

АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

| | | |
|------------------------------------|--|-------------------------------|
| Абсцессы.....7, 15 | Инсульт.....6 | Рак.....5, 8-9 |
| Аднекситы.....5 | Инфаркт миокарда.....4 | Рассеянность.....15 |
| Аллергия.....3, 11, 15 | Карбункулы.....15 | Рассеянный склероз.....3 |
| Ангина.....7, 14, 15 | Кожные заболевания.....3 | Рахит.....3 |
| Аритмия.....4 | Колиты.....4, 7 | Ревматизм.....11 |
| Астма.....3, 15 | Конвульсии.....15 | Рожа.....4 |
| Атеросклероз.....4-5, 11 | Красная волчанка.....4 | Сахарный диабет.....4 |
| Базалиомы.....9 | Кровоизлияния в мозг.....4 | Секущиеся волосы.....2 |
| Бессонница.....5, 11, 15 | Ларингит.....14-15 | Слабый иммунитет.....3 |
| Болезни печени.....4 | Малокровие.....4, 11 | Спазмы.....15 |
| Бронхит.....3, 4 | Меланома.....9 | Стенокардия.....4 |
| Варикозное расширение вен.....1 | Менопауза.....5 | Стоматит.....7 |
| Внутренние кровотечения.....4 | Метастазы.....9 | Страх.....12 |
| Водянка.....4 | Миомы.....5 | Стресс.....11 |
| Воспаление легких.....3 | Навязчивое состояние.....15 | Тик.....15 |
| Воспаление миндалин.....7 | Нервные расстройства.....5 | Трахеит.....3 |
| Гастриты.....2, 4, 11 | Несварение желудка.....4 | Туберкулез.....3-4 |
| Геморрой.....3 | Ожирение.....4 | Фарингит.....14 |
| Гинекологические заболевания.....5 | Ожоги.....3, 15 | Фибромы.....5 |
| Гипертония.....6, 11 | Отеки почечного и сердечного происхождения.....4 | Хронический пиелонефрит.....4 |
| Депрессия.....5, 12 | Паралич.....15 | Цистит.....4 |
| Диабет.....5, 11 | Перхоть.....12 | Чирьи.....15 |
| Диарея.....4 | Пиоррея.....7 | Эндометриоз.....5 |
| Дизентерия.....7 | Подагра.....11 | Энтериты.....4, 7 |
| Дисбактериоз.....4 | Почечная недостаточность.....11 | Эпилепсия.....5, 15 |
| Дистрофия.....3 | Простуда.....3 | Язвы.....7, 11 |
| Жировики.....1 | Прыщ.....1 | |
| Заболевания суставов.....3 | Раздражение.....12 | |
| Запор.....3, 15 | | |

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

| |
|--|
| УНИЧТОЖАЕМ ЖИРОВИКИ.....1 |
| ПРЫЩ.....1 |
| ЧУДЕСНАЯ МАЗЬ.....1 |
| ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВОЛОСЫ СЕКУТСЯ?.....2 |
| РЕЦЕПТЫ ОТЛИЧНОГО САМОЧУВСТВИЯ.....2 |
| МЕДОВЫЙ КВАС ВЫЛЕЧИТ ВАС.....2 |
| ГОРОЖАНАМ ПОЛЕЗЕН СУРКОВЫЙ ЖИР.....3 |
| РАССЕЯННЫЙ СКЛЕРОЗ.....3 |
| ЛУК С МИНЕРАЛКОЙ ПОМОЖЕТ АЛЛЕРГИКАМ.....3 |
| ЕСЛИ У ВАС АСТМА.....3 |
| АКСЮТИНА ТРАВА.....4 |
| ЛЕКАРСТВА НЕЛЬЗЯ СОВМЕЩАТЬ.....5 |
| ГИПЕРТОНИК ИЛИ ГИПОТОНИК?.....6 |
| ЛЕЧЕНИЕ ИНСУЛЬТА.....6 |
| УДИВИТЕЛЬНЫЕ ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА ГЛИНЫ.....7 |
| ОПУХОЛИ КОЖИ ИЗЛЕЧИМЫ.....8 |
| БЫСТРАЯ ЕДА ЗА 15 МИНУТ.....10 |
| ПОЛЕЗНЫЕ РАСТЕНИЯ.....11 |
| КРЕМ КОРОЛЕВЫ.....11 |
| ВАМ ПОМОЖЕТ КОЛЮЧИЙ ДОКТОР.....11 |
| СЕКРЕТЫ КРАСОТЫ.....12 |
| ПРЕДОХРАНИТЕЛЬНЫЙ КЛАПАН.....12 |
| НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА.....13 |
| ЧЕМ ЛЕЧИТЬ ГОРЛО.....14 |
| СОВЕТЫ НАШЕГО ВРЕМЕНИ.....14 |
| БОЛЬ ЛЮДСКАЯ.....15 |

Читайте в газете «Чудесные исцеления и целительные чудеса».

ЦЕЛЕБНА ЛИ ВОДА В МОСКОВСКИХ РОДНИКАХ?

Всего в Москве зарегистрировано чуть больше 50 родников. По данным Роспотребнадзора на 2000г питьевыми считаются только 14. Почти у каждого ключа есть своя родословная и народная «медицинская карта». Один из самых популярных – ключ «Холодный» или «Сергий Радонежский» возле станции метро «Коньково». По преданию, этот подземный источник выкопал сам Иван Грозный, вода из него



лечит головные боли, помогает при болезнях почек и печени.

А вот одна из жен Ивана Грозного любила пить воду из Коломенских ключей. Возле церкви Вознесения там и сейчас сохранился источник, прозванный «Кадочка». Когда-то давно над водой, бьющей из-под земли, стояла большая деревянная кадка, из которой все желающие могли черпать воду ведрами. По преданию, коломенская вода исцеляет от бесплодия, по преданию, избавила от бесплодия одну из жен Ивана Грозного.

ЧИТАЙТЕ В № 18 ГАЗЕТЫ «ЧУДЕСНЫЕ ИСЦЕЛЕНИЯ И ЦЕЛИТЕЛЬНЫЕ ЧУДЕСА»

Бабушкины рецепты специальный выпуск

ЧУДЕСНЫЕ исцеления и целительные чудеса

САХАРИН ИЛИ АСФАЛЬТ

Сегодня в номере

- ВОССТАНАВЛИВАЮТСЯ ЛИ НЕРВНЫЕ КЛЕТКИ?
- НЕУСТЯЯ СИЛА НА СЦЕНЕ И В ЖИЗНИ
- ЕСЛИ У ВАС НАСМОРК

Ждем интересные материалы. 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 – ООО «Росчерк», г. Минск, ул. Авангардная, 48а. Тел.: (017) 299-9261(-62).</p> | <p>Газета «БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ».</p> <p>Выпуск №37 (341). Тираж 140000 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.: (499) 940-2413, 144-2958, 146-2653 e-mail: babusya@list.ru</p> <p>По поводу рекламы тел.: 8-903-200-3080. Телефоны для связи с распространителями: 144-2958, 146-2653.</p> <p>Дизайн: А. Борисов. © 2002-2006, e-mail: aart_bor@rambler.ru</p> <p>Подписано в печать 7.09.2008</p> <p>Сдано в печать 7.09.2008</p> <p>Учредитель: ООО «НМ-Пресс».</p> <p>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 № ФО 77-21889.</p> <p>Отпечатано в ОАО «ЧПК», г. Чехов Московской обл. ул. Полиграфистов д. 1. Цена свободная</p> |
| <p>ISSN 1811-9492</p> <p>08037</p> <p>9 771811 949000</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> |

Бабушкины рецепты

еженедельная газета. издается с 2002 года

«лечить нас все же бабушки умели»

УНИЧТОЖАЕМ ЖИРОВИКИ



Это ответ на несколько писем. Может, авторам их какой-то из рецептов поможет.

Возьмите в равных пропорциях мед, соль и сметану, аккуратно размешайте и смазывайте этой смесью пораженное место (лучше всего после горячей ванны). Через 20 минут смойте смесь теплой водой.

Процедуру эту следует проводить ежедневно до исчезновения жировика.

Смешайте столовую ложку топленого свиного сала с чайной ложкой сока чеснока. Полученной смесью натрите жировик несколько раз в день до его исчезновения.

Разомните лист золотого уса (каллисии). Полученную кашицу положите на жировик, прикройте сверху полиэтиленовой пленкой, а затем закрепите бинтом или кусочком ткани.

Через каждые 12 часов такой компресс следует менять на свежий.

Через 10-12 дней жировик должен исчезнуть.

Игнаткова С.Н., г. Серпухов.

ПРЫЩ



Это «украшение», появляющееся всегда не кстате, может здорово испортить настроение. Только представьте себе: вы сделали шикарную прическу, надели ослепительно красивое платье, нанесли на лицо искусный ненавязчивый макияж, а тут на самом носу или на лбу, как звезда, вспух прыщ. «Коту под хвост» все старания. Можно попытаться его замаскировать, но дефект все равно при ближайшем рассмотрении виден. Что делать?

Купите пузырек салициловой кислоты (100 граммов), покрошите туда 5 таблеток левомицетина. Окуните в эту смесь

ватную палочку и прижгите прыщ. Только не протирайте этим составом все лицо – кожа будет шелушиться!

Сабанина О., г. Елец.

ЧУДЕСНАЯ МАЗЬ



У меня в огороде календула – самый любимый цветок. И не столько за красоту его почитаю, как за целебную силу. Уже несколько лет я страдаю от варикозного расширения вен. Иногда появляются

и язвы. Их-то и лечу с помощью мази из цветков календулы. Готовится она так: две горсти свежих лепестков перемешиваю с 0,5 кг свиного растопленного смальца. Выдерживаю на водяной бане три часа, перемешивая. Затем процеживаю и разливаю в баночки. Храню в холодильнике. Кстати. Этой же мазью я и ушибы да ссадины внукам смазываю, когда те на летних каникулах у меня гостят. Все ранки заживают прямо на глазах!

Таганова Л.Е., г. Тамбов.



СЕГОДНЯ


В НОМЕРЕ:

- от аллергии – лук с минералкой
- акютинна трава для женщин
- можно ли излечить опухоли кожи?
- чем лечить горло
- как сохранить урожай?

Уважаемые читатели, Вы можете подписаться на газету «Бабушкины рецепты» с любого месяца через каталог Роспечати (подписной индекс – 25577) или через каталог «Почта России» (подписной индекс – 24240).

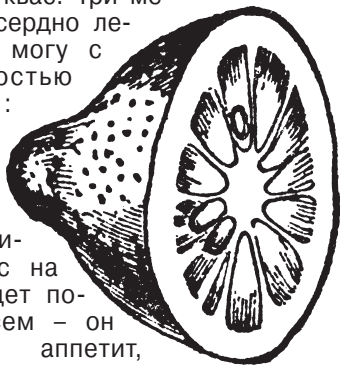


МЕДОВЫЙ КВАС ВЫЛЕЧИТ ВАС

 Раньше каждую весну у меня случалось обострение хронического гастрита.

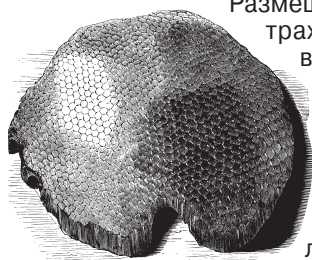
Один из моих знакомых от такой напасти посоветовал ежедневно пить медовый квас. Три месяца я усердно лечился и могу с уверенностью сказать:

это действительно целебный напиток! Квас на меду будет полезен всем – он улучшает аппетит, нормализует пищеварение. Лучше сами попробуйте.



