АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

Аденома 7
Алкоголизм 8, 12
Ангина 5
Анемия 4
Аритмия 14
Астма 14
Атеросклероз 5

Бессонница 5
Боли в суставах 3, 6
Бронхит 2, 4-5, 14

Вегетососудистая дистония 15

Гепатит 4
Герпес 2
Гипертония 5
Гипотония 4
Головная боль 5

Деформация позвоночного канала 15
Диабет 3, 6, 9, 14

Заболевание тройничного нерва 15
Запоры 3
Зубная боль 5

Избыточный вес 3
Инфаркт миокарда 14
Истощение 4
Ишемия 9

Кашель 2, 3, 14
Конъюнктивит 6

Ларингит 5

Молочница 16

Насморк 5

Одышка 9
Остеохондроз 3, 15
Отит 15

Паразиты 3, 14
Переохлаждение 11
Пневмония 4
Пониженная кислотность 15
Пониженный аппетит 4
Поносы 3
Простуда 2
Пяточные шпоры 1

Рак 4, 5
Рвота 3
Ринит 5

Старение 12
Стенокардия 9

Тахикардия 9
Тонзиллит 5
Тошнота 3
Трепыхание сердца 2
Тромбоз 14

Усталость ног 14

Фарингит 5

Хроническая усталость 6
Хронический кашель 2

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

КАК Я ЛЕЧИЛА ПЯТОЧНЫЕ ШПОРЫ 1
РЕЦЕПТ ОТ «ТРЕПЫХАНИЯ СЕРДЦА» 2
ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ПРОСТУДЫ. БЫСТРО! 2
СПАСИБО, ЛЮБИМАЯ ГАЗЕТА! 2
КАК ВЫКУРИТЬ ГЕРПЕС 2
РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ 3
БОЛИ В СУСТАВАХ 3
КАШЕЛЬ ЗАМУЧИЛ 3
ЖЕЛУДИ ОТ ДИАБЕТА 3
БАКЛАЖАН ПОМОЖЕТ ПОХУДЕТЬ 3
ЧАЙ. ВКУСЕН И ПОЛЕЗЕН 4
ЯД ИЛИ ЛЕКАРСТВО? 4
КОНЪЮНКТИВИТ 6
ЧИСТКА КИШЕЧНИКА 6
ПАР ПОМОЖЕТ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ УСТАЛОСТИ 6
ЛЕЧИСЬ, МУЖИК, И БУДЬ ЗДОРОВ! 7
ЛЕЧЕНИЕ ОСТРОГО АЛКОГОЛИЗМА 8
СПАСИБО ЗА ЗДОРОВЬЕ! 9
ОСИНА ПРОТИВ ДИАБЕТА 9
БЫСТРЫЕ БЛЮДА ИЗ МЯСА 10
ГУСЬ КОРОЛЕВСКИЙ С ЧЕРНОСЛИВОМ 10
ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ 10
ГАДАНИЯ. ВЫЙДУ ЛИ Я ЗАМУЖ? 11
ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ 11
А ПОД СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД... 11
НЕ СТАРЕЙТЕ 12
ПОСЛЕПРАЗДНИЧНЫЕ ПРОБЛЕМЫ 12
НОВОГОДНИЕ И РОЖДЕСТВЕНСКИЕ ПРИМЕТЫ 12
НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА 13
СРЕДСТВА И ПРОЦЕДУРЫ, ПОМОГАЮЩИЕ ПРИ УСТАЛОСТИ НОГ 14
ЛЕЧИТЕСЬ СУХОФРУКТАМИ! 14
РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ 15
МОЛОЧНИЦА 16

МОЛОЧНИЦА

В 18 лет я проболела 5 мес. с небольшими перерывами: то ангина, то бронхит, то грипп, а весной у меня появилась молочница.

Я перепробовала много лекарств, на время помогало, но затем все возобновлялось. Так длилось 2 года.

Однажды я поехала на практику в деревню (я училась на зоотехника), и там разговорилась о своей болезни с хозяйкой комнаты, где остановилась. И она мне посоветовала один рецепт, которым избавилась сама от этой неприятности.

1) Три дня пить нистатин по 1 табл. 3 раза в день.

2) Начиная с 4-го по 14 день – пить по 1 ч.л. на 50 мл воды 3 раза в день настойку полыни горькой (аптечную).

Мне женщина дала настойку, которую делала сама: высушенную траву полыни горькой измельчить почти в порошок и залить 70% спиртом в соотношении 1:5, настоять 14 дней, настойка хранится очень долго. В настойку добавить 2 зубчика перетертого на терке чеснока. После 10 дней приема – сделать 2-недельный перерыв – и все повторить заново.

Выполняя такие процедуры, я за 2 курса лечения полностью избавилась от недуга, прошло более 10 лет – меня ничего не беспокоит.

Лобачева А., г. Ляды Псковской обл.

Ждем интересных материалов. Поделитесь опытом!

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.
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.
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!
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!

Вы можете подписаться на газету «Бабушкины рецепты» с любого месяца. Наш подписной индекс: 25577. Спрашивайте каталог «ГАЗЕТЫ. ЖУРНАЛЫ» агентства «Роспечать». Газета выходит еженедельно.
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.
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
Поставщик в РБ – ООО «Росчерк», г. Минск, ул. Авангардная, 48а. Тел.: (017) 299-9261(-62).

ISSN 1811-9492
9 771811 949000 08001

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.

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.

Газета **«БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ»**.
Выпуск **№1(305).** Тираж **140000** экз. Заказ
121108, г. Москва, ул. Пивченкова, д. 3, корп. 3.

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
По поводу рекламы тел.: 8-903-200-3080.
Телефоны для связи с распространителями: **144-2958, 146-2653.**

Макет, дизайн, графика: А.Борисов. © 2002-2006, e-mail: aart_bor@rambler.ru
Подписано в печать **29.12.2007**
Сдано в печать **29.12.2007**

Учредитель: ООО «НМ-Пресс».
Главный редактор Рудь П.Б.
Газета **перерегистрирована** в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия 15 сентября 2005 года.
Рег. ПИ № ФС 77-21889.

Отпечатано в ОАО «ЧПК», г. Чехов Московской обл. ул. Полиграфистов д. 1.
Цена свободная

выпуск №1(305) январь 2008

советы от всех болезней

выходит на 16 полосах

Бабушкины рецепты

еженедельная газета. издается с 2002 года

«лечить нас все же бабушки умели»

КАК Я ЛЕЧИЛА ПЯТОЧНЫЕ ШПОРЫ

Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! *Вашу газету я начала покупать в прошлом году. Делала ремонт и упала, у меня обострился остеохондроз, о нем я вообще ничего не знала, не могла даже перевернуться. Вдруг случайно наткнулась на газету «Бабушкины рецепты», статья «Лечение луком». Я попробовала, и мне помогло. Боли сейчас в позвоночнике не чувствую. С тех пор я каждый номер хожу покупаю и читаю от корки до корки. Что подходит, тем и лечусь.*

А сейчас я хочу написать в вашу газету, как я лечила ***пяточные шпоры****. Этот рецепт полезен для людей, у которых болят пятки.*

Брала 0,5 л банку, клала сырое яйцо и заливала 10% уксусной кислотой на 7 дней. Банку ставила в темное теплое место. Через 3 дня яйцо переворачивала – и еще 4 дня. Затем проверила, если скорлупа мягкая, яйцо осторожно вынимала, чтобы не обжечь руки, разрезала на 2 половинки и больным местом на пятке вставала на 1 половинку на 20 мин. Старалась встать на желточек. Затем второй ногой на вторую половинку – тоже на 20 мин. После этого пяточки осторожно стряхнуть, надеть носки и лечь спать. Не обожгите ноги, ну, а если будет ожог – сразу приложите тертую тыкву, кабачок, свежий огурец. Боль утихнет.

А еще хочу вам написать следующее:

Старинные рецепты лекарств из красного мухомора

Русская пословица: ***«У мухомора свое назначение: он для человека и зверя – лечение»****.*

Мазь. *Красный мухомор растереть со сметаной 1:1 и на тряпочке прикладывать к больным местам. Применять при параличе, ревматизме, ишиасе, радикулите, полиартрите.*

Настойка. *Это лечение я провела на себе. Наполнить стакан или банку красным мухомором до краев и залить водкой. Настаивать от 10 (кто боится) до 30 дней. Затем процедить, поставить в холодильник. Пить от 1 кап. в дистиллированной воде 3 раза в день. На каждый день увеличивать на 1 каплю. Пить за 1 час до еды. Затем делать перерыв 10 дней.*

Использовать при спазме кровеносных сосудов, склерозе головного мозга, хронической ангине, раке желудка и кожи.

Мухомор нельзя резать ножом и мыть шляпки. Все делать руками. Лекарство готовят в основном из шляпок.

Я сначала пила, как было указано, но не поняла ни горечи, ни вкуса. Я стала пить по чайной ложке и запивала колодезной водой.

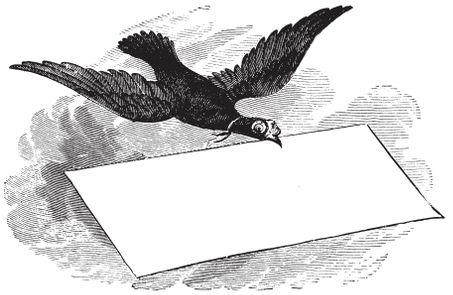
Принимать мухомор сначала очень осторожно людям с заболеванием органов пищеварения. Мухомор можно принимать для профилактики заболеваний раком.

Мне хочется разыскать очень хорошего человека: Твердохлебова Анатолия Георгиевича, род. 17.01.1942 г. Проживал в г. Рыбинске Ярославской обл. Служил в Североморске в подводных частях. Сейчас, вроде, проживает где-то недалеко от Киева. Может, кто-то знает его точный адрес или знаком с ним. Напишите, пожалуйста, я очень прошу откликнуться по этому адресу: ***152914, г. Рыбинск Ярославской обл., ул. Черняховского, 13-31. Рыбинская Людмила Александровна.***

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- лечение острого алкоголизма
- новогодние гадания
- послепраздничные проблемы
- как быстро избавиться от простуды
- яд или лекарство?

Уважаемые читатели, пишите нам по адресу: г. Москва, 121354, а/я 299, для Бондаревой Натальи Николаевны.



СПАСИБО, ЛЮБИМАЯ ГАЗЕТА!

Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Уже второй сезон выписываю ваше издание. Газета очень нужная и полезная. Очень переживаю, если почта не донесет некоторые номера газеты. Пользуюсь некоторыми рецептами и делюсь рецептами со своими знакомыми.

В прошлом году приняла участие в «Акции-лотерее» и была очень обрадована, когда получила в подарок книгу А.Старухина «На кухне больного». Большое спасибо.

О себе хочу сказать, что я стара, в этом году мне исполнилось 80, но жить-то хочется, и, чтобы никому не быть в тягость нужно и приходится следить за своим здоровьем.

347872, г. Куково-2 Ростовской обл., ул. Репина, 20-8. Озерова Лилиана Валентиновна.

КАК ВЫКУРИТЬ ГЕРПЕС

В моем письме речь пойдет о герпесе. Вылечить эту досадную болячку поможет тлеющий уголек!

Когда только вы заметите, что появился маленький пузырек, не расстраивайтесь, а сразу же найдите сухую палочку, например из липы, вишни, длиной 15-20 см и толщиной около 1 см. Один конец палочки надо нагревать, пока он не покраснеет. Получается примерно 2 см тлеющего уголька.

