

# АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

Аллергия.....4	Заикание .....15	Радикулит.....12
Анемия.....6	Запор .....15	Рак.....6, 10
Аппендицит .....2		Ревматизм .....12
Артрит.....12	Инфаркт.....2	
Артроз.....12	Ишемическая	Сахарный
Астма .....4	болезнь сердца.....4	диабет.....2, 10, 15
Атеросклероз .....4, 11		Склероз.....2, 4, 11
	Камни в почках.....2, 10	Спазм сосудов .....2
Бели.....15	Кишечные инфекции.....2	
Болезни сердца .....2, 13		Трихомоноз.....3
Болезни опорно-двигательного аппарата .....12	Лейкоз .....6	Тромбофлебит .....4, 15
Боли в ногах .....4, 14	Малокровие.....2	Туберкулез.....6
Боль в суставах.....4	Мастит.....13	
	Неврозы.....15	Утомляемость .....4
Варикоз .....2, 4	Ожирение.....2	Фибромиома .....15
Выпадение зубов .....2	Остеохондроз.....12	Фибромы.....6
	Пародонтоз.....2	
Гастрит с пониженной кислотностью	Перелом	Хламидиоз .....3
желудочного сока .....15	шейки бедра.....7	Храп .....15
Геморрой.....15	Подагра .....2, 12	Хрупкость костей .....11
Гепатит .....15	Полиартрит.....12	
Гипертония.....2, 3, 11	Полипы .....6	Шум в ушах .....4
Головная боль.....4	Понос .....15	
Грипп.....15	Пролежни.....7	Эндоартериит.....14
Депрессия .....15		Язва желудка.....13

# СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

ВНИМАНИЕ! ПОДПИСКА НА 2010 ГОД! .....1
БОЛЕЗнь ВО РТУ .....2
АНТОНОВСКИЕ ЯБЛОКИ ОТ ВАРИКОЗА .....2
ДЕТОКСИКАЦИЯ .....2
ОТВЕТЫ НА «БОЛЬ ЛЮДСКУЮ» .....3
ЯГОДЫ ПРИ ГИПЕРТОНИИ .....3
ЗАБУДЬТЕ О ДИВАНЕ .....3
ЦЕЛЕБНЫЕ ТРАВЫ ПРИНИМАЙТЕ – ПРО БОЛЬНЫЕ НОГИ И ВАРИКОЗ ЗАБЫВАЙТЕ .....4
ОБЛИВАЕМСЯ И КЛАНЯЕМСЯ .....5
ЛЕЧАТ РОСТКИ ПШЕНИЦЫ .....6
КАК БОРОТЬСЯ С ПРОЛЕЖНЯМИ .....7
ИДЕАЛЬНЫЙ БРАК .....8
ГОРОХОВОЕ ЧУДО .....10
КУЛИНАРНО-КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ «СОВЕТСКИЕ СУШИ» .....10
ПИВО ПОЛЕЗНО ДЛЯ КОСТЕЙ .....11
КОСТОЧКИ ВИНОГРАДА ЗАЩИТАТ ОТ СКЛЕРОЗА .....11
ПРАВИЛЬНО ЛИ ВЫ ПИТАЕТЕСЬ? .....11
БОЛЕЗНИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА .....12
ЗАЧЕМ ВАМ МАСТИТ? .....13
НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА. ОЛИВА – ЗДОРОВЬЕ НА МНОГИЕ ГОДЫ .....13
ВЫЛЕЧИЛ БОЛЬНЫЕ НОГИ .....14
СКАНВОРД .....14
ИСЦЕЛЕНИЕ ЖЕНСКИХ НЕДУГОВ .....15
БЛАГОДАРНОСТЬ И РЕЦЕПТЫ .....15
ПРОВЕРЕНО НА СЕБЕ .....15

реклама

## БОЖИЙ ДАР В ПОМОЩЬ КАЖДОМУ

«Мой сын после службы в армии стал сильно пить. Пьяный делался агрессивным и не понимал, что творит. Обращалась ко многим и пролила немало слёз, но сын всё равно запивался, даже уносил вещи из дома за бутылку. Соседи посоветовали написать Андрею Валерьевичу. Сейчас мой сын не пьёт, женился, стал хорошим семьянином и добрым отцом... Семёнова З. Т. г. Магнитогорск».

Андрей Валерьевич Шехурдин - Потомственный мастер, обладающий редкими знаниями и уникальным врождённым Даром. Милостью Божьей, он от чистого сердца поможет по фотографии избавиться от пьянства, недугов, лишнего веса, одиночества, порчи. Восстановит мир в семье и вернёт любимого человека, откроет будущее и заговорит на удачу во всём.

Просто напишите о своей беде — и результат не заставит себя ждать.

От Вас: фото + конверт с о/а. Ответу всем. Храни Вас Господь!

610007, г. Киров - 7, а / я 611, Шехурдину Андрею Валерьевичу.

ЧИТАЙТЕ В № 17 ГАЗЕТЫ «ЧУДЕСНЫЕ ИСЦЕЛЕНИЯ И ЦЕЛТЕЛЬНЫЕ ЧУДЕСА»

Сегодня в номере  
- ХЛЕБ ПРОТИВ НЕДУГОВ  
- СОСЕДИ ВАС НЕ ПОВЕДУТ  
- РЕБЕНОК И ГЛАЗ

## 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 «Почта России» (подписной индекс – 24240). 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>Газета «БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ».</p> <p>Выпуск №35 (391). 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</p> <p>Подписано в печать 23.08.2009</p> <p>Сдано в печать 23.08.2009</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.</p> <p>Цена свободная</p>
<p>ISSN 1811-9492</p> <p>9 771811 949000</p>	<p>09035</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»

## ВНИМАНИЕ! ПОДПИСКА НА 2010 ГОД!

Редакция предлагает создать **клуб друзей газеты «Бабушкины рецепты»**. Задача клуба проста, он должен приносить пользу и вам и нам, дорогие наши читатели. Наряду с общением, что немало важно в наше непростое время, мы решили общими усилиями «развязывать» назревшие вопросы, помогать друг другу жить.

Для **газеты «Бабушкины рецепты»** самый важный вопрос, как вы понимаете, был и остается – подписка. Поэтому мы считаем членами клуба тех читателей, которые не только сами подпишутся на 2010 год, но и сумеют убедить своих знакомых или родственников сделать это. И лучшим тому свидетельством станут ксерокопии подписных квитанций, высланных в наш адрес.

Ценные книги по народной медицине будут отправлены в адрес тех, кому удастся провести «свою» подписку на нашу газету (**1 плюс 2, 1 плюс 3, и т.д.**). Для подписавших наибольшее количество своих соседей и знакомых, редакция назначает особый денежный приз.

Обращаем Ваше внимание, что подписка на нашу газету на 2010 год будет осуществляться с 1 сентября 2009 года во всех почтовых отделениях только через каталог «МАП» российской прессы «Почта России».

**1) газета «Бабушкины рецепты»:**  
полугодовой индекс – 24240  
годовой индекс – 60276

**2) газета «Чудесные исцеления и целительные чудеса»:**  
полугодовой индекс – 24241,  
годовой индекс – 60278.

Для подписавшихся на комплект «Бабушкины рецепты» плюс «Чудесные исцеления и целительные чудеса» подписка будет **ДЕШЕВЛЕ!**

Комплект полугодовой индекс – 16821.

Годовая подписка на комплект – 10767.



## СЕГОДНЯ

### В НОМЕРЕ:

- **ягоды при гипертонии**
- **целебные травы против варикоза**
- **лечат ростки пшеницы**
- **идеальный брак... на небесах**

*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.*

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

*каталог «МАП» Каталог Российской прессы «Почты России» – 24240, «Объединенный каталог Пресса России. Газеты, журналы» – 19898.*



## АНТОНОВСКИЕ ЯБЛОКИ ОТ ВАРИКОЗА

 Варикоз на ногах я лечу обычными антоновскими яблоками: 3 средних яблока кладу в эмалированную кастрюлю, заливаю 1 литром крутого кипятка. Настаиваю, укутав в одеяло, в течение 4 часов.

Через положенное время вынимаю из кастрюли яблоки, разминаю и добавляю к яблочному настою. Все процеживаю и переливаю в баночку. Храню в холодильнике.

Яблочный настой с мякотью принимаю утром натощак и перед сном: съедаю 1 чайную ложечку пчелиного натурального меда и запиваю 1/4 стакана подготовленной настойки.

 А на вздутые вены я накладываю такую смесь. Свежую траву полыни измельчаю и смешиваю с простоквашей в равных частях. Горсть полученной смеси наношу на марлю и прикладываю там, где вены наиболее сильно расширены. Ноги кладу на подушку и прикрываю целлофаном. Отдыхаю в таком положении в течение получаса. Через 30 минут компресс снимаю.

Кстати, яблоки очень полезный плод. Врачи советуют летом съедать как можно больше яблок для профилактики и лечения склероза. Эффективны яблоки при кишечных инфекциях, болезнях сердца, почек, гипертонии, при ожирении, малокровии, подагре, камнях в почках.

Кстати, при камнях в почках рекомендуют пить напиток, приготовленный из сушеной яблочной кожуры: 1 столовая ложка измельченной в порошок кожуры яблок на 1 стакан кипятка. Заваривают как обычный чай. Принимают в течение дня 1-2 таких стакана.

При сахарном диабете особенно полезны кислые сорта яблок (антоновка). Врачи советуют употреблять больше яблок после перенесенного инфаркта.

Мария Е., г. Ижевск.

## ДЕТОКСИКАЦИЯ

 Первым шагом к оздоровлению организма является его абсолютная чистота. Любое накопление или задержка шлаков в нем замедляет процесс выздоровления.

Органами выделения являются легкие, поры кожи, почки и кишечник.

Потение – это действие потовых желез, выбрасывающих вредные для организма токсины. Почки удаляют из печени конечные продукты пищи и обмена веществ организма. Кишечник удаляет не только отходы пищи, но также отходы организма в виде отработанных клеток и тканей, являющихся следствием нашей физической и умственной деятельности. Если они не выводятся, то вызывают разложение белков, ведущее к токсемии (отравлению крови) или ацидозу (повышенной кислотности). Задержка таких отходов организма наносит гораздо больше вреда нашему здоровью, чем обычно думают.

Одним из быстрых и эффективных методов очищения организма является следующий.