Нарежьте тонкими кружочками лимон (кожуру снимать не надо), смешайте с 400 г меда и с таким же количеством изюма. Залейте все это 4 литрами холодной кипяченой воды, предварительно размешав в ней ст. л. ржаной муки и 10 г дрожжей. Через сутки влейте в смесь еще литр кипяченой воды. Когда изюм и лимон всплывут, процедите жидкость и разлейте по бутылкам. Храните бутылки лежа в холодильнике. Через 2-3 дня квас можно пить!

А ВОТ ДРУГОЙ РЕЦЕПТ



Размешайте в 5 литрах кипящей воды 400 г меда, остудите до комнатной температуры, добавьте сок лимона и 15 г дрожжей.

Настаивайте 10-12 часов, разлейте по бутылкам. И пейте на здоровье!

Владислав Н., г. Серпухов.

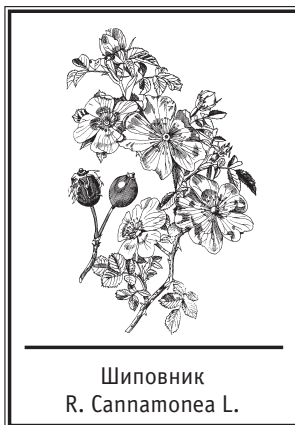
РЕЦЕПТЫ ОТЛИЧНОГО САМОЧУВСТВИЯ

 **Самомассаж.** Его нужно делать утром сразу после сна. Подушечками пальцев (кроме большого) нужно растереть кожу лица от щек к ушным раковинам и углу нижней челюсти. Потом круговыми движениями растереть подбородок и рот, разгладить кожу носа от крыльев к переносице. Круговыми движениями массировать кожу вокруг глаз. Завершают массаж на лбу – кожу массируют поглаживающими движениями от середины лба к вискам, а затем вращательными движениями – шею от подбородка вниз и в стороны. Все эти приятные процедуры займут у вас не более 5 минут. Вечером их можно повторить с использованием питательных кремов.

Никогда не следует пренебрегать самомассажем ушных раковин. Его производят большим и указательным пальцами, начинают на вдохе от мочки уха до его верхушки по наружному краю. На выдохе подушечки пальцев массируют кромку уха в обратном порядке, сверху до мочки. Полость ушной раковины разминают

вращательными движениями снизу вверх на вдохе.

Витаминовый квас. 2 ст. сухих плодов шиповника промыть, засыпать в 3-литровую банку. 1 ст. сахара прокипятить 5 минут в 2,5 л воды, добавить 2 ст. л. лимонного сока. Остудив «сироп», растворить в нем 10 г дрожжей и залить им плоды шиповника в банке. Поставить ее на несколько дней в темное место, накрыв марлей. Когда квас начнет шипеть и пениться, разлить в бутылки, закрыть пробками и хранить в холодном месте. Пить по 1 ст. до еды с медом, вареньем. Удивительный и неповторимый вкус приятно поразит вас.



Шиповник
R. Cannamonea L.

Луковое вино. В 1-1,5-литровую посуду положить 150 г мелко нарезанного лука, добавить 100 г

жидкого меда, залить доверху хорошим виноградным вином, дать настояться 2 недели, процедить. Принимать по 30-50 г до еды. Это вино защищает от инфекций, укрепляет иммунитет, помогает мужчинам при болезни простаты, импотенции.

Забавина О., г. Ухта.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВОЛОСЫ СЕКУТСЯ?

1 Две столовые ложки размолотых корневищ айра и столько же корней лопуха залить 1,5 л воды, кипятить 20 минут. Через 6 часов процедить. Отвар втирать в кожу головы для укрепления волос, если секутся волосы.

2 При тонких, секущихся волосах в кожу головы втирают смесь из равных количеств соков капусты, лимона и шпината.

3 Смесь для мытья сухих, секущихся волос. Для получения смеси взять 1 желток куриного яйца, 1 столовую ложку лимонного сока, 1 столовую ложку растительного масла и 1/2 стакана теплой воды.

4 Для укрепления волос и для предупреждения некоторых болезней, им свойственных (например, раздвоения), нужно ежемесячно срезать их кончики не более чем на 3-4 см.

5 Старинный рецепт при раздвоении волос. Этот порок волос, который нередко встречается, поражает иногда только часть волос, иногда же большое количество их; располагает волосы к вылезанию

и, по-видимому, всегда зависит от другого важнейшего страдания организма: простуда головы бывает также причиной сего недостатка. Исполнение диетических правил вообще, приличное лечение общего болезненного состояния, уход и усовершенствование волос, частое обрезание раздвоившихся концов волос – суть единственные средства, которые могут и должны в таких случаях быть употребляемы.

Так как таковые волосы обыкновенно страдают и большою сухостью, то часто их должно мыть квасом с маковым маслом или мазать яичным маслом. Если это не помогает и волосы начинают вылезать, то их надобно несколько раз обрить и употреблять при том вышеупомянутые средства.

Данчик О., г. Чита.



ГОРОЖАНАМ ПОЛЕЗЕН СУРКОВЫЙ ЖИР

 Городские жители особенно страдают от экологии. Они дышат воздухом, содержащим выхлопные ядовитые газы автомобилей, выбросы промышленных предприятий. Скорее всего, из-за этого у многих городских жителей и возникают проблемы со здоровьем. Простудные заболевания, слабый иммунитет, бронхиты и бронхиальная астма, туберкулез, заболевания суставов – вот далеко не весь перечень болезней, которые можно заработать, живя в большом городе.

Как же защитить себя от вредного воздействия окружающей среды?

Есть одно мощнейшее, исключительно эффективное природное средство для профилактики и лечения многих болезней – это сурковый жир.

Многочисленные исследования показали, что сурковый жир не токсичен, экологически чист и свободен от радионуклидов.

А по своей эффективности превосходит барсучий жир.

Сурковый жир лечит туберкулез легких, бронхиты, трахеиты, воспаления легких и простудные заболевания. Помогает это средство и в лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта (геморрой, запоры). Также сурковый



жир незаменим для укрепления и поддержания высокого жизненного тонуса человеческого организма.

При систематическом употреблении суркового жира людьми, работающими на вредных производствах, из их альвеол вытягиваются токсичные вещества, и легкие начинают дышать на полную мощь.

Я знаю несколько человек, у которых были запущенные формы туберкулеза легких, и только при помощи суркового жира их удалось поднять на ноги. Для людей, страдающих от туберкулеза легких или задыхающихся от бронхиальной астмы, это единственное спасение.

Преподавателям, общественным деятелям и тем, кто постоянно работает в холоде, он незаменим для спасения легких и головных связок.

Сурковый жир по своей пользе в десятки раз превосходит хваленый рыбий жир. Давайте его детям в качестве профилактического средства от дистрофии и рахита.


Этим жиром можно лечить различные ожоги и кожные заболевания.

При полиартрите и ревматизме используйте растирания сурковым жиром.

Это средство всегда можно найти в аптеке или на рынке. Постарайтесь отыскать его – не пожалеете!

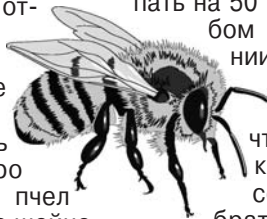
Устинова Е.П.

РАССЕЯННЫЙ СКЛЕРОЗ

 Расскажу о комплексном лечении рассеянного склероза. В 40 лет этой страшной болезнью заболела моя сестра.

Она пролежала в больнице месяц, после чего врачи сказали нам открытым текстом: **«Забирайте ее домой! Мы это не лечим».**

Дома мы перевернули все книги в поисках лечения и решили попробовать лечить пчелиными укусами, добро пчелы у нас свои. Ставили пчел между позвонками, начиная с шейного позвонка и до копчика: в первый день – одну штуку, во второй день – две, в третий день – три, в четвертый день – четыре, в пятый день – пять. Затем ежедневно по пять штук. Добавок к этому: мумие – по одной таблетке 3 раза в день; через 30 минут –




прополис по 30 капель три раза в день; через 30 минут – живокость по схеме (10 дней по 15 капель 3 раза в день, 10 дней по 20 капель 3 раза в день, а в следующие 10 дней по 30 капель 3 раза в день). Настойку прополиса и настойку живокости надо капать на 50 грамм воды. Таким способом мы лечили сестру в течение года, 14 лет сестра прожила без признаков рассеянного склероза. Так, что всем кто страдает этой коварной болезнью, мой совет: не падать духом и брать лечение в свои руки.

Если у кого нет пчел можно натирать позвоночник пчелиным ядом.

Что не ясно звоните: тел. 8-919-873-77-89; дом. Тел. 98-17-16. Адрес: **Метленкина Геркулеса Михайловна, 634506, г. Томск, пос. Светлый, дом 18, кв. 90.**

ЛУК С МИНЕРАЛКОЙ ПОМОЖЕТ АЛЛЕРГИКАМ

 У меня аллергия, проявляющаяся в виде насморка, только сажусь за стол обедать, из носа уже течет.

То же самое, если занимаюсь мытьем посуды или стиркой. Посоветуйте, что делать?

Валентина С., г. Москва.


При аллергическом насморке весьма эффективны гомеопатические чесночно-луковые минеральные капли. Лучшей водой для их приготовления можно назвать только одну – боржом из искомого подземного источника. Хотя можно воспользоваться любой среднеминерализованной водой. Потребуется 1,5 литра минералки. Но самого снадобья получится всего 250 мл. И вот почему: в первый стакан с боржомом вливают одну чайную ложку смеси свежего чесночного и лукового сока в равном соотношении. Лучше пользоваться не стаканом, а банкой, например пол-литровой с 250-граммовой отметкой. Посудину десять раз встряхивают, черпают из нее чайную ложку смеси, которую вновь растворяют в свежей порции воды. Так поступают до тех пор, пока не останется



последний стакан. Он и есть – лекарство. Хранят снадобье в холодильнике. Лечатся полгода, закапывая лекарство в обе ноздри по схеме: 1-й день – одна капля, 2-й – две...

10-й – десять. Новую десятидневку начинают с одной капли.

ЕСЛИ У ВАС АСТМА

 Справиться с бронхиальной астмой помогут веточки сосны.

Мелко порежьте их, добавьте по вкусу сахар (лучше мед) и воду в равных количествах и потопите в духовке минут 15. А принимайте по столовой ложке трижды в день. Кроме того, втирайте в грудь лавровое масло.

Приготовить его нетрудно: 100 г свежих лавровых листьев мелко порежьте, залейте 50 г растительного масла и настаивайте 8-10 дней в теплом месте.

Наталья Б., г. Пенза.

*«Кто не встанет, когда время вставать;
Кто исполнен лени, несмотря
на молодость и силу;
У кого решимость и мысли подавлены,
Тот, беспечный, ленивый,
не найдет пути к мудрости».*

Дхаммаиада.

