Реклама

Хотите быть на 100% уверены, что пьёте сок?

Красивая упаковка и забавный рекламный ролик не гарантируют качества, но гарантируют доходы производителям. Они очень благодарны Вам! Но благодарны ли Вы себе? Может быть, пора попробовать **НАСТОЯЩИЙ СОК?**

Хорошая привычка - быть здоровым!

- Купите соковыжималку и пейте натуральное топливо жизни!
- **Наша соковыжималка не имеет аналогов!**
- **Доступная цена,** но **высокое качество** и степень надёжности.
- **Незаменима для садоводов -** вы сможете разнообразить и повысить эффективность переработки урожая, реже прибегать к консервации. Круглый год вы будете пить свежий сок из овощей вашего урожая: морковный, капустный, томатный и т.д.
- **Переработает всё -** известно, что импортные соковыжималки подразделяются на модели, предназначенные для разных групп овощей и фруктов. Наша же «волшебница» универсальна: перерабатывает твердые и мягкие фрукты, цитрусовые, томаты и другие овощи, косточковые плоды, ягоды и др. ■ **Заменит Вам** кухонный комбайн - шинкует, перетирает овощи, изготавливает пюре, перерабатывает картофель в крахмал и т.д.

Цена с оплатой при получении на почте - 3098 руб. Гарантия - 1 год

РОСС RU.ME91.B00934

Чудо-стиральная машинка на ладони

Еще совершеннее, качественнее, надежнее!
Лидер продаж - суперминиатюрная ультразвуковая машинка, вес менее 500 г.

- Абсолютно бесшумна!
- Перестирает горы белья в емкостях любого объема.
- Не требует проточной воды!
- Сверхэкономична: потребляет электроэнергии менее 20 Вт!
- Обеспечивает высокое качество стирки любой степени загрязнённости!
- Отстирает любую габаритную одежду (одеяло, зимнюю одежду, ковер)!
- Очистит, продезинфицирует ткань, обновит ее цвет; без механической деформации белья!
- Отправляясь в поездку, на дачу или в деревню - возьмите машинку с собой!

ГАРАНТИЯ 18 МЕСЯЦЕВ

Не оказывает неблагоприятных воздействий. Товар сертифицирован! Соответствует ГОСТам! **Срок службы не менее 10 лет.**

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

РОСС RU.AE05.B02194

Сделать заказ на товары вы можете по телефонам: 8-800-2000-820 (звонок по России БЕСПЛАТНЫЙ); 8(8332) 40-98-05, 57-31-24. Или написав по адресу: 610052, г.Киров, а/я 30, отдел 89.
Дополнительный почтовый сбор 6% от стоимости товара.
Теперь и для жителей Украины: 8-067-67-666-77.
ПОКУПАЯ У НАС, ВЫ ЗАЩИЩЕНЫ ОТ ПОДДЕЛОК!

ДОСТАВКА ПО РОССИИ БЕСПЛАТНО!

www.ksin.ru

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

Реклама

Царский шип (Lycium europaeum) – библейский житель Святой земли. Имеет роскошный куст, красивые блестящие ароматные красные плоды с приятным экзотическим вкусом. В лечебных целях применяются корни, плоды, кора, листья.

Ученые рекомендуют препараты из Царского шипа от диабета, жировой дистрофии печени, эпилепсии, неврастении, импотенции и жалобах при менопаузе.

Царский шип помогает избавиться от плохого холестерина, кашля, астмы, головокружения, внутреннего кровотечения, хорошо понижает температуру при воспалениях.

Незаменимы препараты Царского шипа от генитального и кожного зуда, подавляет рост кишечной палочки и грибка молочницы. В этом растении масса полезных и уникальных веществ: витаминов, минералов, биоактивных соединений, особенно незаменимых жирных кислот, что является большой редкостью для растений.

Одним из основных действующих компонентов Царского шипа считаются ее полисахариды, выделенные в виде глюкоконъюгата, обозначенного LbGp2, обладающего выраженной иммуноактивностью. Полисахариды противодействуют свободным радикалам на поврежденных клеточных мембранах, способствуют снижению артериального давления и вызывают радиосенсибилизацию (повышают чувствительность тканей к облучению), что важно при радиологическом лечении онкологических больных. Важной составляющей растения являются биофлавоноиды, противодействующие радикалам в ксантиноокcидазной системе.

Исследования подтверждают способность Царского шипа ослаблять распространение рака, вызывать его остановку или обратное развитие.

По вопросам приобретения звоните по тел: 8(9615)82-11-11 и 8(906)1871906. 353307, ст. Холмская, ул. Кочубея, 16, Абинский р-он, Краснодарский край. Титаренко Татьяна Сергеевна, травница по редким лекарственным растениям.

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

ВНИМАНИЕ, КОНКУРС! 1
ПОМОГУТ БАРСУКИ И МЕДВЕДИ 1
КАК ПОМОЛОДЕТЬ? 1
КАК ПРОДЛИТЬ ЖИЗНЬ НА 10 ЛЕТ И БОЛЕЕ ...2
УНИКАЛЬНЫЙ СОРНЯК 2
ЛЕЧЕБНЫЕ ЧАИ 2
ГРИБНОЕ ОЧИЩЕНИЕ ПЕЧЕНИ 3
ОЖИРЕНИЕ 3
УДАР АПОПЛЕКСИЧЕСКИЙ ТЕПЕРЬ ФАКТ ИСТОРИЧЕСКИЙ 4
КРАСОТА ПО-БРИТАНСКИ.....5
ФРАНЦУЗЫ ЛЕЧАТСЯ ТАК 5
ЖИЗНЬ ПРОЖИТЬ... 6
КАК Я УХАЖИВАЮ ЗА ВОЛОСАМИ 6
ПОМОГАЕТ ПРИ ЦИСТИТЕ 6
КАК ОБМАНУТЬ АППЕТИТ И СТАТЬ КРАСИВОЙ? 7
ОТКУДА БЕРУТСЯ БОЛЕЗНИ? 8
ЛЕЧИТ ОБЛЕПИХОВОЕ МАСЛО 9
НУМЕРОЛОГИЯ... В КУЛИНАРИИ! 10
VI ФЕСТИВАЛЬ ЗДОРОВЬЯ BezTabletok.Ru ...11
ЛЕЧИМ ВАРИКОЗ 12
ЭТОТ РЕЦЕПТ ОСОБЕННО ПОМОГАЕТ ПРИ КОЛИТАХ 12
ЧЕРНЫЙ ПЛАСТЫРЬ – МАЗЬ ОТ НАРЫВОВ ..12
УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ОВОЩ.....12
НЕ ВЫБРАСЫВАЙТЕ ДРЕВЕСНУЮ ЗОЛУ.....13
НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА. ПРАВА ПОКУПАТЕЛЯ В МАГАЗИНЕ 13
АЛЛЕРГИЯ 14
СОВЕТЫ НАШЕГО ВРЕМЕНИ 14
БОЛЬ ЛЮДСКАЯ 15
НАСТОЙ ФИАЛКИ ПЕЙ, НЕ БОЛЕЙ!.....15

ЧИТАЙТЕ В № 49
СОДЕРЖАНИЕ ТИРАЖНОГО НОМЕРА МОЖЕТ ОТЛИЧАТЬСЯ ОТ АНОНСИРОВАННОГО

советы от всех болезней
Бабушкины рецепты
еженедельная газета, издается с 2002 года
«лечить нас все же бабушки умели»

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- лечим сахарный диабет
- самые полезные напитки
- укрепление иммунитета
- лучшие омолаживающие средства
- вино: польза и вред

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 через каталог Роспечати (подписной индекс – 25577) или 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.
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 08048

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 **№48(352).** Тираж **180000** 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.**

Дизайн: А.Борисов. © 2002-2006,
e-mail: aart_bor@rambler.ru
Подписано в печать **23.11.2008**
Сдано в печать **23.11.2008**

Учредитель: ООО «НМ-Пресс».
Редакция: «ПРЕСС-Издатель». Гл. 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 №48(352) ноябрь 2008

советы от всех болезней

выходит на 16 полосах

Бабушкины рецепты

еженедельная газета. издается с 2002 года

«лечить нас все же бабушки умели»

ВНИМАНИЕ, КОНКУРС!

Мы уверены, что у каждого из вас есть свой «фирменный» рецепт лечения какого-нибудь недуга. Высылайте его к нам в редакцию, и вы сможете принять участие в конкурсе на самый простой и дешевый рецепт. Наиболее интересные мы опубликуем. Авторы лучших рецептов получат книги по народному целительству. Удачи!

Итоги конкурса будут подведены в одном из мартовских номеров 2009 года.

Редакция газеты «Бабушкины рецепты».

ПОМОГУТ БАРСУКИ И МЕДВЕДИ

Этот рецепт моей прабабушки, которая лечила не только своих многочисленных детей и внуков от бронхитов, воспалений легких и простуд, но и всех жителей деревни.

Нужно взять 100 г любого жира (гусиного, свиного, лучше всего барсучьего и медвежьего), 100 г сливочного масла, 100 г липового меда и 2 ст. ложки сока алоэ, которому не менее трех лет, и все это поставить на водяную баню на 1,5-2 часа, помешивая. Затем пить по 1 ст. ложке перед едой с кипяченым молоком (на 1 стакан 1 ст. ложку). Больным туберкулезом полезно чередовать прием жира с приемом мумие. Неделю – жир, неделю – мумие. И так 2 месяца.

Мумие берется 2 г и разводится в 0,5 стакана кипяченой воды. 1 ст. л. этого лекарства надо выпить 1 раз в день утром натощак.

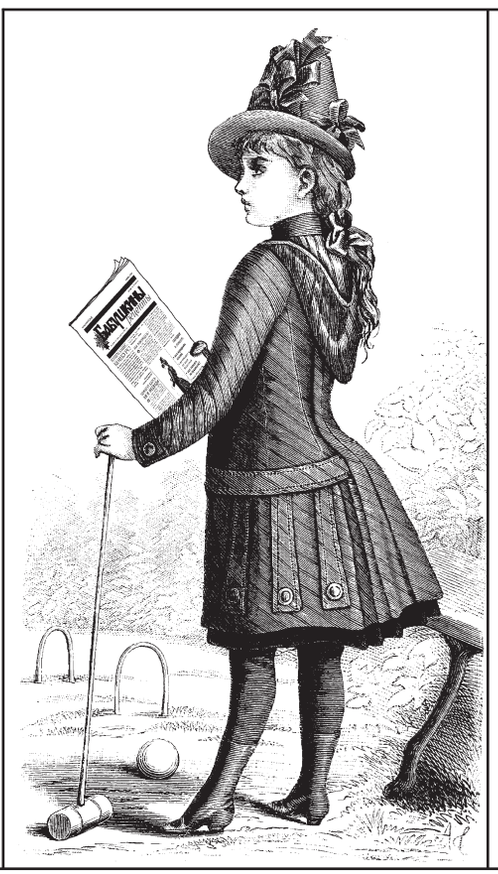
Чебунина Л.Н., г. Псков.