**(ВНИМАНИЕ: не применяйте этот метод при аппендиците или имеющейся склонности к нему. В этом случае используйте клизмы, 2-3 раза в день в течение одной недели).**

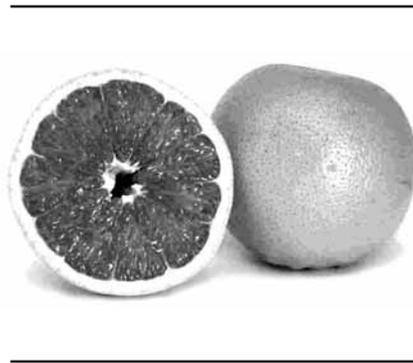
Утром натощак выпить стакан раствора (1 ст. ложка на стакан воды) глауберовой соли (сульфат натрия). Цель приема такого раствора не заключается в том, чтобы освободить кишечник, а скорее в том, чтобы извлечь из всех частей организма имеющиеся там токсины и отходы и удалить их через кишечник. Этот раствор действует на токсичную лимфу и на отходы точно так же, как магнит притягивает гвозди и металлические опилки. Ко-

личество выходящих нечистот может составить в целом 3-4 л.

Это приводит к обезвоживанию организма и поэтому необходимо выпивать 2 л свежего сока цитрусовых, разбавленного 2 литрами воды. Цитрусовая смесь готовится следующим образом: сок 4 больших или 6 средних плодов грейпфрута; сок 2 больших или 3 средней величины лимонов, а остальное количество разбавить соком апельсинов с тем, чтобы получить 2 литра цитрусовой смеси соков. К этому прибавить 2 литра воды. Начинать пить сок через 30 минут после принятия раствора глауберовой соли и продолжать пить его через каждые 20-30 минут, пока не кончится 4 литра смеси.

Весь день ничего не есть, но если к вечеру голод станет нестерпимым, то можно поесть немного апельсинов или плодов грейпфрута, или их сок.

Перед тем, как спать, сделать клизму двумя литрами чуть теплой воды, в которую следует добавить сок одного или двух лимонов. Цель такой клизмы – удалить из складок толстой кишки и тонких кишок оставшиеся отбросы.



Такую процедуру следует проделать три дня подряд, в результате из организма будет удалено примерно 12 л токсичной лимфы и замещено таким же количеством ощелачивающей жидкости.

На четвертый и последующие дни следует начинать пить овощные соки, есть овощи и фрукты только в сыром виде. В случае, если во время или после детоксикации появится слабость, не следует беспокоиться. Природа использует энергию организма для его очищения, и вскоре после этого вы обретете большую энергию и бодрость вследствие полного очищения всего организма.

Камышев П., г. Н. Тагил.

## БОЛЕЗНЬ ВО РТУ

 Симптомы 90% заболеваний проявляются в первую очередь во рту. И так...

Сухость во рту, плохой запах и кровоточащие десны могут быть причиной диабета.

Боль в челюсти может свидетельство-

вать о спазме сосудов – предвестнике инфаркта.

Выпадение зубов, повреждение десен и кариес часто связаны с возникновением остеопороза.

Кровоточащие десны – частый признак пародонтоза – может быть знаком предрасположенности к инфарктам.

Ирина В., г. Рязань.

## ЯГОДЫ ПРИ ГИПЕРТОНИИ



Для лечения гипертонии люди всегда использовали травы, корни, ягоды.

На начальных стадиях они даже предпочтительнее, поскольку оказывают на организм меньше побочных действий, чем лекарственные препараты.

К примеру, черноплодная рябина. Ее рекомендуют принимать в день по три раза до еды по 50 мл сока или по 100 г ягод.

В ней много витаминов С и Р, которые укрепляют стенки сосудов, и флавоноидов, способствующих снижению артериального давления. Но принимать ягоды этого растения надо курсами 2-3 недели, а потом делать перерыв на 2-3 месяца. Более длительное и неумеренное лечение черноплодкой может привести к нарушению свертываемости крови. В сезон, конечно, лучше есть свежие ягоды, а на зиму заготавливать сок, закатывая его в банки.

С наличием флавоноидов медики связывают и лечебное действие ягод боярышника. Из них можно готовить пастилу, джемы, напитки. И даже заваривать как кофе.

Для этого плоды боярышника надо подсушить в духовке и перемолоть в кофемолке. В таком виде он сохраняет свои свойства круглый год.

Одну чайную ложку получившегося порошка залейте стаканом холодной воды и доведите до кипения. В отвар можно добавлять сахар или мед по вкусу и пить вместо утреннего кофе.

Очень полезны при гипертонии плоды шиповника.

Помимо витамина С они богаты калием и магнием. Они способствуют не только снижению артериального давления, но и регулируют сокращения сердечной мышцы, оказывают успокаивающее действие. А ведь именно стрессы вызывают повышение артериального давления. Пить настой плодов шиповника можно без ограничений.



Возьмите 20 г сухих плодов шиповника (2 ст. л.), залейте стаканом кипятка, закройте крышкой и кипятите на медленном огне в эмалированной посуде 15 или 30 мин. После этого снимите с огня, через 45 мин. процедите через двойной слой марли и добавьте охлажденную кипяченую воду до первоначального объема, то есть до 200 мл.

Держите настой в холодильнике не более трех суток. Разница между пятнадцатиминутным и тридцатиминутным в том, что в первом больше сохраняется витамин С, а во втором из плодов выделяется гораздо больше калия и магния. Оптимальный вариант для гипертоника – чередование этих напитков. Сушеные плоды шиповника, положенные в сухое и темное место, сохраняют свои полезные свойства круглый год.



Малина и земляника благотворно сказываются на обмене веществ страдающих гипертонической болезнью.

**Заикина Н.Ю.**

## ОТВЕТЫ НА «БОЛЬ ЛЮДСКУЮ»



«БР» № 26, 2009 г. Т.М. из Казахстана. Очень жаль, что приходится беспокоить редакцию, но адрес в статье не указан.

Уважаемая Т.М.! Вашу проблему можно попробовать решить. У меня есть опыт. Поэтому посоветую вам сходить к инфекционисту, сдать анализы. У сына вашего есть микоплазмоз, и как всегда он сопровождается хлами-

диозом и трихомонозом. Убрать все это с помощью матушки-природы возможно. Заодно уйдет и куча заболеваний, сопровождающих его уже давно. Бог даст. Выздоровеет. Я – пенсионерка и ответить смогу только при наличии российского оплаченного конверта (т.е. с русскими марками). Если у Вас есть e-mail – укажите, это ускорит решение проблемы.

Крепкого Вам здоровья!

**Турцева Ф.М. 450014, Уфа-14, а/я 30.**

## ЗАБУДЬТЕ О ДИВАНЕ



Как восстановить силы, потраченные нами в процессе постоянной рабочей деятельности? Чаще всего, выслушав свой внутренний голос, мы четко идем к назначенной цели – дивану.

Медики уверяют, что это вредно, и предлагают некоторые виды активной деятельности, предназначенные для восстановления сил после выполнения определенных работ:

- работа за письменным столом или вождение машины / прогулка пешком со скоростью 2 км в час, игра в карты, шитье, вязание;

- ремонт автомашины, ремонт радио – и телеаппаратуры / прогулка пешком по ровной местности, игра на рояле или других музыкальных инструментах;

- кладка кирпича, штукатурные работы, перевозка на тачке грузов весом 45 кг, сборочные работы, сварка, мытье окон / пешая прогулка со скоростью 5,5 км в час, езда на велосипеде со скоростью 11 км в час, плавание на лодке, езда верхом на лошади, косьба травы с помощью сенокосилки малой мощности;

- малярные работы, оклейка комнаты обоями, плотницкие работы / пешая прогулка со скоростью 6 км в час, езда на велосипеде со скоростью 14 км в час;

- земляные работы в саду, копка лопатой обработанного земельного участка / игра в настольный теннис, занятие художественной гимнастикой, плавание на байдарке со скоростью 7 км в час, скачки на лошади, катание на коньках по льду или на роликах со скоростью 16 км в час;

- рытье траншей, перенос грузов весом до 35 кг, распилка твердой древесины / бег разминочным темпом, катание на лыжах с больших гор, игра в баскетбол, подъем на гору;

- копка земли лопатой со скоростью 10 захватов в минуту – 5 кг земли за каждый захват / пешая прогулка со скоростью 9 км в час, езда на велосипеде со скоростью 20 км в час, одиночная игра в теннис, колка дров.

Вот так, простенько и со вкусом: по-копал – «поплясал». А может, в этом что-то есть?..

**Виктор П., г. Волжский.**

# ЦЕЛЕБНЫЕ ТРАВЫ ПРИНИМАЙТЕ – ПРО БОЛЬНЫЕ НОГИ И ВАРИКОЗ ЗАБЫВАЙТЕ

Многим знакомы, особенно кому за 50 лет, такие заболевания ног, как атеросклероз конечностей, варикозное расширение вен и тромбофлебит. Об этом часто пишут в газетах, обращаются за помощью и ко мне. Поэтому я еще раз решила поделиться с читателями доступными и эффективными рецептами.

Одна из причин перечисленных выше недугов – это повышенная свертываемость крови, при которой на стенках сосудов (чаще всего вен нижних конечностей) образуются сгустки крови – тромбы. В результате развивается варикоз и тромбофлебит.

Незаменимую помощь от таких непростых заболеваний, осложняющих многим жизнь, окажут целебные травы и корни, такие как: донник лекарственный, кирказон, каштан конский, акация белая, диоскорея, гинкго и алоказия.

Траву донника лекарственного в виде настоя принимают внутрь как противосвертывающее средство крови, делающее кровь менее вязкой, при тромбофлебите.

**Рецепт настоя:** 1 стол. ложку травы заливают одним стаканом кипятка, настаивают 2 часа, процеживают, пьют по 50 мл в теплом виде с медом (по вкусу) 3 раза в день за час до еды. Курс 30 дней.

Каштан конский повышает стойкость кровеносных сосудов, капилляров, понижает вязкость крови, улучшает обмен веществ в тканях и препятствует образованию тромбов.

Настойку каштана конского из свежего цвета применяют при тромбофлебите, различных повреждениях стенок сосудов, варикозных расширениях вен.

При заболеваниях ног, связанных с нарушением кровообращения, рекомендуется применять настойку из свежего каштана.

**Рецепт:** 5 стол. ложек цвета каштана конского залить 0,5 л водки и настоять в течение 7-10 дней, периодически взбалтывая. Процедить и принимать по 20-30 капель 2-3 раза в день за 30 мин. до еды. Курс лечения - 20 дней. Перерыв 1 неделя и повторить еще 2 курса.

Издавна при тромбофлебите, как рассасывающее варикозные узлы средство применяли наружно настойку цвета акации белой в виде легкого втирания в больные места по 2-3 раза в день или в виде примочек на 5-6 часов.

**Рецепт настойки:** 5 ст. ложек сухого цвета акации белой настаивают 10 дней в 0,5 л водки (в темной месте), процежи-

вают. Но настойка из свежего цвета акации более эффективна.

Отвар травы кирказона вместе с наружным применением настойки из свежего цвета белой акации избавит от болей в ногах, «звездочек» и «синей сеточки».