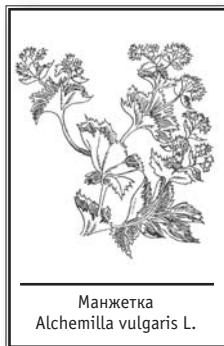
Мы родились в Мире Природы, в Зеленом Царстве. Миллионы лет Природа помогает человеку, спасает, лечит. Ведь живое – лечат живым! Тысячи лет человек просил помощи у растений, изучал их, брал примеры у животных, из народного опыта – получались самые верные рецепты, хранимые знахарями и врачами, они передавались из поколения в поколение. Народные рецепты, проверенные сотнями веков и тысячами жизней!

Известный врачеватель и алхимик XVI века – Парацельс произвел революцию в европейской медицине, призвав врачей вернуться от сложных лекарств – к простым растениям, к **Учению о Сигнатурах**, согласно которому внешний вид растения – указывает на ту хворь, которую оно лечит или на больной орган. И эта теория оказалась на удивление справедливой! Как будто Природа давала человеку подсказку. Грецкий орех походит на головной мозг и улучшает умственную

слух, что злая ведьма бросила в родничок разрыв-траву... Но Аксютя и Павел все же сходили к лесному знахарю, рассказали о своей беде. И он – помог им. Вот – расцвела в озере белая Одолень-травя (белая кувшинка), а по берегу и на лужайке – разрослась Приворот-травя. И – одолели они все заклятья ведьмы. Перестала горчить вода, опять стала сверкающей и вкусной. И стали возвращаться люди. Как же не вернуться на родину, да в поселок Удачный. Вот – и Аксютя помирилась с Павлом. Нет такой силы, чтобы одолеть силу Природы и доброты человеческих сердец! Каждый день приходят правнуки вместе с Аксютей и Павлом – поклониться родничку счастья, погладить ладошки сороканедужной травы. Даже камень Аксютин у родника лежит, а травушку называют люди – Аксютяна травя. И рассказывает бабушка Аксютя всем чудесную сказку-быль о великой силе Добра.

Аксютяна травя, грудная, звездочная, звездная роса, богова слеза, недужная, сорокаприточная, сороканедужная, горлянка, гусиная лапка, заячье пальтишко, медвежья лапа, ресничка, межперстница, приворот-травя, ро-

легионарные Афродита, Медея, Гека-та, Цирица, Клеопатра. И не зря Манжетку прозвали – Сверкающей: даже в жаркий полдень – на каждом маленьком зубчике висит капелька росы, капли образуют сверкающую кайму по краю листа, особенно это красиво на восходе солнца или при свете луны. А в центре листа, где сходятся все жилки к черешку, лежит самая крупная капля, похожая на ртутную жемчужину, в которой весь мир отражается как в зеркале. Эта капля, как и настоящая ртуть не стекает с листа, даже если тронешь его. Вот отсюда еще ее названия: Богова слеза, Небесная роса. (Не путайте ее с крупными листьями гусиной лапки, куриной слепоты). Собирают Манжетку – во время цветения, надземную часть. Особенно сильные свой-



Манжетка
Alchemilla vulgaris L.

ства у травы, собранной в купальскую неделю. Листья содержат дубильные вещества, флавоноиды, фенолкарбоновые кислоты, липиды, кумарины, лейкоцианидин, горечи, смолы, фитостерин, лигнин, микроэлементы, антоцианы, витамин С. В народной медицине многих стран ее издавна используют при острых и хронических бронхитах (заживляет каверны), хронических гастритах с секреторной недостаточностью, энтеритах, колитах, диарее, отеках почечного и сердечного происхождения, хронического пиелонефрита, циститах, внутренних кровотечениях. При несварении желудка, вздутии кишечника, туберкулезе, сахарном диабете, особенно 2-го типа, она – позволяет поддерживать в крови нормальное содержание сахара без таблеток. Она прекрасно проявила себя при лечении заболеваний крови (вместе с медуницей, калганом), красной волчанки (с софорой), рожи. Она – стимулирует работу сердца при аритмии, стенокардии, инфаркте миокарда (хорошо – с диоскореей, желтушником). В Болгарии ее высоко ценят, как средство от кровоизлияний в мозг (с софорой). Немцы – используют ее как чай при малокровии, атеросклерозе, ожирении, водянке, болезнях печени, как лучшее средство при дис-

АКСЮТИНА ТРАВА

Климова Ольга Викторовна

деятельность, лист медуницы в серых пятнышках, схож с большим легким и лечит бронхиты, туберкулез. Желтые цветки володушки и льнянки сопоставляли с желтухой и применяли с успехом при болезнях печени. Округлый лист манжетки сравнивали с шейкой матки, и она была незаменима для здоровья женщин. Настоящая женская травя!

Совсем недавно сидела Аксютя на своем любимом камне возле родничка и горько плакала, как-то глупо они с Павлом поссорились, даже свадьба расстроилась. Да и нечему удивляться, если поселок из Удачного превратился в Брошенный, почти все жители из него поразъехались, остались одни старики. Не зря ходил

сянка сердечная, шалопот – названий у манжетки много! Свое русское название растение получило из-за красивых фестончатых листьев, напоминающих отделку средневековых платьев, а ее латинское название происходит от слова – «алхимия» – Alchemilla, что указывает на чудодейственные свойства. Травя алхимиков. По старым легендам и преданиям воду, которая скапливается в листьях манжетки, алхимики использовали для получения философского камня и эликсира жизни. А в качестве приворотного зелья ее использовали

«Это одна из самых удивительных трав! Высокоценная и дорогая, применяемая как снадобье – внутреннее и наружное, особенно для женщин».

Николаас Калпепер. 1653 год.

бактериозе, от эпилепсии. Известный врач **Рудольф Бройс** в «**Полном курсе лечения от рака**» указал: что манжетка незаменима при лечении рака груди, яичников и матки, необходимо пить 1 чашку глотками холодного настоя манжетки (щепотку манжетки и если есть, щепотку яснотки, глухой крапивы) заливают в чашке горячей водой и настаивают 10 минут). Этот настой хорош и от ожирения, и от эпилепсии. Манжетка – сильное средство при гинекологических заболеваниях, при тяжелых и болезненных менструальных кровотечениях, влагалищном зуде, симптомах менопаузы. Считается, что для здоровья женщине достаточно иметь манжетку и боровую матку. Манжетку принимают беременные женщины перед родами и после родов – не будет осложнений, роды пройдут легко... И очень важное свойство – она не ядовита! Из манжетки всегда делали много различных блюд.

В древности мудрецы говорили: **«Предупрежден – уже вооружен!»**. У



нас есть пословица: **«Знать бы где упасть – соломки бы подстелил»**. Ну, вот Вам и предупреждение и «соломка» – две трети операций женщины могли бы избежать, если бы имели и принимали Манжетку! Разве есть на свете какое другое лучшее лекарство и спасение? Не надейтесь на авось, пронесет или само рассосется. Древняя мудрость: **«Вырой колодец заранее. Только глупец роет колодец, когда мучает жажда»**.

Женщины всегда мечтали омолодить кожу. Это возможно: 1 столовая ложка манжетки, 1 столовая ложка окопника и 1 столовая ложка розмарина на 1 бутылку белого вина (алиготе 0,7 литра), все положить в эмалированную кастрюльку и проварить на водяной бане 30 минут. Остудить, процедить, хранить в банке или бутылке (темной) в холодильнике. Это – лучший лосьон для кожи лица. Наносить на чистую кожу утром и вечером. Еще один дополнительный секрет для омоложения: принимать внутрь белое каменное масло 3 грамма на 3 литра теплой кипяченой воды, отстоять 2 дня и пить по 100-150 мл 3 раза в день за 40 минут до еды, а лицо 1 раз в день смазывать.

Эффект – увидите уже через 1 месяц! Вы и немного похудеете, и наладится работа всего желудочно-кишечного тракта, у кого климакс – Вы его и не ощутите, приливов не будет, вернется

хорошее настроение. Мягко организм очистится от шлаков, нормализуется обмен веществ.

У Природы на каждую хворь зелье вырастает. Не сидите, раскрыв рот, и не ждите, когда Вам туда положат волшебную пилюлю! Позаботьтесь же хоть сами о своем здоровье: «хочешь, чтобы дело было сделано хорошо – сделай его сам!». Кроме манжетки для женщин, страдающих от миом, фибром, аднекситов, кист, эрозий, эндометриоза – предлагаю набор «любава», он состоит из боровой матки, красной щетки, горного морозника. А затем – карагану гривастую. Дудник (женский женьшень) и белое каменное масло. Берегите и защищайте свое здоровье! От диабета есть галега, калган, шелковица. При опухлях груди – огонь-трава, горичник, кошачья лапка. От атеросклероза: листья гингко, диоскорея, софора, барвинок, арника. От болезней щитовидки лапчатка белая, норичник, шлемник, дрок, уснея. Почки спасают красный корень, астрагал (в т.ч. редкость – желтый вождь), грушанка, софора. Для мужчин: мужик-корень, витекс священный. Сердечная броня – желтушник, калган, рододендрон (кашкара). Если нервы на пределе, депрессия, бессонница, нервные расстройства – шикша, плакун-трава, шлемник, сон-трава. Для печени дымянка, володушка, кошачья лапка, белозор (царские очи). Есть трутовик для похудения с методикой Ямакиро, аконит, горечавка, сагандайля, эдельвейс, окопник, золотая колючка, зимолобка, княжик, ятрышник, авран (рыбья трава) и другие. При обращении прошу вкладывать подписанный конверт, указать диагноз и возраст. Зовите сороканедужную аксютину траву, одолевайте хвори и недуги, приворожите здоровье приворот-травой!

353440, г. Анапа, Главпочтамт, до востребования, Климовой Ольге Викторовне.

ЛЕКАРСТВА НЕЛЬЗЯ СОВМЕЩАТЬ

Антибиотики тетрациклиновой группы, препараты, содержащие кофеин (аскофен, цитрамон, каффетин) нельзя принимать вместе с молоком, кефиром, творогом. При таком сочетании лекарство просто-напросто не будет действовать.

Препараты железа не усваиваются вместе с чаем, кофе, молоком, орехами, различными зерновыми продуктами.

Препараты кальция несовместимы с прохладительными напитками, газированной водой и различными соками, содержащими лимонную кислоту.

Эритромицин, ампициллин несовместимы с фруктовыми и овощными соками.

Сульфадиметоксин, бисептол, циметидин, теофиллин несовместимы с мясом, рыбой, сыром, бобовыми, содержащими много белка.

Аспирин и лекарства, содержащие ацетилсалициловую кислоту, фурагин, 5-НОК несовместимы с маслом, сметаной, жирными продуктами.

Парацетамол, сульфадиметоксин, бисептол, фуросемид, циметидин несовместимы с черносливом, свеклой, сладкими и мучными блюдами и слабительными средствами.

Баралгин, анальгин, панадол, спазган, парацетамол, максиган несовместимы с копчеными колбасами.

Сульфаниламиды: бисептол, этазол, сульфален несовместимы с зеленью, шпинатом, молоком, печенью, зерновыми продуктами.

ГИПЕРТОНИК ИЛИ ГИПОТОНИК?

1. Вы проявляете себя как личность беспокойная, подвижная и жизнеспособная?

Очень редко – 2, да – 3, очень часто – 6.

2. Есть ли у вас проблемы с засыпанием или вообще вы плохо спите?

Очень редко – 2, да – 3, очень часто – 6.

3. У вас краснеет лицо?

Очень редко – 2, да – 4, очень часто – 8.

4. Бывают ли у вас приливы жара?

Очень редко – 2, да – 4, очень часто – 8.