КАК ПОМОЛОДЕТЬ?

Взять по 100 г цветков ромашки аптечной, березовых почек, травы зверобоя продырявленного и цветов с листьями травы бессмертника. Высушить и перемолоть, перемешать, поместить в закрытую глиняную либо стеклянную посуду. Сразу же после захода солнца 1 ст. ложку смеси залить 0,5 л крутого кипятка и, укутав, настаивать 2 часа. Процедить и отжать плотный остаток. Разделить на 2 приема на одинаковые части. Одну выпить за 30 минут до ужина, предварительно размешав в нем 1 десертную ложку разнотравного меда. Вторую половину выпить на указанных условиях за полчаса до завтрака. Пить настой каждый день, пока не закончатся травы. Следующий курс через 2,5– 3 года.

Попробуйте мое средство, и вы не только помолодеете внешне, но и почувствуете себя уверенно. К тому же и противоположный пол вами станет интересоваться значительно активней, нежели было до этого.

Тимохина Анна, г. Москва.



СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- как продлить жизнь
- лечебные чаи от всех болезней
- как лечатся за границей?
- как обмануть аппетит
- паразиты – источник болезней

Уважаемые читатели, открыта подписка на 2009 год. Вы можете подписаться в любом почтовом отделении через любой из следующих каталогов:
«Объединенный каталог Пресса России. Газеты, журналы» – 19898 полугодовой и 19900 годовой.
Каталог «Газеты. Журналы» Агентство Роспечать – 19898 полугодовой и 19900 годовой.
«МАП» Каталог Российской прессы «ПОЧТА РОССИИ» – 24240 полугодовой и 60276 годовой.

УНИКАЛЬНЫЙ СОРНЯК

Звездчатка, которую иначе называют мокрицей, многими считается сорняком и поэтому безжалостно удаляется с огородных участков. Любит это растение сырые места, да и само содержит много полезной влаги. Есть в ней аскорбиновая и синаловая кислоты, каротин, эфирные масла.

Возможности мокрицы многими недооцениваются. А зря! Лечебное действие мокрицы не ограничивается одной или двумя болезнями, а имеет широкий спектр. Настой травы полезен при тиреотоксикозе, болезнях печени, сердца, остеохондрозе. Полезен и при катаракте, потому что у большинства людей помутнение хрусталика развивается из-за болезней поджелудочной железы, печени, почек, то есть органов, ответственных за обменные процессы.

Готовят настой из расчета 1 ст. л. на стакан кипятка, настаивают 4 часа, принимают маленькими порциями 4 раза в день до еды. Настой можно закапывать в глаза (по 2-3 капли 3 раза в день) при начальных стадиях помутнения роговой оболочки глаза, в том числе при диабетической катаракте.

Отваром мокрицы (2-3 ст. л. на стакан воды) полезно промывать глаза. Это оказывает укрепляющее и лечебное действие на слизистую оболочку глаз, снимает неприятное ощущение жжения.

Мокрицу в свежем виде можно есть в виде салата, добавлять в щи, особенно весной, или высушить, измельчить в порошок и заправлять супы или посыпать бутерброды с маслом.

Будьте внимательны: для питания и с лечебными целями внутрь применяется только звездчатка средняя (мокрица), а звездчатка ланцетолистная – ядовитое растение.

Щегалова Н.П., г. Краснодар.

ЛЕЧЕБНЫЕ ЧАИ

Полевые травы, лесные ягоды и плоды содержат много биологически активных веществ, которые благотворно влияют на организм человека, предупреждают и лечат болезни. Травяные чаи не содержат кофеина и других возбуждающих веществ, поэтому пить их полезно всем. А самый лучший травяной чай – это чай, приготовленный из трав, собранных своими руками.

ДИАБЕТИЧЕСКИЙ

На стакан кипятка возьмите по одной чайной ложке соломы зеленого овса, листьев черники, створок фасоли, полчайной ложки семени льна. Измельченную смесь всыпьте в термос и залейте кипятком. Оставьте на ночь, утром процедите и выпейте. Этот чай обладает сахаро-снижающим действием.

ПРИ КОЛИТЕ

Приготовьте такой чай: на 2 стакана кипятка возьмите по одной чайной ложке сушеных ягод черники, цветков ромашки, мяты перечной и листьев крапивы. Измельчите и заварите в фарфоровом чайнике, настаивайте 15-20 минут. При хроническом колите пейте чай регулярно, циклами по 10 дней.

МОЧЕГОННЫЙ

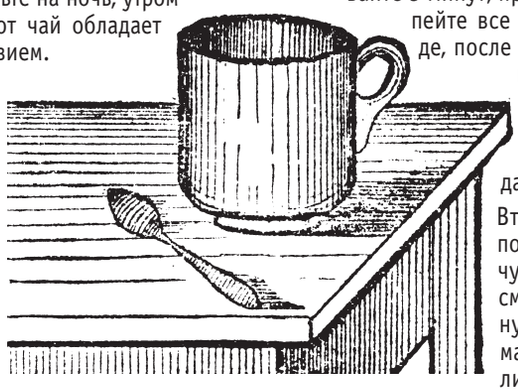
Смешайте поровну листья черной смородины и траву зверобоя. Две чайные ложки смеси засыпьте в фарфоровый чайник и залейте стаканом кипятка. Дайте настояться минут десять – и чай готов.

ЖЕЛЧЕГОННЫЙ

Смешайте 4 части цветов бессмертника, 3 части листьев трилистника, 2 части мяты перечной и 2 части семян кориандра. Две столовые ложки измельченной смеси заварите двумя стаканами кипятка, настаивайте 20 минут, процедите. Пейте по полстакана три раза в день за 20 минут до еды. Этот чай рекомендуется при холецистите.

ПОТОГОННЫЕ

Смешайте поровну сушеные плоды малины и липовый цвет. Две столовые ложки смеси заварите двумя стаканами кипятка, настаивайте 5 минут, процедите и выпейте все в горячем виде, после чего ложитесь в постель и укутайтесь одеялом. Никакая простуда не устоит!



Второй рецепт потогонного чая чуть сложнее: смешайте поровну цветки ромашки аптечной, липы, бузины черной и листья мяты перечной. Столовую ложку смеси заварите стаканом кипятка, настаивайте 40 минут, процедите. Пейте по два-три стакана в день при простудах и гриппе.

Ирина М., Тульская обл.

КАК ПРОДЛИТЬ ЖИЗНЬ НА 10 ЛЕТ И БОЛЕЕ

Этому рецепту более 10 тысяч лет. Он передавался из поколения в поколение. От прапрадедушки – прабабушке, и был оставлен мне моей бабушкой. Этот рецепт продления жизни настолько прост и настолько необычен. Для его приготовления необходимо иметь возможность достать белую глину. Именно из нее готовится удивительный чудодейственный напиток.

Для этого «эликсира» необходимы следующие компоненты: трава золототысячника, которая в древности называлась золотолистник, и самый обыкновенный прополис.

Золотолистник на языке святых мудрецов именовали антик. Прополис в древние имена называли КОРОНФИЛ, что означает «твердая, густая трава». Для приготовления напитка лучше всего брать цветки золототысячника, но можно использовать и другие части этого растения. Три цветка или две чайные ложки золототысячника залить стаканом кипятка, дать настояться 30 минут. Процедить. К этому раствору добавить прополис на кончике ножа. Тщательно размешать. Когда все остынет, добавить чайную ложку порошка белой глины, опять тщательно размешать. Употреблять этот волшебный напиток надо по 1 стакану за 30 минут до приема пищи 3 раза в день.

Лечение желательно проводить на растущей луне. Курс проводится 5 дней в месяц на протяжении года. Затем надо сделать перерыв не менее года. В результате применения этого напитка оздоравливается желудок, кишечник и происходит полная очистка печени, а также значительно увеличивается продолжительность жизни.

Гахова С.И., г. Иваново.

ОЖИРЕНИЕ

Для уменьшения аппетита следует принимать настойку из кукурузных рылец за 20 мин. до еды – 1/3 стакана (залить 2 ст. л. кукурузных рылец, настоять 15 мин. под крышкой в тепле, процедить). Через каждые 4 недели приема нужно делать перерыв на 10 дней.

За полчаса до еды выпивать стакан травяного чая:

– чай №1: смешать по 2, 5 ч. л. измельченных цветков календулы и кукурузных рылец, по 2. ч. л. травы зверобоя и плодов шиповника, по 1 ч. л. семян льна и листьев мяты перечной. 2 ст. л. цветков бессмертника песчаного.

– чай №2: смешать 3 ст. л. семян укропа, по 1,5 ч. л. измельченных цветков липы и календулы, по 2 ч. л. цветков бузины черной и листьев мяты перечной.

Способ приготовления чая: заварить 2 ст. л. растительного сбора 3 стаканами кипятка, настоять 30 мин., затем процедить.

Можно быстро похудеть, если в течение нескольких дней совсем не употреблять соли. При этом нужно ежедневно принимать контрастный душ в течение 15 минут, сменяя холодную и теплую воду через каждые 15 секунд.

Смешать 50 г цистозиры бородатой и 25 г корня солодки и плодов аниса. Готовить и принимать настой по 1 стакану 3-4 р/д.

При ожирении полезно употреблять отруби. Перед добавлением в пищу отруби залить крутым кипятком на 30 мин., после чего воду слить. Получившуюся кашицу добавлять в любое блюдо, сначала по 1 ч. л., через 7-10 дн. по 2 ч.л. Еще через 10 дн. по 2 ст. л. 2-3 р/д.

При ожирении помогают ванны из отвара лапчатки гусиной: 50-100 г сухой травы на 1 ведро воды, довести до кипения и кипятить на малом огне 15 мин. Через каждые 4 недели приема нужно делать перерыв 10 дней.

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

Жмыхи свеклы подавляют аппетит. Во время употребления жмыхов нельзя ничего есть, т. к. пище нечем будет перевариваться. Если жмыхи глотаются плохо, их можно сдобрить сметаной.