Хорошо снимает воспалительные процессы, боль в суставах, очищает кровеносные сосуды и способствует рассасыванию тромбов сбор цветов: каштана, акации белой и боярышника черного (в равных частях):

**Рецепт:** 2 стол. ложки сбора цвета акации, каштана и боярышника следует залить одним стаканом крутого кипятка и настоять 3-4 часа. Процедить и принимать по 2-3 стол. ложки – 3 раза в день за 20 мин. до еды. Курс – 10 дней, перерыв 3 дня. И еще повторить не менее 2-3 курсов.

Диоскорею кавказскую называют недаром корнем молодости. Она применяется как эффективное средство при атеросклерозе сосудов конечностей, а также улучшает память, зрение, устраняет головную боль, шум в ушах, утомляемость, понижает давление, уровень холестерина в крови, и особенно при задержке в крови мочевой кислоты.

Способ применения настоя: 0,5 чайной ложки измельченного корня залить 1 стаканом кипятка и нагревать на водяной бане 15-20 мин., процедить и принимать по 1 ст.л. 3-4 раза в день после еды. Курс лечения 30 дней, перерыв 5-7 дней. Не менее 3х-4х месяцев.

**Рецепт настойки:** 120 г корня настоять в 1 литре хорошей водки (45-50°) – 10 дней, процедить и принимать 25-30 капель на 1 столовую ложку теплой воды 3 раза в день после еды. Курс лечения 30 дней, перерыв 7 дней. Не менее 3х-4х курсов.

Гинкго – это очень эффективное лекарственное растение.

Листья Гинкго содержат огромное количество биологически активных веществ, природных стимуляторов жизненной силы, обладают антиоксидантными свойствами.

Препараты из Гинкго повышают эластичность кровеносных сосудов, улучшают циркуляцию крови в сосудах, обладают сосудорасширяющими свойствами. Гинкго – это стимулятор памяти.

Препараты Гинкго применяют при ишемической болезни сердца, хронической веноз-

ной недостаточности, рассеянном склерозе, астме, аллергии.

Особенно важно, что Гинкго улучшает проходимость крови по артериям и капиллярам, уменьшает боль в ногах, вызванную недостаточным притоком крови к конечностям.

**Рецепт настойки:** 100 г измельченных листьев следует залить 1 (одним) литром водки, настоять в темном месте 10 дней (помешивая через 2 дня), процедить. Пить по 20 капель 3 раза в день за 20 мин до еды. Курс – 30 дней. Неделя перерыва и курсы повторяют еще 2-3 раза.

**Рецепт водного настоя:** 1 ст. ложку измельченного листа заливают 1 стаканом крутого кипятка и настаивают 40 мин. (утеплив). Процеживают и пьют по 1/3 стакана – 3 раза в день за 20 мин. до еды. Курс 30 дней, через неделю также повторяют не менее 2-3-х раз.

При вышеуказанных недугах очень эффективно принимать по 1 чайной ложке порошок Гинкго с медом (100 г на 0,5 кг свежего жидкого меда).

Принимать Гинкго можно длительное время. Очень полезно и даже необходимо принимать их в возрасте за 60 лет, хотя бы 2-3 курса в год.

Хорошим средством при варикозном расширении вен, тромбофлебите является также настойка алоказии. Такой настойкой

делают примочки (без целлофана) на вены, не снимая по 3 дня (5 раз).

Спиртовая настойка алоказии обладает сильным противовоспалительным, рассасывающим, болеутоляющим и противоопухолевым действием. Поэтому такая настойка с хорошими показателями применяется при вышеперечисленных заболеваниях.

Для наружного применения настойка алоказии готовится из свежего сырья на водке (2:10) и настаивается 14 дней.

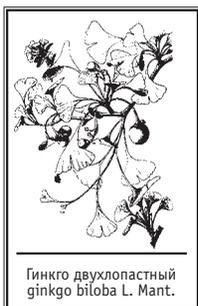
Чтобы ваши ноги стали снова легкими и подвижными, проявите терпение в их оздоровлении.

Лечение травами, к сожалению долгое, но наиболее благоприятное для всего организма.

Понадобится моя помощь – обращайтесь. Если будете писать, пожалуйста, не забывайте вкладывать подписанный конверт для ответа. **Валентина Михайловна Олефиренко – народный целитель (травница) 385000, РА, г. Майкоп, ул. Госпитальная, 196, кв. 1 или аб/яц № 44, тел.: (8-8772) 52-77-45, моб. 8-918-429-37-43.**



Каштан конский  
Aesculum hippocastanum L.



Гинкго двухлопастный  
ginkgo biloba L. Mant.



Диоскорея кавказская  
Dioscorea caucasica L.

## ОБЛИВАЕМСЯ И КЛАНЯЕМСЯ

 Это достаточно эффективный метод при снятии некоторых видов порчи. Так же этот метод помогает от сглаза и при взаимодействии с вампиром. Этот способ помогает самому набраться энергии и подтянуться, оздоровиться физически в короткие сроки, чего не дает обычное снятие порчи.

Процедуру обливания продлеваем один раз в день. В любое время. В два ведра наливаем воду температурой 26° по Цельсию. Раздеваемся полностью, встаем в ванную (душ, таз, если тепло, то на улице) и выливаем одно за другим следом два ведра себе на макушку. Не на грудь или шею, а на макушку. Одно ведро и тут же второе. Вы не должны ждать, пока в прежнее ведро нальется вода — два ведра воды должны быть готовы, чтобы их вылить одно за другим.

После того, как вы вылили два ведра на макушку, ходите вдоль ванны, гребя ногами по дну. Вода какое-то время будет стекать, вот и ходите туда-сюда, волока ноги по дну — дополнительная очистка. Потом вставляйте ноги на полотенце, но тело не вытирайте и не укрывайте полминуты-минуту. Оно должно охлаждаться.

2-й день — температура та же — 26°C, 3-й день — 25°C, 4-й день — 25°C, 5-й день — 24°C, 6-й день — 23°C, 7-й день — 23°C, 8-й день — 22°C, 9-й день — 21°C, 10-й день — 21°C, 11-й день — 20°C, 12-й день — 19°C, 13-й день — 19°C, 14-й день — 18°C, 15-й день — 17°C, 16-й день — 16°C.

Если у вас начнется понос, кашель или выступят другие заболевания, не останавливайтесь, продолжайте.

Температуру всегда надо мерить термометром для воды (не на ощупь!). Вода должна быть точно по градусам. Термометр держат в воде минуту, чтобы убедиться в температуре воды. Такая процедура поможет вам полностью избавиться от несильного сглаза, порчи, наладит работу чакр. Примерно полгода можно жить припеваючи. Если вы хотите продлить прекрасную жизнь, то нужно все негативные эмоции заменить приятными ощущениями. И раз в 2-3 месяца обливаться 5-7 дней.

В следующий раз эту процедуру вы будете проводить, начиная с 25°C,

каждый день убавляя по одному градусу. Если обливания были не позднее, чем 3 месяца назад, то все последующие обливания начинают с температуры на 1°C ниже, чем предыдущие. Так до тех пор, пока в первый день обливания температура воды будет 16°C. Более ее убавлять не нужно.

Если у вас проблемы с лишним весом или с венами, то обычно это проходит и не остается никаких растяжек, шешек и отвислой кожи, если все выполнять точно, как написано здесь. Кстати, о поклонах. Когда вы чувствуете, что начинаете злиться, охота накричать на кого-то, то надо убежать (в ванную, например) и сделать так. Руки вверх и потянулись за ними, встали на носочки, а теперь руки вниз до самого пола — наклон за руками. Руками прикоснуться к полу. И так несколько раз до тех пор, пока не станет легче. Обычно хватает 3-4 наклона.

И помните, пожалуйста, что лучший способ избежать порчи, сглаза — отречься от негативных эмоций и переживаний.

Ткаленко А.



реклама

### ОСНОВНОЙ ЭЛЕМЕНТ В ЛЕЧЕНИИ МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ

Самый эффективный и простой способ борьбы с заболеваниями органов малого таза - **лечебное белье «ДИНАС»**



**Лечебное белье «ДИНАС»** работает 24 часа в сутки. Уникальные лечебные элементы с нуклеофильным действием делают выздоровление скорым и полным. «ДИНАС» воздействует на рефлексогенные зоны: промежность, область мочевого пузыря, пояснично-крестцовый отдел. В результате очень скоро уходят частые позывы, воспаление, неприятные ощущения, боли, в том числе поясничные, нормализуется сон, восстанавливается половое влечение.

Без лекарств! Без процедур!  
«ДИНАС» – живите в удовольствие!

Бесплатная горячая линия **8-800-200-32-12**

### ВАШЕ «ВТОРОЕ» ДЫХАНИЕ

Учеными открыт потрясающий лечебный эффект взаимодействия торсионных полей с волновым геномом человека. Единственный медицинский аппарат, создающий торсионные поля - «БМДТ». Аппарат «БМДТ» - прорыв в лечении бронхолегочных заболеваний. Структура вращения молекул и атомов легких и бронхов полностью выравнивается. В результате «БМДТ»:

- ▣ разжижает мокроту
- ▣ снимает:
  - приступы удушья
  - заложенность в груди
  - вазомоторную реакцию со стороны слизистых - зуд, жжение
- ▣ оказывает противоаллергическое и противоотечное действие

Устраняет:
 

- хрипы
- одышку и кашель
- тяжелое дыхание



«БМДТ» избавляет от хронических респираторных заболеваний:

- туберкулез
- опухоли легких
- бронхиальная астма
- пневмония и бронхит
- аллергический пневмонит
- бронхолегочный аспергиллез

**8-800-200-45-21**

ЗВОНОК И КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНЫЕ

## ЛЕЧАТ РОСТКИ ПШЕНИЦЫ



*Здравствуйтесь, дорогая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Испытав на себе действие проросшей пшеницы, хочу рассказать о ее эффективном влиянии на человеческий организм. Использую ее более 30 лет.*

*Проросшая пшеница не новость, не научное открытие, ее использовали еще в древние времена, в народе накопился большой опыт ее применения для профилактики и лечения.*

*Сначала я расскажу, как она влияет на организм человека и какую дает пользу, а потом – о практическом применении.*

Что такое зерно? Зерно – это дремлющий организм, в котором под оболочкой хранится своеобразная энергия для продолжения своего рода. Это происходит в момент прорастания – рождения нового растения. На это природа дает самое ценное для питания новорожденного молодого растения, что в ней есть: энзимы и другие ценные вещества. Используя проростки пшеницы, мы употребляем самое важное питание природы. Вот что пишет о проросшей пшенице исследователь Эни Вагмор: *«Проводимая в течение 20 лет большая экспериментальная работа полностью подтверждает эффективность стимулирующего действия проростков пшеницы, этого природного эликсира жизни – на координацию развития человеческого организма в любом возрасте, на организацию обмена веществ и нервной системы».*

Недавно ученым стало известно, что проростки пшеницы – гениальные мусорщики, они разбирают жизненно опасные свалки и завалы в организме, обеспечивая природную чистоту. Они способны растворить клейковину, образующуюся в кишечнике, и защищают от страшного заболевания – рака.

