиной 0,6-1см) тесно связано со здоровьем других, даже

удаленных от кишечника органов. Так и был снят вопрос об обязательном удалении этого, казалось, «бесполезного» органа. А тогда я космонавтам кое-что делал, чтобы у них какое-то время гарантированно не было аппендицита.

– Что же является причиной аппендицита?

– В происхождении аппендицита главную роль играют функциональные расстройства ЖКТ.

Причина воспаления аппендикса – инфекция, развивающаяся в червеобразном отростке, а внедряется инфекция там, где нарушена трофика аппендикса и его сопротивляемость. И тогда диагностируют аппендицит – острое воспаление аппендикса.

– Возможно ли избежать воспаления в домашних условиях?

Тохири М.: Для того чтобы избежать аппендицита, надо в первую очередь устранять воспаление и запоры. Клинический опыт показывает, что аппендицит чаще всего наблюдается при питании обильной мясной пищей, предрасполагающей к запорам, и реже встречается у тех, кто питается преимущественно растительной пищей. Бывают и случаи попадания в аппендикс механических предметов. Был такой случай, привезли девушку с острым аппендицитом, когда вскрыли и оперировали аппендикс – обнаружили внутри его швейную иголку.

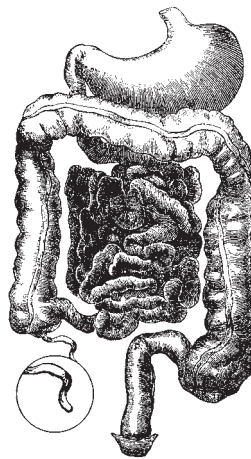
Я заметил, что люди, использующие в пищу репу хотя бы несколько месяцев в году, аппендицитом не страдали. Вот какие рецепты я знаю от аппендицита:

1) Взять 7 штук свежей репы, пропустить через мясорубку, и отжать сок, принимать по 100 мл 3 раза в день до еды.

2) Взять 3-7 штук свежей репы. Очистить кожуру и разломать по частям деревянной острой палочкой, налить 1,5 л воды и прокипятить репу 15-20 мин. – до готовности. Выпить небольшими порциями по 1/2 стакана 4 раза натощак и один стакан на ночь. Данный отвар очищает весь ЖКТ,

и особенно толстый кишечник и червячный отросток – аппендикс. Кроме того, этот отвар помогает и от бронхита, и от заболевания горла, сердцебиения, успокаивает нервы, дает крепкий сон.

3) Есть сырую и вареную репу (можно готовить репу в духовке при средней температуре, в течение 15-20 мин.). В репе обнаружена янтарная кислота – она улучшает функцию печени и почек, стимулирует выработку желудочного сока, ее используют в лечебном питании при запорах. При гастритах с пониженной кислотностью, заболеваниях желчевыводящих путей нужно есть как можно больше различных блюд из репы.



СКОЛИОЗ

У 80 процентов школьников выявлены нарушения осанки и различные виды деформации позвоночника. Самое распространенное из них – сколиоз.

Сколиоз – искривление позвоночника в правую или левую сторону относительно продольной оси. Если позвоночник выгнут вперед – это лордоз, если назад – кифоз. Сколиоз может быть врожденным, а может возникнуть на основе костных изменений либо сформироваться при параличе мышц спины, живота.

Причины появления сколиоза – неправильная осанка во время сидения за столом или хождения (многие дети имеют привычку горбиться). При недостаточно сильном мышечном аппарате и костной системе. Предпосылки к развитию сколиоза появляются, когда мама носит младенца всегда на одной руке, кладет его спать на мягкий матрас и на высокую подушку, водит за собой, всегда держа за одну и ту же (чаще всего левую) руку. Огромную роль играют и вредные наклонности ребенка: привычка подолгу стоять или прыгать на одной ноге, всегда носить портфель в одной руке или скрючившись сидеть за столом или перед компьютером.

Прогрессирование сколиоза часто наблюдается у детей в период усиленного роста и перестройки гормональной системы. В целях профилактики заболевания или устранения искривления используют корсет, лечебную гимнастику, массаж спины. Большую пользу приносят занятия физкультурой и плавание.

Еще одна не менее распространенная причина сколиоза – травмы позвоночника: падения, ушибы. Собственно, тяжелая атлетика – постоянный источник опасности для спины. Очень часто к сколиозу приводит паралич мышц спины, например после инсульта или в результате тех же травм.