В итоге: диетическое питание, с ограничением пищи, жиров , углеводов и соли. Ужин не позднее 19 часов. Во всем умеренность, ритмичность и разнообразие. Двигательный режим. Воздержание от алкогольных напитков.

Для тех, кто стремится избавиться от лишнего веса, очень полезны кабачки и баклажаны: они усиливают перистальтику кишечника и уменьшают всасывание холестерина и жиров

Будьте здоровы!

Н. С. Козымаева. 654018, г. Новокузнецк, а/я 1243.

реклама

АПТЕКА
ГРИБНАЯ АПТЕКА

ГРИБНОЕ ОЧИЩЕНИЕ ПЕЧЕНИ

Печень - фильтр, который нужно держать чистым.

Причина многих заболеваний - недостаточная функциональность печени. Практически у всех к тридцати-сорока годам печень увеличена, то есть она уже не справляется с нагрузкой. Да и как справиться, если организм буквально атакован канцерогенами, красителями, синтетическими витаминами, которыми активно «оздоровляют» пищевые продукты.

Наша печень - это мощный фильтр, который препятствует попаданию в организм вредных ядов, токсинов и чужеродных белков. Кроме этого, печень является огромной «фабрикой» по производству гормонов, биологически активных веществ, витаминов и ...холестерина. Да, именно в печени образуется холестерин. Сам по себе холестерин - очень важное вещество. На его основе организм создает гормоны, желчные кислоты и многие другие полезные вещества. Если печень страдает, а это происходит большого количества людей, то она использует меньше холестерина для создания желчных кислот. Образуется избыток холестерина в крови и в желчи. Это приводит к развитию атеросклероза и к образованию камней желчного пузыря. Нужно помочь печени заработать в полную силу, очиститься и тогда лишний холестерин будет использован по назначению.

Поэтому вопрос о здоровой печени, это не просто забота о конкретном органе, а обо всем организме в целом. «Грибное очищение» печени на сегодняшний день одно из самых эффективных и безопасных. В Систему очищения печени серии «Фунго-Ши Акура» входят три гриба: лисичка, трутовик и шиитаке. При применении этих грибов билирубин, приходит в норму, кроме того, процедура самая щадящая, и на нее не надо тратить много времени. К тому же, лисички уничтожат любые яйца гельминтов и самих гельминтов, а шиитаке проведут атаку на мутированные онкологические клетки, что обезопасит организм от онкологии!

Приобрести препараты и получить бесплатные рекомендации специалистов по применению целебных грибов можно в Центре фунготерапии Филипповой Ирины Александровны.

г. Москва, м.Полежаевская, Хорошевское шоссе, д.68, к.5, тел.(495) 940-2013

м.Свиблово, проезд Нансена, д.6, корп.3, тел.(495) 510-4970

www.fungomoscow.ru

БАД. Не является лекарством! Перед применением проконсультируйтесь со специалистом.

Продукция сертифицирована.

ООО «Центр фунготерапии Филипповой Ирины Александровны», 119607, г.Москва, ул.Раменка, д.6, корп.2., ОГРН 1057746719051

УДАР АПОПЛЕКСИЧЕСКИЙ ТЕПЕРЬ ФАКТ ИСТОРИЧЕСКИЙ

Когда я в юности читал книги старых писателей, то не раз встречал упоминание о том, что кого-то хватил апоплексический удар. Человек, которого накрывал этот страшный удар судьбы, становился инвалидом или погибал. От этой напасти умерли писатели Стендаль, Ницше, Вальтер Скотт и русский поэт Афанасий Фет. Апоплексическим ударом завершил судьбу Обломова писатель Гончаров. Я в ту пору не знал, что это за зверь такой – «апоплексический удар». Потом, став целителем, я с удивлением узнал, что в те времена таким страшным словосочетанием называли инсульт. Кстати, с еще большим удивлением я узнал, что известное выражение «хватил Кондратий» означает то же самое!

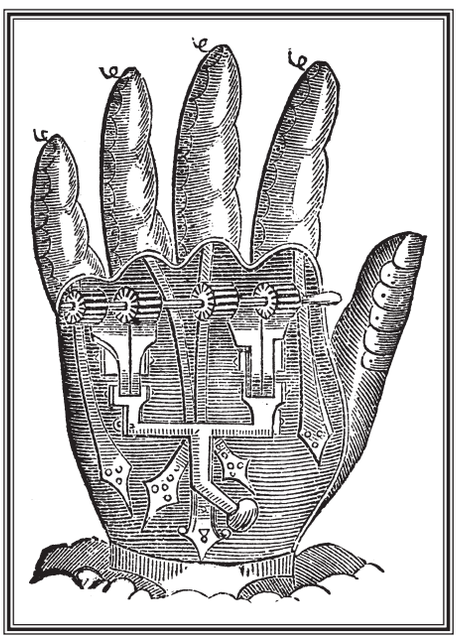
Отношение к инсульту как к приговору осталось в прошлом. В наше время последствия инсульта вполне поддаются лечению. Траволечение плюс специальные восстановительные методики – и человек снова в строю.

При лечении послеинсультных больных очень хорошо зарекомендовала себя настойка из корня диоскореи кавказской. Рецепт во всеми нами любимой газете «Бабушкины рецепты» уже неоднократно публиковался, повторять не буду (а чтобы в будущем не пропускать нужные советы, советую подписаться).

Но траволечение – это не главное. Главное – это личные усилия самого больного. Человеку следует понять вот что. У Вас после инсульта может вообще не слушаться рука или нога, и никто не требует от Вас, чтобы Вы играли в футбол или баскетбол. Ваши двигательные возможности очень ограничены, но в этих границах будьте добры делать все от Вас зависящее. Никто от Вас не требует невозможного. Делайте то, что можете. Но то, что Вы делать можете, будьте добры делать, а не лениться. 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 сто 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. Отвоевывать свое здоровье Вам придется по кусочку, по сантиметру, по глотку.

Пережившим инсульт рекомендуется начинать восстановительные упражнения именно с пальцев. Ибо работа с пальцами активизирует мозг. Высокоэффективным средством для разминки пальцев может служить кубик Рубика. Также можно порекомендовать лепку из пластилина и сборку детского конструктора. Очень полезно играть в шахматы или шашки. Это тренирует кисть и пальцы, да к тому же развивает память и мышление.

Как восстановить движения? Вот упражнение, выполняемое с помощником. Если Вы не в состоянии шевелить рукой, то пусть Ваш помощник сгибает и разгибает Вашу руку в плече, локте и кисти, сгибает вперед-назад и из стороны в сторону, и так далее. А Вы при этом старайтесь ощутить контроль над рукой, старайтесь мысленно помогать помощнику, старайтесь мысленно двигать рукой и как бы САМИ выполнять те движения, которые в это время выполняет с Вашей ногой помощник. Через какое-то время



(через день, или неделю, или месяц тренировок) у Вас в руке появятся первые ощущения того, что рука Вам подвластна. Пусть это будет совсем микроскопическая победа (максимум, что Вы сможете сделать, – это чуть дернуть пораженной рукой), но это всего лишь начало, это тот первый камушек, который вызовет лавину. Зацепитесь своим вниманием за эти маленькие ощущения контроля над рукой, которые будут появляться, и развивайте их. Постоянно старайтесь их расширить, распространить на всю руку. Сегодня благодаря Вашим усилиям рука чуть дернулась, завтра (или через неделю) Вы уже сможете пошевелить рукой, потом – сжать кисть в кулак и согнуть руку в локте, и так далее. Зацепившись вниманием за первые успешные проблески контроля над рукой, развивайте их и помаленьку возвращайте реальный контроль над рукой, учитесь владеть ею.

Упражнение, выполняемое самостоятельно. Сесть или лечь, расслабиться, закрыть глаза. Представить, что Ваша рука полностью послушна. Для облегчения представления можно вспомнить доинсультный период – когда рукой Вы владели свободно. Итак, представьте, что Вы полностью владеете рукой. Увидьте (представьте мысленную картинку), как Вы свободно владеете рукой. Потом «наложите» эту картинку на свою реальную руку. И старайтесь почувствовать контроль над рукой. Когда шевельнется хоть палец – зацепитесь вниманием за этот успех и распространяйте его дальше. Через несколько занятий (или через несколько дней или недель) у Вас шевельнутся уже несколько пальцев, потом – кисть, потом – рука до локтя. Накладывая на реальную руку мысленную картинку того, как Вы свободно владеете рукой, и развивая те небольшие успехи, которые будут, обретайте власть над рукой. Упражнение выполнять ежедневно.

Тот же принцип применяйте для преодоления паралича ног.

Когда помощник будет разминать мышцы и выполнять с Вашей рукой и ногой разнообразные движения, то в затвердевшей и застывшей конечности при этом часто ощущается боль. Так вот. Надо делать эту разминку через боль. То есть пусть помощник выполняет с Вашей рукой и ногой разнообразные движения, не обращая внимания на Вашу боль. Через какое-то время рука и нога начнут восстанавливаться, и боль пройдет. А если жалеть себя, если останавливаться перед болью, то рука и нога так и останутся неподвижными.

При этом учитывайте следующее. Ваши суставы очень ослаблены. Получить растяжение связок очень легко. Поэтому помощник должен разрабатывать Ваши руки и ноги очень плавно и аккуратно, чтобы не растянуть сустав.

И помните – все зависит от Вас и Ваших усилий. Нет ничего необратимого, нет ничего невозможного! Все в Ваших руках и все в Ваших силах. Решающее значение имеет Ваша настойчивость в тренировках и регулярность тренировок. Если выполните эти два условия (настойчивость и регулярность), то победа будет полная. Надо помнить поговорки: «капля камень точит», «терпение и труд все перетрут» и «Бог помогает только тому, кто сам себе помогает».

Задавайте вопросы по адресу: ***352909, Краснодарский край, г. Армавир, а/я 900, Головкову Александру Владимировичу.*** *В свое письмо вкладывайте конверт с обратным адресом. Буду рад помочь.*

ФРАНЦУЗЫ ЛЕЧАТСЯ ТАК

При бронхите для облегчения дыхания (особенно при остром бронхите) делают апельсиновые ингаляции: больному в течение 30 минут следует дышать парами отвара из тертой апельсиновой кожуры и листьев дерева апельсина.

Один корень любистока и два листа благородного лавра настоять на 0,5 литра водки 3 суток, процедить. Дать выпить не менее 100 мл пациенту со здоровым желудком (без язвенной болезни). Через полчаса начнется рвота.