*Вот заключение ученых и натуралистов о пользе употребления проростков пшеницы:*

- Регулируют и восстанавливают правильное действие жизненно важных функций организма в любом возрасте.
- Стабилизируют и омолаживают все системы организма.
- Рассасывают различные новообразования злокачественной и доброкачественной опухоли, полипы, фибромы.
- Обогащают кровь кислородом, повышают выносливость организма к холоду, к кислородной недостаточности.
- Гасят различные инфекции и воспалительные процессы.
- Выводят из организма продукты жизнедеятельности клеток, яды, лишний холестерин и др. вредные вещества, повышают иммунитет.

– Возвращают остроту зрения, заживляют раны.

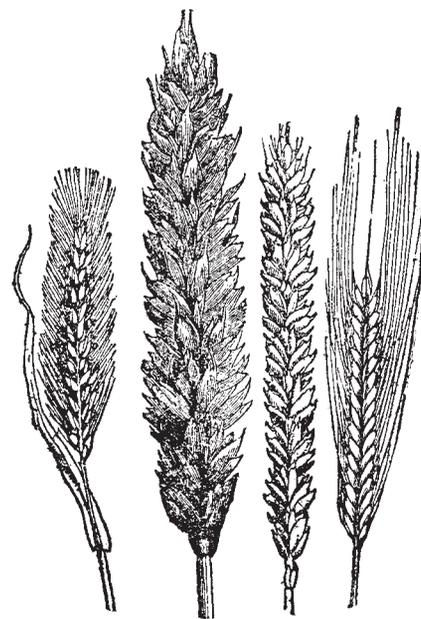
– Способствуют активному долголетию, восстанавливают волосы.

– Укрепляют всю сердечно-сосудистую систему.

– Благорасполагают, умиротворяют душу человека.

*Мне кажется, что вышесказанное убеждает в обязательном употреблении проростков пшеницы всех, кто хочет быть здоровым.*

Проростки всех зерен полезны, но лучше брать пшеницу, которая имеет



в себе наиболее полезные для лечения и профилактики вещества и удобна для приготовления.

Есть много способов подготовки пшеницы для проращивания. Я остановлюсь на одном простом способе, которым пользуюсь сам. Для проращивания берут 80-100 г пшеницы, промывают ее в проточной воде 2-3 раза. Зерна поврежденные и недозрелые выбрасывают. Промытую пшеницу

расстилают слоем не более 2-3 см в фарфоровой или др. посуде. Потом заливают эту же пшеницу водой так, чтобы верхний шар пшеничных зерен только прикасался к воде. Все это накрывают марлей. Главное – обеспечить зерна влагой, воздухом и теплом – до 22°C.

Через 20-30 часов пшеница покажет беленькие проростки. После того, как они станут длиной 2-3 мм, пшеницу нужно обязательно вновь промыть.

Это и есть проросшая пшеница. Для удобного использования ее нужно измельчить на мясорубке или другой машине. Вот такую проросшую пшеницу жуют медленно-медленно и тщательно.

Например: 1 ч.л. жевать одну минуту, сделав при этом 50-60 жевательных движений. Порция на одного человека – 2 ст. л. цельного зерна.

Это главный процесс получения организмом эликсира, который образуется во рту.

Тем, кто ленится жевать, можно делать так: в толченую пшеницу добавить 1-1,5 стакана воды, размешать до однородной массы, потом отжать – будет пшеничное молоко, которое также полезно.

Проростки пшеницы не лечат какую-то болезнь, они лечат весь организм.

Кстати, таким же образом я проращиваю чечевицу и другие зерна.

Не ленитесь, попробуйте, и вы убедитесь, что проростки пшеницы – действительно эликсир природы.

А теперь, пользуясь случаем, приношу свои извинения больным, которым я своевременно не могу ответить. Индивидуально отвечать каждому в связи с большой занятостью и возрастом я не могу. Поэтому прошу остронуждающихся с серьезными заболеваниями, такими как: рак, анемия, лейкоз, туберкулез и др., звоните мне по номеру: (8443) 58-50-68 – г. Волжский Волгоградской области. А онкобольным с IV стадией заболевания, таких как: Завьялов И.Н. из г. Таганрога, Беличенко из г. Курска, Калинович из г. Минска, Сулейманов К. из Казахстана и другие люди с таким же диагнозом, позвоните мне срочно!

И хочется сказать слова благодарности в адрес всего коллектива редакции за Ваш благородный труд. Успехов Вам!

С уважением к Вам, **потомственный лекарь Степанович Виктор Алексеевич, (8443) 58-50-68, г. Волжский Волгоградской обл.**

## КАК БОРОТЬСЯ С ПРОЛЕЖНЯМИ

**Здравствуй, уважаемая редакция!** Давненько не писала вам, т.к. в нашей семье случилось несчастье: моя мама оступилась, и у нее случился перелом шейки бедра.

Всем, кого постигло такое несчастье, сочувствую, и (т.к. человеку с переломом приходится лежать несколько месяцев, а это чревато образованием пролежней) хочу поделиться своим горьким опытом.

От пролежней самое надежное средство – это смешать (1:1) салицило-цинковую мазь с камфорным маслом, нанести на бинт, сложенный в несколько слоев, и прикладывать на ночь к месту, где образовались пролежни. Хоть и медленно, но будет наблюдаться улучшение. Пролежни очень тяжело лечатся. Я испробовала много средств, но это средство самое действенное. Можно прикладывать календуловое масло на день. Оно готовится так: майонезную баночку цветков календулы залить 0,5 л растительного масла, кипятить на водяной бане 2 часа, процедить, когда остынет. Затем слить в стерильную баночку и поставить в холодильник.

Можно прикладывать (на день) морковное масло. Оно готовится так: в эмалированную кастрюлю сложить мелко натертую морковь и залить нерафинирован-

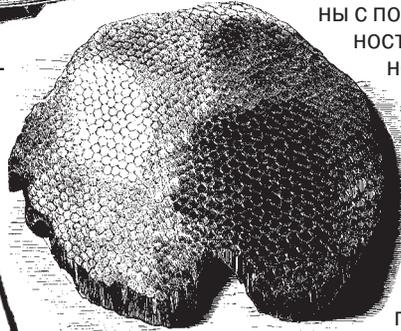
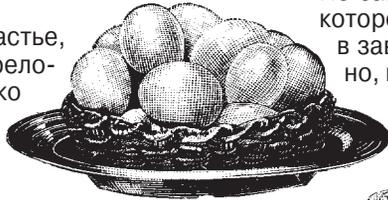
ным растительным маслом в такой пропорции: 1 часть моркови и 2 части растительного масла. Поставить на водяную баню на 2 часа. После остывания вычерпать масло и разлить в стерильные баночки.

Но самое лучшее средство от пролежней, конечно же, то, которое я указала в начале статьи. Где-то за 3-4 недели, в зависимости от размеров раны, они затянутся. Конечно, нужно приобрести в аптеке либо круг резиновый, либо противопролежневый матрас. И положить больного на круг так, чтобы рана была в отверстии круга, чтобы не было соприкосновения раны с постелью. И если есть возможность, то переворачивать больного на бок (хотя бы на несколько часов ежедневно).

Обязательно нужно принимать препараты кальция, но т.к. кальций плохо усваивается, нужно принимать мумие. А еще включить в свой рацион редис, капусту всех видов, горох, груши, грибы и мясо.

Ускорить срастание костей может такой рецепт: скорлупу от 20 белых яиц промыть с мылом под краном проточной водой, подсушить и смолоть на кофемолке, добавить сок 6 лимонов, 150-200 г меда, 50 г кагора. Смесь поставить на 3 дня в темное прохладное место. Принимать: по 1 ч. л. 2-3 раза в день до еды. Всем, кого постигло такое несчастье, желаю скорейшего выздоровления!

Васильева О.Н., г. Пермь.



реклама

## ПРОСТАТИТУ НЕТ



«...Начинают мучить хронические болезни и среди них – не дающий покоя ни днем, ни ночью простатит. Слышал об очень хорошем препарате – Фитогра-ф, который не только избавляет от простатита и аденомы, но и возвращает к полноценной жизни даже таких, как я – в 70 лет. В аптеках его нет. Помогите найти.»

Макаров И.С.

### «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 простатит, аденому и снижение потенции.

#### РЕЗУЛЬТАТ:

- ➔ Здоровая предстательная железа
- ➔ Здоровая сексуальная жизнь

мужчинам старше 70 лет бонус 20% (полный комплекс)

20%

ВЕРНИТЕ СЕБЕ ЛУЧШИЕ ГОДЫ ЖИЗНИ

БЕСПЛАТНАЯ ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

8-800-200-39-49

## СУСТАВЫ: операция ? или инновация ?



Вы испробовали много разных средств, а у Вас все равно болят суставы, позвоночник и трудно двигаться? Последуйте примеру тех, кто уже выздоровел!

Пользуйтесь прибором «ПАТРА»!

В любом возрасте и в любой стадии заболевания «ПАТРА» реанимирует опорно-двигательный аппарат, омолаживает суставы и позвоночник! Высокотехнологичные наноэлектроды побеждают:

- ☑ артриты (в т.ч. ревматоидный)
- ☑ артрозы (в т.ч. деформирующий)
- ☑ межпозвоночную грыжу
- ☑ остеохондроз

на 100%

Для ветеранов труда 45% скидка

БЕСПЛАТНЫЕ звонок и консультация

8-800-200-45-37

# ИДЕАЛЬНЫЙ БРАК

**Неудачный брак. Бесконечные ссоры. Развод...** Когда звучит марш Мендельсона, человек не задумывается, что его может постичь подобная участь. А, между тем, в небесной канцелярии уже готовится формуляр, в котором вскоре будет заполнена строка: «Не сошлись характерами!» Что это — ошибка Судьбы или ваша личная ошибка? И как ее избежать?

## Кто моя половинка?

Когда-то древнегреческий философ Платон создал красивую сказку о том, что у каждого из нас где-то на просторах Вселенной есть своя половинка: тот единственный, с которым ждет человека счастье. А уж как найти этого суженого, судьбой предначертанного?

Структурный гороскоп строится как раз на том, что существует очень четкая, математически выверенная модель отношений между людьми в зависимости от года рождения и знака Зодиака. А значит, можно заранее предсказать, как сложится совместная жизнь у любой пары — стоит взглянуть, «дружат» или «враждуют» их знаки. Главное же в том, что структурный гороскоп указывает, среди каких знаков искать супруга или супругу — в зависимости от того, чего вы ждете от брака.