Быстро-быстро подойдите к зеркалу и приблизьте палочку как можно ближе к пузырьку. Держите палочку, пока ее есть за что держать.

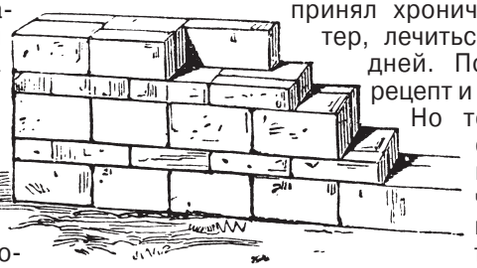
Такую процедуру надо выполнять 5-6 раз в день. Хороший эффект заметите очень быстро!

Киреева Л.С., г. Омск.

ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ПРОСТУДЫ. БЫСТРО!

Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Хочу поделиться с читателями семейным рецептом от начинающейся простуды, бронхита и хронического кашля. Для лечения понадобятся: половинка старого глиняного красного кирпича (крашеный, силикатный – не подходят), 8-10-дневный настой чайного гриба или яблочный уксус, исландский мох (цетрария) и спиртовая настойка прополиса.

Как только появились первые признаки простуды, берем половинку кирпича и ставим на огонь газовой плиты. Греем долго: 1,5-2 часа. Пока кирпич прогревается, готовим отвар цетрарии. Для этого 2 ст.л. измельченного мха заливаем 0,5 л воды, а лучше – молока. Ставим на огонь и доводим до кипения. Уменьшаем огонь до минимума и варим 5 минут. Настаиваем 1 час, укутав, и процеживаем. Посуда эмалированная.



Теперь сама процедура. Нагретый кирпич помещаем в эмалированную кастрюлю или миску. Чтобы не обжечь руки используем х/б или брезентовые рукавицы, можно, сухую ткань из этого материала. Ставим на пол рядом со стулом. Больной садится на стул над кирпичом. Аккуратно выливаем в миску 0,5 стакана настоя чайного гриба или 0,5 стакана теплой воды с добавлением 1 ч.л. яблочного уксуса. **Не применять уксусную эссенцию!** Лить настой нужно не на кирпич, а рядом – на дно миски. Кирпич, как губка начнет впитывать жидкость и сразу ее испарять. Больной дышит получающимся паром, накинув на голову покрывало или тонкое одеяло. Ингаляцию эту делать столько, сколько сможешь терпеть. Обычно 3-5 минут. После этого нужно выпить 1 стакан чуть горячего отвара цетрарии, куда добавить 10 капель спиртовой настойки прополиса. Теперь нужно лечь в постель и не вставать до утра. На следующий день – вы здоровы!

Если болезнь застарелая, и кашель принял хронический характер, лечиться надо 15-30 дней. Помогает этот рецепт и курильщикам. Но только в том случае, если на период лечения они отказались от табака.

Где взять весь набор для лечения? Яблочный уксус (если в доме нет чайного гриба) и настойку прополиса можно купить в магазине или в аптеке. Кирпич – при разборке старой печи или сносе дома. Цетрарию можно приобрести у травников или собрать самим в сосновом лесу даже зимой, расковыряв снег. Еще я советую всем завести чайный гриб. Раньше он был почти в каждой семье. Те, кто живет с этим чудом природы, редко ходит по больницам и аптекам.

Желаю здоровья и удачи. **601551, г. Гусь-Хрустальный Владимирской обл., п. Гусевский. Вяземский Александр Юрьевич.**

РЕЦЕПТ ОТ «ТРЕПЫХАНИЯ СЕРДЦА»

Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Вашу газету выписываем давно, но не собираем, а отдаем читать знакомым. Все газеты, что остались дома, просмотрели, но нужного адреса не нашли. Нужны корни лабазника, может, кто-нибудь откликнется, у кого есть эта трава. Посылаю рецепт, которым я пользуюсь время от времени от «трепыхания сердца».

Берутся аптечные настойки: боярышник – 100 мл, валерьяна – 100 мл, пустырник – 100 мл, пион – 100 мл, эвкалипт – 50 мл, мята – 25 мл. Все слить в банку 0,5 л и добавить пряность: гвоздику 10-12 шт. Накрыть крышкой, оставить на 10 дней, каждый день взбалтывая. Допить банку надо до конца, принимать по 25-30 капель 3-4 раза в день за 15 мин. до еды. Улучшение наступает после того, как выпита половина банки.

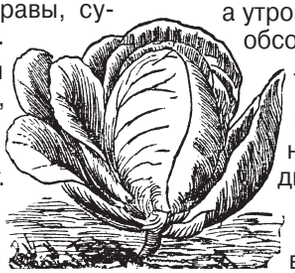
Эвкалипт шариковый
Eucalyptus globulus L.

С уважением. **Дедикина Антонина Алексеевна. 301268, Тульская обл., Киреевский р-н, п/о Черная Грязь, д. Орловка.**

БОЛИ В СУСТАВАХ

Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Раньше я покупала газету, а сейчас стала выписывать, так удобней. Не бегать, не искать.

Занимаюсь целительством 10 лет. Всю жизнь выращивала травы, сушила их, раздавала людям.



Читаю вашу газету, люди присылают всякие рецепты, чтобы исцеляться от всяких болезней. Можно лечиться всю жизнь, а толку не будет. Первым делом нужно провериться на порчу, и если она есть, ее нужно снять и порой больше ничего делать не нужно. Болезнь уйдет вместе с порчей, сглазом и испугом. Врачи не знают ничего о порче, я их много перелечила и если вам 2 месяца не помогли в больнице и анализы у вас хорошие, то делать вам там нечего. Ищите человека, который вам поможет.

В молодости у меня был остеохондроз профессиональный шейный и дал осложнение на коленный сустав. Ногу мою разбарабанило, ходить не могу, боль острая, наступить не могу, глаза на лоб выскакивают при каждом шевелении.

В больнице сделали снимок и сказали, что это уже на всю жизнь. Я вышла на улицу, если можно так сказать, и сказала себе: **теперь я сама буду лечиться.** Брала глину, разводила водичкой до густой сметаны, накладывала на колено в тряпочке, а сверху в целлофан укутывала. И так до высыхания глины 2 часа, потом снимала, а рукой отшелушивала и накладывала компресс с тепленькой мочой и так спала, а утром обмывала, вытирала, как обсохнет. Я брала 2 капустных листа, клала один на другой, прокатывала скалкой, чтобы они были мягкие и накладывала на колено. Ходишь сколько можешь – потом снимаешь. 10 дней ходила, делала перерыв, во время перерыва делала йодовые сеточки на все колено. И еще по бокам колена я накладывала плашки из осины, они были кругленькие 2-3 см толщиной и 12 см в диаметре. Вот и все: колено я привела в порядок. Прошло 45 лет, и оно меня больше не беспокоит.

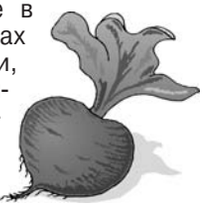
Этим способом можно вылечить много болячек, шпоры, бурситы и любые суставы. Лечитесь, не ленитесь!

Желаю вам успеха.

Анна Борисовна, Санкт-Петербург.

КАШЕЛЬ ЗАМУЧИЛ

Иногда кашель бывает такой сильный, что дело доходит до рвоты, вам поможет такое средство. Возьмите в равных количествах сок моркови, редьки, свеклы и алоэ (например, по 100 мл), смешайте, добавьте такое же количество меда и спирта, перемешайте, поставьте в холодильник. Пить надо по 2 глотка перед едой до полного исчезновения кашля.



Ирина Ю., г. Клин.

ЖЕЛУДИ ОТ ДИАБЕТА

Для лечения сахарного диабета применяют зрелые желуди. Их высушивают, измельчают в порошок и принимают по 1 чайн. ложке 3 раза в день перед едой, запивая чаем. Курс лечения – 1 месяц, затем делают перерыв на 1 месяц и снова продолжают лечение.

Довбеева Т.А., г. Пенза.

РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ

Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! В этот раз следующие проверенные рецепты.

Хочу написать о паразитах. Сейчас это является почти главной причиной многих заболеваний, в том числе и рака. Паразиты (черви или гельминты), от их вида, места расположения в организме зависит, какая болезнь у человека. Вот некоторые болезни: потеря веса, недомогание, головокружение, злость, раздражительность и мн.др.

Если в кишечнике, то это: запоры, поносы, рвота, тошнота и др.

В печени: человек желтеет, отеки.

Паразиты – это причина многих и многих заболеваний. Зачастую люди не знают о них.

Вот несколько рецептов от любых паразитов.

Арбуз – по 1 ч.л. 2 раза в день (измельчить семена в порошок и принимать).

Трава бессмертник. 1 ст.л. на стакан кипятка. Настоять, укутав, или в термосе – ночь, затем процедить. Пить по 50 мл 3-4 раза в день, если нет гипертонии, можно принимать 2-3 месяца.

Гранат – отвар корок. Измельчить корку 1 граната в 150 мл воды. Пить это в течение 2 часов до еды. Затем через 3-5 часов принять слабительное.

Дыня, льнянка, щавель, лук репчатый и мн. др.

Глаукома. 0,3-0,5 г **мумие** (аптечное) пить 3 раза в день до еды. Курс – 10 дней, затем 5 дней перерыв. Провести 2-4 курса.

Кому нужны рецепты – проверенные, хорошие от разных заболеваний, пишите: **654007, г. Новокузнецк, Кузнецкстроевский, 18-136, Гилиной Э.А.** Вкладывать 2 конверта и указывать точный диагноз.

БАКЛАЖАН ПОМОЖЕТ ПОХУДЕТЬ

*Баклажан не может похвастаться большим содержанием витаминов и минералов. Но **у него есть немало других достоинств.** Прежде всего, наличие нежной клетчатки. В организме человека она играет важную роль в поддержании жизнедеятельности полезной кишечной микрофлоры и снижении гнилостных процессов в кишечнике. Этим клетчатка оказывает благоприятное действие на процессы пищеварения.*

***Диетическая ценность баклажана** определяется также высоким содержанием в нем солей калия, оказывающих влияние на деятельность сердца, стимулирующих выведение жидкости из организма. Поэтому его рекомендуют использовать в питании пожилых людей. Полезен баклажан и при подагре, так как способствует удалению из организма мочевой кислоты. Учитывая небольшую калорийность этого овоща, его следует включать в диету тучных людей. Баклажаны способны снижать уровень холестерина в крови, но при условии длительного и постоянного употребления: человек, страдающий атеросклерозом, должен включать в свое каждодневное меню какое-нибудь блюдо из баклажанов. Следует иметь в виду, что в кожуре перезрелых баклажанов содержится большое количество соланина, поэтому их надо обязательно очищать от кожуры.*

Селиванова И.М., г. Борисоглебск.

ЯД ИЛИ ЛЕКАРСТВО?

Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Прошу вас опубликовать мою статью, т.к. смертность от злокачественных новообразований в нашей стране занимает второе место. Статья актуальна.

Попова Т.Н.

«Что-то есть благородное в лечении сильным ядом: яд не притворяется невинным лекарством, он так и говорит: «Я – яд! Берегись!» Или-или! И мы знаем, на что идем».

А.И. Солженицын, «Раковый корпус».