Сколиоз всегда развивается в результате неправильной репозиции (совмещения) костей после перелома ног. Кости вроде бы срослись, но одна нога становится немного коро-

правильная осанка, косметический дефект. Искривляясь, позвоночник всегда ущемляет те или иные отделы спинного мозга. Результат – серьезные нарушения в работе всего организма. Итог запущенного сколиоза – инвалидность, причем не по ортопедическим показаниям. Пострадать могут легкие, сердце, почки.

РЕЦЕПТЫ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ

Для снятия болевых ощущений назначают индометацин, диклофенак, кетанов. К сожалению, при длительном приеме любого из этих лекарств страдают почки. Поэтому лучше держать эти таблетки на всякий случай под рукой. А для постоянного использования приготовьте мазь по одному из приведенных ниже рецептов.

Смешать в равных пропорциях:

- плоды кориандра, почки березы, траву мяты, корень одуванчика.
- почки березы и осины, корень горца змеиноного и траву зверобоя.
- цветки календулы и лабазника, траву мяты и чистотела, шишки хмеля и листья эвкалипта.
- корень лопуха, траву мяты и фиалки трехцветной, листья подорожника, цветки ромашки и почки сосны.
- корень алтея и одуванчика, траву лаванды, тысячелистника и хвоща полевого, корень горца змеиноного, траву зверобоя, мяты и чистотела, почки сосны, листья эвкалипта.

че, нарушается биомеханика всего опорно-двигательного аппарата, и позвоночник «идет винтом».

Наивно полагать, что сколиоз – всего лишь не-

ПРИГОТОВЬТЕ МАЗЬ: залейте 1/2 стакана кипятка и 3 ст. л. измельченного сбора, нагревайте на слабом огне, постоянно помешивая 5 минут, остудите. Слейте оставшуюся воду, смешайте гущу с растопленным нутряным салом или сливочным маслом, чтобы получилась однородная масса консистенции густой сметаны, добавьте 1/4 стакана растительного масла и перемешайте еще раз. Храните лекарство в холодильнике не более 3 лет.

После того, как натрете больное место, сразу же потеплее укутывайте спину.

Прежде чем прибегнуть к лечению мануальной терапией не лишне вспомнить, что у нее есть и множество противопоказаний: Категорически запрещается применять мануальную терапию при следующих недугах:

- недавно перенесенный инфаркт миокарда;
- инсульт;
- онкологические заболевания;
- туберкулез позвоночника;
- нарушения в работе эндокринной системы;
- системные заболевания (герпес, красная волчанка и пр.

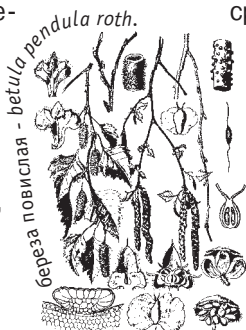
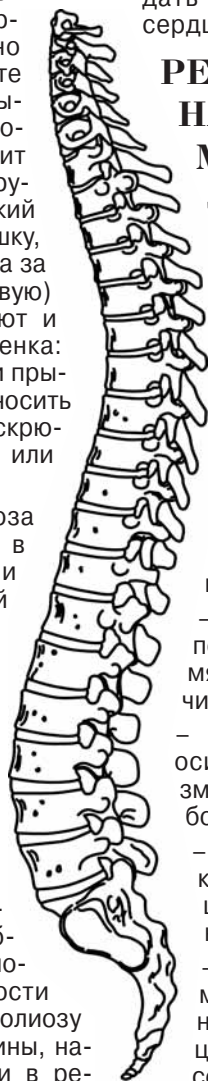
РЕКОМЕНДАЦИИ

Ежедневно делайте массаж: разминайте спину, плечи и бока. Для профилактики сколиоза важно сбалансировать питание ребенка, потому что без необходимой порции белков и микроэлементов невозможно укрепить мышечный каркас спины и шеи. Следите, чтобы рацион ребенка состоял из свежих овощей и фруктов, цельнозерновых каш, морской рыбы, мяса и молочных продуктов. Количество сладкого, мучного, жареного и жирного следует резко сократить!

Ежедневно по утрам в течение 20 минут делать упражнения для развития подвижности позвоночника и укрепления мышц спины. ПОМНИТЕ: крепкая прямая спина – залог Вашего здоровья!

Будьте здоровы!

654018, г. Новокузнецк, а/я 7519. Козымаева Н. С.