5. При усталости чувствуете биение сердца и нарушение пульса?

Очень редко – 4, да – 2, очень часто – 8.

6. Делаетесь нервным или расстроенным при большом количестве работы или обязанностей?

Очень редко – 2, да – 4, очень часто – 8.

7. Болит голова, бывают головокружения?

Очень редко – 3, да – 4, очень часто – 8.

8. Беспокоили вас почки в последние 5 лет?

Очень редко – 3, да – 5, часто – 10.

9. Мелькают ли черные мушки перед глазами?

Очень редко – 3, да – 5, очень часто – 10.

10. Солите и сильно приправляете еду?

Очень редко – 2, да – 3, очень часто – 6.

11. Есть ли избыток веса?

В небольшой степени – 2, да – 3, в большой степени – 6.

12. Употребляете спиртные напитки, курите?

Очень редко – 2, да – 4, очень часто – 8.

ПОДВЕДЕМ ИТОГИ

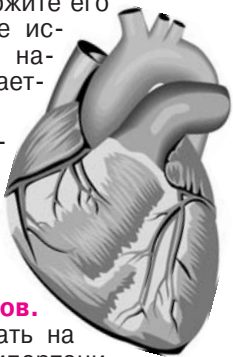
0-12 баллов. Повышенное давление вам не грозит, напротив – стоило бы проверить, не гипотоник ли вы?

13-21 балл. Регулярно проверяйте свое давление, держите его под контролем. Не исключено, что при нагрузке оно поднимается.

22-25 баллов. Гипертония дает о себе знать. Необходимо проконсультироваться с врачом.

36 и более баллов.

Это может указывать на развивающуюся гипертоническую болезнь. Постарайтесь изменить образ жизни, привычки.



ЛЕЧЕНИЕ ИНСУЛЬТА



Хочу рассказать об одном случае из своей целительской практики. Год назад я получил письмо от Надежды Степановны – женщины из одного сибирского города. В письме она просила помочь в лечении своего мужа. Ее муж, Анатолий Петрович, несколько лет назад перенес инсульт, но движения, речь и здоровье до сих пор не восстановились. После уточнения диагноза я назначил Анатолию Петровичу лечение настойкой из корня диоскореи кавказской. Параллельно (одновременно) с приемом настойки из корня диоскореи я назначил в небольшой дозе принимать настойку из цветков красного клевера и семян софоры японской.

А в перерывах между курсами лечения настойкой из клевера с софорой и настойкой диоскореи я назначил (как вспомогательным средством) лечиться настойкой из кожуры семян конского каштана.

Настойки я приготовил сам. Двести грамм корней диоскореи залил одним литром теплой водки. Настаивал в темном месте 10 дней, процедил. Долил чистой кипяченой водой до первоначального объема (то есть долил воды столько, чтобы общий объем составлял 1 литр). Если вы будете делать эту настойку сами, то предупреждаю, что выпадение в этой настойке хлопьевидных осадков – это нормальное явление (перед употреблением взбалтывать).

Настойку из кожуры семян каштана я готовил так. Взял 25 грамм тонкой коричневой кожуры, залил 250 мл водки. Настаивал 2 недели и процедил. Долил водой до первоначального объема.

И приготовил настойку из клевера и софоры. Заранее нарвал и высушил головки красного клевера. Наполнил ими пол-литровую банку до половины. Высыпал туда 50 грамм измельченных семян софоры. Залил доверху водкой. Настаивал в темном месте 2 недели. Процедил. Долил водой до первоначального объема.

Получив посылку с настойками, Надежда Степановна начала лечение. Настойку из корня диоскореи она (по моему рецепту) давала мужу два раза в день (утром и в обед) по чайной ложке (смешивая с 1/4 стакана теплой во-

ды), на пустой желудок, примерно за полчаса до еды.

Настойку из клевера и софоры Надежда Степановна давала Анатолию Петровичу один раз в день (вечером) тоже по чайной ложке (смешивая с четвертью стакана теплой воды). Тоже натощак, за 20-30 минут до еды.

Этими двумя настойками Надежда Степановна лечила мужа в течение двадцати пяти дней. Потом в течение пяти дней настойку из диоскореи и настойку из клевера и софоры я велел не принимать.

В эти пять дней Надежда Степановна давала Анатолию Петровичу настойку из кожуры семян конского каштана. Давала ее два раза в день (утром и вечером) по чайной ложке (смешивая с 1/4 стакана теплой воды) натощак, за полчаса до еды.

Одновременно с этим лечением Надежда Степановна ежедневно понемногу занималась с мужем по специальным методикам, которые тоже выслал я.

По словам Надежды Степановны, уже после первого месяца лечения были заметны первые улучшения. У Анатолия Петровича прояснилось сознание, улучшилось зрение, начала восстанавливаться двигательная активность и речь. Руки и ноги стали более послушными. Давление пришло в норму.

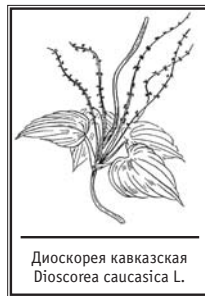
Итак, прошел месяц лечения. Снова 25 дней Надежда Степановна давала мужу настойку из клевера и софоры и настойку из корня диоскореи, а потом 5 дней – настойку из кожуры семян конского каштана. И так до тех пор, пока не закончились все три настойки (примерно 4 месяца).

Хотите – верьте, хотите – нет, но благодаря настойкам, а также благодаря помощи жены и своим усилиям, Анатолий Петрович после инсульта восстановился практически полностью.

Если возникли вопросы – спрашивайте. Я дал все рецепты, но если вы по каким-то причинам не в состоянии приготовить эти настойки самостоятельно, то я могу выслать готовые настойки из этих лекарственных трав. Пишите мне по адресу: **352909, Краснодарский край, г. Армавир, а/я 900, Головкову Александру Владимировичу.** В свое письмо вкладывайте конверт с обратным адресом.

И да поможет вам Бог!

А. В. Головков, травовед.



Диоскорея кавказская
Dioscorea caucasica L.

УДИВИТЕЛЬНЫЕ ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА ГЛИНЫ



Хочу поделиться с читателями оригинальными и очень доступными методами лечения. Оказывается, такая знакомая для всех глина обладает сильными лечебными свойствами. Конечно, не стоит пренебрегать традиционной медициной. Обязательно надо обращаться к врачам, но и знать, какие есть вспомогательные средства.

Замуховская Ольга, г. Москва.

Начало в №36.

Как готовить глину для лечебных процедур?

Разбить куски глины молотком и хорошенько высушить на солнце, или у печки, или у батареи отопления. Надо помнить, что недостаточно высушенная глина плохо растворяется в воде. Так вот, когда небольшие куски глины хорошо просохнут, их надо измельчить и истолочь до состояния порошка, после чего очистить от посторонних включений (в качественной глине этих включений, как правило, не бывает). Глиняный очищенный порошок надо засыпать в керамический сосуд (обязательно обожженный) или эмалированный таз и залить чистой свежей водой таким образом, чтобы вода полностью покрыла глину. Через несколько часов содержимое посуды надо хорошенько размешать, а твердые комочки глины размять руками или деревянной лопаткой (металлические предметы использовать не надо!). Масса должна стать однородной, без комков – должна быть похожей на мастику и не должна течь между пальцами. Сосуд с глиной следует как можно чаще и дольше держать на солнце, на свежем воздухе, на свету. По мере необходимости в эту массу добавляйте немного свежей воды, чтобы поддерживать необходимую консистенцию. Помните, что оставлять глиняную взвесь долго без использования нельзя, т.к. масса-взвесь может стать питательной средой для микробов.

Наружное употребление глины

На марлю или прямо на кожу кладем плитку глины толщиной 1,5-2 см, немного больше размером, чем больное место. Плитки могут быть холодными или немного подогретыми. Теплые плитки кладут на печень, почки, мочевой пузырь и кости. При болезнях сердца, вен и контузиях перед этим кладут компрессы с глинистой водой. И плитки, и компрессы покрывают хлопковой тканью и сверху в 4 слоя шерстяной тканью. Если не будет тепло, надо увеличить шерстяное покрытие.

Различные гнойные абсцессы требуют смены компрессов через 30 мин. или 1 час в течение суток и более.

Продолжительность компрессов от 2-х до 3-х часов, а в тяжелых случаях – суточная. При неприятных ощущениях или болях компресс снимается и ставится через 12 или 24 часа, но это бывает редко.

На живот, печень, ломбальные зоны и нижние конечности компрессы ставят один раз на 2-3 часа, т.к. здесь они могут вызвать слабую или сильную реакцию. Глину выбрасывают после однократного применения, так как она абсорбирует отравляющие вещества.

Глинолечение следует сочетать с овощными бульонами, также дезинтоксигирующими, с лечебными травами, массажем и обливанием водой температурой 18-22°C, с рефлексотерапией стоп ног, ароматерапией масел, цветотерапией, солнечными, воздушными, морскими ваннами и тем, что активизирует кровообращение. При лечебных кризисах глинолечение не прекращает-



ся: эти кризисы желательны как сигналы очищения от отравляющих веществ. При продолжительных компрессах можно использовать глиняную пудру, а также вместо детской присыпки, при ранениях, когда пудра оказывает антисептическое и заживляющее действие. Пудрят глиной кожные пузыри, псориаз и другие кожные заболевания.

Косметические маски также часто содержат глину, например, пополам с водой и соком огурца в виде пасты, которой тонким слоем покрывают лицо и держат до засыхания от 10 до 30 минут. Смывают теплой водой. Так повторяют один раз в неделю. Если на лице прыщи или угри, пудру смывают оливковым маслом.

Для промывания влагилица и клизм берут 3-4 ст. ложки глины на 1 литр воды, нагревают до температуры тела (при белях, колитах, при всех женских заболеваниях).

В воде растворяют глину и используют этот раствор несколько раз. Время нахождения в такой ванне начинается с 5-10 мин. и доходит до 15-20 мин. Принимать через 2 дня или 2 раза в неделю в течение 1 месяца, затем – перерыв на 3-4 недели. Эти ванны помогают при артрите, ревматизме и анемии. При ревматизме рук и ног в частичную ванну с глиной добавляют морскую соль. Неочищенная морская соль лечит многие болезни, так как содержит магний, бром, йод, золото, никель, кобальт, серу, фосфор, кальций, натрий в виде солей, в форме катализаторов. Ее употребляют при недостатке в организме минералов для активизации кислородного обмена.

Антибактерицидность, тонизирующие и заживляющие свойства морской соли известны с давних времен. Соленой водой моют раны, гангрену, горло – при его заболевании, в расчете 1 ст. ложка соли на 1 стакан воды.

Внутреннее употребление глины

Внутрь употребляется только жирная глина, а если в ней примешан песок, то ее следует процедить через марлю. Зеленая глина со статичной волной 8 м – самая подходящая. За 30 мин. до еды пить 3 раза в день по 200 г раствора глины в бузе (отваре): 1 чайная ложка глины на 1 стакан воды, для детей до 12 лет – 0.5 чайной ложки. Эффект будет сильнее, если за 5-6 дней до глиняной воды пить такую глинистую воду. Если дети не могут пить раствор глины в бузе, им надо давать глиняные шарики с настойкой мяты, эвкалипта и др. ароматических веществ. Эти шарики следует сосать при болезнях зубов и рта (стоматит, пиоррея и др.), ангине, воспалении миндалин. Грязную воду очищают на каждый литр кусочками глины. При инфекционных эпидемиях глинистую воду следует пить ежедневно.