Когда речь заходит о лечении болиголовом, можно услышать «страшилку»: ***«Как им можно лечиться, ведь им Сократа отравили – яд ужасный!»*** Ну, не травили Сократа болиголовом! Его очень демократично (300 судей – за, 25 – против) в 399 г. до н.э. умертвили настоем корня цикуты (вех), за совращение нестойкой молодежи своими идеями. За Сократом почти 100 лет спустя последовали: Демосфен, стратег Фокин и т.д. Любили афиняне травить цикутой традиционно. Но это история.

Где-то 3-4 года назад в Хабаровском крае судили горецелителя, который лечил алкоголизм настойкой болиголова. Лекарь давал страдающим выпить полстакана настойки, в результате чего у больного явно расстраивалось состояние, а именно: учащенное сердцебиение, затрудненный выдох, подергивание отдельных групп мышц и т.д. и т.п. – все симптомы передозировки алкалоидами.

Лекарь работал по принципу шокотерапии, т.е. говорил примерно следующее: ***«Вот выпьешь в следующий раз водки и помрешь всенепременно»***. Но слаб был здоровьем один пациент и отдал Богу душу сразу после приема настойки болиголова.

Мнительных больных и бдительных онкологов лечение алкоголизма настойкой болиголова в огромных дозах скорее всего шокирует, но сие было.

Если настойка приготовлена правильно, то летальная доза – примерно 150 г за один прием, все зависит от содержания алкалоидов (конин, метилкониин, конгидрин, псевдоконгидрин). Содержание алкалоидов в листьях 0,01-0,18%, в цветах – 0,09-0,24%, в семенах – 0,73-2%. Настойка, приготовленная из одних свежих цветов, будет слабее необходимой для лечения в 4-11 раз, из сухого сырья – еще более слабой. Если настойка приготавливается из культивируемого, а не дикорастущего растения, она будет еще более слабой.

Правильно приготовленная настойка – это смесь зеленых недозрелых семян и свежих цветов с небольшим количеством листьев, взятых в равных частях. Содержание алкалоидов в таком сырье – около 1%, т.е. в 100 г сырья на долю ядовитых алкалоидов приходится 1 г.

Для лечения используют 10% настойку, т.е. в 100 г настойки содержится 10 г лекарственного сырья, из них ал-

ЧАЙ. ВКУСЕН И ПОЛЕЗЕН

Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Мне хочется поделиться некоторыми познаниями о чае.

Чай – вкусный и полезный напиток! Он содержит в себе богатые и гармоничные сочетания десятка разнообразных химических соединений. Он помогает при умственной и физической усталости. Но не все знают, как чай нужно употреблять правильно.

Итак…

Чай содержит кофеин, эфирное масло, витамин С и др. Он разделяется на черный, зеленый, красный, желтый.

Родиной чая являются Индия и Китай. В странах Юго-Восточной Азии чай известен еще 3-5 тыс. лет тому назад. В Европе чай появился в начале XVI в., широко стал известен лишь в XVIII в.

Красный чай является более близким к черным сортам чая. **А желтый** – к зеленым чаям.

В **чае обнаружено** 17 аминокислот, среди которых наиболее важной является глутаминовая, она способствует укреплению истощенной нервной системы. Также: янтарная, лимонная, щавелевая, пировиноградная и др., которые положительно влияют на моторные функции пищеварительных органов.

Кофеин, находящийся в чае, всасывается медленнее и быстрее выделяется, чем кофеин, содержащийся в кофе. Поэтому кофеин в чае менее вреден, чем кофеин в кофе.

Зеленый чай рекомендуется пить при лихорадочных состояниях, ожирении, отравлениях алкоголем, заболеваниях желудка, пониженном аппетите, а также при хроническом гепатите.

Черный чай рекомендуется пить при бронхитах, пневмонии, истощении, анемии.

Зеленый чай снижает кровяное давление, черный – повышает.

Если человек гипотоник, т.е. с пониженным давлением, и злоупотребляет зеленым чаем, то может произойти следующее: в результате действия кофеина давление в период его действия начнет повышаться, затем появится чувство слабости, и давление начнет понижаться. Особенно в летний период злоупотребять зеленым чаем нельзя, т.к. это может привести к чувству ползания мурашек по коже, человек чувствует себя разбитым, могут появиться желтые круги перед глазами, а затем – обморок.

Крепкий чай лучше не пить перед сном, т.к. он является возбуждающим напитком. А также вреден для больных с повышенной функцией щитовидной железы.

Неумеренный прием чая, особенно, зеленого, ведет к бессоннице, истощению организма, сердцебиению и дрожанию рук.

калоидов – 0,1 г. Вес одной капли спиртовой настойки 0,05 г, значит и содержит она алкалоидов 0,00005 г (0,05 мг), а смертельная доза алкалоидов болиголова – 150 мг при однократном приеме.

При лечении болиголовом по стандартной схеме (1-20-1, 1-30-1, 1-40-1) максимальная суточная доза приема составляет 40 капель, т.е. 2 мг алкалоидов.

Если в медицине принято считать, что диапазон между началом токсического воздействия и летальной дозой десятикратный, то летальной дозой для болиголова являются 3000 капель одномоментного приема, а токсическая начинается с 300 капель. У нас же на «пике» лечения идет 40 капель, что в 7,5 раз меньше токсической дозы и в 75 раз меньше летальной.

Но смею заметить, что 40 капель это далеко не предел возможного единовременного приема, исходя из общего состояния «горку» доводят и до 50, и до 80 капель (суточная доза), а кому-то и на 30 поплохеет.

Если Парацельс сказал: «В природе все есть яд, и все есть лекарство. Только доза делает вещество лекарством или ядом».

В последнее время болиголов используют уже не только для лечения онкозаболеваний, но и при лечении заболеваний щитовидной железы (зоб) и даже простатита.

Лечение болиголовом по сути можно назвать щадящей биохимиотерапией, т.к. алкалоиды являются цитостатиками и замедляют процесс деления опухолевых клеток. Главное в лечении опухолей – иммуностимуляция организма с выработкой достаточного количества антител.

Антитела при определенных условиях **способны проникать в опухолевую клетку** и уничтожать ее.

Схема действия следующая: алкалоиды, попадая в кровь, вызывают специфические иммунные реакции с образованием особых белков, относящихся к группе иммуноглобулинов – антител. Антитела контактируют с антигеном и, ведя иммунологический надзор, попутно уничтожают опухолевые клетки по всему организму.

При лечении онкозаболеваний параллельно с приемом болиголова рекомендую пить настои трав противовоспалительного и противоопухолевого действия. В случае метастазирования включать в сборы травы, стимулирующие работу пораженных органов.

И все-таки, несмотря на высокий противоопухолевый эффект, растительные яды не являются панацеей и не могут помочь всем раковым больным – такова реальность.

У меня имеются: зеленые семена болиголова, корни аконита высокого, веха (на настойки при лечении рака), сабельника (заболевания суставов), пиона уклоняющегося (гинекология), кукольника (алкоголизм).

Сборы трав для лечения онкозаболеваний, эпилепсии, гипертонии с учетом имеющегося атеросклероза.

От вас – точный диагноз, А.Д., конверт с о/а. **Попова Татьяна Николаевна. Тел.: 8-960-796-40-68. 633222, Новосибирская обл., Искитимский р-н, д. Старо-Соседово, ул. Школьная, 60.**

Чай при неправильном хранении так же вреден в употреблении, т.к. он может легко поглощать влагу и другие пары, в результате теряя свой аромат, вкусовые качества и лечебные свойства.

Жом после использования чайного напитка используют в виде компрессов при лечении солнечных ожогов и гнойных ран.

Также нельзя употреблять зеленый чай при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, т.к. может появиться чувство боли в желудке, изжога, кишечная колика.

Теперь немного о чайном грибе.

Чайный гриб известен в народе, как гриб японский, манчжурский и морской гриб, чайный квас. Внешне он похож на плавающую медузу.

Часто его используют при простуде, инфекционных, аллергических заболеваниях верхних дыхательных путей – бронхите, зубной боли, фарингитах, ларингитах, воспалительных процессах в полости рта.

При 4-6 разовом полоскании теплым 7-10 суточным настоем проходят заболевания в полости рта и верхних отделах дыхательных путей, а также при ангине, боли в горле, понижается температура, легче становится глотать.

А также употребление чайного гриба помогает снизить артериальное давление, холестерин в крови, уменьшает и снимает головную боль и боль в области сердца. Исчезает бессонница. Отлично лечит атеросклероз, особенно, склеротические формы гипертонической болезни. Если употреблять 7-8 суточный чайный гриб и полоскать им зев, особенно, при охлаждении, то можно избежать рецидивов при обостряющихся тонзиллитах и ангине.

Теплым настоем чайного гриба полоскают полость носа при хроническом рините и насморке.

Также настой чайного гриба применяют для лечения гнойных ран и при ожогах.

Чайный гриб является хорошим профилактическим средством от ревматизма.

Хорошей питательной средой для чайного гриба служит отфильтрованный крепкозаваренный черный чай, содержащий 10 г сахара на 90 мл воды (100 г сахара на 900-1000 мл воды).

Для его размножения берут образовавшийся новый слой или кусочки из его старых слоев и переносят в банку, заполненную на 2/3 части объема отфильтрованным черным сладким чаем. Банку закрывают 2-3 слоями марли, чтобы был хороший доступ кислорода, и ставят в темное теплое место.

Чайный гриб выращивают в качестве освежающего и лечебного напитка.

Желаю всем удачи, крепкого здоровья.

С глубоким уважением, **Руднева Людмила. 353680, г. Ейск Краснодарского края, ул. Красная, 47/1-38.**

КОНЪЮНКТИВИТ

Когда я была на море, то плавала под водой с открытыми глазами, но видно, теперь море стало совсем не таким по чистоте, как было лет 20 назад.

Поэтому прошлым летом, я, поплавав как всегда под водой, приехала домой с ощущением тяжести в глазах, по утрам ресницы склеивались, пошла к врачу, выписанные капли принесли облегчение, но через 2 месяца глаза опять стали краснеть, появилось ощущение песка в глазах и изредка выделялся гной. В таком состоянии я зашла к подруге в гости, и ее бабушка научила меня, как быстро снять воспаление глаз: взять белок 2-х яиц, 1/2 стакана холодной кипяченой воды, перемешать и дать настояться 40 мин. в теплом месте. Этой массой протирать глаза на ночь за 10-15 мин. до сна. Через неделю я была совершенно здорова, и глаза мои очистились от красноты и чувства «песка».

Шишкина А.Б., Московская обл.