БОЛЬ ЛЮДСКАЯ



Уважаемая редакция! Прошу вас, напечатайте мое письмо. Как говорят: «Простите и дадут, стучите да отворят». Мне 42 года, инвалид II группы. Прошу Вас не отталкивайте человека, которому нужна Ваша помощь, совет, поддержка, прошу Вас проявите ко мне милосердие, сострадание, бескорыстие – этих качеств сейчас очень не хватает, огромный дефицит. Наше общество очень жестоко. Доверившись официальной медицине, я потерял очень много времени, попал в тупик, западню и в полное отчаяние, да простит меня Господь! Очень трудно найти профессионального врача, знающего травника, праведного духовника, про которого, как сказал один философ: «Перед великим умом я склоняю голову, перед великим сердцем – колени». Мне очень и очень хочется достучаться до Вашего сердца, души, что мне так нужна, необходима Ваша помощь, Я попал в очень непростую ситуацию, из которой не нахожу выхода. Не будьте равнодушны, помогите ради Бога.

Меня беспокоят:

- 1) навязчивое состояние и навязчивые нехорошие мрачные мысли (или я навязываю их себе сам или кто-то навязывает их мне);
- 2) постоянная нехватка воздуха;
- 3) нет усидчивости, терпения;
- 4) бывает пустота в душе, пустота в голове, пустота в теле;
- 5) стала совсем плохая память, рассеянность, трудно сосредоточиться, очень боюсь сойти с ума, («Не дай мне Бог сойти с ума, уж лучше посох и сума»);
- 6) сильный внутренний холод, озноб, при котором трудно согреться, а иногда невозможно, что доставляет невыносимый дискомфорт;
- 7) бывает очень сильное нехорошее возбуждение, тревога, страх, а иногда охватывает и сильный животный страх;
- 8) стойкая, упорная бессонница, невозможно заснуть, медицинские препараты не помогают, это невыносимо;
- 9) очень сильная раздражительность, даже на самый малый шорох, шум, да вообще раздражительность на все, казалось возникает ни с того и не с чего; раздражение нарастает так, что невозможно терпеть, это адское состояние;
- 10) часто лежу в постели, одолевает слабость, настолько, что порой тяжело иногда бывает разговаривать, сердце, душа, как будто вся горит огнем, какое-то невыносимое, тяжелое, мрачное, жуткое чувство на душе, словами не опишешь, не передать, или действительно так невыносимо болит душа, или кто-то

высасывает из нее все силы, или душа действительно видит своим зрением, которое недоступно нам, что к ней приближается что-то нехорошее, страшное, ужасное, и в этот момент не знаешь куда себя деть, не находишь себе места; 11) а самое страшное появляются панические состояния, сопровождающиеся очень сильным возбуждением и колоссальным напряжением, чувством ужаса, как будто у тебя из груди живьем вырывают сердце и при этом как будто сходишь с ума, и ты не знаешь, что тебе делать, куда бежать, все происходит неожиданно.

От этого всего состояния пропал аппетит, похудел, слишком усох, нужно срочно принимать спасительные действия.

Медицинские препараты не помогают, ни антидепрессанты, ни нейролептики, кроме клоназепама (транквилизатор с сильным успокаивающим действием). Но к клоназепаму есть привыкание, он уже ослабляет свое действие, для меня это будет полный крах, страшный ужас!!! Прошу Вас не допустите до гибели!!!



1. Мне нужно срочно заменить клоназепам на самые сильные, эффективные, действенные лекарственные травы, обладающими мощным успокаивающим действием с учетом того, что я 8 лет принимал транквилизаторы и антидепрессанты. Неужели на всей Руси не найдутся такие травы!

2. Я обращался ко многим травникам, но они заламывают такие баснословные цены, что даже удивляюсь, что многие пишут так красиво о травах и о Боге, но никто не хочет жить по заповедям Божиим.

Я не прошу за так, денег у меня лишних нет, поэтому я прошу по Божески. Мне нужен порядочный, желательно верующий травник, который поставлял мне свежие, качественные травы. Кому довериться, это задача тоже не из легких, помогите разобраться!

3. Возможно нужно очистить рецепторы бензодиазептиновые головного мозга,

которые отвечают за действие клоназепама, но как это можно сделать с помощью лекарственных трав, природных препаратов, народных рецептов?

4. Как Вы относитесь или думаете о таких явлениях, как порча, сглаз, наговор, проклятие, одержимость?