От подошвенных бородавок существует метод избавления, подтвержденный клиническими исследованиями: банановая кожура привязывается к подошве, внутренней стороной к бородавке; при мытье ног ее снимают, а затем заменяют на свежую. Этот метод требует длительного лечения, но дает хорошие результаты.

2 ст. ложки измельченных корней сельдерея пахучего настаивать два часа в стакане холодной воды, процедить. Принимать по одной трети стакана три раза в день до еды при аллергической крапивнице.

Для приготовления успокоительного травяного чая 1,5 чайной ложки измельченной апельсиновой кожуры вместе с 1,5 чайной ложки травы мелиссы заваривают 1,5 стакана кипятка, плотно закрывают, настаивают 15 минут, процеживают и добавляют 1,5 чайной ложки настойки валерианы и мед по вкусу. Пьют по 150-200 г 2– 3 раза в день.

Чтобы облегчить боли при артрите, ревматизме и подагре, употребляют свежую сладкую черешню по 15 ягод в день.

2 ч. ложки травы прострела раскрытого залить одним стаканом кипяченой воды. Настаивать сутки. Выпить в течение дня. Применять при различных заболеваниях нервной системы – неврастении, мигрени и т. д.

Избавиться от нарывов и карбункулов помогают персиковые листья. Тщательно смешивают до однородной массы 8 свежих листьев, несколько тонких ломтиков сырого неочищенного картофеля и 70 г горячей кипяченой воды. Кладут горячую смесь на чистую плотную ткань и прикладывают к нарыву.

При сахарном диабете рекомендуют регулярно принимать сок из свежих груш по 50-70 г за 30 минут до еды. При хорошей переносимости дозу постепенно увеличивают до 1 стакана.

При расстройствах кишечника применяют отвар из листьев ежевики, содержащих дубильные вещества: часть сырья на 10 частей воды, кипятят 20 минут. Принимают по 1 ст. ложке 3 раза в день.

При кровотечении из носа советуют нанести каплю эфирного масла лимона на ватный тампон и ввести его в кровоточащую ноздрю. Можно развести в 1 стакане холодной кипяченой воды сок из четверти лимона, втянуть жидкость в нос и задержать ее там минут на 5, зажав ноздри пальцами.

Смешать 40 г корневища с корнями валерианы, 30 г листьев мяты перечной, 20 г плодов фенхеля, 10 г цветков ландыша майского и 10 г цветков ромашки аптечной. Одну чайную ложку этой смеси залить одним стаканом кипятка, плотно закрыть. Настаивать один час, процедить. Принимать по одной четверти стакана 1 -2 раза в день при сердечном неврозе в сочетании с нарушением пищеварения, бессонницей и беспокойством.

При лечении дисбактериоза в качестве вспомогательного средства к лекарственной терапии используют спиртовую настойку зебрины. Для спиртовой настойки используют боковые побеги растения. Взять 30 листьев растения, измельчить и залить 1 л водки, настаивать в темном месте в течение 10-15 дней, периодически взбалтывая. Настойку развести кипяченой водой в соотношении 1:1.Принимать по 1/3 стакана 6-8 раз в день перед едой.

В пол-литровую банку или термос вылить 2 ст. ложки сливочного масла, по 1 столовой ложке сока лимона и зеленого лимона, добавить 1 натертый зубчик чеснока. Налить в банку 250 мл горячей воды и тщательно размешать, принимать натощак. Профилактика заболеваний печени.

Смешать по 1 части почек кедра или сосны, 2 части лаванды, 3 части корня солодки, 4 части перечной мяты. Травы используют в сухом виде. Взять 3 столовые ложки измельченного сбора, положить в термос, влить 3 стакана крутого кипятка и настаивать в течение часа. Принимать 5 раз в сутки. Первая доза должна быть 200 мл, и ее необходимо выпить рано утром, а остальные дозы– по 100 мл.

Панариций. Цикорий обыкновенный. Накладывают на пораженный участок кашицу из свежих листьев 2 раза в день, плотно прибинтовывая. Бурда плющевидная. Применяется наружно в виде кашицы из свежих листьев. Повязку менять 2 раза в день.

КРАСОТА ПО-БРИТАНСКИ

Британские косметологи предложили свой способ чистки лица на дому. Кроме того, что немаловажно, такая чистка лица подходит даже для жирной подростковой и чувствительной кожи.

Для начала вам потребуется отключить телевизор, компьютер и телефон и посвятить себе 40-45 минут. Возьмите ватный тампон, смочите его лосьоном и очистите кожу лица. Когда с этим будет покончено, нанесите смесь оливкового масла и овсяных хлопьев. Массу следует легонько втирать в кожу на протяжении пяти минут. По истечении времени поверх необходимо наложить смесь, приготовленную из 2 столовых ложек яблочного сока и 1 чайной ложки меда. Втирайте массу в кожу аккуратными движениями еще в течение пяти минут.

После этого необходимо наложить третий слой.

Для этого смешайте кефир с несколькими каплями лимонного сока и нанесите смесь поверх двух предыдущих слоев. Оставьте маску на лице до высыхания, а затем смойте прохладной водой. Завершить процедуру следует умыванием настоем ромашки. Эффект от этой несложной и приятной процедуры просто потрясающий. Кожа становится гладкой, приобретает здоровый цвет и бархатистость.

Следует также отметить, что такую процедуру не следует проводить чаще двух раз в неделю, как впрочем, и использовать другие маски.

КАК Я УХАЖИВАЮ ЗА ВОЛОСАМИ

С тех пор, как я себя помню, мои волосы были моим проблемным местом. Мама, моя своей маленькой дочке голову, лишь вздыхала. А потом, когда я стала подростком, волосы, порой, были источником проблем во взаимоотношениях со сверстниками. К счастью, эти проблемы остались далеко позади. Потому что теперь я знаю, что мои особенности связаны с тем, что у меня очень чувствительная кожа, и ухаживать за ней нужно как за настоящей неженкой. Есть у меня в арсенале несколько рецептов, точнее, их много, но эти я применяю чаще всего. С их помощью мне удается решить возникающие проблемы быстро и без лишнего напряжения. Например, мне нравится маска из коньяка. Чтоб ее приготовить, нужно смешать 1 столовую ложку коньяка, 1 желток и 1 чайную ложку меда, нанести смесь на волосы и через 15 минут смыть. Поверьте, результат прекрасный.

А еще в одном журнале вычитала отличный рецепт для волос: его применяют японские гейши, и волосы у них всегда блестят и переливаются. Особенно полезно его применять летом, потому что в это время наши волосы тоже мучаются от зноя и повышенного количества ультрафиолета. Для приготовления потребуются рисовые отруби (их можно купить в аптеке). Их нужно размельчить в ступке и смешать с репейным маслом в пропорции 1:1 и нанести на волосы. Через три минуты смыть теплой водой. Смесь нельзя готовить впрок, нужно использовать только свежеприготовленный состав.

Вероника Чиркова, г. Москва.

ПОМОГАЕТ ПРИ ЦИСТИТЕ

Это рецепт, которым пользуюсь сейчас. Неоднократно лежала в больнице: хронический цистит. Антибиотики, промывания, вся традиционная медицина результатов не дали. Люди посоветовали накопать корня боярышника, 1 ст. ложку с горкой нарезать, залить 1 л кипятка. Кипятить 10 минут на слабом огне. Снять, закутать в полотенце, настоять 1 час. Пить, как чай, когда захочется. Помогает.

Буба М. М., Краснодарский край.

ЖИЗНЬ ПРОЖИТЬ...

Прожить долгую счастливую жизнь без каких-либо осложнений, болезней, различных переживаний практически невозможно. Поэтому еще никому не удавалось избежать всех этих житейских невзгод, а особенно уйти от болезней разных.

Но жить-то надо и надо бороться со всеми болячками. В молодые годы еще терпимо: там заболело, там кольнуло и все это пустяками кажется, все проходит и болей никаких нет. Но с возрастом, особенно, в пожилом возрасте болячки эти все ощутимее, все больнее, все чаще о себе дают знать. Что делать в этом случае? Опустить руки, поддаться хандре? Ан, нет! Надо бороться за свою жизнь до конца, не поддаваться панике, как можно меньше принимать химии разной аптечной, побольше принимать травы лекарственные, но делать это с умом. Сколько их болезней разных приходят с возрастом: атеросклероз, общая слабость, плохое зрение, отложение солей в организме, образование камней в почках и желчных протоках и т.д. и т.п. Только здоровый образ жизни поможет каждому если не совсем избавиться от болячек разных, то хотя бы поддерживать свой организм на нормальном житейском уровне. А для этого надо соблюдать самые элементарные правила.

Это, в первую очередь, отказаться напрочь от алкоголя и курения.

Второе – ежедневно делать пятиминутную физзарядку.

Третье – по утрам принимать по 1 стакану чистой воды.

Четвертое – полоскать полость рта растительным маслом для очистки крови.

Пятое – в летнее время жевать ежедневно по 1 листочку подорожника. В этом случае ваша печень будет здорова как ни у кого.

Шестое – пройти курс лечения горькими травами для избавления от паразитов, которыми заражено на сегодня 4 миллиарда человек. Выходит, что практически все население земного шара.

Седьмое – раз в два года принимать состав из водки и растительного масла для предупреждения развития онкологического заболевания, а точнее для уничтожения рака, которым болеют тысячи и тысячи людей.

Восьмое – для предупреждения и лечения от разных простудных заболеваний необходимо регулярно принимать по 1 листочку алоэ и золотого уса. Это комнатные растения.

Девятое -настойка меда, водки и других компонентов – лучшее средство от туберкулеза.

Десятое – малина и слива – вот средство для лечения гепатита.

Одиннадцатое – прогулки перед сном также укрепляют здоровье. А практически для поддержания тонуса и здоровья мышц нужно ежедневно проходить не менее 4 километров.

Двенадцатое – прием меда очень полезен для организма, т.к. в нем содержатся все необходимые микроэлементы, почти вся таблица Менделеева. Однако чрезмерное употребление меда может привести к такой болезни, как панкреатит, сахарный диабет и т.д.

Почему люди пожилого возраста по уходу на пенсию долго не живут. Ответ один – они выбиты из привычной колеи и другого занятия у них нет.