ЧИСТКА КИШЕЧНИКА

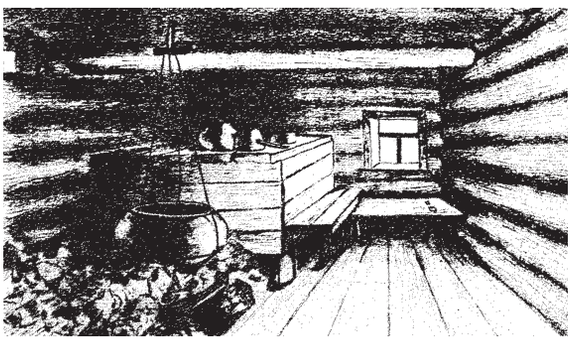
Мой брат – диабетик, весь больной – шея ломит, спина, суставы. В крови сахар – 15 единиц, а в моче - 6. Врачи сказали, что необходима капустная диета и очистка кишечника сорбентами. Поел он несколько месяцев капусты, и аппетит на нее пропал совсем. Мы (я и мама) предложили ему почистить кишечник уриной. Делали через 3 дня на 4-й клизмы: брат собирал мочу с 4 до 9 часов утра, затем кипятил ее, пока не оставалось 1/4 объема, пену надо откидывать во время кипячения. Затем выпивал 1/2 стакана. Остатками делал клизму: урина на 1/2 часть разбавленная кипяченой водой. На больные суставы и спину ставили аппликации из глины с уриной. Глину разводили его мочой до состояния плотного теста и ставили на ночь ежедневно. Каждую неделю сдавал он анализы на сахар. За первую неделю таких процедур сахар снизился до 10 единиц, в моче – до 4, за следующие 2 недели – в крови – 4 ед, а в моче – 1. После месяца такого лечения ему стало лучше, потянуло есть курицу, сало. Считаю, что урина и глина творят чудеса, жаль что врачи этими методами пренебрегают.

Синицына А.Д., г. Осташков Тверской обл.

ПАР ПОМОЖЕТ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ УСТАЛОСТИ

Правильное использование банных процедур хорошо помогает при усталости и болях в суставах. На суставы рук и ног приходится большая нагрузка. Боль суставов рук и ног, их отечность чаще всего вызываются: общей усталостью и перенапряжением; вынужденными резкими движениями; бывшими травмами, растяжениями и воспалениями мышц и сухожилий; режимом профессиональной работы, при котором человек проводит целый день «на ногах».

Одним из чудодейственных способов укрепления суставов, избавления от отеков, повышенной чувствительности и болевых симптомов является баня. Это – своеобразная тренировка суставов, как и всего организма в целом. Банные процедуры повышают температуру тела, под воздействием пара с потом выходят токсины, стимулируется деятельность сальных желез, улучшается кровообращение, расслабляются мышцы, снимается мышечное напряжение.



Если в банный комплекс вас привела **суставная боль**, то первоначально вам вполне достаточно трех заходов в парную при посещении бани раз в неделю. Постепенно количество посещений парилки можно увеличивать до 5-6 раз. Перед «первым паром» суставы, как и все тело, следует тщательно вымыть мягким мылом и насухо вытереть.

Важен выбор травяной добавки для парилки. При боли в суставах эвкалипту и пихтовому маслу следует предпочесть аромат хвои, который повышает тонус мышц; мяту, благоприятно воздействующую на сердечно-сосудистую систему, и «пивную баню». С пивом, правда, нужно быть осторожным – на тазик воды не более полстакана.

При болях в суставах стоять в парной не рекомендуется: во-первых, это нагрузка на ноги, во-вторых, в русской бане перепад температур между уровнем ног и головы колеблется до 20 градусов. Необходимо лечь на полку, расслабиться и отдохнуть. Первый заход в парилку – пятиминутный. Во второй и последующие заходы в парную нужно массировать суставы веником.

Первоначально веник кладут на несколько минут в тазик с горячей водой. Распаренный веник сильно встряхивают. Интенсивными движениями похлестывают области суставов, чередуя эти движения с похлопываниями, растираниями и поглаживаниями. В березовые и дубовые веники можно добавить шалфей, полынь, мяту или лопух. Березовый веник смягчит кожу, дубовый, наоборот, укрепит кожный покров. Использовать эвкалиптовый веник нежелательно, так как он является кожным аллергеном. Жестким можжевеловым веником следует делать более щадящий массаж.

После массажа веником можно мягкими круговыми движениями помассировать суставы щеткой с натуральной щетиной, не допуская болевых ощущений. Массажи веником и щеткой, восстанавливающие интенсивность кровообращения в суставах, производятся только в парной. В перерывах между парными, которые составляют не менее 20 минут, следует сделать три процедуры для суставов. Во-первых, промассировать их душем, когда на сустав направляется сильная струя воды комнатной температуры. Во-вторых, отдыхая, обернуть суставы в прохладное полотенце, смоченное в отваре трав или в растворе морской соли. Затем пальцами рук размять суставы, аккуратно надавливая на болевые точки. Все это улучшит местное кровообращение и питание тканей.

Перед очередным заходом в парную две минуты интенсивно поработайте суставами, сгибая и разгибая их, и смойте соль. Последняя парная – медовая. Натрите суставы медом – расслабленные мышцы через очищенную кожу примут все целебные вещества. Завершающая процедура – растирания и похлопывания влажным полотенцем, свернутым жгутом. Если по рекомендации врача вы пользуетесь лечебными мазями – то это лучшее время для их применения. После бани следует отдохнуть от термических перепадов: полежать, завернувшись в простыню. А суставы – обязательно сохранять в тепле.

Иван Михайлович, г. Минск.

ЛЕЧИСЬ, МУЖИК, И БУДЬ ЗДОРОВ!

Почти все мужчины в пожилом возрасте страдают таким заболеванием предстательной железы, как аденома. Но мало кто знает, что существуют настолько доступные рецепты лечения этой болезни, что найти все необходимое для лечения можно прямо на кухне.

Например, для лечения аденомы надо взять горсть луковой шелухи. *Промыть. В эмалированной кастрюле закипятить 700 мл воды. Кипятить 5 минут на маленьком огне, настаивать час, процедить. Настой должен иметь цвет чая. Если будет крепче (темнее) – разбавить кипяченой водой. Принимать по 1 стакану 3 раза в день натощак. Принимать пищу можно не раньше, чем через 30 минут. Курс лечения – месяц. Неделя отдых, и при необходимости курс лечения повторить. Противопоказано при проблемах с почками.*

Вот еще рецепт. *В первый день съедать целую головку репчатого лука (свежий лук мелко нарезать и, зажмурившись, съесть, ничем не заедая и не запивая), во второй день – полстакана сырых подсолнечных (или тыквенных) семечек, в третий – полстакана ядер грецкого ореха. И так чередовать все это три месяца, полностью отказавшись от спиртного, курения и пива. Съедать все это (попеременно лук, семечки и орехи) нужно перед сном, спустя 2-3 часа после ужина. Противопоказано тем, кто из-за острых заболеваний желудка и кишечника не переносит сырой лук.*

А на кухонном окне многие хозяйки держат каланхоэ. *Листья этого растения надо мелко измельчить, высыпать один стакан измельченных листьев в литровую стеклянную банку, залить 0,5 л водки. Закрыть крышкой, поставить в темное место. Настаивать 5 дней, ежедневно встряхивая (раз в день). Процедить. Листья каланхоэ выкинуть, настойку хранить в холодильнике. Принимать по 1 чайной ложке 1 раз в день за полчаса до еды. Курс лечения – не менее трех месяцев.*

Каланхоэ перистое
Kalanchoe pinnatum Lam.

Для очищения и лечения предстательной железы *очень полезна смесь взятых в равной пропорции морковного, свекольного и огуречного соков. Нужно выпивать по полстакана смеси этих соков 3-4 раза в день. Пить несколько недель. Соки должны быть свежевыжатые и натуральные, а свекольный сок должен предварительно отстаиваться в течение нескольких часов (свежевыжатый свекольный сок пить нельзя).*

Если у вас из-за аденомы сильно затруднено мочеиспускание, *то вам можно лечиться таким средством. Взять полкило картошки. Картошку промыть, но не чистить. Залить тремя литрами воды, варить в закрытой посуде на слабом огне эту картошку в «мундирах» в течение часа. После этого картошку выкинуть, отвар хранить в холодильнике. Пить этот отвар в теплом виде по полстакана 3 раза в день за полчаса до еды. После месяца лечения делать недельный перерыв. Это средство помогает при затрудненном и болезненном мочеиспускании.*

И хочу напомнить читателям «Бабушкиных рецептов» *старинный, но незаслуженно забытый рецепт лечения простатита и аденомы. Надо взять алтайскую лекарственную травку под названием «копеечник» (народное название – «красный корень»). Сто грамм сухого измельченного корня залить литром водки. Настаивать в темном месте 2 недели. Процедить. Долить чистой кипяченой водой до первоначального объема (то есть долить воды столько, чтобы общий объем составлял 1 литр). Хранить в холодильнике. Принимать по чайной ложке (смешивая с 1/4 стакана теплой воды) 2 раза в день (утром и вечером) натощак. Принимать пищу можно не раньше, чем через 30 минут. Курс лечения – 25 дней. Потом сделать перерыв на 5 дней. В эти пять дней надо (как вспомогательным средством) лечиться настойкой из кожуры семян конского каштана. Взять 25 грамм этой кожуры, залить 250 мл водки. Настаивать в темном месте 2 недели. Процедить. Принимать эту настойку в той же дозировке, что и копеечник. Потом снова принимать копеечник 25 дней, и каштан – 5 дней. И так несколько курсов (пока не закончатся обе настойки).*

Копеечник сибирский
Hedysarum sibiricum Ldb.

Самое главное: *чтобы добиться полного исцеления, надо не только принимать какие-то средства, но и заниматься самооздоровлением (физкультура, здоровый образ жизни и так далее). А основой самооздоровления является самодисциплина. Только ею можно преодолеть болезни и расхлябанность, только с ее помощью можно стать сильным, здоровым, собранным и цельным. Но вот что это такое – самодисциплина, в чем она заключается? Самодисциплина – это не означает вставать ежедневно в шесть утра, обливаться ледяной водой и пробегать три километра. Самодисциплина заключается в двух вещах:* ***а) делать то, что можешь, и б) не обращать внимание на срывы и неудачи.***

Поясняю подробнее.

Пункт ***«а»*** *называется* ***«делать то, что можешь»****. Делать что можешь – это означает, что ваши тренировочные нагрузки должны соответствовать вашим возможностям, но в рамках своих возможностей надо выкладываться полностью. Вам надо учитывать свой возраст, свой уровень тренированности (или нетренированности), свое здоровье, но в этих границах будьте добры делать все от вас зависящее. Поясним это на примере оздоровительного бега трусцой. Если не можете пробежать километр – пробегайте ежедневно сто шагов и прибавляйте в день по шагу. Если не можете бегать – проходите ежедневно тысячу шагов и прибавляйте в день по шагу. Не можете ходить – проползайте ежедневно один круг по квартире и ежедневно прибавляйте по метру. Не можете ползать – шевелите пальцами рук и ног, постепенно увеличивая нагрузку и вовлекая в работу не только пальцы, но и руки с ногами. Принцип «делать что можешь» в кратком виде звучит так: не можешь бегать – ходи, не можешь ходить – ползи, не можешь ползти – шевели хоть чем-нибудь, тут главное – не сдаваться и идти вперед. Отвоевывать свое здоровье вам придется по кусочку, по сантиметру, по глотку.*

Теперь расскажу о пункте «б». *Он называется* ***«не обращать внимание на срывы и неудачи»****. Его суть вот в чем. Периодически у вас будут срывы и спады. То вдруг лень-матушка обострится, то вдруг заболели, то нежданно нагрянули гости, то еще что-нибудь. Так вот. Вам надо не позволять этим срывам и неудачам выбить себя из колеи. Поленился выполнить тренировку? Нужно не позволять себе использовать этот случай как повод махнуть на все рукой и вообще прекратить тренировки. Наелся «неправильной» пищи, или выкурил сигарету (давно бросив курить) – забудь об этом и продолжай двигаться в прежнем направлении. Принцип «не обращать внимание на срывы и неудачи» в кратком виде звучит так: упал? Встань и иди дальше.*

Советую всегда помнить поговорки: ***«Без труда не вытащишь и рыбку из пруда»****,* ***«Каждый человек сам кузнец своего счастья»*** *и* ***«Бог помогает только тому, кто сам себе помогает»****. Захотите добиться выздоровления – добьетесь, надо только постараться. Простатит и аденома излечимы. Как, впрочем, и любая болезнь.*

Александр Владимирович Головков, травник. 352909, Краснодарский край, г. Армавир, а/я 900.