5. Может что-то посоветуете в духовной жизни: церковь, молитвы (только не заговоры!!!) какие читать псалмы, каким святым молиться и читать акафисты, святая вода, церковные свечи, в питании (пост, хотелось бы перейти на вегетарианское питание, не повредит ли мне?) в образе жизни и так далее, все что сочтете для меня нужным, полезным и необходимым.

Когда были силы не ходил в церковь, сейчас понимаю, что необходимо, надо идти в храм, но нет сил. Вера и царство Божье вымалываются, выпрашиваются. Это трудный путь, но другого пути нет, нужны знания, опыт. Скорби с Богом или скорби без Бога. Я признаю только православно-христианскую веру, если кто-то не признает свою истинную веру, это беда, это страшно, полная погибель души – ад, вечные муки, бойтесь этого!!! Помолитесь за здоровье раба Божьего Игоря. Живу в общепитии, в маленькой комнате один, в свое время не женился, говорят один в поле не воин, но я стараюсь достучаться до Бога, и уповаю на его милость и еще сохраняется надежда на доброту людскую, в наше время трудно найти человека, в котором согласовалось добро, житейская мудрость, бескорыстие, для меня очень важны и дороги ваши советы, рекомендации, возможно они станут зацепкой для меня к спасению, к жизни. Очень Вас прошу не дайте погибнуть, предостерегите от ошибок, помогите моему незнанию, неверию. Главное мне нужно сейчас заменить клоназепам на эффективные! Действенные! Сильные! Мощные успокаивающие лекарственные травы, чтобы выиграть время для спасения души!


6. Отзовитесь или кто знает сообщите: благостного священника, истинно православного врача, профессионального в своем деле, врача (психиатра, психотерапевта); знающего травника, (еще раз повторю, не лишенных доброты и сострадания).

Надеюсь на Ваш опыт, знания, на Вашу доброту, любовь, сострадание, милосердие к Ближнему! Без этого мы погибнем, самое страшное лишимся вечной бессмертной души!!! Душевная болезнь – это тяжелое испытание для человека, прошу Вас облегчить мои страдания!

Мой адрес: 394086, г. Воронеж, п/о 86, а/я-19 Игорю. Сот телефон: 8-951-562-53-78. Жду от Вас ответа, время для меня очень и очень дорого!!!


Желаю Вам, дорогие мои, душевного покоя, истинного покаяния, духовной радости!

БОЛЬ ЛЮДСКАЯ

 **Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»!** Очень заинтересовался крыжовником амурским (актинидия коломкита) для поддержания здоровья. Хотелось бы выращивать на своих шести сотках такие чудесные ягоды. Если это возможно, очень прошу сообщить адрес людей, к которым можно обратиться с просьбой приобретения саженцев (небезвозмездно).

Мне 62 года. Здоровье подводит, болячек накопил много. На лекарства никаких денег не хватит. Цены на них драконовские.

Заранее благодарен. **413041, с. Елшанка Воскресенского р-на Саратовской обл., ул. Газовиков, 1-13. Будаев Николай Михайлович.**

 **Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»!**

В № 7 за февраль 2007 г. прочитал на стр. 3 статью «Иссоп». В ней описываются целебные свойства иссопа лекарственного. Грудь очищает от флегмы (слизь, накопившаяся в результате острого гнойного воспаления, возникшего при попадании гнойных микробов непосредственно в ткани и через кровь) трава, что зовется иссопом. Эта

болезнь возникла у меня в связи с операцией фолликулярной ангины (правосторонний абсцесс). Операция проходила 14-15 февраля 2009 г. Отхаркивание слизи изнутри тела происходит до настоящего времени, т.е. до марта 2009 г. и неизвестно, когда закончится, хотя я постоянно полощу рот и горло фурациллином. Анализ крови по многим параметрам плохой. Применял лекарственные таблетки по назначению терапевта, но кровь не улучшилась. Сейчас принимаю уколы с большим количеством лекарств, но кашель с отхаркиванием густой слизи не уменьшается.


Статья «Иссоп» была для меня радостью, но сколько я не обходил аптек и киосков, никто об этой траве не знает.

Надежда на вас. Если сможете, сообщите, пожалуйста, откуда я смогу получить эту траву или ее настой. Буду очень благодарен.

238563, г. Светлогорск, ул. Пионерская, 25-6. Перфилов Ю.И.