## Пять типов брака

**Прежде всего имейте в виду — существует всего пять типов брака: патриархальный, романтический, равный, духовный и векторный. Какой союз удастся построить вам и вашему избраннику, зависит не только от вашего желания, но и от того, в каком году вы и ваш потенциальный супруг появились на свет.**

**Патриархальный брак.** В этом союзе все роли раз и навсегда predeterminedены: муж зарабатывает на жизнь, жена хранит семейный очаг. Главная цель семьи — рождение и воспитание детей. Разница в возрасте между супругами в патриархальном браке кратна четырем либо они родились в один год. В патриархальном браке вступают люди, рожденные в одной тройке знаков: Лошадь, Тигр и Собака; Кот, Коза и Кабан; Петух, Змея и Бык; Крыса, Обезьяна и Дракон. Исключение: союз Обезьяна — Крыса.

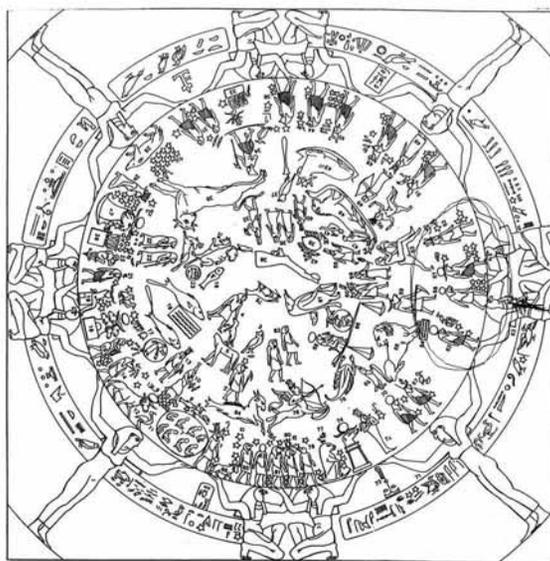
**Романтический брак.** Цель такого союза — как можно дольше сохранить любовь, во главу угла всегда ставятся чувства. Разница в годах рождения супругов кратна двум, но не кратна четырем (2, 6, 10, 14 и т.д.). Если один из супругов Лошадь, Собака или Тигр, то другой — Крыса, Обезьяна или Дракон. А если один из супругов Петух, Змея или Бык, то другой — Коза, Кот или Кабан. Исключения: союзы Лошадь — Крыса, Коза — Змея, Петух — Кот.

**Равный брак.** Это союз людей с одинаковым типом мышления, супругам прежде всего интересно друг с другом. Если один

из супругов Лошадь, Тигр или Собака, то другой — из тройки Петух, Змея или Бык. Если же один из супругов Крыса, Обезьяна, Дракон, то другой — из тройки Кот, Кабан, Коза. Исключения: Тигр — Бык, Собака — Бык, Собака — Петух, Кот — Дракон, Кабан — Дракон.

**Духовный брак.** Цель этого союза — совместный духовный поиск, личностный рост обоих супругов. Если один из супругов Лошадь, Тигр, Собака, то другой — Кот, Кабан, Коза. Если же один из супругов Крыса, Обезьяна, Дракон, то другой — Бык, Петух или Змея. Исключения: Тигр — Коза, Лошадь — Кабан, Змея — Обезьяна.

**Векторный брак.** Это особый тип супружеского союза, отношения в котором развиваются непредсказуемо. Попав в «векторную ловушку», люди ощущают, что связаны мистическим образом и не в силах разорвать эту связь, как бы она их ни тяготила. Впрочем, известны и вполне счастливые векторные браки. Эти отно-



шения устанавливаются в парах: Лошадь — Крыса, Крыса — Обезьяна, Обезьяна — Змея, Змея — Коза, Коза — Тигр, Тигр — Бык, Бык — Собака, Собака — Петух, Петух — Кот, Кот — Дракон, Дракон — Кабан, Кабан — Лошадь.

## Подсказан Судьбой?

Как видите, существует пять типов брака, так что, выбирая партнера, мы «заодно» выбираем и определенный тип семьи, в которой предстоит жить. Так уж все устроено: не

 У меня было три развода. Сейчас опять в свободном полете: «Где ты, мой милый? Ау!» Шучу, конечно, но только отчасти. Считала свои браки идеальными, а они оказались для меня фатальными. Подруга говорит, что надо пойти к астрологу. Он точно подскажет, как построить идеальный брак. Но у нас в городе астрологов нет. Поэтому обращаюсь к вам. Помогите!

**Считала брак свой идеальным, а оказался он фатальным!**

**Замуж выходила: думала, любил. А когда прозрела — его след простыл!**

**Брак есть, а любви нет... Любовь была, а семья распалась... Живем вместе, но чужие друг другу... Как избежать брачных «ловушек»? Или как выбраться из них с наименьшими потерями?**

С.Ф.

удастся Лошади построить патриархальный или романтический брак с Крысой, их удел — «векторные» страсти. Не суждено Петуху с Собакой надолго сохранить в браке пылкость чувств: эта пара способна создать только равный союз...

Но и этим ограничения, наложенные на каждого из нас суровой судьбой, не исчерпываются. Совсем не всегда мы вольны по собственному усмотрению выбирать тот или иной тип брака: на наш выбор серьезно влияет целый ряд обстоятельств (возраст, личный опыт и так далее). Это и называется брачным предначертанием. Типов брачного предначертания столько же, сколько типов брака, — пять.

**Предназначение по браку родителей.** Смысл этого предначертания прост: ребенок, повзрослев, пытается повторить отношения родителей. Так, человек, выросший в патриархальной семье и с любовью вспоминающий о своем детстве, будет стремиться к патриархальному браку. Смысл этого предначертания очень прост: стремление повторить отношения родителей, воспроизвести атмосферу, в которой рос. Единственное исключение — векторный брак родителей: его стереотипы не наследуются.

**Предназначение по родителю противоположного пола.** Наверное, самый неприятный вопрос, который только может задать неумный взрослый малышу: «Кого ты больше любишь — маму или папу?» Ведь чаще всего в детстве мы любим родителей по-разному, но одинаково сильно!

Если же отец или мать становится для ребенка воплощенным идеалом, особенно когда это родитель противоположного пола, то, повзрослев, человек постарается найти в

брачном партнере «второе воплощение» любимого родителя. А значит, ему следует искать суженого, принадлежащего той же тройке знаков, что и родитель (Лошадь, Тигр, Собака; Кот, Коза, Кабан; Петух, Змея, Бык, Крыса, Обезьяна, Дракон).

Возрастное предназначение. Жизнь человека делится на возрастные периоды, для каждого из которых есть свой идеал брака. Но имейте в виду: до 24 лет брачное предназначение не действует. Итак, первый период брака по возрастному предназначению – от 24 лет до 31 года. Это возраст, ориентирующий на романтический брак. Возраст от 31 года до 40 лет идеален для патриархального брака. После 40 лет мужчина в «кризисе середины жизни» теряет былой интерес к хозяйству и детям, бывает, просто скатывается в депрессию. Женщина же, напротив, расцветает, обретает самостоятельность. И вот результат: мужчина покидает пьедестал патриарха, начинаются сражения за лидерство в семье и в жизни. Легко догадаться, что это уже каноны равного брака, с его карьерными порывами и обострением сексуальных проблем. После 50 лет становится актуальным духовный союз, когда, устав от борьбы и соревнования, мужчина и женщина могут просто разговаривать. Начинается период спасения от одиночества, в чем у духовного брака нет конкурентов.

Профессиональное предназначение, человек, попавший в патриархальный брак, неизбежно тянется к крестьянскому или ремесленному труду, к природе, к работе с животными и растениями. Аналогично равный брак склоняет человека к карьере: политической, научной или финансовой – не имеет значения. Романтический союз расправляет плечи мужчины, делая



его более мужественным, толкая к профессиям суровым и боевым. Женщину же романтический брак делает нежной и утонченной, направляя к профессиям эстетически безупречным. Аналогичным об-

разом устанавливается тождественность между творческими профессиями и духовным браком. Легко догадаться, что работает и обратная связь. А потому людям мужественных профессий прямая дорога в романтический брак, карьеристам и бизнесменам – в равный брак, людям свободного образа жизни, отшельникам и крестьянам следует стремиться к патриархальному союзу, ну а творческим людям, нуждающимся в сопереживании, самое место в духовном союзе.

Предназначение по гороскопу. Годовой знак предполагаемого супруга записан в гороскопе человека в виде знака зодиакального. Если вы Козерог, то вам предписан супруг, рожденный в год Петуха. Если вы Водолей, вам суждена Собака – и так далее. Замена возможна внутри так называемых «идеологических» троек, если при этом не возникают векторные сочетания.

Зодиакальный знак жениха (невесты). Годовой знак предназначенного супруга: Козерог – ПЕТУХ (Змея, Бык); Водолей – СОБАКА (Тигр, Лошадь); Рыбы – КАБАН (Кот, Коза); Овен – КРЫСА (Дракон, Обезьяна); Телец – БЫК (Петух, Змея); Близнецы – ТИГР (Собака, Лошадь); Рак – КОТ (Коза, Кабан); Лев – ДРАКОН (Крыса, Обезьяна); Дева – ЗМЕЯ (Петух, Бык); Весы – ЛОШАДЬ (Тигр, Собака); Скорпион – КОЗА (Кабан, Кот); Стрелец – ОБЕЗЬЯНА (Крыса, Дракон).

реклама

## МУЖСКАЯ ЭВОЛЮЦИЯ

«...У меня простатит и аденома, естественно, о потенции речи нет. Наслышан от знакомых о чудодейственном **урологическом аппарате** в рамках антикризисной программы. По номеру телефона, который мне дали очень трудно дозвониться. Помогите найти прибор или номер телефона, по которому его можно заказать.» Савелов О.Е., 68 лет, Казань

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

# 8-800-200-03-49

Комментирует Филатов М.Ю.

(специалист от разработчика):

Урологический аппарат разработан с использованием новейших мировых технологий. Антикризисная программа позволяет сделать этот уникальный **урологический аппарат** доступным каждому. За короткий срок урологический аппарат

восстанавливает:

- ✓ **напор при мочеиспускании**
- ✓ **эрекцию и половое влечение**

устраняет:

- **частые позывы к мочеиспусканию**
- **боль и тяжесть в паху**



**АДЕНОМА, ПРОСТАТИТ, ВЯЛАЯ ЭРЕКЦИЯ побеждены – это новый виток в эволюции человека**

ЗВОНОК И КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНЫЕ ДЛЯ ВСЕХ РЕГИОНОВ РФ

## АЛКОГОЛИЗМ ПОПАЛСЯ НА ИНДИЙСКУЮ УДОЧКУ



«Мой сын много лет был алкоголиком. Нарколог помог раздобыть редкий индийский препарат ГЕП В! Вскоре сын перестал напиваться в стельку, потом бросил совсем. Сейчас может позволить себе по праздникам выпить, как все нормальные люди, не испытывая похмелья и зависимости!»