ЛЕЧЕНИЕ ОСТРОГО АЛКОГОЛИЗМА

Яковлев Сергей Анатольевич – врач, геронтолог, фитотерапевт.

В лучших наркологических клиниках лечение алкоголизма проводят в три этапа.

На первом этапе (от 3-х дней до 3-х недель) проводится прерывание (купирование) острых явлений алкогольной интоксикации, абстиненции, нормализации психического состояния, а также устранение нарушений в сердечно-сосудистой системе, органов пищеварения и расстройств нервной системы.

На втором этапе (1-2 месяца) проводится активное противоалкогольное психотерапевтическое воздействие. Оно направлено на выработку отвращения к спиртным напиткам и их непереносимости.

На третьем этапе продолжается психотерапевтическое воздействие на фоне профилактического лечения. Этот этап в идеальном случае длится около 3-х лет и заканчивается излечением больного. Но реально воздержание от алкоголя около 3-х лет наблюдается лишь у 20-25% больных.

При остром отравлении этиловым спиртом кожные покровы лица гиперемированы, холодная липкая кожа, температура тела снижена, рвота, непроизвольные выделения мочи и кала. Зрачки сужены, а при гипоксии, при расстройстве дыхания начинают расширяться, дыхание замедленное. Пульс частый и слабый. Угнетение сознания может перейти в коматозное состояние.

Неотложная помощь заключается в санации полости рта и промывании желудка через зонд.

При тяжелой алкогольной интоксикации срочная госпитализация в центр по лечению острых отравлений. Смертельная доза около 300 мл 96% спирта, но у привычных к алкоголю эта доза значительно выше.

ПОЛЕЗНЫЕ РЕЦЕПТЫ И НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА ЛЕЧЕНИЯ АЛКОГОЛИЗМА

Полынь горькая
A. Absinthium L.

РЕЦЕПТ №1

Сухие березовые почки обильно посыпать сахаром и поджечь, потом огонь погасить и дышать этим дымом тем, кто склонен к алкоголизму. После процедуры дать больному выпить стакан водки. Это отбивает желание пить.

РЕЦЕПТ №2

Трава полыни горькой – 4 части, трава тысячелистника обыкновенного – 4 части, трава зверобоя продырявленного – 4 части, листья мяты перечной – 3 части, корни дягиля лекарственного– 2 части, трава тимьяна ползучего – 2 части, можжевельник обыкновенный – 1 часть.

Тщательно смешать, 1 столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 15 минут. При алкоголизме принимать 3 раза в день по стакану в течение 10 дней, 5 дней перерыв. Повторять курс лечения на протяжении 2– 3 месяцев, делая через месяц 3-5-дневные перерывы.

РЕЦЕПТ №3

От алкогольного отравления хорошо помогает отвар бархоток (6-8 цветков на 1 литр кипятка), 3 минуты варить, отвар слить, сохранить. Второй раз залить 0,8 литра кипятка, 6 минут варить. Отвар процедить и принимать по 200 г 3 раза в день.

ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ АЛКОГОЛЬНОЙ И ДРУГИХ ЗАВИСИМОСТЕЙ ПО МЕТОДУ В. Г. ЛОПАТИНА

Практика показывает, что зависимости лучше всего убираются, когда окружение зависимого начинает изменять себя, не требуя изменений у зависимого, а создавая через себя условия для таких изменений.

Владимир Георгиевич Лопатин – психолог, член ассоциации Гуманистической Психологии, член профессиональной психотерапевтической лиги России, действительный член международной академии духовного единения народов мира, руководитель отделения духовно-ориентированного психологического консультирования и личностной духовно-ориентированной психологии.

Чем больше человек заставляет себя быть хорошим, тем меньше у него получается.

Правило остается неизменным: если мы не принимаем кого-то или что-то, осуждаем, то через некоторое время самые дорогие и близкие люди будут демонстрировать нам эти качества, побуждая нас изменяться или болеть.

Нужно начать освобождаться от причин, вызывающих зависимости.

1 **Зацепка** за роль абсолютно трезвого человека со всеми, во всем и везде.

2 **Зацепка** за роль человека, который только с помощью спиртного и иных горячительных средств может снять усталость, расслабиться, обрести уверенность в себе и смелость.

3 **Зацепка** за человека, топящего в вине свое горе.

4 **Зацепка** за роль человека, у которого осталось только одна радость – напиться (уколоться, поесть сладенького, сыграть в карты, компьютерные игры и др.).

5 **Зацепка** за роль здорового, радостного, счастливого человека, которому все нипочем, которого никогда и ничего не берет.

6 **Зацепка** за роль человека, которому нельзя оставить друзей в беде.

7 **Зацепка** за роль человека, которому нельзя, неудобно отказать хорошим людям в компании.

8 **Зацепка** за роль человека, у которого нет других увлечений, нечем заняться.

9 **Зацепка** за роль человека, у которого прекрасное будущее.

10 **Зацепка** за роль человека, у которого нет никаких надежд на будущее, никаких перспектив.

11 **Зацепка** за роль человека, которому необходимо сто грамм для храбрости.

12 **Зацепка** за роль человека, который без бутылки ничего не разберет.

13 **Зацепка** за роль человека, которому для творческого вдохновения необходимо принять несколько капель.

14 **Зацепка** за роль человека, которого никто не понимает, не ценит, кроме членов компании.

15 **Зацепка** за роль человека, которому в праздник – святое дело выпить.

16 **Зацепка** за роль человека, которому танцы, праздник, отдых без спиртного невозможны.

17 **Зацепка** за роль человека, который пьет, но голову и руки не пропивает.

18 **Зацепка** за роль гордого, горделивого человека, которого не ценят, недооценивают.

19 **Зацепка** за роль человека, который должен все попробовать.

20 **Зацепка** за роль человека, который не хочет отстать от других.

21 **Зацепка** за роль человека, который не хочет выглядеть недоразвитым, отставшим от жизни.

22 **Желание подражать** актерам, знаменитостям и значимым людям. Любую зацепку, которая подходит по ситуации, необходимо прорабатывать с противоположной.

«Я благодарен своим предкам, родителям и родственникам, ибо без них я ничто.

Я приношу свою глубокую признательность всем, кто сопровождал меня по этой жизни и всем предыдущим, ибо без них я бы не стал таким, каким я сейчас являюсь, и не было бы шансов надеяться стать лучше. Они создавали мне стимулы задавать вопросы и искать ответы.

Я благодарен земным учителям и Божественным за постоянную помощь и поддержку, ибо без нее не было бы меня, ибо часто стоял вопрос – быть или не быть.

Я искренне прошу прощения у всех, кого я вольно или невольно, сознательно или неосознанно обидел.

Я приношу свои искренние и глубокие извинения всем тем, кто пытался обидеть или унизить меня, и благодарю их, ибо они создавали стимулы для поисков причин и возможностей к изменениям в моей жизни.

Я прошу прощения за все вольные и невольные прегрешения, все вольные или невольные заблуждения, за все мое неверие, за все мои сомнения, за все негативное, совершенное во всех жизнях, за все негативное, спрятанное во внутрь от всех, всего, себя самого, за все, что привело к негативным деяниям во всех жизнях и их последствия.

Да будет Свет и Мир Небесам, да будет Свет и Мир всем Мирам.

Да Будет Мир воде, да будет Мир земле, да будет Мир всем существам.

Да будет Радость всем существам, да будет Счастье всем существам».

Яковлев Сергей Анатольевич – врач, геронтолог, фитотерапевт, член Союза журналистов России, автор 9 книг и более 400 научных и научно-популярных публикаций.

СПАСИБО ЗА ЗДОРОВЬЕ!

Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Прошу напечатать статью о замечательной травнице, человеке с красивой душой, добрым сердцем, искренне помогающей нам, больным людям – Ольге Викторовне Климовой (353440, г. Анапа, Главпочтамт, до востребования).

Ольга Викторовна – поистине целительница. Ее травки собраны с любовью, с молитвой и освящены. Травница знает, когда, как и чем можно безболезненно срезать травку. Ольга Викторовна любит свое дело и занимается им, подчас жертвуя своим здоровьем. В любую погоду она с мешком за плечами шагает через реки, горы и долины, чтобы добыть лекарственное растение для больного человека.

Травница и природа – это такое взаимопонимание и взаимоуважение.

Бережно и нежно она относится к природе и ее дарам.

А газетные статьи о травах, лечебных растениях – просто художественное произведение с эпиграфами, эпитетами, метафорами, сравнениями, олицетворениями – очень интересны мифы, описания растений. Читая статью о травке невольно любишь автора, который много знает, много умеет и немало дает своим пациентам, как травница-целительница.

Климова О.В.

Мне, например, помогла трава диоскорея, присланная Ольгой Викторовной Климовой. Я инвалид II группы, стенокардия, ишемия, тахикардия не позволяли мне без одышки ходить, подниматься на этаж. Помог отвар диоскореи. Полтора грамма сырья я залила стаканом горячей воды, 30 минут держала в эмалированной кастрюльке на водяной бане. Затем охлаждала 45 минут. Процедила. Довела кипяченой водой до прежнего объема. Пила по 1 ст.л. 3 раза в день после еды 30 дней. Это 1 курс, его повторяют 3-4 раза с перерывами в 7 дней. Потом через 4-6 месяцев.

Теперь одышка меня не беспокоит. Хожу, дышу свободно. На 3 этаж домой поднимаюсь без труда.

Низкий поклон и большое спасибо травнице-спасительнице, Ольге Викторовне Климовой! Дай Бог ей здоровья и успехов в ее любимой работе – дарить людям самое дорогое – здоровье!

Зовите ее «зеленого доктора», кто в этом нуждается – ту травушку-муравушку, которая вам нужна. У Климовой О.В. многое найдется для вас. Но в чудо исцеления надо верить и лечиться по рецептам, которые дает травница.

С уважением, Вера Емельяновна. 662606, г. Минусинск Красноярского края, ул. Крупской, 93-8.

ОСИНА ПРОТИВ ДИАБЕТА

Из коры осины, почек или листьев можно приготовить отвар для диабетиков – снижает сахар в крови до нормы. 1 ст. л. сырья на 1 стакан воды, кипятить 15 минут, процедить. Принимать по 50 мл 3 раза в день.

Курс 20-25 дней, желательно пролечиться несколько курсов, после каждого курса лечения сдавать анализы.

Екатерина Р., г. Москва.

ГУСЬ КОРОЛЕВСКИЙ С ЧЕРНОСЛИВОМ

Выпотрошенный гусь (4-5 кг), 150 г чернослива без косточек, 80 г изюма, 4 ст. ложки красного винного уксуса, 4-5 кисло-сладких яблок, 100 г черного хлеба, 2 ст. ложки любистка, 2 ст. ложки майорана, 500 мл мясного бульона, черный молотый перец, соль.