Глинистую бузу пьют при язвах в пищеварительной системе, дизентерии, ранах, колитах, энтеритах, как изолятор от желудочного сока, что способствует застанию язв.

Продолжение на стр. 15

ОПУХОЛИ КОЖИ ИЗЛЕЧИМЫ

Из писем доктору Синякову.



«В косметическом кабинете мне травмировали родинку на шее. Через месяц она воспалилась, и меня направили в онкодиспансер. Узнав о диагнозе, я пришла в отчаяние, ведь меланома не лечится. По Интернету узнала о Вас. Доктор, есть ли у меня шанс?»

Ольга К., г. Москва.



«Мой муж находится на лечении в онкоцентре уже третий раз. Диагноз «базалиома щеки». Прошел облучение и химиотерапию. Из ваших книг узнала, что могут помочь травы. Но может быть есть что-то и более действенное? Очень надеюсь на лучшее».

Валентина Сергеевна Н., г. Королев.

ВСТУПЛЕНИЕ

Мне приходится анализировать много публикаций по лечению онкологических заболеваний. Наряду с общепринятыми в онкологии методами лечения предлагается много альтернативных методов. Вот тут больным нужно быть очень внимательными и, прежде всего, выяснить, кто же этот «альтернативщик»: врач, инженер, пчеловод или излечившийся больной. В различных печатных изданиях каких только рецептов не прочитаешь, а вот подписываются такие авторы чаще всего «травник». Я не против травников, но все же при оказании помощи онкобольному народными средствами неплохо бы травнику иметь врачебное образование. Да, есть истинные травники, не имеющие специального медицинского образования, но их осталось единицы. И, когда видишь огромное количество брошюр и книжиц, в заголовках которых фигурирует помощь раковым больным, прежде всего хочется узнать, кто же автор этой книги, какой у него врачебный практический опыт. Но оказывается, что информации об авторе никакой нет. Когда я пыталась что-либо узнать об авторе у издателя книги, то оказывалось, что это, как правило, человек без медицинского образования (в лучшем случае агроном или литературный работник, решивший заработать на популярной теме). Такие «открытия» разочаровывают. Издаются книги-пустышки с вредными рекомендациями. Предлагаются «водка с маслом», сулема, АСД, керосин, а то и сильнейшие яды. Такое «лечение» рассчитано на беднейшее население

и приносит лишь вред. Чего греха таить, достижения в медицине есть, и рак лечится не только оперативно, только для этого необходимы огромные финансовые средства.

Как-то, беседуя с пациенткой, которая перенесла операцию в связи с заболеванием молочной железы, она мне убедительно доказывала, что денег нет. Внимательно выслушав ее, я задала ей лишь несколько вопросов:



«От чего бы вы отказались ради выздоровления: от квартиры, золота, машины, дачи?» В ответ услышала: *«Вы что же хотите, чтобы я все продала? А кто мне даст гарантию выздоровления? Лучше я без груди буду».* Но как оказалось в дальнейшем, сверхмощное лечение – хирургическая операция и целый ряд

химиотерапий – не привели к излечению. Через три месяца у больной были обнаружены метастазы в легких.

Помню, я позвонила тогда профессору медицины А.Ф.Синякову и спросила, почему больной не помогли такие сверхсильные и общепринятые в научной онкологии методы лечения. Он ответил, что после химиотерапии, даже очень действенной, все равно выживает 10-15% раковых клеток, которые становятся устойчивыми к подобным воздействиям, а иммунитет снижается и под влиянием операции, и от химио- или лучевой терапии. Вот и начинает расти раковая опухоль как на дрожжах. Если хотите получить более подробный ответ, то читайте мои книги **«Фитотерапия, побеждающая рак»**, **«Исцеление возможно»**, **«Укрепляем иммунитет»** и другие.

Приведу достоверный случай из практики.

Алла Филипповна, узнав о грозном диагнозе, сначала не поверила. Как-то все сразу свалилось на нее в период перестройки. Пришлось уехать из Казахстана, муж умер, денег было не так уж много, а тут еще болезнь. Но сын твердо решил устроить маму на лечение в Москву, в институт им. Герцена. Диагноз подтвердился «саркома плечевой кости с метастазами в позвоночник». Предложили операцию. И опять сын и невестка помогли. Врачи сделали все, что было в их возможности. Алла Филипповна после операции еле передвигалась по квартире. В онкодиспансере по месту жительства сомневались, что она выживет и даже предупредили об этом сына. И вот тут (видно Господь направил) в ее жизни блеснула надежда. Алла Филипповна узнала о профессоре Синякове, который лечит травами и продуктами пчеловодства. Родные и тут решили: надо попробовать. Пройдя три полных курса лечения, наступило улучшение. Больная смогла выходить на улицу, появился аппетит. При посещении онколога, тот ничего не мог понять. Даже спросил: «Что вы такое принимаете? У вас значительные улучшения». Алла Филипповна пожалала плечами и ничего не стала говорить (побоялась сглазить). Лечение продолжалось около четырех лет. За это время у женщины восстановилось здоровье: она хлопотала по дому, ходила в магазин, даже онколога посещала все реже и реже. От повторных курсов химиотерапии отказалась. Однажды, после ночного сна, Алла Филипповна увидела кровь на подушке. Во время сна она задела родинку на щеке. Через некоторое время родинка увеличилась, начала болеть. Что делать? Идти на облучение? Де-

Если больной уйдет из жизни, то близких родственников будет мучить совесть, что они НЕ ЗАХОТЕЛИ, да-да, не НЕ СМОГЛИ, а именно НЕ ЗАХОТЕЛИ ПОМОЧЬ.

лать операцию? Но ведь в возрасте 70-ти лет больной уже неинтересен врачам. Да и боялась она идти к онкологу: ведь в свое время она уже отказалась от лечения. И Алла Филипповна решила позвонить доктору Синякову. Выслушав больную, Алексей Федорович гарантий не давал, но предложил попробовать разработанный им комплекс для лечения меланомы. (Меланома – одна из самых опасных разновидностей рака, при котором характерно метастазирование опухоли во внутренние органы. – прим. автора). На этот раз сын засомневался и настаивал на помещении матери в диспансер. Но Алла Филипповна все же решила довериться ее спасителю, Алексею Федоровичу. Лечение протекало трудно, почти полтора года. И когда исчезли все признаки заболевания, пациентка все же решила пройти обследование в онкодиспансере. Врач долго не мог понять чего хочет эта женщина. Все анализы были в норме, метастазы в позвоночнике отсутствовали, изменений в родинке не выявлено. Боясь, что это сон, Алла Филипповна не могла выговорить ни слова. Она не верила, что все позади. В настоящее время ей приходится принимать препараты, чтобы раковые клетки не активизировались. Все рекомендации Алексея Федоровича она выполняет scrupulously. Летом смогла навестить своих родных в другой области, помогает внукам, радуется жизни и химические лекарства не принимает. (Имя и отчество изменены по просьбе пациентки). В выздоровлении этой женщины огромную роль сыграли не только вера в выздоровление, но и помощь близких.

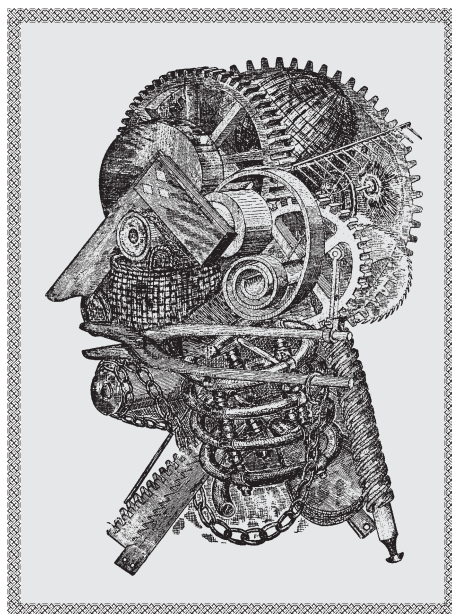
О своем методе, применении трав и продуктов пчеловодства при лечении меланомы, базалиомы и других форм рака кожи рассказывает доктор медицинских наук, профессор, апи-и фитотерапевт, член-корреспондент Международной Академии Информатизации при ООН Алексей Федорович СИНЯКОВ.

– Алексей Федорович, Вы помните эту пациентку?

– Не только помню, но и до сих пор консультирую ее. Мне пришлось немало потрудиться, чтобы спасти ее от смерти, в прямом смысле этого слова. Ведь такие диагнозы как «саркома», «меланома» в запущенных случаях не дают шансов на выздоровление. Конечно, и сама больная активно помогала. Мне пришлось много раз менять формулу препаратов, чтобы остановить развитие опухолевых клеток.

– Неужели родинки таят в себе опасность?

– Все зависит от места их расположения. Ведь что такое родинка? Это пигментный невус, расположенный в базальном слое эпидермиса. Если родинка часто травмируется, то есть большая вероятность перерождения ее в злокачественную опухоль. Наиболее часто опухоль локализуется на открытых участках тела – шее, голове, плече, нижних конечностях. Меланома кожи часто развивается у лиц в возрасте 30-50 лет. Внешне выглядит как темное пятно, иногда в виде грибовидного разрастания. Если родинка увеличилась в размерах, кровоточит, изменяет цвет, то необходимо срочно обратиться к врачу и лучше к онкологу. Ведь размеры первичной опухоли могут быть от просяного зерна с последующим медленным разрастанием. Большое значение имеет глубина инвазии опухолевых клеток в кожу. В зависимости от степени инвазии и назначается лечение. На ранних стадиях облучение дает хорошие ре-



зультаты. Кроме инвазии на прогноз заболевания влияет локализация опухоли, наличие метастазов. При меланоме метастазирование происходит лимфо- и гематогенно, не имеет закономерностей, поэтому диагностика затруднена. Иногда первичный очаг в возникновении меланомы остается нераспознанным. При подозрении на меланому биопсия опухоли не рекомендуется, так как это может способствовать ускорению метастазирования.

– Сложно ли прогнозировать исход заболевания?

– Прогноз зависит от ряда факторов: размера опухоли, глубины прорастания в кожу, локализации, наличия метастазов. При меланоме (и других неоперабельных формах рака) уместно говорить о продлении жизни больного, а не о полном излечении. Если проводить комплексное лечение на ранних стадиях, то успех очевиден. Должен сказать, что и больной обязан бороться за свое здоровье. И помогать ему в этом должны не только врачи, но и близкие люди, как в приведенном выше случае с пациенткой. Но в моей практике встречались и прямо противоположные истории.

Один из моих больных страдал меланомой, расположенной на предплечье. Появились отеки, боли. Больной упал духом и смиренно ждал своего конца. Ведь он не мог сам приехать за препаратами, а жена и взрослые дети не захотели тратиться на лечение. По телефону, помню, жена сказала: «Врачи в институте не смогли помочь, а ваши травы вряд ли помогут».