Уважаемые читатели! Пожалуйста, обратите внимание на то, чтобы ваши письма были написаны разборчивым почерком. Особенно это касается диагноза, названия принимаемых лекарств, трав, процедуры изготовления лечебных снадобий, а также ваших персональных данных (имени, адреса и т.д.). Помните, речь идет о вашем здоровье или здоровье людей, которым адресован ваш рецепт!

СУПЕР-РЕЦЕПТ ОТ ОЖОГОВ И РАН

 **Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»!** Я – по профессии фармацевт. Пишу вам супер-рецепт от ожогов, ран с большой площадью повреждения.

Лет 5 назад я травмировала правую ногу – упала с лестницы на перевернутую табуретку ногой и содрала кожу. Рана была большая. Ее в больнице зашили, но сказали, что рана серьезная, надо полежать в палате. Рядом со мной лежала женщина с обваренным животом и ногами.

Я тогда жила в Эссентуках, а женщина с ожогом приехала к знакомым полечиться и была у них деревенская баня, где она по нечаянности вылила на себя таз кипятка. Вот и лежала теперь уже второй месяц. Лечение никакого, только вливали через капельницу по 5 литров физраствора. Это не дай Бог было смотреть: возили ее на коляске, мочили марганцовкой, все прилипало, отдирали, текла кровь.

А в соседней палате лежал мальчик, у него тоже было серьезное ожоговое повреждение. И мать его через кого-то узнала женщину, которая делала особую мазь, после применения которой следовало быстрое заживление.


После того, как я выписалась, я узнала адрес этой женщины и поехала к ней. Она согласилась сделать мазь. За месяц я долечила свою ногу. Мазь давала обожженной женщине. У нее началось заживление.

Вот рецепт мази от ожогов и ран с большой площадью поражения. **1 л подсолнечного масла (деревенского, нерафинированного), 60 г пчелиного воска, 200 г камфорного масла, 50 г канифоли, белки от 2 свежих куриных яиц. Смешать камфорное и подсолнечное масла. Воск и канифоль растопить отдельно, затем потихоньку все смешать и в довершение при нагреве на слабом огне небольшими порциями, помешивая, добавлять белки. После того, как остынет, разложить по баночкам. Хранить в холодильнике. Хранится долго.** **129281, г. Москва, ул. Летчика Бабушкина, 42-85. Шляпцева Антонина Игнатьевна.**

Еще хочу сообщить свою девичью фамилию – Григоренко. Может, кто откликнется из нашей группы студентов, которые учились в школе в 1945-1948 годах в Махачкале.



СУДОРОГИ НОГ

 Мне 70 лет, иногда бывают судороги ног. Я читала много рецептов от судорог, но в них все сложно, когда среди ночи просыпаешься и в панике не знаешь, что сделать.

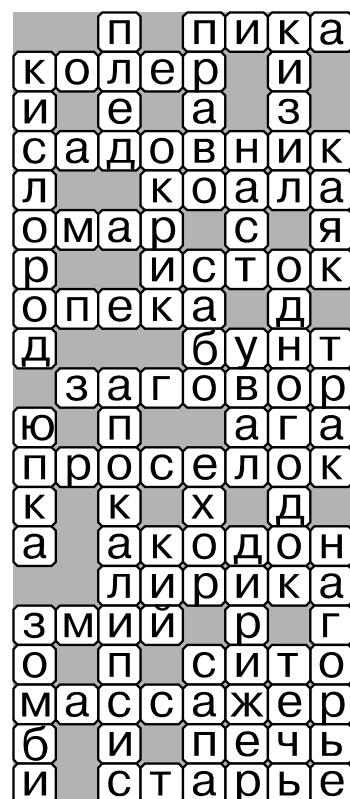
Есть очень простой рецепт. Настойка 5% йода. Надо мазать не клеткой, а плашмя, чтобы размазать по всему месту. Через 1 минуту все проходит. Я йод и валериану держу вместе. Проходит очень надолго, но на всякий случай держу йод рядом. Проверено на себе.

У меня есть проблема. Врач сказал, что у меня бурсит. Рецептов от этого очень мало. Капуста и настойка прополиса – ничего не помогло. Если у кого есть народный рецепт, прошу помочь.

0035, Армения, Ереван, ул. Лепсиуса, 21, кв. 40 (Гасстело, 6). Астхикян Лаура.

Редакция обращает внимание, что применение йода на большой области кожи может вызвать химический ожог. Будьте осторожны.