Чернослив разрезать пополам и вместе с изюмом размочить в уксусе. Яблоки и хлеб нарезать кубиками. Тушку гуся внутри и снаружи натереть солью, специями, перцем. Смешать чернослив, изюм, яблоки, хлеб. Наполнить этой

массой тушку и зашить отверстие. Тушить в духовке при температуре 225 °С 10 мин. Затем влить 250 мл бульона, уменьшить температуру до 200 °С. Тушить около 3 ч., поливая бульоном.

Для соуса взять из тушки гуся 2 ст. ложки начинки, смешать с соком с противня и 250 мл бульона, довести до кипения.

Размять в пюре, посолить, поперчить. Полить готового гуся соусом и подавать с картофельным пюре.

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

Правильное питание – это не только стройная фигура. Это красивая кожа, это хорошее настроение, это здоровье всего организма

Есть следует в одно и то же время. Желудок настраивается на свои часы, и к положенному времени он оказывается наиболее подготовленным к приему и переработке пищи.

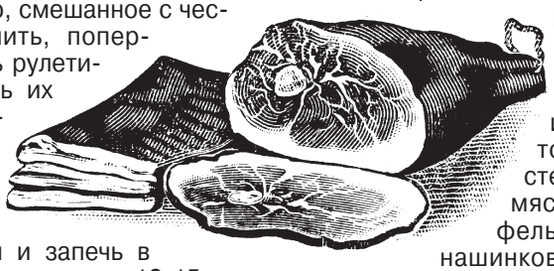
Нельзя питаться всухомятку, это нарушает работу желудочно-кишечного тракта. Не спешите во время еды, не заглатывайте пищу большими кусками. Плохо пережеванная еда столь же плохо переваривается и усваивается организмом. Не стоит сильно пережаривать блюда – под тепловым воздействием витамины частично разрушаются. Поэтому в ежедневном меню должны непременно присутствовать свежие овощи и фрукты.

БЫСТРЫЕ БЛЮДА ИЗ МЯСА

РУЛЕТИКИ ПО-ТИРАСПОЛЬСКИ

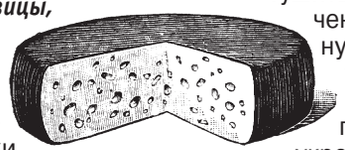
800 г свиной вырезки, 1 головка чеснока, 200 г сала шпик, соль и перец по вкусу.

Свинину нарезать тонкими пластинками, чтобы получилось 8 штук. Предварительно замороженное сало натереть на терке, чеснок растолочь в прессе. На каждую мясную пластинку положить сало, смешанное с чесноком, посолить, поперчить, свернуть рулетики, перевязать их ниткой, уложить на противень или сковороду, подлить немного воды и запечь в духовом шкафу в течение 12-15 минут.



КОТЛЕТА «БЕЛОВЕЖСКАЯ»

500 г свинины (корейки), 1 ст. ложка муки, 60 г окорока, 2 ст. ложки молока, 80 г зеленого горошка, 1/2 луковицы, 2 яйца, 3 ст. ложки панировочных сухарей, 3 ст. ложки топленого масла, соль.



Свиную корейку (с костью) нарезать на куски так, чтобы каждый из них оказался с косточкой. Затем их отбить, косточку зачистить. На подготовленные отбитые куски корейки положить фарш, свернуть их в виде колбаски, смочить в яйце, запанировать в сухарях, затем снова в яйце и сухарях.

Приготовленные колбаски обжарить во фритюре, поставить в духовку и довести до готовности. Подать с жареным картофелем, маринованными грибами, зеленым горошком.

Приготовление фарша: ветчину нарезать кубиками, обжарить, добавить пассерованный лук, соль, муку и зеленый горошек, перемешать, обжарить и развести бульоном до получения не слишком густой массы.

ЗАВИТКИ ИЗ ВЕТЧИНЫ

По 8 тонких ломтиков ветчины и сыра, 1 ст. ложка сливочного масла.

На каждый ломтик ветчины положить сыр, свернуть в виде рулета, перевязать ниткой и обжарить до образования хрустящей корочки.

РУССКОЕ ЖАРКОЕ

1 кг картофеля, 1 луковица, 300-400 г мякоти свинины или свиные ребрышки, 1/3 стакана растительного масла, коренья по вкусу, 1 стакан сметаны, рубленая зелень, соль и молотый черный перец по вкусу.

Очищенный картофель нарезать кубиками, обжарить в масле. Лук нарезать крупными кольцами, также обжарить в масле до золотистого цвета. Мясо нарезать небольшими кусочками, обжарить их в масле со всех сторон до образования румяной корочки. В керамический горшок или кастрюлю с толстым дном и стенками положить мясо, затем картофель, лук. Добавить нашинкованные коренья, приправить солью и перцем, положить лавровый лист, влить бульон, чтобы продукты только слегка были им покрыты.

Тушить в горячей духовке в течение получаса. За 10 минут до окончания приготовления залить жаркое сметаной, посыпать рубленой зеленью укропа и петрушки.

ЖАРКОЕ С ГРИБАМИ И ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ

500 г говядины, 1 кочан капусты цветной, 1 стакан рубленой зелени петрушки, укропа и зеленого лука, 1/2 головки чеснока, 1 стакан свежих отварных нарезанных грибов, 1 стакан консервированного зеленого горошка, 1 стакан растительного масла, 1 стакан бульона из кубика, 2 ст. ложки крахмала, соль и перец по вкусу.

Мясо разрезать на 8 плоских кусков, отбить, поперчить и обжарить в сильно разогретом масле. Выложить в глубокую сковороду, а в оставшемся жире обжарить грибы, которые уложить вторым слоем, залить маслом. Цветную капусту разобрать на отдельные соцветия, положить следующим слоем, а на него – зеленый горошек. В бульоне размешать крахмал, толченый чеснок, соль и этой смесью залить жаркое. Запечь в духовом шкафу.

ГАДАНИЯ. ВЫЙДУ ЛИ Я ЗАМУЖ?

1. Для того, чтобы узнать, «грозит» ли вам в наступающем году замужество, воспользуйтесь данным гаданием. В полночь вывесите белое полотенце из окна, приговаривая следующие слова: ***«Суженый-ряженый, приди ко мне и утрись»***. Если вскоре или к утру полотенце будет сырое, то вы в этом году непременно выйдете замуж, а если же к утру полотенце снимете сухим, то вам еще рано думать о замужестве.

2. Если в новогоднюю ночь много снега, после полуночи выйдите на улицу, выберите ровную и гладкую поверхность на снегу и навзничь ложитесь на снег. А утром посмотрите на это место. Если поверхность останется такой же ровной и гладкой, то это означает, что вы выйдете замуж за хорошего и работящего человека, жизнь у вас будет беззаботная и спокойная. Если же на снегу будут полосы или какие-нибудь неровности, то вам в замужестве не повезет. Жизнь будет тяжелая, а муж злой и ревнивый.

3. Возьмите небольшое зеркало, облейте его водой и ровно в полночь вынесите на мороз. Через некоторое время, когда зеркало замерзнет, и на его поверхности образуются разные узоры, занесите его в дом и начинайте гадание. По замерзшей поверхности судите о своем будущем в новом году. Если на зеркале видны круги, значит, этот год вы проживете в достатке, если вы увидите еловую ветку, то в этом году будет много работы. Квадраты предсказывают различные жизненные затруднения, а треугольники считаются хорошими знаками, которые обозначают большой успех и везение в любых делах.

ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ

Наверное, у каждого человека зимой хоть раз сильно замерзали руки, ноги или уши. Многие думают, что надо растирать руки снегом, если они замерзли, или греться с помощью алкоголя. Но такие способы могут принести вред замерзшему человеку. Как же правильно согреться и чем помочь другому человеку, который долго пробыл на морозе и сильно переохладился?

Во-первых, нельзя согреваться сильно быстро, так как это может привести к омертвению тканей и помешать восстановлению нормального кровотока в организме. То есть человека нельзя пытаться отогреть в очень теплой ванне и тем более у батареи или с помощью горячих грелок.

Любые действия по согреванию поверхности тела при сильном переохлаждении должны начинаться с его центра, а именно с грудной клетки и постепенно переходить на конечности – руки и ноги.

Во-вторых, при согревании другого человека нельзя сильно растирать тело: это может повредить отмороженную поверхность кожи еще больше. Если руки, ноги или лицо онемели, ни в коем случае не разрешаются растирания снегом: это еще больше заморозит и поцарапает кожу. Если есть отеки и пузыри, то массаж и растирания противопоказаны категорически.

Чтобы обеспечить постепенное отогревание человека, сильно пострадавшего от мороза, его надо перенести в безветренное место или в помещение, накрыть теплым пальто или шубой. При сильном отморожении нельзя двигать поврежденными конечностями.

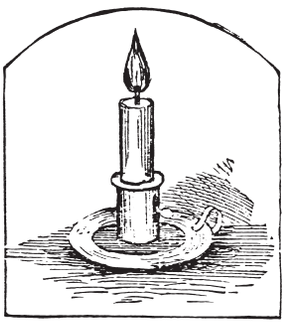
Если человек замерз в воде, то мокрую одежду надо заменить на сухую. Алкогольные напитки давать запрещено, так как алкоголь тормозит деятельность нервной системы, а это опасно для работы внутренних органов. После того как человек отогреется, можно дать ему теплый чай или кофе с молоком, теплую жидкую еду, но в небольшом количестве.

Можно посадить замерзшего человека в ванну. Температура воды 34-36 градусов, постепенно ее можно повысить до 40 градусов.

Орлова Е.С., г. Покров.

А ПОД СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД...

В ночь с 13 на 14 января, т.е. в новый год по старому стилю, **можно защититься от злых людей** с помощью специального оберега. Для этого незадолго до полуночи возьмите новую катушку белых ниток. Наматывайте неторопливо ниточку на мизинец правой руки, читая при этом молитву «Отче наш». Когда закончите читать молитву, отрежьте ниточку у самого пальца, снимите и проденьте ее в новую иголку, а потом воткните в косяк с правой стороны входной двери своего дома или квартиры. Это послужит хорошим оберегом от проникновения в дом злых людей и темных сил. А оставшимися нитками можете в будущем пользоваться на свое усмотрение.



Чтобы лучше узнать человека, который вам понравился, но вы еще знакомы недолго, сделайте так. Устройте вечер при свечах. И смотрите, как горит свеча со стороны, где сидит он. Если огонь спокойный и ровный, он разделяет ваши мысли и чувства. Если воск медленно стекает в подсвечник, то это первый признак того, что у этого человека что-то не ладится в жизни. Его душа страдает и плачет. Если ваш гость говорит неправду, свеча выгорает с одного бока. Если же она коптит, трещит или потемнела – на нем есть порча или мысли его темны.

Загадайте желание и возьмите белую свечу. Можно взять и цветные свечи: зеленая – мечта, розовая – любовь, желтая – усмиряет ревность, сиреневая – красивая жизнь, красная – возврат любви. На листке бумаги напишите свое желание. Положите листок под подсвечник. Смажьте свечу ароматическим маслом, аккуратно и нежно поглаживая ее и думая о своем желании. Потом поставьте свечу в подсвечник и зажгите. Сядьте поудобнее и смотрите на огонь, но не в центр пламени, а чуть поверх и по бокам. Сосредоточьтесь на желании, чтобы ваше стремление слилось с энергией огня. Если устанете – значит пора завершать обряд. Еще раз мысленно повторите желание и сожгите бумажку. Пепел – на ветер в окно.

ПОСЛЕПРАЗДНИЧНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Одна знахарка, к которой я обратилась с просьбой помочь избавиться мужу от алкоголизма, посоветовала мне вот какие процедуры: на убывающей луне начать принимать настойку смеси трав: **чабреца, полыни и золототысячника** по 1 ст.л. 3 раза в день в течение 3 мес., лучше растворить ее в 50 г воды. Затем сделать перерыв 1 месяц и при необходимости повторить.

Чабрец (тимьян ползучий)
T. Serpyllum L.

Настойка готовится так: травы берутся в равной пропорции и настаиваются 2 недели на спирту (40-50%) в весовом соотношении 1:5.

Золототысячник обыкн.
Centaurium erythraea Rafn.

Мой муж принимал настойку 9 мес. с перерывами. При этом каждый раз, как выдавала ему порцию настойки, над чашкой с лекарством я произносила следующее:

1) молитву «Отче наш»;

2) ***« Во имя Отца, и Сына, и Святого Духа, хмель и вино, отступись от раба Божьего (имя) в темные леса, где люди не ходят, кони не бродят, птица не летает. Выходи хмель и вино на быструю воду, на которой люди не ездят, поди на буйные ветры, что по дальности ходят. А от раба Божьего (имя) вовеки отвяжись. Во имя Отца и Сына, и Святого Духа, Аминь».***

Полынь горькая
A. Absinthium L.

3) Крестила воздух трижды поверх чашки.

Так наша беда и отступила за год лечения. Правда, процедуры эти были не без ведома больного, как сейчас многие пытаются лечить, муж и сам хотел избавиться от напасти этой.

Курехина А.В., с. Купань Ярославской обл.

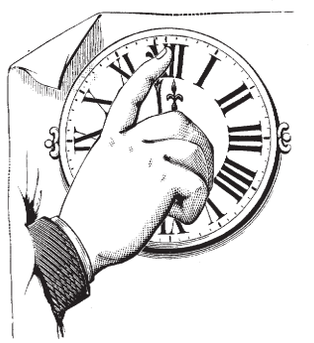
НОВОГОДНИЕ И РОЖДЕСТВЕНСКИЕ ПРИМЕТЫ

Под Новый год нельзя брать взаймы – весь год пройдет в долгах.

При первом ударе курантов зажмите в левой ладони копеечку и загадайте, чтобы в новом году у вас были деньги. Бросьте монету в стакан с шампанским и выпейте его. Затем сделайте в монете дырочку и носите ее на цепочке, как брелок.

Напишите на бумажке самое заветное желание (только одно!) и сожгите бумажку, пепел бросьте в окно на ветер со словами: ***«Ветер, гони тоску и печаль от меня, дай удачу и радость!»*** И скажите заветное желание. Дальше продолжите: «***Что загадала, исполни, дух ветра, прошу, силою своею заклинаю, на твои крылья полагаю!»*** Проговорите это три раза. Желание исполнится.

Это гадание на спичках. Поставьте большую прозрачную вазу, налейте в нее воды. Возьмите новый коробок спичек, поставьте с двух сторон вазы свечи и зажгите их. Поставьте перед вазой икону, сядьте напротив и быстро задайте свой главный вопрос. Спичку держите над центром чаши, не касаясь воды. Когда спичка почти догорит, бросьте ее в центр вазы и смотрите, что будет с ней. Если одна часть спички утонула, а вторая находится на поверхности, вы будете болеть, если спрашивали о здоровье. Если спичка плавает, то проблем со здоровьем не будет. Если спичка утонула, то ничего не исполнится.



Этот способ гадания на бобах. Надо только знать, что черный цвет – плохие, негативные обстоятельства, белый – благоприятные события, пестрый – что-то среднее получится. Возьмите холщовый мешочек, положите в него 30 бобов: 10 черных (фасолин), 10 белых и 10 пестрых. Перемешайте их рукой, достаньте наугад 10 штук и выложите их в одну линию. Сочетание цветов позволит получить ответ. Каких больше – то и будет.

Можно сложить из прутиков мостик и положить его под подушку. Скажите перед сном: ***«Кто мой суженый, кто мой ряженый, тот переведет меня через мост!»*** Жених обязательно приснится.

Перед Новым годом простите всех своих родных, близких и друзей, забудьте все обиды.

До 12 ночи женщинам нужно накинуть на плечи накидки или платки, а после двенадцатого удара быстро снять их. Все болезни и плохие события останутся в прошлом году.

В Новый год необходимо иметь свой амулет и оберег, которые принесут удачу и защитят вас и вашу семью.

Во время звона курантов быстро напишите на клочке салфетки свое желание, зажгите и бросьте в бокал с шампанским, выпейте его до последнего глотка до 12 часов. Ваше желание обязательно исполнится.

Увидеть жениха можно не только во сне. Налейте в чашку воды, насыпьте соль и золу, поставьте на окно и говорите: ***«Воду пить, солью солить, золе гореть, а мне жениха смотреть»***. Смотрите при этом в чашку. Если предстоит замужество, то вы обязательно увидите суженого.

Во сне под Новый год можно найти потерянную ранее вещь. Надо поставить стакан с водой под кровать, в него – зубцами вверх две вилки. Тогда во сне придет подсказка.

НЕ СТАРЕЙТЕ

Для поддержания жизненных сил пожилых людей, при общей ослабленности организма полезно следующее средство. Разотрите в кашицу репчатый лук и чеснок. Смешайте 300 г кашицы из чеснока и 500 г кашицы из лука, залейте смесь 1,8 л яблочного уксуса, настаивайте в темном теплом месте в закрытой посуде сутки, периодически встряхивая содержимое.

Нагрейте на слабом огне до закипания 1 кг меда, постоянно снимая пену, образующуюся на поверхности. Снимите с огня, охладите до комнатной температуры и влейте в мед настоявшуюся смесь, затем все тщательно перемешайте до получения однородной массы. Смесь настаивайте 1 неделю в темном теплом месте, периодически помешивая содержимое, после чего пропустите через густое сито. Храните в темном прохладном месте в плотно закрытой посуде. Съедайте ежедневно 4 чайн. ложки за 1 раз. Ешьте медленно, делая небольшие перерывы между приемом каждой ложки.

О.Терехова, г. Пермь.

НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА

ЦЕНЫ НА ЦЕННИКЕ И НА ШТРИХ-КОДЕ НЕ СОВПАДАЮТ

Однажды покупала печенье в супермаркете. На кассе обнаружилось, что цена, «пробитая» по штрих-коду, выше указанной в ценнике на 12 рублей! Мои знакомые рассказывали мне о такой же ситуации, значит в магазине рассчитывают на то, что покупатель просто не заметит разницы и заплатит больше? Когда я на кассе спросила о расхождении в ценах, мне ответили, что они не успели поменять ценники.

Королева Н., Москва.

Такие ситуации обычно возникают вследствие нерасторопности персонала. Когда товар поступает на склад, он закладывается в базу данных магазина и идет по определенной цене, указанной на ценнике. При поступлении следующей партии одноименный товар приходит по новой цене, база данных автоматически обновляется, а информацию на ценниках в торговых залах необходимо менять.

То есть человек, ответственный за это, должен элементарно выйти в зал со списком и проверить ценники. А у персонала, как правило, руки до этого не доходят. Покупатель берет товар с витрины по старой цене, а сканер на кассе считывает со штрих-кода новую стоимость.

Сотрудников магазина можно привлечь к административной ответственности, в виде наложения на них штрафа за предоставление недостоверной информации о цене товара и обман путем введения в заблуждение.

ЦЕНА ХЛЕБА

Здравствуйте. Вчера в магазине я купил хлеб, который пекут в их пекарне. Дома во время обеда я обнаружил в хлебе кусок камня. Не просто обнаружил, а у меня отломился кусок зуба. Чек есть, остался хлеб с упаковкой, сам камень и кусок зуба. Подскажите, пожалуйста, что мне можно предпринять?

Васнецов Г.А., Санкт-Петербург.

Вы имеете право обратиться к продавцу (собственнику магазина) с требованием о возмещении вреда, причиненного вашему здоровью. Однако все непросто. Достаточно сложно доказать, что камень был в хлебе. Хотя может быть у Вас имеются свидетели, либо остался след в хлебе от камня? В общем, это надо зафиксировать. Надо документально так же зафиксировать в лечебном заведении, что зуб обломился от попадания жесткого предмета (камня). Стоимость предполагаемого лечения так же надо оформить документально. Копии документов, подтверждающих вред, приложить к письменной претензии и направить в магазин заказным письмом либо вручить под роспись.

НОВЫЕ СОСЕДИ НЕ ДАЮТ СПОКОЙНО СПАТЬ

Мы с женой много лет прожили в квартире по улице Стройковской в Москве, с соседями у нас всегда были замечательные отношения, но годы берут свое. Жена нашего соседа умерла, и взрослые дети забрали отца к себе, разменяв квартиру. Так и получилось, что нашими соседями стали совершенно незнакомые люди, и спокойная жизнь закончилась – каждую ночь шум, крики, музыка. Мы с женой больные люди, на пенсии, сил после бессонных ночей остается все меньше и меньше. Несколько раз просил их образумиться, но на мои просьбы никто не отреагировал. Слышал, что есть закон о соблюдении тишины. Подскажите, как его использовать в жизни. Нам кажется, для многих это будет интересно и даже весьма полезно.

Каждый человек лучше чувствует себя в тишине, а в городе ночь превращается в сплошное безобразие, то пьяные подростки кричат полночи, а о не умолкающих сигнализациях на машинах, уже и говорить не приходится. А тут еще и соседи. Неужели, условия существования стариков, всю жизнь свою посвятивших работе для будущего поколения, совершенно никого не волнуют?

Петровы, г. Москва.

Сейчас в Москве действует закон «Об административной ответственности за нарушения покоя граждан и тишины в ночное время в городе Москве». Законом устанавливается административная ответственность в виде штрафа с физических и юридических лиц за нарушения покоя граждан и тишины в ночное время с 22 до 6 часов. С физических лиц – до 5 МРОТ, с юридических лиц – до 10 МРОТ.

Мосгордума работает над поправками к этому закону, предусматривающими двукратное увеличение административных штрафов. Вскоре за автосигнализацию или громкую музыку граждане будут штрафоваться в размере от 1 до 10 МРОТ (от 100 до 1000 рублей). Санкции для юридических лиц возрастут более значительно и составят от 10 до 500 МРОТ, а для должностных – от 10 до 25 МРОТ.

Если соседи после вашего предупреждения не прекращают шуметь, не стоит им мстить. Если вы пытаетесь своими силами решить проблему с соседями, они могут пожаловаться на вас – получится обратный результат.

Из-за любых звуков, которые вам мешают, можно пожаловаться участковому.

В ночное время вы вряд ли найдете участкового милиционера, который утихомирит ваших расшумевшихся соседей. В этом случае нужно обратиться в дежурную часть, где вам обязательно помогут.

На ваше заявление составляется протокол, и по нему выносится взыскание: предупреждение и (или) штраф.

За повторную жалобу на соседей сумма наложенного на них штрафа возрастает.