Руднева М.И., Москва

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



В результате ГЕП В:

- Устраняет тягу к алкоголю
- Восстанавливает психоэмоциональные процессы
- Регенерирует клетки печени
- Рекомендован даже при женском алкоголизме

- Возможно применение без ведома больного
- Применяется при сопутствующих заболеваниях

ПОДТВЕРЖДЕНО ИСПЫТАНИЯМИ ВЕДУЩИХ НАРКОЛОГОВ

# 8-800-200-05-13

Бесплатная горячая линия

**Окончание, начало в № 34.**

А вот рецепт «Школьные годы», также крайне незамысловатый. В лист свежего салата заверните три макароны (толстые, серые, настоящие советские!) и треть вареной сосиски. Закрепите помидорным колечком. Мы дополнили блюдо яйцом под майонезом, но можно этого и не делать.

длине веточкой свежей петрушки. Уверяем вас, вся эта возня вполне оправдана! Вкус – фантастический. Подавайте с кинзой и соусом ткемали.

Мы не могли обойти своим вниманием и еще одну национальную кухню – еврейскую – и создали суши «Земля обетованная». Вареная морковь режется на порционные

куски, затем вырезается ее сердцевина. В полученное отверстие помещается кусочек чернослива, а сверху на морковь надеваются два колечка репчатого лука. Суши подаются на маце и непременно со свежим медом. Эти суши не нужно макать в первые два соуса, а следует обмакивать в мед и заедать мацой. Очень вкусно!

И наконец, несколько своеобразный рецепт: суши «К пиву». На половинку расплющенной тушки желтого полосатика уложите кусочек плавленого сыра «Дружба» (мы настаиваем именно на этом сорте!), на сыр – два сухарика по вкусу, а по бокам от сухариков поместите два ломтика от вяленого кольца кальмара. Все это необхо-

димо (!) посыпать табаком из папирос «Беломор». Данные суши можно макать в девятую «Балтику» и запивать надлежит ей же. Поэтому для натур эстетствующих данный рецепт не подходит.

В заключение хотим дать пару советов общего характера.

Хотя вы можете приготовить советские суши и сразу же съесть их, мы все же советуем вам выдержать их несколько часов при комнатной температуре, чтобы они немного заветрились, и полностью раскрылся весь их неповторимый вкус.

Сервировать советские суши мы рекомендуем на старой советской посуде, оптимально – с надписью «Общепит», однако можно и на чешской или польской тех же времен. Стаканы – строго граненые. При соблюдении этих правил погружение в эпоху будет полнее и вкус богаче.

Выдумывать можно любые рецепты – мы надеемся, вы уловили общую мысль. Так что творите, выдумывайте и пробуйте!

**По материалам интернета.**

## КУЛИНАРНО-КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ «СОВЕТСКИЕ СУШИ»

*В последние годы у нас стало модным употреблять различные блюда, отчего-то считающиеся экзотическими. Несмотря на то, что на родине этих блюд они справедливо считаются пищей отнюдь не изысканной, повседневной и скучной, в России за них берут немалые деньги и превращают поедание этих блюд в своеобразный знаковый ритуал. Конечно же, к таким блюдам в первую очередь относятся пицца и суши.*

Однако не только русская кухня может послужить источником вдохновения. Вот, например, суши «Прибалтийские»: шпроты, сыр, зеленый лук. Закреплять их ничем не нужно, так как смазанный шпротным маслом сыр прекрасно держится сам. Украсили мы их свежим укропом.

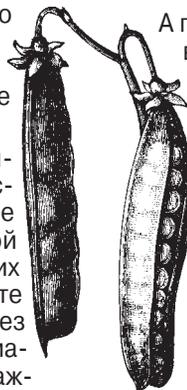
Согласитесь, в советское время Польша (да и большинство стан соцлагеря) воспринимались нами почти как родные. В память этого – суши польские: на листе свежего салата, в помидорном кольце кусочек соленого сала, желток и вставленный в него кусочек краковской колбасы. И не нужно вспоминать про «гнилую конину»: краковская колбаса – отличный вкусный продукт.

Богатейшей кавказской кухне посвящены суши «Кавказские», самые сложные в приготовлении. Обжарьте кольца баклажана в растительном масле с солью и пряностями по вкусу. В аккуратно вырезанную полоску армянского лаваша заверните жареный баклажан, аккуратно уложите сверху зерна вареной красной фасоли и нарезанный зубчик маринованного чеснока. Прибавьте кусочек соленой черемши, пару листиков кинзы и заверните, после чего обвяжите подходящей по



ст.л. гороха (сушеного или свежего) 1 стак. кипятка и кипятите на медленном огне 12-15 мин., процедите. Пейте по 1 стак. такого отвара 2-3 раза в день в течение двух недель. К тому же этот отвар – отличное мочегонное.

Пророщенный горох защищает от рака. На тарелке растелите салфетку, полейте ее водой и положите в один слой горошины. Затем накройте их краями салфетки и поставьте тарелку в теплое место. Через 12-16 часов проклюнутся маленькие росточки. Ешьте каждый день натощак по 2-3 ст.л. такого



гороха в течение 10-12 дней ежедневно. Вы предупредите онкозаболевания, а еще укрепите сердце.

А гороховая маска хорошо разглаживает кожу, очищает ее, придает приятный цвет и бархатистость. 2 ст.л. гороховой муки залейте таким же количеством молока или молочной сыворотки, размешайте до однородной массы и нанесите на лицо. Держите 10-15 минут. Когда смесь высохнет, сотрите ее круговыми движениями, после чего умойтесь теплой водой.

Вот вам и горох. Как видите, он на многие случаи не плох.

## ГОРОХОВОЕ ЧУДО

Горох наши предки знали очень давно, задолго до пшеницы, капусты и картофеля. В нем очень много полезных веществ. Это самый богатый на белки продукт. Горох (особенно молодой) необходим детскому растущему организму и людям преклонного возраста. Незаменим он для сердечников и диабетиков, т.к. снижает количество сахара в крови. Поэтому ешьте горох. Будет лучше, если вы обдадите его кипятком или проварите на пару 2-3 минуты. Заготавливайте этот чудо-овощ и впрок: консервируйте, сушите.

С помощью гороха вы можете избавиться от камней в почках. Залейте 1

## КОСТОЧКИ ВИНОГРАДА ЗАЩИТЯТ ОТ СКЛЕРОЗА

 Виноградные косточки обладают удивительными свойствами. Содержащиеся в них фенольные соединения являются мощными антиоксидантами. В этих антиоксидантах содержится большое количество активных веществ, которые связывают свободные радикалы, образующиеся в организме под действием стресса, загрязненной окружающей среды.

Ученые из Калифорнии в результате исследований пришли к выводу, что экстракт виноградных семян снижает артериальное давление. А европейские специалисты обнаружили, что проантоцианидины, содержащиеся в косточках винограда, восстанавливают активность сосудов и укрепляют их.

Россияне использовали в своих экспериментах сухой водно-спиртовой экстракт виноградных косточек, измельченные косточки, ферментированные плодоножки и сушеную виноградную выжимку.

У женщин в возрасте 47-60 лет прием всего 100 мг сухого спиртового экстракта из виноградных семян уже через два часа снижал содержание холестерина в клетках на 70%. Менее выраженным оказался эффект от су-



шеной виноградной выжимки и ферментированных плодоножек.

Было доказано, что фитоэстрогены мешают клеткам накапливать холестерин, защищают от атеросклероза. Это особенно важно для женщин после 45 лет. С возрастом содержание в организме эстрагена снижается. И, как результат, возрастает риск сердечно-сосудистых заболеваний.

Просто измельченные виноградные косточки явно выраженным эффектом не обладают. А вот настойка будет полезна.

**Рецепт спиртовой настойки.** Взять 1 часть измельченных косточек поместить в сосуд темного стекла и залить 5 частями спирта или водки. Закупорить и настаивать в темном месте при комнатной температуре (не более 18°C) в течение 10 суток. Затем слить и отфильтровать. Употреблять в небольших дозах по 45-50 кап. 2 раза в день под язык.

Целители рекомендуют женщинам виноградные косточки промыть, просушить, а затем, смолов в кофемолке, заваривать как чай.

Еще полезно регулярно пить хорошее красное вино. В разумных количествах, конечно (130-180 г в день). Оно благотворно действует на сердечно-сосудистую систему.

Будьте здоровы! **Иван М., г. Минск.**

## ПИВО ПОЛЕЗНО ДЛЯ КОСТЕЙ

Кружка пива в день – лучший способ для молодых мужчин и женщин сохранить свои кости здоровыми. К такому выводу пришли ученые из Британской медицинской школы. Специалисты из Королевского колледжа и больницы святого Томаса в Лондоне установили, что потребление кремния и минералов, получаемых из почвы хлебными злаками, непосредственно связано с прочностью костной системы человека.

В то же время, ученые обнаружили, что пиво – один из самых богатых источников кремния в современной диете. **«Кремний – потенциально крайне важный элемент для функционирования костей и нет сомнений, что пиво – очень хороший источник кремния»**, – отметил старший преподаватель



Королевского колледжа Джонатан Пауэлл.

30 лет назад специалисты обнаружили, что у цыплят, лишенных кремния, началась деформация костей, однако важность кремния для человеческого организма до сих пор оставалась неизученной.

Между тем, совсем недавно Пауэлл и его коллеги установили, что кремний способствует формированию в организме человека коллагена – живого материала, придающего костям гибкость и прочность. В особенности недостаток кремния опасен для подростков, не достигших половой зрелости.

Как показали исследования, безалкогольное пиво тоже богато кремнием. Это вещество также в большом количестве содержится в некоторых видах минеральной воды, сказал Пауэлл. Другие альтернативные источники получения кремния – зеленая стручковая фасоль или злаковые.

## ПРАВИЛЬНО ЛИ ВЫ ПИТАЕТЕСЬ?

Вы едите 3 раза в день.

Завтрак обильен.

Едите на завтрак каши и хлеб.

Едите 3 раза в день молочные продукты.

В вашем рационе ежедневно сырые овощи.

Вы съедаете ежедневно хотя бы один фрукт.

Вы едите мясо минимум дважды в неделю.

Регулярно едите вареные овощи.

Каждый день – крахмалистые продукты: рис, макароны, манная каша.

Вы используете для приготовления минимум 2 сорта растительного масла.

Оливковое, в том числе.

Съедаете ежедневно 10 г сливочного масла.

Ограничиваете потребление соли.

Ограничиваете потребление сахара.

Потребляете ежедневно 1,5 л жидкости.

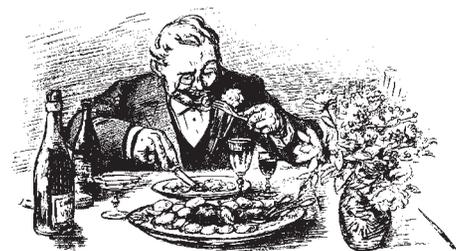
Выпиваете ежедневно 1-3 бокала хорошего вина.