При обращении пациента первым вопросом всегда звучит: «А будет ли результат, какие гарантии излечения?» Как врача с большим практическим опытом такие вопросы заставляют меня задумываться о душевном благополучии этих людей. Если больной уйдет из жизни, то близких родственников будет мучить совесть, что они НЕ ЗАХОТЕЛИ, да-да, не НЕ СМОГЛИ, а именно НЕ ЗАХОТЕЛИ ПОМОЧЬ. Болезнь не развивается за один или два дня. На созревание опухоли уходит от 6 до 20 лет. Болезнь может и никогда не проявиться, а может после малейшей простуды заявить о себе. Особенно провоцирующим фактором являются стрессы и нездоровый образ жизни.

– Кроме меланомы встречается и такая форма рака кожи как базалиома. Она опасна?

– Если меланома поражает людей в любом возрасте, то базалиома, как правило, развивается чаще всего в старческом возрасте и на коже лица. В зависимости от поражения отдела кожного эпидермиса различают педжетоидную базалиому, плоскоклеточный рак кожи. Плоская поверхностная базалиома локализуется на туловище, а плоскоклеточный рак кожи – на красной кайме губ, чаще нижней, на наружных половых органах. Прогноз при базалиомах более положительный. Решающую роль играет ранняя диагностика и своевременное лечение.

Продолжение следует...

БЫСТРАЯ ЕДА ЗА 15 МИНУТ

Мы живем в век суперскоростей, пытаемся везде успеть и постоянно спешим. Современная женщина утром спешит на работу, вечером поздно возвращается домой. И нет никакой возможности приготовить горячий полноценный завтрак, встретить вечером семью приготовленным шикарным ужином. Да, существуют быстрые сухие завтраки, и иногда они очень выручают. Но так ведь хочется накормить своих дорогих и любимых вкусным домашним завтраком, замечательным ужином, чаще побаловать необыкновенным десертом.

А ведь это так просто. Мы предлагаем вам множество очень вкусных, разнообразных рецептов, которые объединяет одно – все они готовятся не более 15 минут. Среди них вы сможете найти подходящие для завтрака, ужина, а иногда и обеда (или дополнения к обеду). Некоторые из рецептов особенно порадуют детей своим игрушечным видом и нежным вкусом. Но абсолютно всех сладкоежек приведут в восторг вкусная выпечка, на приготовление которой Вы потратите не более 20 минут, и другие замечательные сладости, которые готовятся еще быстрее.

Внезапно прибывшие гости уже не застанут вас врасплох, ведь наши рецепты помогут вам быстро накрыть красивый изысканный стол.

Все рецепты подобраны тщательно и с любовью, поэтому мы абсолютно уверены, что они помогут Вам чаще дарить радость себе и своим близким. Ведь вкусный и красивый завтрак повышает настроение на весь день. И что может быть лучше общения с родными и друзьями за праздничным или просто хорошим ужином.

Пользуясь нашими рецептами, вы всегда будете принимать абсолютно заслуженные комплименты Вашему кулинарному искусству, и, что очень важно, тратить на приготовление еды совсем немного времени.

Начало в №30.

КАРТОФЕЛЬ

Молодая картошка в сметане

500 г молодой картошки, 1 ст. сметаны, 2 ст.л. сливочного масла, 2 головки репчатого лука, 2 г соли, 1 г перца.

Картошку начистить, порезать кусочками. Лук мелко нарезать. Картошку и лук залить сметаной (так, чтобы она покрыла картошку), добавить масло, посолить, поперчить. Варить до готовности картошки.

То же самое можно сделать и со старой картошкой, но добавив 3-4 столовые ложки воды.

Картофельная запеканка с помидорами

600 г картофеля, 2 луковицы, 500 г помидоров, 400 г колбасы или сосисок, 1-2 стол. ложки масла, 1/2 ч.л. соли, щепотка черного перца, 1/2 чайн. ложки сухого тимьяна, 50 г тертого сыра, 1/2 стакана сметаны, масло для формы.

Нарезать картофель, лук и помидоры ломтиками. Порезать колбасу или сосиски тонкими ломтиками.

Разогреть духовку до 200°C. Смазать противень маслом, уложить слой картофеля, положить колбасу, полить оставшимся маслом, затем опять картофель, помидоры и лук. Посыпать сверху солью, перцем и тимьяном. Смешать яйцо с сыром и залить запеканку. Готовить в духовке 15 минут. С запеканкой можно подать любой салат.

Картофельная фриттата

0,5 кг молодого красного картофеля, 6 яиц, 50 г сыра Чеддер, 3/4 стакана соуса (средней остроты), соль, перец, специи.

Почистить картофель, нарезать мелкими кубиками и пожарить на сковороде. Одновременно



слегка взбить яйца (не в миксере), добавить 3/4 стакана соуса, натереть сыр, положить специи. Когда картофель будет почти готов, залить его яичной массой, накрыть крышкой и жарить минуты 3, пока не зажарятся края. Потом поставить в духовку минут на 5-10.

Когда фриттата запечется, вынуть ее из духовки, украсить свежими помидорами.

Кильки с картофелем

50 г килек (филе), 150 г картофеля, 15 г лука зеленого, 25 г салатной заправки, зелень.

Сварить крупные клубни очищенного картофеля, охладить, нарезать ломтиками круглой или овальной формы. На ломтики картофеля положить подготовленные филе килек, свернутые кольцами, наполнить кольца зеленым луком и полить салатной заправкой.

Вкусная и простая запеканка

Мясной фарш (сырой) 500 г, картофельное пюре из 4-5 картошек, молока и масла, упаковка замороженного зеленого горошка, упаковка замороженного шпината, 100 г тертого сыра.

В форму или сковороду (слегка смазанную маслом) уложить слоями фарш, шпинат, горошек, картофельное пюре и сверху тертый сыр. Каждый слой посолить. Выпекать в духовке на среднем огне 15-20 мин. (до готовности фарша).

Вместо фарша можно использовать сосиски или колбасу.

ПОМИДОРЫ, БАКЛАЖАНЫ И ВСЕ, ВСЕ, ВСЕ

Помидоры жареные

3 средних помидора, 75 г сыра, масло для жарки, зелень.

Спелые, но не мягкие помидоры разрезать на несколько кусочков, жарить на масле по несколько минут с каждой стороны. Переворачивать осторожно!

Посолить, поперчить и, выложив на тарелку, посыпать тертым сыром.

Помидоры в шубе

3 крупных помидора, 200 г сыра (лучше твердого), 2 вареных яйца, перец 1 г, соль 0,5 ч. л., майонез 100 г, зелень (петрушка, укроп) по 1 ст. л., чеснок – 2 зубка.

Порезать помидоры кружками, разложить половину на плоской тарелке. Посолить, поперчить, посыпать мелко нарезанным яйцом, сыром, тертым чесноком, полить майонезом, разровнять его ножом. Это первый слой. То же самое повторить еще раз, сверху посыпать мелко порезанной зеленью.

Продолжение следует.

ПОЛЕЗНЫЕ РАСТЕНИЯ

СЛИВА

Александр Македонский, возвращаясь из походов, привез не только золото и драгоценности, но и несколько сливовых деревьев.

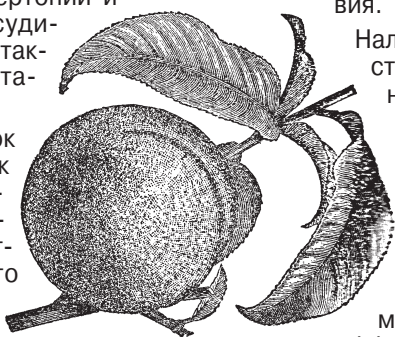
Слива обладает огромными лечебными свойствами. Она дезинфицирует кишечник, усиливает перистальтику, улучшает пищеварение, благодаря чему уменьшается опасность атеросклероза, ревматизма, подагры. Употребление сливы способствует снижению холестерина в крови, удалению из организма избытка солей натрия и воды. Слива невероятно полезна при лечении гипертонии и всех сердечно-сосудистых заболеваний, а также почечной недостаточности.

Слива и сливовый сок по утрам натощак прекрасно чистят организм, способствуют снижению кислотности желудочного сока. Это чудесное средство для лечения гастритов и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки с высокой кислотностью.

Мочегонное свойство сливы известно очень давно. Ученые доказали, что калия в ней содержится в 12 раз больше, чем натрия, этим и обусловлено мочегонное свойство сливы.

Древнегреческие и арабские врачи применяли сливу в качестве слабительного и желчегонного средства. С этой же целью ее использует народная медицина.

Сливы, собранные в незрелом виде, не дозревают, и количество сахара в них не увеличивается. Нужно употре-



блять уже созревшие сливы – они самые лечебные.

ПЕРСИКИ

Уникальное сочетание макро-, микро-, ультрамикроэлементов с органическими кислотами делает персики необходимыми для тех, кто перенес операцию по удалению опухолей, облучение.

В персиках в большом количестве есть железо, медь, марганец, йод. По содержанию железа они превосходят вишню, айву, яблоки, абрикосы, груши, сливы, хурму. Поэтому персики полезны при профилактике малокровия.

Наличие большого количества токоферола (витамина Е) делает этот вкусный нежный фрукт необходимым для тех, кому за сорок. Токоферол сдерживает развитие процессов старения.

Персики обладают мягким слабительным эффектом – это самое нежное слабительное для детей и пожилых людей.

Противопоказания: персики противопоказаны при заболевании диабетом.

РОЗА

Белая и розовая розы, имеющие тонкий аромат, – богатейший источник витамина Е – витамина молодости. Из лепестков белой и розовой розы готовят воду, масло, сироп. Темно-красные розы снимают головную боль, успокаивают нервную систему, помогают при вегетодистонии, бессоннице, укрепляют сердце, легкие, печень, почки, кишечник (особенно полезно для толстой кишки).

и так до тех пор, пока концентрация ароматических веществ не достигала нужного предела. Для подобного изготовления масла подходил жасмин, фиалки, нарциссы и розы. Это был сложный химический процесс, длившийся многие дни.

Он очень ярко описан в популярном романе П. Зюскинда «Парфюмер». Древние целители варили масла из корней девясила, тирлича горького, солодки, цветов душицы и бузины. Были средства, которые с успехом продавали за золотые монеты. Так, в Европу отправляли старинное средство под названием «Кровь семи братьев».

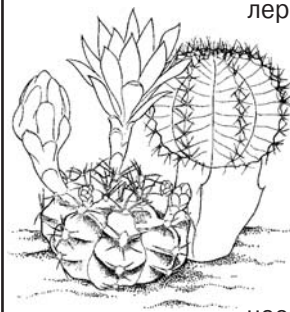
Наумова И.Ю., г. Иваново.

ВАМ ПОМОЖЕТ КОЛЮЧИЙ ДОКТОР

Кактусы могут больше, чем иные врачи. Похожие отчасти на зверушек, отчасти на инопланетян, кактусы в доме ведут себя сдержанно, растут медленно, далеко не всегда цветут и редко подают заметные сигналы о том, что им плохо (не хватает света или воздуха).

Но зато на своей родине, в Америке, они разрастаются до гигантских размеров (некоторые весят 1-2 тонны) и, по слухам, умеют ходить. Прорубая тропинки в кактусовых чащобах, индейцы нередко замечают, что на расчищенной вчера тропе возник колючий великан, который за ночь не мог вырасти. Вывод? Кактус пришел сам. Возможно, это лишь легенды, но, если присмотреться к нашим домашним питомцам, в них тоже немало загадочного.

Кактус отлично чувствует, кто нуждается в помощи. Одним лишь своим присутствием он может принести меньшую пользу для здоровья, чем целый процедурный кабинет. А именно: притупить острые спазматические боли, понизить артериальное давление, избавиться от хронических гинекологических заболеваний, снять стресс, исцелить от бессонницы, убрать симптомы аллергии.