СРЕДСТВА И ПРОЦЕДУРЫ, ПОМОГАЮЩИЕ ПРИ УСТАЛОСТИ НОГ

Если ноги устали *от продолжительной ходьбы, прекрасно помогает растирание их спиртом.*

После долгого стояния или продолжительной, до усталости, ходьбы ноги нужно опустить на 10 мин. в очень горячую воду, добавив в нее горсть морской или английской соли. Затем надо полежать (посидеть), но так, чтобы ноги были выше головы. Это дает хороший отдых ногам и всему организму.

«Набитые» от ходьбы ноги *лечат так: рубленую крапиву-жгучку обдают крутым кипятком, сцеживают через решето жижицу и из оставшейся гущи делают припарки на ноги от коленей до подошвы, даже если на них есть ссадины и трещины.*

При усталости ног *вследствие долгого стояния полезна укрепляющая соленая ванна. Нужно взять горсть поваренной соли на 4 л горячей (насколько могут выдержать ноги) воды. Погружать в эту ванну следует одни ступни, а голени только обливать этой водой, зачерпывая ее рукой. Когда вода начнет остывать, вынуть ноги и быстро вытереть досуха жестким полотенцем.*

Чтобы быстро снять усталость, *протрите ноги кусочком льда, содержащего экстракт мяты, и сделайте горяче-холодные ванночки (в горячей воде подержите ноги 5 мин., в холодной – 10 секунд).*

На ночь сделайте теплую ванночку (38-39°) на 10 мин. В воду добавьте настой трав ромашки, мяты, березового листа (4 ст. ложки смеси трав, взятых в равных количествах, залейте 3 л кипятка и настаивайте 40-45 мин., затем процедите). Когда кожа набухнет, протрите загрубевшие места пемзой.

Хороши контрастные процедуры для ног. *Сесть на стул и поставить рядом два ведра (таза): одно – с горячей водой, другое – с холодной. Опустить ноги на 2 мин. в горячую воду, затем перенести на 5 секунд в холодную. Повторить 5-6 раз. Закончить холодной водой.*

Для усталых ног *хороши ванночки из настоя мяты: 100 г сухой мяты залить крутым кипятком (3 л), настаивать 30 мин. Подержать ноги в теплой ванне 15-20 мин.*

Если ноги устали, *появились потертости и трещины, рекомендуются ванночки из настоя подорожника (2 ст. ложки измельченной травы на 1 л воды). Ноги держать в ванночке 15-20 мин.*

Усталость и напряжение ног *проходят при их массировании. А спать рекомендуется, положив ноги на небольшую подушку.*

ЛЕЧИТЕСЬ СУХОФРУКТАМИ!

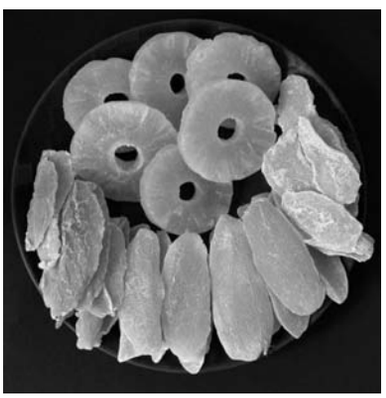
Считается, что свежие фрукты гораздо полезнее «сушки», т. к. в них больше витаминов. Это действительно так, но ценность сухофруктов не в наличии витаминов, а в богатом и уникальном наборе легкоусвояемых микроэлементов, таких как калий, кальций, магний, железо.

Сухофрукты способны оказать заметное влияние на состояние нашего организма. Уже через 2 недели после начала регулярного употребления сухофруктов у вас улучшится цвет лица, а ногти и волосы станут заметно крепче.

Ничто не может так быстро восстановить биологический баланс и правильный обмен в человеческом организме, как чернослив. К тому же он обладает уникальной способностью поглощать т. н. свободные радикалы, ускоряющие старение организма. Диетологи советуют использовать чернослив во время завтрака; он положительно влияет на процесс пищеварения и дезинфицирует кишечник.

Начиная лечение сухофруктами, постарайтесь не злоупотреблять ими. Особенно это касается фиников и инжира – в больших количествах они могут спровоцировать сильную головную боль. Осторожными надо быть и тем, кто следит за весом: сухофрукты – достаточно калорийный продукт.

Курагу ценят прежде всего за богатое содержание калия и железа. Ее назначают больным с нарушениями сердечного ритма, недостаточностью кровообращения и тем, кто лечится мочегонными средствами. Поможет она и при инфаркте миокарда. А высокое содержание железа делает сухие абрикосы необходимыми в пищевом рационе беременных и больных анемией. Однако при сахарном диабете употреблять курагу не рекомендуется, т. к. она содержит до 50% сахаров.



Вот хороший рецепт для сердечников: смешать курагу поровну с изюмом и грецкими орехами. Ежедневное употребление всего нескольких ложек этого средства окажет неоценимую помощь вашему сердцу.

Простое средство для очищения кишечника: 100-150 г кураги размочить в воде и съесть на ночь.

Инжир полезен при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, аритмии, бронхиальной астме, склонности к тромбозам. Является легким мочегонным средством, оказывает противовоспалительное и потогонное действие. Он также препятствует новообразованиям и является дезинфицирующим средством – уничтожает кишечных паразитов.

Изюм укрепляет нервную и сердечно-сосудистую системы, т. к. содержит много калия. Он богат и бором, который так необходим для лечения и предотвращения остеопороза. Кроме того, бор помогает усвоению организмом кальция, поэтому изюм так полезен детям. Так же установлено, что изюм способен активизировать память.

Кишмиш особо ценится за высокое содержание калия, а белый изюм хорошо очищает кишечник.

При кашле и бронхите можно 30 г изюма размачивать в воде 45 минут и есть с молоком по вечерам.

А при охриплости голоса применяют отвар изюма с добавлением лукового сока.

Из изюма можно сделать средство для лечения заболеваний почек и мочевых путей, а также мочекаменной и почечнокаменной болезни. Нужно вместо косточек вложить в изюм по зернышку черного перца и употреблять данное средство некоторое время. Однако прежде чем применять это действительно сильное лекарство, проконсультируйтесь со своим врачом.

РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ

О целительной силе козьего молока наслышаны многие. У моего соседа болела печень и поджелудочная. Ездил по бабкам и дедкам, по почте все выписывал антибиотики, но избавился от болезней, когда завел козочку. Другой сосед все худел, чахнул – желудок замучил. Смотрю: поправился, лицо розовое, здоровое. ***«Козочку купил,– говорит, каждый день молочко попиваю»***.

Наша матушка-природа богата целительными растениями!

Если у вас понижена кислотность желудочного сока, принимайте по 1-2 чайные ложки 2-3 раза в день за полчаса до еды сок алоэ. Курс лечения 1-2 месяца.

Понизит кислотность алтей лекарственный. Столовую ложку корня алтея кипятить 10 минут в стакане воды, настоять полчаса. Пить по столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Успокоит нервы настойка душицы. 10 граммов травы настоять на 150 мл 70% спирта 7-10 суток в темном месте. Пейте по 30-40 капель 3-4 раза в день после еды.

Если у вас заболевание тройничного нерва, 4 зубка чеснока залейте водой в эмалированной кружке, сверху положите воронку носиком вверх и поставьте на огонь. Когда вода закипит, дышите каждой ноздрей 5-10 минут. Сразу полегчает.

При заболевании почек, печени: 2 чайных ложки корней одуванчика залить стаканом холодной воды, кипятить минуту, настоять 10 минут. Пить 2 раза в день по чашке в течение 6 недель.

Болит горло. 2 чайные ложки сухих листьев сальвии залить 0,25 л кипятка, настаивать 10 минут. Полоскать горло настоем через каждые 2 часа.

Для предупреждения рака надо кушать хорошо пропеченные булочки с корочкой.

При шуме в ушах заварите ягоды калины, смешайте с медом (1:1), нанесите на тряпочку, завяжите в узелок и закладывайте в уши на ночь.

Повышает мужскую потенцию настойка из сухих кленовых листьев. 2 чайные ложки измельченных листьев залить 100 г водки, настаивать 7 дней. Пить по 20-30 капель 3 раза в день перед едой. И мужская сила не оставит вашего суженого.

Бузина черная
S. Nigra L.

Напиток долгожителей: 2 столовые ложки ягод бузины залейте 1 литром воды. Варите 5 минут, остудите, добавьте 5 столовых ложек меда и выпейте в течение дня.

Хочу сказать, что предупреждает и успешно лечит эти недуги настоящая спирулина и фитосмеси. По 2-5 г в сутки в 2-3 приема за 20-30 минут до или после еды на протяжении месяца.

Зосик Е., г. Новомосковск.

БОЛЬ ЛЮДСКАЯ

Здравствуйте, уважаемая редакция! У ребенка секретерный отит I степени. Ухо не болит, но ребенок плохо им слышит.

Врачи предлагают операцию: прокол в ухо. Может, есть средства обойтись без операции?

Скурихина Зинаида Афанасьевна, г. Москва, ул. Воронежская, 54-167. Тел.: (495) 725-68-71.

Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Прошу вас и читателей газеты врачей, травников помочь мне. В декабре 2005 г. мне сделали томографию пояснично-крестцового отдела позвоночника. Заключение: МР-признаки псевдокистозного объемного образования, исходящего по всей видимости, из оболочек спинного мозга.

Распространенный остеохондроз, деформация позвоночного канала.

В 1983 г. мне делали операцию по поводу грыжи поясничного отдела, но при выписке врач сказал, что ничем не помог. Я плакала, спрашивала, почему, но он сказал, что все нормально, но боли не прекращались, всегда болела спина. Позже невропатолог ставила диагноз: распределенный остеохондроз. И еще у меня двухсторонний коксоартроз, удален желчный пузырь, женские проблемы, на левой ноге тоже операция по поводу тромбофлебита. Сейчас болит весь позвоночник, головные боли, ноги совсем не ходят, все кости, суставы болят, слабость, боли и во влагалище и в заднем проходе. Была у гинеколога, она сказала, что все нормально: все проблемы от позвоночника. Болит живот, колики, пучит, запор. Зад, как у перебитой собаки. Вот сижу, ерзаю из стороны в сторону: нет устойчивости.

Очень прошу помощи у людей, может, кто сможет помочь. После томографии была у нейрохирурга, он сказал: согласна на операцию – приходи. Я не знаю, что делать. Нейрохирург говорит, что по всему позвоночнику видны псевдокистозные образования. Пила болиголов 2 курса, керосин, сейчас мухомор, травы онкологические, но мне все хуже.

Жду помощи.

657016, Амурская обл., г. Благовещенск, ул. Хмельницкого, 112-33. Семенова Зоя Андреевна.

Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Пишу с просьбой опубликовать мое письмо. Я не выписываю вашу газету, но постоянно покупаю.

У моей дочери (ей 35 лет) был приступ. У нее стянуло пальцы на левой руке. Врачи признают диагноз: «вегетососудистая дистония с мегнирозными пароксизмами. Сужение сосудов головного мозга. Загустение крови, затрудненное прохождение по сосудам головного мозга».

Пьет препарат для разжижения крови. У нее в голову, говорят, поступает только 30% крови. Сильные головные боли. У нее еще совсем маленькая дочь. Еще за этот год она так сильно поправилась.

Я просто не знаю, что мне делать. Прошу вас, опубликуйте мое письмо, может, кто мне сможет помочь. Мне 61 год, а ей всего 35.

456550, Челябинская обл., г. Коркино, ул. 30 лет ВЛКСМ, 185Б-17. Любовь Ивановна.