Стараетесь не превышать норму 3 бокала в день алкоголя (вино, пиво).

Ограничиваете крепкие спиртные напитки (коньяк, водку).

Оцениваете при покупке питательный состав продуктов.

Стараетесь покупать биологически чистые продукты.



## ОЦЕНИТЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**Более 20 «да»:** у вас все шансы дожить до 100 лет!

**Более 15 «да»:** очень хорошо, но еще маленькое усилие, и все будет превосходно.

**Менее 12 «да»:** ваши привычки в еде во многом правильны, но корректировка все же необходима.

**Менее 6 «да»:** вам давно пора задуматься о своем питании - неужели вам так безразлично собственное здоровье?

# БОЛЕЗНИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА



**Добрый день, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»!** Я живу в Вологодской области, п. Вохтога, постоянно ездим в деревню Становое. Сколько там цветов, трава по пояс! Бывало проснешься на сеновале, вокруг леса зеленые, а над речкой Монза туман лежит густой пеленой. Соскочишь с сеновала и босиком бежишь к речке купаться. Потом слушаешь пенье птиц, шорох деревьев, шум реки и хорошо понимаешь, что природа – наш главный лекарь! Но за последние годы все изменилось. Совхозы развалились, огромные просторы пустуют, лес поредел, рубят и везут его, бедного, куда хотят и кому сколько надо. Многие ли из нас на вопрос: **«Как ваше самочувствие, как здоровье?»** – могут искренне и без раздумий ответить, что чувствуют себя прекрасно? Вряд ли. К сожалению большинство людей причем не только пожилых, время от времени испытывают физическое недомогание, страдают различными заболеваниями, и в первую очередь, суставными.

Болят и опухают суставы, ломит спину, трудно наклоняться и поворачиваться – все эти неприятные, а иногда и очень тяжелые симптомы, как правило, говорят о болезнях опорно-двигательного аппарата.

Суставы и позвоночник, артрит, артроз, полиартрит, остеохондроз, радикулит, подагра, ревматизм – заболевания, вызванные нарушением обмена веществ, инфекцией, травмами и значительными перегрузками суставов. В лечении описанных болезней очень хорошо помогает сабельниково-калгановая настойка и мазь.

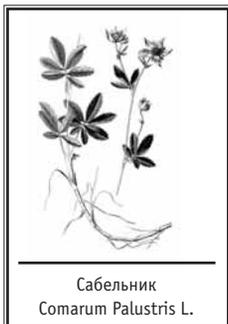
## Приготовление настойки и мази

Взять 200 г корневищ сабельника и 100 г калгана (лапчатка прямостоячая), насыпать в 3-л банку, залить 3 л водки (самогона, 70° спирта), настоять 21 день в темном месте. Процедить через несколько слоев марли,

разлить в темные пивные бутылки (можно хранить до 5 лет).

Принимать по 1 ст.л. (в тяжелых формах болезни – по 1 небольшой рюмочке) 3 раза в день за 20-30 мин. до еды. Курс лечения – 1 месяц. После месячного перерыва (в тяжелых формах – 10 дней) провести 2-й и 3-й курсы лечения. Сабельник и калган гигроскопичны, отжать из них жидкость невозможно, поэтому получается чуть более 2 л настойки. Такой настойкой (или приготовленной на некачественном спирте) можно делать растирания.

В качестве основы используют несоленое сливочное масло, свиное сало, растительное масло. Кладут в сухую чистую посуду основу, расплавляют на водяной бане, затем в остывшую основу понемногу вводят порошок сабельника и калгана или по каплям добавляют сабельниково-калгановый отвар или настой. При этом мазь непрерывно растирают деревянной ложкой. Растирать массу до однородного состояния и мешать нужно только в одну сторону, чтобы мазь не расслоилась. Подогретую мазь втирают в суставы, спину, плечи, шею и другие больные места, укутывают теплым



Сабельник  
Comarum Palustris L.

шерстяным одеялом. Для приготовления мази понадобится 200 г сухих корневищ сабельника и 100 г корня калгана, измельченных в муку (это можно сделать в жерновах, в ступе или кофемолке) и 1 кг сливочного несоленого масла, свиного растопленного сала или 1 л растительного масла.

## Отвар корневищ сабельника и калгана

1 ст.л. корневищ сабельника и 2 ч.л. корневищ калгана залить 0,5 л горячей воды и варить на медленном огне в течение получаса. Дать настояться 10 мин., процедить.

Пить по 0,5 стакана 3 раза в день после еды при вышеперечисленных заболеваниях. Можно с медом или вареньем.

## Настой

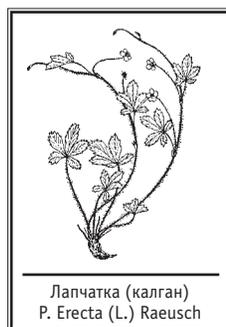
### сабельника и калгана

1 ст.л. и 2 ч.л. калгана положить в термос, залить 0,5 л кипятка, настоять 2-4 часа, процедить. Пить по 1-2 ст.л. 3-4 раза в день до еды при болезнях суставов.

**Лечение сабельниково-калгановой настойкой – это кусок черного хлеба каждый день, а не праздничный торт. Но подвижность, легкость, хорошее настроение, которые вас ждут после лечения, стоят ежедневного приема этой настойки.**

Отвар и настой можно добавлять в мази при их приготовлении. Хранить отвары и настои не более 2 суток: после 2 суток хранения даже в холодильнике отвары и настои непригодны к употреблению. Настойки на 66-70% спирте гораздо эффективнее отваров и настоев в лечении болезни суставов и позвоночника. Чтобы избавиться от болезни, следует лечиться качественным лекарственным сырьем и качественными спиртными.

При покупке лекарственного сырья, настоек, мазей обратите внимание на внешние признаки, которые должны вас насторожить: флаконы упакованы негерметично и подтекают, нет четкой маркировки, трава и корневища в одной упаковке (хотя их надо заготавливать в разное время – траву летом, корневища – осенью). Купленный некачественный товар может оказаться самой настоящей «липой». И неплохо, если эта лекарственная «липа» окажется просто бесполезной – главное, чтобы она не навредила.



Лапчатка (калган)  
P. Erecta (L.) Raeusch

Лучше заготавливайте лекарственное сырье сами или покупайте у знакомых травников. Можете обратиться ко мне. Вышлю всем желающим сабельник, калган, кору осины, чагу, если напишете письмо (обязательно вложите конверт с обратным домашним адресом). Будьте всегда здоровыми и счастливыми, подвижными и жизнерадостными. Ведь стоит только захотеть.

С уважением к вам, **Сафонов Анатолий Иванович, травник. 162040, Вологодская обл., п. Вохтога, ул. Юбилейная, 20А-57.**

**Роль растений для человека бесценна. Нет растения, которое не было бы лекарственным, и нет болезни, которую нельзя было бы вылечить растением.**

**Из «Врачебной книги Тибета».**

# НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА

## ОЛИВА – ЗДОРОВЬЕ НА МНОГИЕ ГОДЫ

По свидетельству историков, об удивительных свойствах плодов оливы люди знали еще в каменном веке. Древние наделяли оливу магическими свойствами, считали посредником между Богами и людьми. Оливковое дерево играет немаловажную роль в библейских сказаниях. Для христиан олива – символ установления мира между богом и человеком. Голубь оливковой ветвью возвестил окончание Всемирного потопа. Иисус Христос молился в оливковых рощах Гефсиманского сада.

До сих пор в Черногории существует обычай, согласно которому юноша не может жениться, пока не посадит оливковое дерево.

Олива не умирает, считали средиземноморские народы. И пусть, дерево растет очень медленно, но доживает до двух с половиной тысяч лет. Те, кто питается ее плодами, становятся выносливыми как она и живут в добром здравии многие годы.

Главная составляющая плодов оливкового дерева – масло, то самое знаменитое оливковое масло, благодаря которому жители Средиземноморья спасаются от сердечно-сосудистых заболеваний.

Кроме ненасыщенных жирных кислот, так необходимых нашему организму, оливки богаты белками, витаминами группы В, витаминами С, Е, Р, калием, фосфором, железом. Входящие в состав оливок кислоты являются необходимым строительным материалом для оболочек клеток нашего организма.

Оливки могут входить в рацион человека любого возраста. Употребление плодов оливкового дерева является профилактикой заболеваний сердца и сосудов, язвы желудка и заболеваний печени. Даже косточки оливкового дерева съедобны, так как полностью перерабатываются в желудочно-кишечном тракте.

### Выбираем оливки:

Оливки относятся к продуктам высокой пищевой ценности. Они делятся на две основные группы: богатые жирами плоды, из которых производится оливковое масло, и менее «масляные» столовые оливки, которые употребляются в натуральном виде. Но поступают в продажу только после ку-

линарной обработки, и это не случайно. Свежие оливки несъедобны из-за горечи и жесткости. Оливки солят, маринуют, фаршируют перцем, анчоусами, лимонами, каперсами. Виды оливок зависят от степени их зрелости и способа обработки:

Зеленые – собираются до начала процесса созревания, цвет варьируется от зеленого до светло-желтого.

Комбинированные – собираются в процессе созревания, но до наступления зрелости, цвет варьируется от розового до каштанового.

Черные оливки, которые мы привыкли называть маслинами – собираются после наступления полной зрелости.

Черенные окислением оливки, которые мы также называем маслинами – собираются недозрелыми, затем, с помощью специальной обработки приобретают черный цвет.

Специалисты выделяют около трехсот сортов оливок, которые отличаются вкусовыми нюансами, формой и размерами.

Главным поставщиком оливок в РФ на сегодняшний день является Испания.

Испанские сорта оливок высшего качества:

Манзанильяс, Manzanilla – самый популярный сорт зеленых оливок, хорошо подходит для фаршировки;

Охибланко – зеленые оливки, идеально подходящие для фаршировки;

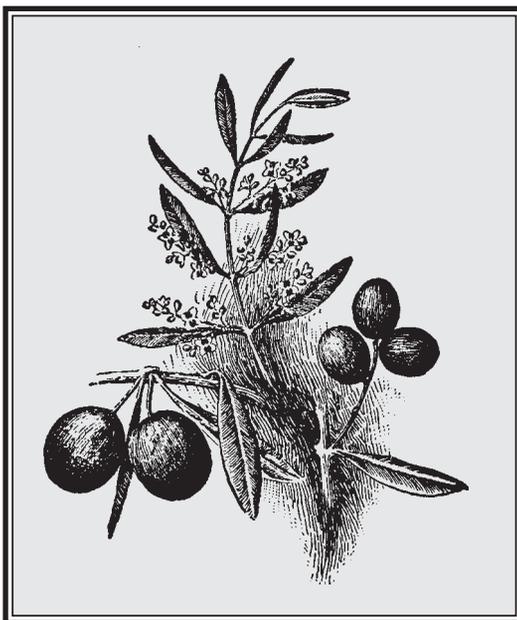
Sevillano – зеленые, очень крупные оливки;

Касеренья – лучший сорт для приготовления черных консервированных оливок

Указателем размера оливок служит калибр – количество оливок в 1 кг сухого веса. Обычный калибр оливок 200/300. Чем меньше число, тем больше размер плодов.