Поэтому, прежде чем записываться на прием к врачу, попробуйте просто поставить тот или иной кактус там, где он более всего необходим.

Высокие, колонновидные кактусы полезны тем, у кого проблемы с сердцем, а также внешне сдержанным людям, которые все вспышки привыкли гасить внутри себя. Шаровидные кактусы помогают гипертоникам и неуравновешенным людям, которые в запальчивости говорят лишнее, а потом жалеют. Приземистые цилиндрические кактусы отнимут у людей жажду мщения, а те, у которых стебли похожи на пальчики, уменьшают словоизвержение неумеренных болтунов. И только универсалы с овальными стеблями могут работать на всех фронтах, поглощая негативные выбросы разных людей.

Шапорев А.А., г. Курск.

КРЕМ КОРОЛЕВЫ

Розмарин цветущий – 300 г, воск – 50 г, масло сливочное – 300 г, цвет белой лилии – 200 г, масло оливковое – 200 г. Розмарин и лилии залить растопленным маслом, добавить воск и оливковое масло. Томить 40 мин. Процедить и использовать для всего тела после молочных ванн.

Согласно правилам древней парфюмерии и лечебного искусства, иногда использовали большое количество ароматного цветочного сырья. В кипящий жир помещали первую партию сырья, цветы вынимали и в тот же жир добавляли следующую партию сырья,

СЕКРЕТЫ КРАСОТЫ

МАСКА ДЛЯ ШЕИ

Чтобы наша шея хорошо выглядела в летнем платье, подпитайте ее немного.

Для этого небольшое блюдечко картофельного пюре смешайте со столовой ложкой растительного масла или взбитым яйцом и нанесите в горячем виде на шею. Сверху положите салфетку из хлопчатобумажной ткани. Через 20 минут маску смойте теплой водой.

Чтобы получить хороший эффект, отварите прямо сейчас две картофелины в мундире, очистите их и разомните. К горячему пюре добавьте по чайной ложке оливкового масла и глицерина. Смесь на марле приложите к шее. Сверху накройте салфеткой, которую постарайтесь прибинтовать.

Через 15-20 минут все это уберите, а шею ополосните теплой водой. Затем протрите настоем липового цвета, заварив 1-2 столовые ложки цветков стаканом кипятка и дав настояться 10-15 минут. После этого нанесите на 30 минут жирный крем.

ИЗБАВЛЯЕМСЯ ОТ ПЕРХОТИ

Две столовые ложки мелко порезанных свежих листьев березы залейте стаканом кипятка и поставьте на 20 минут настаиваться.

Настой этот втирайте в кожу головы для укрепления волос при жирной себорее.



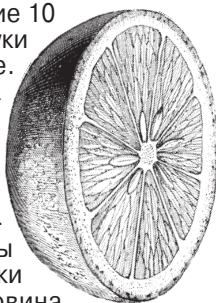
ВАННОЧКИ ДЛЯ РУК

Если вы заметили, что кожа рук стала грубоватой и шероховатой, попробуйте в течение 10 минут подержать руки в теплой ванночке.

Состав раствора может быть таким: чайная ложка пищевой соды, столовая ложка хорошего шампуня, растворенные в литре воды с добавлением ложки глицерина, и половина чайной ложки нашатырного спирта.

Прекрасно смягчает кожу рук ванночка из молочной сыворотки или сока квашеной капусты.

Не пожалейте одной дольки лимона и смажьте ею руки. Через 10-15 минут смойте теплой водой (она расширяет и очищает поры).



ПРЕДОХРАНИТЕЛЬНЫЙ КЛАПАН

Все живое принуждает думать и действовать раздражение. Раздражение ослабевает, осмысливается и упрядняется, когда устраняются причины его вызвавшие. Вам хочется есть – вы начинаете изыскивать способы, чтобы удовлетворить желание. Страшно – начинаете действовать, чтобы устранить проблему, вызвавшую страх, или, наоборот, подавить страх и спрятаться за спасительный самообман.

Если проблемы решаемы, раздражения не значительны, сна и отдыха хватает для восстановления, то вы трезво оцениваете обстановку и ничему не придаете сверхзначимость.

Если же жизнь ставит вас в экстремальную ситуацию, вы вынуждены сконцентрировать усилия и придать сверхзначимость тому, что позволяет вам выжить, максимально задействуя при этом резервы нервной системы. Накопление раздражений начинает превышать их сброс, но это не может продолжаться до бесконечности. Срабатывает «предохранительный клапан», и начинается принудительный сброс накопленных раздражений.

Вы подавляли страх, убегали от него, чтобы найти способы, как с ним справиться, а он, между тем, накапливал раздражения как через полупроводник, минуя сознание, пока не произошел нервный срыв, который принудительным образом спас вас от перегрузки. Страх является основным накопителем раздражений, он все время принуждает действовать и самосовершенствоваться. Вы хотите вкусно есть и сладко спать, обладать любимой женщиной (или мужчиной), хотите, чтобы дети ваши были счастливы, и вы тоже, чтобы будущее было прогнозируемо, стабильно, чтобы всегда был достаток, не было болезней, войн, катастроф.... Ваши желания устремлены вперед, но тут же возникает страх, что всего этого может не быть, и он принуждает вас думать, решать проблемы, связанные со страхом, чтобы избежать страданий, о которых он вас предупреждает.

Но не всегда вы можете справиться с ситуацией. Жизнь часто ставит в очень жесткие условия, когда и подумать-то некогда, а надо действовать,

чтобы выжить. Или заранее придаете своей деятельности сверхзначимость с расчетом на перспективу, чтобы преуспеть в ней и обеспечить себе безбедное существование.

Односторонняя накачка раздражений ведет к нервным срывам, к износу нервной системы. «Немотивированные» депрессии у людей успешных (и не только) связаны именно с этим. Человек часто не осознает причину повторяющихся депрессий и может повторять одну и ту же ошибку всю жизнь.

А между тем, сам организм принудительным образом указывает на неправильность в оценке реальности, но раскрученный страхом маховик не позволяет увидеть ее и осмыслить.

Что происходит, когда нервная система не выдерживает перегрузки? Срабатывает «предохранительный клапан», перестает действовать спазматическая защита, ограничивающая проникновение раздражений, и травмирование раздражающих участков становится беспрепятственным, что ведет к отключению мыслительной и физической деятельности принудительно. Мозг принуждает отказаться от всего, чтобы дать возможность пере-



раздраженным ранкам успокоиться и зажить, лишает всю деятельность какой-либо значимости, так как вся она построена на страхе и самообмане, возведенном в ранг «правильности». Мозг принуждает признать, что все «обыкновенно», нейтрально, в противном случае разрушающую сдвиговую направленность не остановить. Вы должны осознать, что все, чем вы занимаетесь, нейтрально, что делать любую работу надо спокойно, без надрыва, без гона, без придания ей сверхзначимости. Тогда и дела будут решаться более успешно, и сохранится здоровье и духовные ценности.

Самое лучшее при нервном срыве, это в полной тишине как следует отоспаться и отлежаться, осмыслить причину срыва и постараться ее устранить. Не стоит чрезмерно эксплуатировать «предохранительный клапан», его возможности не беспредельны.

В.М.Добровольский.

НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА

НАСТОЯЩИЙ ВИНОГРАД

По Библии, первым растением, высаженным на склонах горы Арарат после потопа, был виноград. О целебных свойствах этой ягоды было известно давно. Еще древние греки лечили виноградом простудные заболевания, а также ели эти ягоды для восстановления сил. В современной



медицине есть даже особое направление – ампелотерапия. Или лечебный виноград. Но прежде чем стать его приверженцем, необходимо научиться выбирать качественный виноград. Покупаете виноград в магазине уже расфасованным? Посмотрите, чтобы грозди в

упаковке лежали в один слой. В противном случае ягоды могут помять друг друга и быстро начнут портиться. В упаковке не должно быть веток и засохших листьев. Иногда в декоративных целях оставляют кусочек виноградной лозы с листочком. Проверьте, чтобы длина лозы не превышала 5 см, если не хотите оплачивать ветки по цене ягод. Особое внимание обратите на размер и вес каждой грозди. Одна кисть Столового винограда высшего сорта, выросшего в теплице, должна весить не меньше 300 граммов. У винограда, выращенного на открытом грунте, вес кисти должен составлять не меньше 150 граммов.

Темный виноград хранится дольше ягод светлых сортов. Он, кстати, и более полезен для здоровья. Имейте в виду, что коричневые точки и пигментация на ягодах далеко не всегда говорят о том, что виноград испорчен. Внимательно осмотрите ягоды. Они должны быть целые, без каких-либо повреждений.

На ягодах светлый налет? Не пугайтесь: этот налет на поверхности винограда называется пруином. Он говорит о том, что ягоды свежие. У винограда высшего сорта все

ягоды должны быть покрыты пруином. Возьмите одну виноградину в руки. У качественного винограда ягоды твердые, плотно приросшие к кисти. Если виноградины мягкие, легко отделяются от грозди, значит, перед вами лежалый продукт.

Дома, если хотите, чтобы виноград дольше оставался свежим, разложите грозди на деревянном поддоне в один ряд, накройте газетой и положите на балконе так, чтобы на ягоды не попадали солнечные лучи. В неотопляемом, хорошо вентилируемом помещении виноград может храниться до 3 недель.

СВЕЖЕСТЬ ВЕШЕНКИ

Вешенку с другими грибами не спутаешь: уж очень необычная у него форма шляпки, похожая на ухо. Плодовые тела срастаются между собой, образуя большие семейки до 3 кг. Выбирая в магазине вешенку, переверните семейку и посмотрите на длину ножек. В ножке гриба меньше всего полезных веществ, она жесткая и не такая вкусная. Поэтому у качественных грибов ножки коротенькие или вовсе обрезаны под самую шляпку.

Несвежий гриб начинает трескаться по краям, через некоторое время у него появляется налет мицелия. Сам по себе мицелий не опасен, но это показатель срока хранения грибов.

Если есть возможность, отломите от шляпки небольшой кусочек. У молодых грибов мякоть мягкая, сочная, белого цвета. Если же шляпка жесткая, волокнистая – гриб перерос. Витаминов в нем мало, да и на вкус он будет словно резиновый.

Чаще всего на прилавках можно встретить вешенку темно-серого, почти черного цвета или ярко розовую. В природе шляпка у этих грибов может иметь самую разнообразную окраску. Так что если в магазине увидите грибы с коричневыми, сине-зелеными или




бледно-желтыми шляпками, не пугайтесь: это не мутанты. Просто эти сорта не так распространены в нашей стране.

Определить степень зрелости грибов можно по цвету их шляпок. Молодые, самые полезные грибы, имеют яркую, насыщенную окраску. Грибы – продукт скоропортящийся. При комнатной температуре вешенка испортится уже через 6 часов. В холодильнике – через 5 суток. Определить свежесть грибов можно, если их понюхать. Резкий, неприятный запах говорит о том, что грибы испорчены. Особенно в этом отношении показательна розовая вешенка: испорченный гриб можно учуять даже с заложенным носом.

Чтобы грибы не теряли свой аромат, их следует готовить на слабом огне.