Другое дело у людей целеустремленных. К ним в большинстве случаев относятся художники, писатели, ученые. Их программа жизни – долгосрочные планы на будущее и настоящее. Они постоянно в поиске. А раз работает голова – никогда не будет такой болезни, как атеросклероз (сужение сосудов головного мозга). Поэтому, чтобы долго жить надо и в пенсионном возрасте не останавливаться, а постоянно что-то делать, творить. И не обязательно писать книги, рисовать картины, создавать что-то выдающееся. Можно просто заняться вышиванием, рукоделием разным, может быть плести корзины, выращивать овощи и т.д. и т. п. И тогда будет не до болезни, не до болячек. О них можно позабыть.

Но уж если приспичит – надо лечиться. Лечиться долго и упорно и главное не идти на поводу у болезни. Самые коварные, самые грозные болезни – излечимы, Надо только подобрать к ним ключик. И нет на свете безнадежно больных людей. И если врач бессилен, то сильна матушка-природа. К ней и обращайтесь за помощью. Обращайтесь к людям, которые знают и могут излечить вашу болезнь. Будьте оптимистами в конце-концов, принимайте травы, лечитесь до конца, и тогда болезнь отступит. И помните о правилах, которые я перечислил выше. И все будет в норме, и все будет хорошо в вашей повседневной жизни. Желаю всем счастья и здоровья!

Адрес: **396005, Воронежская область, Рамонский р-н,с.Ямное, ул. Ленина, 96, кв. 1, Пасько Геннадий Федорович.**

КАК ОБМАНУТЬ АППЕТИТ И СТАТЬ КРАСИВОЙ?

Какой женщине безразличен ее внешний вид? Конечно, понятие красоты бывает разное, однако трудно не согласиться, что подтянутая, стройная фигура, здоровая кожа, блестящие волосы и обаятельная улыбка – это то, к чему стремились женщины разных эпох. И разве нам не хочется быть красивой и привлекательной. Конечно, хочется! Да, еще впереди праздник, как дополнительный стимул. Попробуем увидеть, что нам мешает на пути к совершенству? Как ни прискорбно, но нужно признать, что собственный аппетит. Именно он добавляет сантиметры к нашей талии, делает кожу неровной, а волосы тусклыми. Да и улыбка все чаще пропадает, при случайном взгляде в зеркало. И как же трудно с ним бороться. Можно, конечно, сесть на диету, но после нее еще больше набираешь в весе. Можно ли, попробовать обмануть свой аппетит? Разберемся, что же нам мешает в этой борьбе. Оказывается наши собственные привычки. Начнем бороться с привычками, глядишь, и пищевые пристрастия изменятся! Приобрести привычку или отучиться от нее можно за три недели ежедневных тренировок. Есть небольшие хитрости, которые помогут нам в этом. Сначала, хорошо бы убрать с глаз все аппетитные булочки и баночки с варением, а на дверцах шкафчиков, где лежат соблазны, и на холодильник прикрепить записочки с напоминанием: «Подумай о своей талии» или «Зачем ты открываешь холодильник?» Через три-четыре дня записку нужно менять, чтобы глаза не успели привыкнуть. Если это будут более смелые лозунги – подсознание быстрее получит команду – рот на замок! Теперь пойдем по пунктам:

1 Для того, чтобы жить полноценной жизнью и быть энергичной и здоровой – есть, безусловно, необходимо. Так, каким же продуктам отдать предпочтение? Какие продукты содержат всего 10 Ккал? Четверть кислого яблока, сочный стебель черешкового сельдерея, одна средняя морковь, два свежих помидора. Кстати, это и есть те самые важные продукты, которые нам ежедневно нужны для здоровья и энергии. Запомнили? Включим в свой ежедневный рацион эти полезные и некалорийные продукты, которые должны напрочь вытеснить из нашего рациона изобилие углеводов и жиров.

2 Существуют продукты, которые, как ни странно, понижают аппетит. Наверняка замечали, что при остром чувстве голода две дольки шоколада быстро устраняют сосание под ложечкой. Или одна маленькая конфетка. Сладкое не противопоказано, главное – порция! Совсем немного, и все в порядке.

3 Чувство голода прекрасно снимает стакан воды без газа или стакан обезжиренного молока или несладкий, живой йогурт. Несколько кусочков распаренного чернослива или кураги. Пучок петрушки, мелко порезанной и добавленной в полстакана нежирного кефира. Кусочек дыни. А вот съеденное яблоко, наоборот, вызовет аппетит.

4 Отлично избавит от чувства голода настой петрушки или мяты. Столовую ложку травы залить стаканом кипятка и настоять в течение 5-10 минут. Пить маленькими глотками, как чай. А если еще вы в этот момент будете думать о чем-то приятном и возвышенном, то о голоде забудете напрочь.

5 Если вы не страдаете диареей, колитами, язвой или дисбактериозом, сделайте себе настой чеснока. Чеснок отлично борется с аппетитом. Три зубчика чеснока разотрите в ступке или пропустите через чеснокодавилку, залейте стаканом холодной кипяченой воды. По одной столовой ложке настоя перед сном, и ваш аппетит будет крепко спать всю ночь вместе с вами. Или проглотите один зубчик чеснока, не разжевывая.

6 Когда голод начинает мучить, трудно переключиться на другие мысли. Так и тянется рука за чем-нибудь вкусненьким. Если у вас уже есть такая привычка перекусывать между основными приемами пищи – главное, чтобы сам «перекус» был не тяжелее 100 ккал. Берите такие продукты из списка низкокалорийных и всегда держите их под рукой. Чтобы не было соблазна съесть булочку или пачку чипсов.

7 Природа мудра, и никто из животных никогда не будет есть «за компанию». Вот и нам пора отказаться от этой дурной привычки. И не есть строго по часам, даже если и есть-то пока не хочется. Слушайте свой организм – он сам подскажет. Приемы пищи должны быть строго по желанию. И помните, что желудок после 22 часов с трудом переваривает пищу. Старайтесь после 19-20 часов не употреблять ничего.

8 Отучитесь есть перед телевизором или за компьютером – совершенно неконтролируемый прием пищи. Можно незаметно для себя съесть в разы больше.

9 Всегда кладите себе небольшие порции на тарелку и никогда не ешьте из кастрюли, сковородки и т.д. Не подкладывайте по второму-третьему разу.

10 И самое главное правило – очень тщательно планируйте свой дневной рацион. Завтрак и обед – 80% всей пищи. Никогда не отказывайтесь от завтрака – он запускает обменные процессы в организме и помогает жирам сгорать. Энергетическая топка, заряд на весь день. Завтрак обязательно должен включать злаки – кашу, хлеб грубого помола. К примеру, гречневая каша, съеденная на завтрак, позволяет забыть о чувстве голода надолго. Все злаковые перевариваются в желудке длительное время, аппетит отдыхает.

В обеденное меню обязательно включите овощной салат и бобовые. Это и уровень холестерина снизит, и пищеварение улучшит, и даст бодрость. Бобовые быстро наполняют желудок.

А в ужин хорошо бы съесть немного отварной или тушеной рыбы. Или нежирного мяса с овощами. В рыбе много кальция. Недавно ученые доказали, что именно из-за недостатка кальция в организме многие люди не могут похудеть. Каков вывод? Принимайте кальций вместе с ежедневной порцией витаминно-минерального комплекса.

11 Остается напомнить об обязательной порции воды. Ежедневно нужно наполнять наши клетки водой. Это продлит молодость, это насытит клетку кислородом. 40 мл воды в день на 1 кг веса. Считайте сами! Если же вы перед едой выпьете стакан воды – наверняка порция сократится минимум на 1/3.

И побольше позитивных мыслей. Представляйте себя в желанном виде – к примеру, на празднике в вечернем платье, или на пляже среди восхищенных взглядов.

ОТКУДА БЕРУТСЯ БОЛЕЗНИ?

Уважаемые читатели! Я, Корепанова Алевтина Михайловна, травник-целитель, мед.работник, сейчас на пенсии, состою в Алтайской Ассоциации народных целителей 10 лет. Занимаюсь сбором трав, пишу о них статьи, и многие газеты печатают. Сборы трав высылаю больным людям по диагнозу и возрасту. Мне поддаются такие болезни: алкоголизм, бесплодие, половые инфекции, костно-суставные болезни, доброкачественные опухоли, а иногда злокачественные. Но 2 года назад меня круто подвернуло в сторону, и я поняла, что не очистив человека от паразитов и половых инфекций, невозможно его вылечить. И с тех пор я занимаюсь очищением, т.е. удаляю причину болезни, а это всевозможные паразиты, которые населяют наше тело и если с ними не бороться, то конечный исход: рак, инсульт, инфаркт. Очищение длится 1,5 месяца и чистит человека с макушки до пяток. После очищения -лечение травами по основному диагнозу.

Я вам зачитаю самые интересные случаи очищения. Больные со мной дружат и разрешают печатать их результаты.

Начало в № 47.

II ЧАСТЬ. ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ!

ПРОДОЛЖАЕМ НАШ РАЗГОВОР О ГЕЛЬМИНТАХ.

«Единое поле, – писал К.Э. Циолковский, – это океан энергии, а человек – маленькая капелька, порожденная океаном, ее Творцом, она живет, сохраняя в себе чистоту, прозрачность и все свойства великого океана. Если капелька обрывает связь с океаном, ее Творцом, она может высохнуть, в ней появляется иная жизнь, как жизнь болота». Для человека такой переход означает потерю здоровья, патологию. Человек наших дней мало знает о значении кремния. Без кремния даже в принципе жизнь на земле невозможна, даже растения не будут расти на земле, в которой нет кремния. А что касается человека, и это научно доказано – норма кремния – 4,7%, это абсолютно здоровый человек, к которому не может пристать никакая болезнь. Если кремний падает до 1,6% – это простатит, вирусный гепатит. При 1,4% – сахарный диабет, при 1,3% – рак, при 1,2% -инфаркт, инсульт. Дефицит кремния несет нарушение обмена веществ. СМЕРТЬ – это отсутствие кремния в организме. При дефиците кремния в организме не усваивается более 70 хим. элементов, а главное не усваивается кальций. Костная ткань становится хрупкой, начинаются болезни костно-суставной системы в виде отложений солей в суставах, печени и почках.

Все мы в разной степени заражены трихомонадой и почти всегда заражение происходит в утробе матери. Но трихомонада делает не только опухолевые заболевания, но и безопухолевые с конечным летальным исходом.