Ответы на сканворд, опубликованный в № 17.



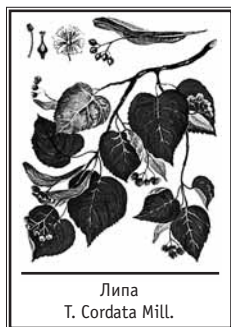
РЕЦЕПТЫ НА КОНКУРС

Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Пишет вам читательница из Челябинска, Лаптева Людмила Михайловна. Я постоянно покупаю вашу газету в Роспечати. Я увлекаюсь сбором разных трав, мне нравится знать о каждой травинке все, как растет трава, где растет, какие полезные свойства имеет и когда ее можно собирать и какие части растения, как применять. Мне 45 лет, а любовь к травам мне привила моя мама, Мария Алексеевна, и бабушка тоже траву собирала. В детстве нас лечили только травами.

Мне хочется послать вам свои рецепты на конкурс.

Рецепт от лишнего веса

Сухие цветы липы измельчить в кофемолке в порошок. Принимать по 1 ч.л. порошка 3 раза в день за 30 мин. до еды, запивая 0,5 стакана воды.



Липа
T. Cordata Mill.

В месяц наблюдается снижение веса на 6 кг.

При запоре

Взять семя лопуха, заварить и принимать 2 раза в день по 0,5 стакана после еды (1 ст.л. семени на 1 стакан кипятка).

Для улучшения кровообращения, очищения сосудов от холестерина

Взять 1 ст.л. хвой сосны, 1 ст.л. шелухи лука (репки), 1 ст.л. шиповника (плоды). Все залить 1 л холодной воды, довести до кипения, кипятить 10 мин., затем настаивать в термосе или, укутав, ночь. Принимать по 0,5 стакана 3-4 раза в день за 30 мин. до еды.

Этот рецепт очищает организм от шлаков, очищает кишечник, если есть проблемы с почками и моче-

вым пузырем, даже выводит камни из почек, также помогает при онкозаболеваниях. Принимать 1 месяц, затем 10 дней перерыв и снова повторить, если в этом есть необходимость.

При высокой температуре

Принимать отвар коры ивы 1:1. 1 ст.л. на 1 л воды. Принимать 3-4 раза в день на ночь с медом.

От синяков, застарелых нерассасывающихся гематом

Взять 1-2 веточки полыни (чернобыльник). Брать макушки 10-20 см с цветками. Заварить крутым кипятком и настоять на водяной бане 5-7 мин., затем прикладывать эти веточки на ушибы, синяки в горячем виде, делать припарки, как только веточка остыла, снова окунуть ее в этот горячий отвар и снова прикладывать. На другой день синяк станет мягче, пожелтеет и через день-два сойдет.

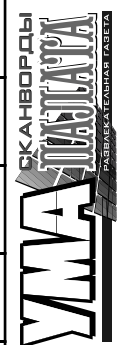
Все эти рецепты проверены мною на себе и близких мне людях.

454119, г. Челябинск, ул. Трубников, 3-87. Лаптева Л.М.

СКАНВОРД

Ответы в следующем номере

↓	Лирика дальних странствий	Присоединение к общему делу	Чистюля	→		↘		↘		↘		↘		↘		↘		↘	
↙		↓			Зодчество		Банная печурка		Черточка на шкале прибора		Военная стезя ирокезов		Перманентный макияж						
	Противодействие врагу		Терроризация палестинцев	→					Слово, данное Богу	→		↘							
↙					Неотъемлемый признак		Ворох тряпья	→					Центр Каталонии						
	Противовес улика		Нерифмованный стих	→	↘			↘		Изысканный межкомнатный проход	→								
↙									Чепец на завязках	Туман, окутавший мегаполис	Орудие труда палача		Предсудительный недостаток						
	Пилуля		Метка каталы	→					Танец "подкованных" штиблет	↘	↘	↘	↘					Коробка для торта	
↙						Кол-во полученного зерна	→												
	"Дураки на месте" в картах		Праздничный наряд	→	↘				Плечо собутыльника для пьяного	→									
Скандирование футбол. фанатов	Шаловливый котенок	→						Бестселлер Стивена Кинга	Излишний апломб	→									
↙			Коралловое кольцо в океане	→														Саркофаг с мощами в лавре	→



Сканворд предоставлен газетой
Отдел распространения (3852) 25-24-67