Если вы покупаете уже расфасованный виноград, то в каждой упаковке помимо основной грозди может находиться еще одна маленькая, весом до 75 грамм. Обратите внимание, чтобы ягоды на маленькой веточке по своему размеру и качеству ничем не отличались от ягод на основной большой грозди.

ЧЕМ ЛЕЧИТЬ ГОРЛО

 Сколько раз меня выручали старинные народные рецепты, когда нужно было лечиться от ангины или других распространенных болезней, которые случаются несмотря ни на что. Больное горло, как известно, лучше всего лечить полосканиями. Для меня первое средство – дубовая кора.

1 ст.л. измельченной **коры дуба** залить 1 стак. воды, кипятить 10 мин., настаивать долго – 3-4 часа, затем процедить и слегка подогретым отваром полоскать часто горло, можно разбавляя пополам теплой водой. Но лучше всего использовать отвары дубовой коры с другими целебными растениями. Я знаю несколько замечательных рецептов, которые не только горло вылечат, но и так укрепят десны, что никакой пародонтоз не будет страшен никогда.

Взять поровну кору дуба, листья шалфея, цветки бузины, траву зверобоя. 2 ст.л. смеси заварить 1 стак. кипятка, настаивать 20 мин., процедить. Полоскать рот и горло несколько раз в день, любое воспаление быстро проходит. А чтобы укрепить десны, курс полосканий продолжать в течение 3 недель.

При ангине хорошо помогает смесь из 2 частей коры дуба и 1 части липового цвета. 2 ст.л. смеси так же заварить 1 стак. кипятка, настоять 20 мин., процедить и использовать для полосканий. Хорошо использовать кору дуба в смеси с травой душицы, шалфея, корнем алтея, цветками малины. Такие полоскания снимают очень многие воспалительные процессы при фарингите, ларингите и других заболеваниях. Преимущество такого лечения налицо – никаких побочных действий и проявлений аллергического типа. Сама природа о нас позаботилась и дала незаменимые действенные лекарства. Сама так лечусь и всю свою семью лечу.

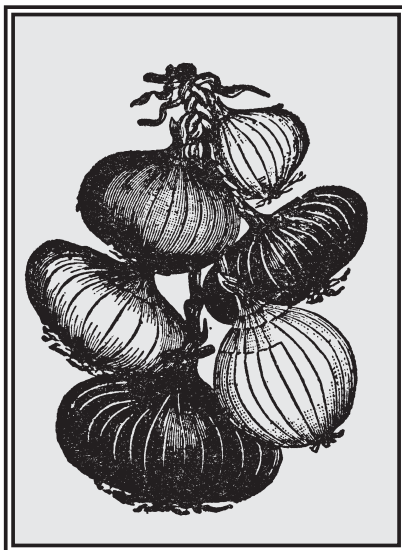
Ягодкина М., г. Ижевск.



С О В Е Т Ы НАШЕГО ВРЕМЕНИ

КАК СОХРАНИТЬ УРОЖАИ

Как летит время! Давно ли мы умилялись первому огурчику и переживали истинное счастье от красенького помидора? Вот только что. А уже начинаем задумываться, как сохранить добрый урожай. У многих вопрос стоит даже серьезнее: где сохранить? Не у всех есть гараж с подвалом и дом с подпольем.



Что ж, многое можно приспособиться хранить в квартире. Тыква, к примеру, в комнатных условиях (18 град.) преспокойно лежит 8 месяцев, кабачки (в диване) – 4 месяца, лук, чеснок – до 6 месяцев, томаты – 3-4.

Хотя оптимальная температура для лежки тыквенных культур составляет 10-14 град., они хорошо сохраняются в комнате, разложенные под кроватью, диваном или на шкафу. Раскладывать надо так, чтобы плоды не касались друг друга и на них не падал прямой солнечный свет. Плоды зимних сортов тыквы постепенно дозариваются, накапливая сахар и каротин.

Если лук вызрел и убран своевременно, он превосходно и красиво хранится в косах или корзине. Лук-севок тоже можно хра-

нить дома. Озимый чеснок сохранить труднее ярового. Поэтому с хорошо просушенных головок озимого чеснока снимите верхнюю чешую, укоротите стебель до 3,5 см и обмакните луковицы в теплый парафин (250 г парафина на 100 головок). Теперь чеснок будет хорошо храниться в любых условиях.

Некоторые старательные хозяева ухитряются сохранить до марта в трехслойных мешках из лутрасила даже клубни картофеля с добавлением сухих листьев мяты (5 г на 1 кг картошки). Мешки или ящики с картошкой они стараются размещать около входной или балконной двери. Довольно продолжительным сроком хранения отличаются сорта Голубизна, Броницкий, Ласунак.

Если вы имеете застекленный балкон или лоджию, то знайте, что разница между температурой на улице и балконе составляет 8-13 град. Значит, с осени и в несуровые зимы можно оборудовать хранилище там. Чаще всего здесь хранят картофель, корнеплоды, капусту. Оптимальная температура для картофеля плюс 2-4 градуса.



Простейший ящик ничего не стоит склотить из брусков, фанеры. В качестве утеплителя использовать гофрированный картон из-под упаковки телевизоров, холодильников, стиральных машин. Из этих листов собирают стенки толщиной 8-12 см, скрепляя листы проволокой. Одна из стенок, если ее надежно закрепить тремя поперечными брусками, может выполнять роль перегородки. Сверху такой ящик укройте полиэтиленовой пленкой.

Позднее всех убирают лук-порей. Для хранения обычно закладывают в ящики с песком только стебли с основанием листьев. Порей можно также заморозить и хранить в полиэтиленовых пакетах в морозильнике.

БОЛЬ ЛЮДСКАЯ



Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Напечатайте мое письмо в рубрике «Боль людская». Прошу помощи!

Мне 41 год, инвалид II группы. Прошу Вас не отталкивайте человека, который просит у Вас помощи, совета, поддержки, поэтому 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, западно и в полное отчаяние. Очень трудно найти хорошего врача, истинного целителя, духовника, про которого, как сказал один философ: *«Перед великим умом я склоняю голову, перед великим сердцем колени».*

Простите, если что-то не так, но мне хочется достучаться до вашего сердца, что мне очень и очень нужна Ваша помощь, помогите ради Бога.

Меня беспокоят:

навязчивое состояние и навязчивые мрачные мысли; страх, а иногда охватывает сильный животный страх, ужас, очень сильное возбуждение и сильное раздражение; нет усидчивости, терпения; постоянно не хватает воздуха, иногда возникает страх, боязнь задохнуться без воздуха; стала плохая память, рассеянность, трудно сосредоточиться, сконцентрироваться; бывает на душе нехорошо, плохо, какая-то тяжесть и в этот момент не знаю куда себя деть, не находишь себе места;

зачастую, пустота в душе, пустота в голове, пустота в теле; чаще всего лежу в постели, жуткая слабость, ничего не могу делать, даже иногда разговаривать для меня бывает тяжело;

иногда возникает неприятное чувство дискомфорта, как будто хочется в туалет и при этом такое ощущение, что все люди на тебя смотрят;

холодная вода вызывает неприятное ощущение, а теплая еще больше вызывает слабость;

а самое страшное, иногда появляется паническое состояние, сопровождается сильным возбуждением, чувством жары в районе сердца, позвоночника (особенно шейного отдела позвоночника) и головы. И в этот момент ты не знаешь, что тебе делать, как будто сходишь с ума.

Медицинские препараты не помогают, кроме клоназепама, но к нему есть привыкание, и если он прекратит свое действие, то для меня это будет страшный ужас!

Я хорошо понимаю, что нужно посещать церковь, молиться, но когда были силы, делал это редко, а когда в этом возникла жизненная необходимость, просто нет сил.

Прошу Вас, не судите меня строго, помогите.

Игорю Николаевичу. Сот. телефон: 8-951-562-53-78.

Мой адрес: 394086, г. Воронеж, п/о 86, а/я 19.

Прошу откликнуться травников, гомеопатов, врачей тибетской медицины, добрых верующих людей, способных предложить мне действенные эффективные природные средства лечения.

УДИВИТЕЛЬНЫЕ ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА ГЛИНЫ

Начало на стр.7.

Новорожденным при поносах давать ежедневно несколько чайных ложек глиняной бузы. В домашней аптеке вместо активизаторов, дезинфекторов, минерализаторов и др., следует иметь глину, которая безвредна даже в больших количествах.

Указания по глинолечению

1. Абсцессы, карбункулы, чирьи и др. – держать на них толстые плитки по 1 часу 4-6 раз в день.

2. Абсцессы во рту – плитки на лицо и можно положить мягкую глину в рот, не глотая слюны. Плитки менять через 2 часа.

3. Акке – прикладывать глину 2-3 раза в неделю, держать 20 мин., пока высохнет, затем смыть теплой водой.

4. Нервные заболевания – тик, конвульсии, спазмы, эпилепсии, параличи, хорей – класть плитки на затылок, позвоночник и низ живота. Массировать позвоночник с обеих сторон.

5. Ангина, ларингит – плитки на шею, полоסקать рот и горло глинистой водой и морской солью.

6. Болезни зубов и десен – смешать глину с зубной пастой и сильно соленой водой. Соленой водой полоסקать полость рта и горло по 2-3 мин.

7. Бронхиальная астма – холодные плитки на грудь и спину по 2-3 раза в день.

8. Ожоги – толстые плитки глины на марлю, затем марлю с плитками на ожоги, менять раз в 2 часа ежедневно, пока не образуется новая кожа. Тогда 3-4 компресса в день по 2 часа. При тяжелых ожогах одной глины недостаточно.



9. Болезни сердца – компресс из глиняной бузы с переходом на плитки 1-2 часа несколько раз в неделю.

10. Воспаление мозга – солнечный удар – плитки на лицо на 1 час, менять в течение дня. Плитки на живот 2 раза в день по 2 часа.

11. Тяжелый запор – холодные плитки на живот 2 раза в день, ночью на 2-3 часа.

12. Контузии – холодные плитки 2-3 раза в день на два часа. Ночью компрессы с глиняной водой.

13. При лечении от аллергии. Схема применения такова: начинать прием следует с

1-й чайной ложки глиняного порошка, размешанного в 1-м стакане чистой свежей воды 2 раза в день. И каждую неделю дозу надо увеличивать на 1 чайную ложку. Детям лучше принимать глиняные шарики – их готовят из порошка глины: порошок разводят чистой водой до консистенции густого теста и раскатывают шарики диаметром 0,5-1 см. Шарики высушивают, а перед приемом размачивают водой. Детям принимать по 5-7 шариков среднего размера (с ногтевую пластинку среднего пальца ребенка), постепенно увеличивая дозу на 1-2 шарика. Курс лечения – 2-3 месяца; перерыв 1 месяц, затем снова курс лечения в течение 1 месяца.

14. При бессоннице действенным средством является компресс из глины, хорошо размешанной в простокваше.

Хочу отметить, что глина издавна используется и в садоводстве. Не секрет, что деревья тоже иногда болеют и тоже нуждаются в лечении. Так вот, если дерево нуждается в лечении, то на поврежденное место надо наложить очень толстым слоем глину и завязать мешковиной. Саженцы перед посадкой надо тоже промыть глиняной взвесью. Глина дает прекрасные результаты при лечении деревьев.

А для того, чтобы цветы в ваших вазах сохраняли свою свежесть и красоту дольше, в воду надо добавлять немножко глины.

Желаю всем крепкого здоровья, Е.Воронкова.