Врач-онколог назовет опухоль раком, тромбы в венах ног хирург назовет тромбофлебитом. Прединфарктное состояние кардиолог назовет тромбозом сердечных сосудов, но все эти тромбы, есть трихомонадные т.е. раковые, но только ограничены в своем росте стенками сосудов. Но особенно мне хочется просвещать население о паразитах, которые могут занимать до 40% объема тела. Нет такого человека, который не был бы заражен 5-6-8 видами глистов и они далеко не безобидны, как думают врачи. Крупные паразиты выделяют много своих токсинов и отходов в результате своей жизнедеятельности, но особенно много они пожирают кремния для выращивания своего потомства. Есть глисты, которые живут в половых органах мужчин и женщин, питаются слизистой этих органов, вызывая различные проблемы. А врачи гинекологи выписывают гормоны, подкармливая глистов и трихомонад – они на них усиленно растут и жиреют. У некоторых людей под кожей имеются подвижные узлы величиной от горошины до куриного яйца, а ведь это скопление глистов – филяриев и удалять их хирургическим путем бесполезно и, главное, они ведь делают заболевания, очень похожие на трихомонадные. Например: глист власоглав, обитающий на стенках кишечника, создает полипы, опухоли, кисты. А вот кривоголовка создает анемию, малокровие, отставание в росте и прочие болезни. Другие черви – паразиты создают астму, полипозы, пиелонефрит, у женщин – кольпит, огрубение стенок влагалища и полипы шейки матки. У мужчин – простатит, поражение яичек, семенных пузырьков (глист шистосома).

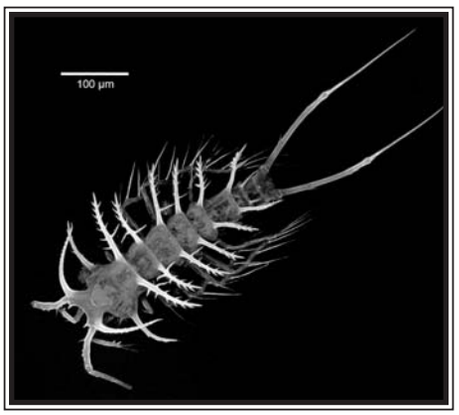
Это же делает паразит трихомонада. Трихомонада не боится никаких антибиотиков (даже химиотерапии), хищница, поедающая лейкоциты и эритроциты у женщин и мужчин, половые гормоны и ткани органов, в общем все, где она живет. Трихомонады бывают кишечные и ротовые, кариес – это их работа. Только здоровые люди должны продолжать род человеческий, а где же эти здоровые люди? Если все от новорожденного до стариков заражены трихомонадой и глистами. А сколько девочек подростков стоит на прием к гинекологу и каждая надеется выйти из кабинета здоровой. Трихомоноз, уретрит, хламидиоз, уреоплазмоз, кандидоз, герпес – вот перечень болезней, которые появляются в организме беременной.

...вот почему в России в прошлом году не было ни одного здорового новорожденного!

Источниками заражения глистами, трихомонадой (кроме полового контакта) и другими паразитами являются ваши любимцы: кошки, собаки, хомячки, птички. Они осеменяют яйцами паразитов пол, домашнюю мебель, на которой вы сидите, берете руками животных, ласкаете их, целуете, спите с ними. Если по огороду бегает здоровенная собака, то она тоже своими испражнениями заражает землю, а с непромытыми овощами, яйца глистов попадают в желудочно-кишечный тракт человека, где растут и размножаются в огромных количествах. А все болезни имеют паразитарную суть, поэтому

лечение должно быть комплексное. Не очистив организм от паразитов – невозможно вылечить болезнь!

Наш кишечник всегда находится в предраковом состоянии, за счет наличия в нем полипов, язв и прочего, но он же резервуар, рассадник и распространитель всех существующих паразитов. Ворота, через которые мы заражаемся – это рот, кожа и половые органы. Если вам поставили диагноз трихомоноз, а у вашего взрослого сына или дочери обнаружили герпес и хламидии, то все это можно вылечить травами, но врачи вам этого никогда не скажут, а выпишут рецепт на химические препараты, которые дадут временное облегчение, зато болезнь загоняет подальше вглубь, а через некоторое время она снова выплывает (обострение).



Даю рецепт, который убивает половые инфекции и частично убивает паразитов.

Тысячелистника **. . . . . 0,5 ст.л.**
Репешка **. . . . . 0,5 ст.л.**
Бедренца **. . . . . 0,5 ст.л.**
Семян укропа **. . . . . 0,5 ст.л.**
Луковой шелухи **. . . . . 1 горсть**

1 л воды кипятить на медленном огне 15 минут. Настоять ночь, укутав. Выпить в течение дня. Этим же отваром можно спринцеваться и делать клизмы по 1 л в день, утром, сразу после сна. Курс лечения 1 месяц, при необходимости повторить. Во время лечения питание вегетарианское, ежедневное питье овощных и фруктовых соков.

По вопросам об очищении обращайтесь по адресу: **427430, Удмуртия, г. Воткинск, а/я 68. Корепановой Алевтине Михайловне.**

Письменно отвечу всем при наличии конверта с марками и своим обратным адресом, но лучше звоните утром или вечером, время московское. **Дом. тел.: 8(34145) 4-34-01, сот.: 8 950 81669169**

ЛЕЧИТ ОБЛЕПИХОВОЕ МАСЛО

Облепиховое масло, приготовленное по специальному рецепту, помогло многим моим друзьям.

Ягоды облепихи промыть, просушить, выжать сок (это знают все), а вот дальше – внимание! Семена надо очень тщательно промыть, чтобы отделилась вся мякоть, и просушить. Сушка одних и тех же семян проводится только один раз. Надо разложить семена на противень тонким слоем и поместить в горячую духовку на 30-40 мин. Через каждые 10 мин. надо вытаскивать противень и быстро перемешивать семена. Если вы делаете много масла, то тогда закладываете в духовку вторую, третью и т.д. порцию таким же образом. Это первая тонкость.

Hippophae rhamnoides L.
Sallow-thorn, Sea Buckthorn; G.

Далее перемолоть на кофемолке семена в жмых, чем тоньше помол, тем лучше. Разделить полученный жмых на три равные части. При изготовлении облепихового масла обязательно соблюдается пропорция: на 3 граненых стакана жмыха нужно 0,5 л нерафинированного масла. Покупаю душистое масло на рынке.

Теперь следующие тонкости в приготовлении облепихового масла. Надо один стакан жмыха прожарить на сковородке 2-3 мин. Отставить и накрыть крышкой. Тем временем в эмалированную кастрюлю вылейте 0,5 л масла и нагрейте, не доводя до кипения.

Подготовьте сухую, чистую литровую бутылку. Выливаем в нее горячее масло и высыпаем прожаренный, еще теплый жмых. Хорошенько взболтать и поставить в темное место на 10 дней. Два других стакана нежареного жмыха спрячьте, они понадобятся позже. На 11-й день достаем бутылку с маслом и процеживаем его через мелкое ситечко. Жмых выбрасываем. Достаем 2-ю порцию нежареного жмыха, проделываем те же операции, что и с первой порцией. Масло, настоянное на первой порции жмыха, подогреваем, засыпаем в него 2-ю порцию жмыха и снова прячем на 10 дней. Те же процедуры проделываем с третьей порцией жмыха. После 30 дней масло процедить и перелить в керамическую или стеклянную бутылку. Плотно закрыть и снова поставить для энергетического отстоя на 10 дней. Жмых выбросить. Заметила, что даже через год масло в такой бутылке не теряет своей целебной силы. Для пользования надо отлить масло в маленький пузырек, а остальное держать в темном прохладном месте.

Итак, дорогие друзья, процесс приготовления настоящего облепихового масла завершен. Взгляните на него, оно приобрело ярко-оранжевую окраску. Только при таком способе лечебные свойства и жировая основа легко переходят в масло. Оно становится густым и необыкновенно целебным. Пользуйтесь, используйте народные рецепты и будьте здоровы!

Ольга Павловна, г. Курс.

С 2004 года газета «Бабушкины рецепты» выпускает приложение «Чудесные исцеления и целительные чудеса». Спешите подписаться на эту газету! В ней вы найдете уникальные старинные рецепты из древних книг. Рецепты, записанные в монастырях, рецепты травников и народных целителей. Вы узнаете о чудотворных иконах, где, в каких храмах они находятся, от каких бед помогают людям, о паломнических поездках в эти монастыри, как доехать и где остановиться, о жизни монахов, о том, как правильно вести себя в храме, о таинствах и действиях, о том, как избавиться от пороков и бед и многое другое. Вы узнаете много нового о лечебных свойствах камней, цветов, животных.

Все самые удивительные случаи исцеления. Скоро Новый год, Рождество. Здесь вы найдете приметы и гадания. А лучшим подарком на новый год может быть подписка на любимую газету! Подписаться можно во всех почтовых отделениях.

1) каталог Российской прессы» «Почта России». Подписной индекс на полгода – 24241, на год – 60278.

2)«Объединенный каталог Пресса России. Газеты и журналы». Полугодовой индекс – 19897, годовой подписной индекс – 19899.

3) каталог «Газеты. Журналы» Агентство Роспечать. Полугодовой индекс –19897, годовой индекс – 19899.

НУМЕРОЛОГИЯ... В КУЛИНАРИИ!

На свете много разных продуктов питания, полезных для организма человека, а можем ли мы разобраться в этом многообразии и выбрать действительно полезное именно для своего организма. Если обратиться к нумерологии, можно узнать число, свойственное каждому человеку и сообразуясь с ним, мы не только получаем наслаждение и хорошее настроение от любимых блюд, но и сможем улучшить здоровье. Итак, чтобы узнать наше число, необходимо сложить числа дня, месяца и года рождения. Например, вы родились 19 октября 1963 года: 1+9+1+0+1+9+6+3=30=3+0=3. В этом случае число сущности – 3. Ему соответствует число Марса. По вышеприведенному примеру вычислите свое число сущности и узнайте, какая планета вам покровительствует, и что следует есть.

Начало в № 46.

6 – ВЕНЕРА

Бобовые хороши в холодном протертом виде (например, лобио). Полезен будет и неочищенный рис – коричневый и тибетский дикий, – приготовленный в сковороде под крышкой. Перед тем как залить рис водой, хорошо обжарьте его на оливковом масле: он не должен быть разваренным. Кроме того, к продуктам первой важности относится гречневая крупа, которую перед тем, как залить кипятком, так же, как и рис, обжаривают. Рис и гречка могут составлять 1/4 вашего дневного рациона. В качестве приправ употребляйте листья и семена шамбалы, перечную смесь, кардамон, ваниль, корицу.