Показателями качества консервированных оливок является одинаковый размер плодов, гладкая поверхность оливок, отсутствие консервантов.

Стоит отказаться от покупки, если банка оливок деформирована. Обязательно обращайте внимание на срок годности, особенно если вы предпочитаете оливки с косточками.



## ЗАЧЕМ ВАМ МАСТИТ?

Многие женщины, чаще после родов, знают, насколько болезненным может быть воспаление молочных желез. Если вы при этом еще и кормите грудью малыша...

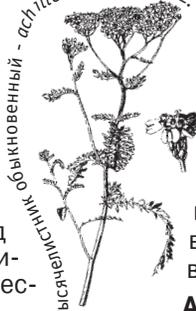
Наряду с медикаментозной терапией можно применять внутрь следующий сбор.

Трава: 50 г крапивы жгучей, 50 г зверобоя, 50 г тысячелистника,

50 г листьев подорожника.

2 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, кипятить 10 минут, настоять 30 минут. Пить по 50 мл 5 раз в день.

Одновременно с приемом внутрь отвара, в период формирования масти-та, применяют компрессы с этим же отваром.



В период разрешения воспалительной реакции применяют мазь из свежих листьев и корней донника лекарственного.

Сырье измельчить, залить топленым свиным салом в соотношении 1:1 на 24 часа, периодически помешивать. Затем довести до кипения, профильтровать и смазывать кожу в месте воспаления 2–3 раза в день.

Анна, г. Москва.

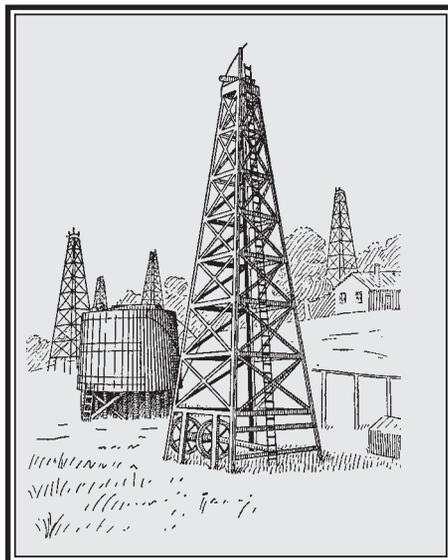
## ВЫЛЕЧИЛ БОЛЬНЫЕ НОГИ

 Мне 45 лет. Хочу рассказать вам о природном лечебном средстве для лечения эндоартериита сосудов ног. Уже четвертый год я болею эндоартериитом: в холодную погоду пальцы на ногах немеют, тянущие ноющие боли в икроножных мышцах, быстрая утомляемость в ногах при ходьбе и при подъемах в гору (по лестнице).

Во-первых, по совету врача я бросил курить, чтобы устранить вредное воздействие никотина на стенки сосудов. Перепробовал много разных медикаментозных средств, средств народной медицины (типа экстракта каштана). Но начало помогать другое природное средство – минеральный раствор бишофит (экологически, кстати, чистый, так как его добывают из-под земли, с глубины около 2,5 км). Как мне объяснили, раствор бишофита насыщен всевозможными минералами и микроэлементами, и что он способствует восстановле-

нию кровообращения и прочности стенок сосудов.

Начал я с ножных ежедневных ванн - до коленного уровня, разводя бишо-



фит 1:1 в приятно горячей воде – всего десятидневный курс.

По окончании таких бишофитных ванн я отметил, что, во-первых, кожа на ногах стала эластичной и приятно упругой, после каждой ванны в пальцах ног появилось и до утра сохранялось теплое покалывающее ощущение. Хорошо восстановилась и закрепилась циркуляция крови в пальцах ног, до самих кончиков.

После курса ножных ванн я начал ежедневные аппликации раствором бишофита на обе икроножные мышцы – пропитывал теплым раствором с бишофитом марлевые повязки и укладывал их под полиэтиленовую пленку и под эластичный широкий бинт.

Был достигнут эффект укрепления – перестали доставать «стартовые» ноющие боли, у меня возросла двигательная нагрузка.

О самом бишофите информации я нашел немного. Если кому-нибудь из читателей что-либо известно о свойствах бишофита, напишите. Буду ждать ваших рассказов.

**Михаил К., г. Саратов.**

## СКАНВОРД

Ответы в следующем номере

Безжалостный тип	Черта, умиляющая в дитяти				И пруд, и бассейн		Не всякое ... в строку	Шенгенский "проспуск"					
Землянка с амбразурой		Способ самоунижения		Единство знаний и умений				Британские консерваторы	Рукокрылая мышь			Фразеологизм	Один на миллион
				Книжный раздел		Их рвут, унося ноги						Письменный стол со всеми удобствами	
Швейцарский пищевой концерн		Поклеп от злых языков						"Слезы" природы					
					Горшок с молоком	Глава лавры							
Греховная ярость		Паспарту					Набросок топографа	Доллар в просторечии					
Пыль в глаза в покое				Соль авантюры		Шеф на камбузе				Эль в пабе			Бурное взросление побегов
	Навостренные ползья	Полати арестанта				"Шифр" домофона		Сыщик из МУРа					
				Путешествующий тайно									
	Триколор России	Петушиная атака						Яровой знак					
				Судит по букве шарията				Новинка от Мичурина					

СКАНВОРДЫ  
**УМА**  
РАССУДКА И ТВОРЧЕСТВА

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

## ИСЦЕЛЕНИЕ ЖЕНСКИХ НЕДУГОВ

У меня были бели (белые обильные выделения). Они доставляли мне массу неудобств. Подруга посоветовала мне попить вместо чая настой яснотки (глухой крапивы).

Я нашла это растение. Внешне оно очень напоминает крапиву – только не жалится. Нарвала я белых цветочков яснотки, посушила и стала готовить настой: брала

1 маленькую щепотку сухих цветочков яснотки, заливала кипятком и настаивала в чашке 10 минут. Настой глухой крапивы я пила каждый час по 1 глотку.

Вскоре обильные выделения прекратились. Спасибо подруге за совет!

А подруга избавилась от фибромиомы без хирургического вмешательства. Помогли ей такие растения: корень аира болотного и чистотел.

Корень аира подруга принимала в свежем виде: выкапывала, мыла, очищала и натирала на терке и съедала по 1 столовой ложке за 1 час до еды 3 раза в день.

А из травы чистотела подруга готовила настой: 1 столовую ложку травы чистотела заливала 1,5 стакана воды и доводила до кипения. Оставляла в теплом месте на 6-8 часов.

А вечером перед сном процеживала настой и с помощью кружки Эсмарха (продается в аптеке) делала клизму с медленной подачей воды в течение 1,5 часа.

После этого сразу ложилась спать.

Таким образом подруга лечилась ежедневно в течение двух месяцев, и фибромиома рассосалась.

Процедура эта очень трудоемкая и требует немало терпения. Зато результат будет положительным. Для настоя лучше всего использовать траву чистотела, собранную в мае.

Удачи вам в лечении!

Аверина С.Н.



## БЛАГОДАРНОСТЬ И РЕЦЕПТЫ

Здравствуете, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Пишет вам Герасенко Галина Петровна!

За книгу вам очень благодарна, но я решила вам написать, чем я лечусь сейчас. Дело в том, что у меня стало прыгать давление, то под 200, то снизится до 90, вызывали «скорую», но они напирают на таблетки. А сейчас я не чувствую этого прыгания, и сердце работает нормально. Я пью сейчас травы.

100 г березовых почек, 100 г ромашки, 100 г бессмертника, 100 г зверобоя. Конечно, травы тоже дорогие, но я покупаю по 50 г, потом подкупаю еще 50 г. Вечером, в 5 часов завариваю травы. 1 ст.л. трав пропустить через мясорубку или кофемолку, залить 0,5 л кипятка, и в термос на 4 часа, можно и дольше. Потом процедить. Вечером выпить 1 стакан в теплом виде и добавить, если есть, мед. Второй стакан – на утро, натощак, тоже с медом.

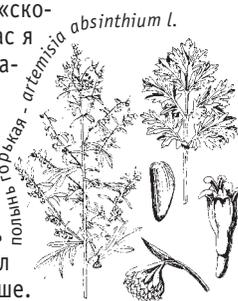
**Второй рецепт от тромбоза.** Взять поровну календулу, хвощ полевой, ромашку аптечную, почечный чай, крапиву (лист), полынь горькую. 1 ст.л. сбора засыпать в термос и залить 300 г кипятка, настоять 1 час, процедить. Принимать внутрь по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды. Очень хорошее лекарство.

**Рецепт от всех болезней.** Если кто не переносит чеснок, пусть не употребляет. Взять клюкву – 1 л банку, 300 г чеснока и 2 больших лимона. Все это нужно прокрутить на мясорубке и добавить 400 г меда. Все залить в банку и поставить в холодильник. Принимать по 2 ч.л. утром и вечером через 2 часа после еды в течение месяца. Я похудела, но почувствовала себя очень хорошо.

**От поноса.** Нужно взять 3-4 горошины черного перца, проглотить, не раскусывая, просто запить водой, и все сразу пройдет.

Лечитесь и будьте здоровы.

663601, Красноярский край, г. Канск, Юго-Западный р-н, 4-35.  
Герасенко Галина Петровна.



## ПРОВЕРЕНО НА СЕБЕ

### О пользе капустного рассола

Он лечит гепатит, сахарный диабет, гастрит с пониженной кислотностью желудочного сока, хронические запоры, геморрой с кровотечением, различные невроты, он очень хорош при упадке сил, купирует похмельный синдром, очищает кровь, снимает депрессию, стрессы и страхи. Описаны случаи исцеления рассолом логоневрозов (заикания), подогретым его пьют при различных инфекционных заболеваниях, особенно при гриппе.

Рассол пьют немного подогретым, начиная с 1-2 ст. ложек, постепенно увеличивая его при-



### Как избавиться от храпа

В далекой юности очень страдала от храпа, но вылечилась от него легко и навсегда с помощью несложного физического упражнения. Рот закрыт, дыхание через нос. Напрячь заднюю стенку языка и с силой оттянуть язык к

горлу. Если при этом приложить пальцы под подбородок, то можно почувствовать, как напрягаются мышцы. Это упражнение повторять несколько раз в день, делая по 10-15 движений языком. Постепенно слабая небная занавеска окрепнет и человек перестает храпеть.

Галина П., г. Волгоград.

Ответы на сканворд,  
опубликованный в № 34.