Соки, которые подойдут «венерианцам», – томатный, айвовый, грушевый, абрикосовый, персиковый, ананасовый. Следует пить свежевыжатые соки, от консервированных соков лучше отказаться.

Из трав хорошо употреблять семена фенхеля, корень солодки, анис, мяту, корень сельдерея. Для профилактики пейте полстакана отвара крапивы (от застоя крови), отвара полыни (для улучшения пищеварения), отвара горца птичьего (для очищения кишечника), отвара кукурузных рылец (от застойных явлений в печени).

Начинать день хорошо клюквенной или брусничной водой. Для ее приготовления надо сложить вымытую ягоду в банку, заполнив ее на 2/3, и залить доверху кипятком. Крепость телу и ясность уму придаст какао, приготовленное без молока и сахара, но с ванилью. Только оно за несколько секунд восстановит вашу энергию.

«Венерианцы», как правило, выглядят великолепно, однако порой они бывают подвержены нервным припадкам, спазмам и даже падают в обморок. В подобных случаях дайте им понюхать ваниль, корицу, розовое масло, пожевать кардамон или гвоздику.

7 – САТУРН

Подопечные семерки и Сатурна будут чувствовать себя комфортнее в роли вегетарианцев. В рацион «сатурнианцев» могут входить черные грибы (грузди, свинушки, маслята, моховики), в том числе и морские, которые чаще всего продаются в маринованном виде.

Грибы хороши всякие – соленые, жареные, вареные, маринованные. Не менее важен шпинат. Его листья можно использовать в свежем и мороженом виде. Из шпината хорошо сварить суп-пюре, заправив тмином, листьями шамбалы, горечавкой или имбирем. Великолепен омлет со шпинатом, причем шпинатной массы должно быть на 2/3 больше взбитых яиц. Шпинат можно употреблять как самостоятельную начинку в пирогах, делать из него блинчики, муссы и запеканки. Следующими по значению отметим дикую морковь, корень и листья сельдерея, черную и белую редьку, репу и семечки подсолнечника. Советуем попробовать салат из авокадо. Ваши соки – клюквенный, лимонный, грейпфрутовый, вишневый и гранатовый. Но лучше всего овощная смесь из капустного сока, сока корня сельдерея и сока черной редьки с добавлением сока лимона. Из приправ следует обратить внимание на базилик, тмин, гвоздику, корицу, лимонную корку, корку граната.

В меню «сатурнианцев» хорошо включить огуречный и капустный рассолы, легкий грибной маринад. Полезен отвар пастушьей сумки, шалфея и листьев сельдерея. Из фруктов, в первую очередь, обратите внимание на грейпфруты и ананасы – их следует есть без сахара. Далее по списку – зеленые яблоки и груши, мирабель, зеленый крыжовник, гранаты.

Поскольку «сатурнианцы» часто подвержены болезням печени, желчного пузыря и кишечного тракта, то начинать день им следует с какого-нибудь кислого сока, например, яблочного с добавлением лимона, клюквенного, гранатового. При обострениях пейте по утрам отвары из кукурузных рылец, зверобоя, календулы с добавлением зеленого или желтого чая. Оздоравливающее действие на кишечный тракт производят цветы жасмина. Можете употреблять их в качестве приправы, а также вместе с зеленым чаем.

Не забывайте про черный кофе с лимоном – он подстегивает умственную деятельность. Зимой «сатурнианцев» взбодрит горячий зеленый чай с горячим топленым маслом (это единственное исключение в употреблении животного жира). В качестве тонизирующих средств можно применять отвары живицы сосновых или еловых молодых побегов, а для ароматерапии – пихтовое и можжевеловое масла.

Продолжение следует...

VI ФЕСТИВАЛЬ ЗДОРОВЬЯ BezTabletok.Ru

Российская Государственная Библиотека (им.Ленина), г.Москва. (03.12.2008 – 14.12.2008)

Партнеры фестиваля

Расписание Фестиваля:

Творческие встречи:

3 декабря (среда), 18:30. Владимир ЛЕВИ.

Доктор медицинских и психологических наук, произведения которого переведены на 25 языков! Автор популярнейших книг «Искусство быть собой», «Охота за мыслью» и др.

4 декабря (четверг), 18:30. Анатолий НЕКРАСОВ.

Создатель центра «Школа мудрости» и программы «Счастливая семья». Помог десяткам тысяч людей избавиться от сложнейших проблем со здоровьем, решить вопросы взаимоотношений детей и родителей, одиночества, алкоголизма и др. Среди его книг «Живые мысли», «Материнская любовь» и др.

5 декабря (пятница), 18:30. Георгий СЫТИН.

Доктор медицинских, психологических, педагогических и философских наук; профессор, академик международной академии наук, автор более 70-и книг, в т. ч. «Всегда здоровое сердце», «Исцеляющие настрои» и др.

9 декабря (вторник), 18:30. Андрей ЛЕВШИНОВ.

Создатель уникальной комплексной системы оздоровления, доктор философии и психологии, мастер йоги, цигун и рэйки. Автор более 50 книг, которые помогают сделать здоровье – крепким, жизнь – счастливой, а дом – полной чашей!

10 декабря (среда), 18:30. Александр СВИЯШ.

Создатель уникальной методики взаимодействия человека с миром и бесконфликтного достижения целей, автор более десяти бестселлеров, тираж которых превысил 8 000 000 экземпляров, среди них «Улыбнись, пока не поздно!», «Хочешь быть здоровым? Будь им!» и др.

11 декабря (четверг), 18:30. Владимир ЖИКАРЕНЦЕВ.

Автор популярных книг по самопознанию, его работы издаются уже более пятнадцати лет, автор книг «Путь К Свободе», «Жизнь Без Границ», «Обретение Силы» и др.

12 декабря (пятница), 18:30. Валерий СИНЕЛЬНИКОВ.

Психолог, гомеопат, автор уникальных по эффективности целительных методик, помогающих людям вернуть здоровье, повысить благосостояние, управлять своими эмоциями и стать удачливым. Автор книг «Возлюби болезнь свою», «Сила Намерения», «Тайны подсознания», «Прививка от стресса» и др.

Авторские семинары:

6 декабря (суббота), 11:00 – 18:00.

Людмила ПУЧКО: Многомерная медицина в вопросах и ответах.

Многомерная медицина – уникальная, не имеющая аналогов в мире высокоэффективная методика самодиагностики и самоисцеления человека. Позволяет самостоятельно ликвидировать многие болезни, считающиеся неизлечимыми. Автор популярнейших книг «Биолокация для всех», «Многомерная медицина» (в 2008 г. вышло 20-е(!) издание этой книги) и др.

7 декабря (воскресенье), 11:00 – 18:00.

Лисси МУССА: Сделаем из Тушки Фигурку.

Автор знаменитой игровой психотренинговой системы «ОК`сЮМОРон», позволяющей устроить жизнь по своему желанию, хотению и велению, известная московская художница, журналист, психолог. Автор книг «Сделаем из Тушки Фигурку», «Полное руководство по Выделке Собственной Шкурки», «3000 способов не препятствовать удаче» и др.

13 декабря (суббота), 11:00 – 18:00.

Юрий ВИЛУНАС: Практический курс «рыдающего» дыхания.

Создатель уникальной дыхательной методики. Сердечно-сосудистые заболевания, бронхиальная астма, язвенная болезнь, онкология и многие другие «неизлечимые» болезни отступают перед природными механизмами оздоровления. Автор книг «Дыхание, несущее здоровье», «Рыдающее дыхание против диабета» и др.

14 декабря (воскресенье), 11:00 – 18:00.

Иван НЕУМЫВАКИН: Резервные возможности организма.

Доктор медицинских наук, профессор, расскажет о том, как победить многие болезни, и в этом не помеха ни ваш собственный возраст, ни «возраст» вашей болезни. Автор книг «Перекись водорода», «Эндоэкология здоровья» и др.

Каждому пришедшему ПОДАРОК – биотренажер АНТИСТРЕСС-РЕДОКС!

Творческие встречи и семинары состоятся в КОНФЕРЕНЦ-ЗАЛЕ Российской Государственной Библиотеки (м. «Библиотека им. Ленина»,ул. Воздвиженка, 3/5, 3-й подъезд).

АБОНЕМЕНТЫ и БИЛЕТЫ можно приобрести в театральных кассах метро и города, а также в ресторане «Джаганнат» (т.628-3580), магазине «Помоги себе сам» (т.179-1020) и в магазине «Белые облака» (т.621-6125). Информация по тел: 964-1354 и 748-3033 (круглосуточно).

Уже сейчас Вы можете забронировать билеты на Фестиваль, написав по e-mail: info@beztabletok.ru

ЭТОТ РЕЦЕПТ ОСОБЕННО ПОМОГАЕТ ПРИ КОЛИТАХ

Впервые начал использовать различные системы оздоровления в конце 70-х годов (йога, акупрессура и так далее). Занимался разными чистками, гимнастиками, но нерегулярно.

Чистку кишечника делал, применяя клизмы. Теперь занимаюсь лечением, нормализацией всего ЖКТ по следующему рецепту: 100 г льняного семени перемолоть, залить 250 г нерафинированного подсолнечного масла холодного отжима, настаивать 7 дней, взбалтывая. Пить минимум 10 дней по 1 ст. ложке 3 раза в день за 40-60 минут до еды.

При этом соблюдать растительную диету, грибную, рыбную. Исключаются алкоголь, все мучные изделия. Из сладкого – только сладкие фрукты и мед.

Этот рецепт особенно помогает при колитах.

Противопоказания: хронический панкреатит, геморрой, гепатит, желчнокаменная болезнь.

При всех этих болезнях показано применение обычного настоя льняного семени на воде: 1 ч. ложку семян (не размалывать) заварить 1 стаканом кипятка. Настаивать в термосе целый день, выпить настой на ночь вместе с семенем, не процеживая, весь. Пить 2-3 недели.

Федоров Ю.К., Москва.

ЧЕРНЫЙ ПЛАСТЫРЬ – МАЗЬ ОТ НАРЫВОВ

Так я называю мазь, которую уже давно использую – это мой лечащий врач. Она хороша от мастита, нарывов, гнойников, сучьего вымени.

Возьмите по 50 г натертого на терке черного мыла и ржаной муки, по 1 ст. ложке растительного масла и меда. Все залейте 3/4 стакана кипятка, поварите 2-3 минуты, добавьте 1 церковную свечку без фитилька, размешайте. Мазь готова. Повязку с мазью меняйте ежедневно. Вначале не исключены болезненные ощущения. Полное выздоровление наступает обычно через 2 недели.

Егорова Наталья Федоровна.

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ОВОЩ

Это капуста. Известна она еще со времен Древнего Рима. Римляне считали, что дети, употребляющие ее в больших количествах, вырастают сильными, смелыми, бодрыми и веселыми, и, значит, со временем станут хорошими воинами. Они ею лечили множество болезней – от ран, полученных в бою, до авитаминозов и заболеваний желудочно-кишечного тракта. Капуста ценилась во всех европейских странах, у самых разных народов, в том числе и на Руси.

Вообще воздействие ее на организм больного человека значительно шире – как свежая капуста, так и квашеная, как сок ее, так и рассол, отвар семян, свежие листья, даже пепел из сожженных корней – все является проверенными лечебными средствами для больных сахарным диабетом, полиартритом, язвами желудка и двенадцатиперстной кишки, спастическими колитами, геморроем, хронической диспепсией, поносами и некоторыми заболеваниями печени и почек. Она же препятствует развитию атеросклероза и излечивает бессонницу. Учитывая, что витамина С в капусте большое количество, и, что самое главное, сохраняется он круглогодично, она незаменима и при лечении цинги и авитаминоза.

Сортов капусты много. Вот некоторые из них: белокочанная, краснокочанная, цветная, брокколи, брюссельская, кольраби. И каждая из них имеет сугубо свои неповторимые особенности. Так краснокочанная и цветная капусты содержат в себе витамина С в два раза больше, чем белокочанная, а брюссельская и того больше – в три раза. Капуста кольраби очень полезна детям самого разного возраста, так как в ней, как в никакой другой, очень большое количество кальция, необходимого для формирования и скелета, и зубов. Капуста же брокколи нужна всем людям пожилого возраста, так как она приостанавливает развитие атеросклероза.

Вот несколько рекомендаций, которыми нетрудно воспользоваться в домашних условиях.

При заболевании гриппом, верхних дыхательных путей, ларингитах, бронхитах, сопровождающихся насморком и кашлем, проводится следующее лечение: ежедневно в носовые ходы закапывают сок свежей капусты из расчета 3– 4 капли в каждую ноздрю 5-6 раз в сутки. Для полоскания горла разводят рассол наполовину теплой водой и полощут горло 4-6 раз в сутки. Чтобы смягчить кашель, принимают сок капусты с соком редьки половина на половину и полощут горло 4-6 раз в сутки. Для смягчения кашля неплохо добавить туда же меда и немного сока лимона.

При ушибах, болях в мышцах и суставах накладывают наружно свежие листья капусты. Это же действительно и для больных подагрой и костно-суставной формой ревматизма.

Листья свежей капусты в измельченном виде, смешанные с яичным белком, хорошее подспорье и для лечения резаных ран и ожогов.

Тем, у кого хронические запоры и геморрой, необходимо пить рассол из-под квашеной капусты по одному стакану раз в сутки.

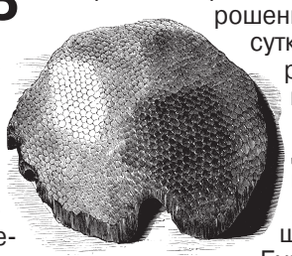
Широко применяется капуста и в косметике, о чем не понаслышке знают все женщины.

Капуста – универсальная еда и для здоровых, и для больных, причем в наше трудное время вполне доступная по цене

Иван М., г. Минск.

ЛЕЧИМ ВАРИКОЗ

Если вы страдаете от варикозного расширения вен, то этот рецепт для вас. Приготовьте следующие компоненты: стружка мыла хозяйственного, мазь Вишневского, мазь ихтиоловая, сок алоэ, сок лука, натуральный мед, свежий несоленый, нутряной жир. Тщательно смешайте все компоненты в равных пропорциях (по ложке каждого), слегка подогрейте, натрите место варикоза и хорошенько утеплите на сутки. Сделайте перерыв на 12 часов и нанесите повторно мазь на ночь. Для профилактики проводите процедуру один раз в шесть месяцев. Будьте здоровы!



Устинова Р.Г., г. Москва.

НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА

ПРАВА ПОКУПАТЕЛЯ В МАГАЗИНЕ

Отправляясь за покупками, мы выбираем не маленькие палаточки или ларьки, а большие магазины, предполагая, что качество обслуживания и качество товаров будет соответствующее. Но как показывает покупательский опыт в магазинах, работающих под маркой престижных торговых фирм, выявляется большое количество нарушений. Это продажа некачественных товаров с просроченным сроком годности, продажа контрафактной продукции без документов и сертификатов качества. Обман, когда на кассе с покупателя за товар берут большую сумму денег, чем указано на ценнике. Нередки случаи невежливого обслуживания покупателей. И это далеко неполный перечень нарушений.

Конечно, в таких магазинах открыто не обвешивают и не обсчитывают. Но обман остается обманом, каким бы цивилизованным он не выглядел. При этом найти виновного чрезвычайно сложно, у продавцов даже не всегда есть приколотые к груди карточки с указанием имени и фамилии. Менеджеры супермаркетов, оправдывая недобросовестную работу, приводят разные аргументы. Например, из-за большого объема продаж сотрудники не успевают вовремя менять ценники и т. д.

Но что же делать, если вас обманули?

Во-первых, если вы понимаете, что вас обманывают, и сейчас произойдет конфликтная ситуация, вступать в дискуссию с работниками магазина не надо. Попросите пригласить менеджера, чтобы написать заявление на имя руководителя торговой организации. Причем, если дело дошло до угроз вызвать милицию, то позвонить в правоохранительные органы лучше вам самим. И в присутствии сотрудника милиции вручить менеджеру магазина заявление.

Второе. Нужно позвонить в «защиту прав потребителей». Телефон должен быть указан в «уголке покупателя», который обязательно есть в любом магазине.

Сами покупатели часто просто не знают своих прав, этим и пользуются недобросовестные работники торговли.

Стоит отметить, что администрация магазина не должна настаивать, чтобы вещи сдавались в камеру хранения.

Если же охрану супермаркета осуществляют работники ведомственной или вневедомственной охраны, то они имеют право производить досмотр вещей, а в исключительных случаях – и личный досмотр. Тут можно порекомендовать «вооружиться» статьей 184 Уголовно-процессуального кодекса РФ, где сказано: «При наличии основания производится личный обыск, но только сотрудником милиции одного пола с обыскиваемым лицом и в присутствии понятых того же пола».

Следует отметить, что супермаркет – это всего лишь торговая организация, которая должна соблюдать все правила торговли, также как и любой другой магазин. А вы как покупатель должны отстаивать свои права. И у любого магазина должен быть главный девиз: ***«Покупатель всегда прав!»***

Сотрудники магазина не имеют полномочий делать обыск и досмотр личных вещей покупателей без представителей органов милиции. Большая часть охранников просто выполняет распоряжение своих руководителей. Охрану обязывают пресекать кражи или задерживать лиц, пытающихся незаконно вынести продукты. Тем не менее, после задержания они должны вызвать наряд милиции.

Ну, а если это не так, задумайтесь. Ведь у вас всегда есть право выбора. Вы можете делать покупки и в другом, пусть даже маленьком, магазине. Владелец небольшого магазинчика дорожит своим клиентом. Он привлекает покупателя не только широким ассортиментом и низкими ценами, но и чутким отношением. Понятно, что обман в этом случае не входит в его планы.

Удачных покупок!

НЕ ВЫБРАСЫВАЙТЕ ДРЕВЕСНУЮ ЗОЛУ

Я уверена: этот рецепт поможет многим. Говорю так потому, что 25 лет назад сама оказалась свидетельницей одного случая: за три простых процедуры парапроктит был вылечен полностью. А помог в этом щелок – отвар древесной золы. В давние времена его готовили в бане в чугунном котле, мыли этим отваром голову. Теперь об эффективности древесной золы мало кто знает. Да я и сама подзабыла. Но лет 5 назад в книге знахарских рецептов нашла способ лечения свища отваром древесной золы.

Нужно взять две пригоршни просеянной золы на 7 литров воды, кипятить полчаса, процедить или отстоять, а затем слить. Ванну из теплого щелока принимать 20-30 минут, можно просто промывать рану этим раствором. В воду выйдут мелкие нитевидные червячки – «виновники» болезни. В зависимости от тяжести состояния ванны или промывания нужно делать несколько раз, но иногда бывает достаточно 2-3 раз, чтобы рана очистилась, зарубцевалась и свищ больше не появлялся.

В. Н., г. Москва.

СОВЕТЫ НАШЕГО ВРЕМЕНИ

СЕКРЕТЫ ВКУСНОЙ КУХНИ

Правильные пельмени: солят воду сразу после закипания, но до того, как опускать в нее пельмени.

Чтобы пельмени не склеивались можно добавить в воду ложку растительного масла.

Чтобы пельмени не приклеились ко дну кастрюли, можно провести по дну кастрюли шумовкой, особо прилипчивые пельмени отскочат от дна.

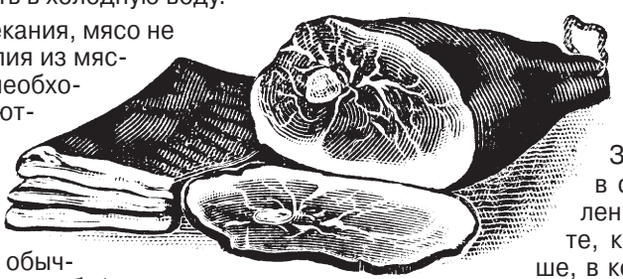
Варят пельмени 8-12 минут (в зависимости от размеров пельменей: мелкие – меньше, а крупные, соответственно, дольше). После того, как они всплывут, огонь уменьшают, чтобы вода не бурлила, это может привести к тому, что пельмени распадутся. И варят еще 3-5 минут.

Перед подачей на стол необходимо выловить пельмени из воды шумовкой и уложить в кастрюльку, чтобы вода с них стекла, и только потом выкладывать на тарелки.

Мясо во всех видах надо солить лишь в конце приготовления, т.к. соль способствует потере сока.

При варке: чтобы мясо было сочным, а не жестким и безвкусным, надо закладывать его в крутой кипяток, а если из мяса намерены получить хороший навар, крепкий бульон, то его надо закладывать в холодную воду.

При запекании в фольге или мешке для запекания, мясо не солится, если оно запекается куском. Изделия из мясного фарша солятся, сдабриваются всем необходимым по рецепту и обязательно обваливаются (панируются) в муке, которая и забирает часть соли.



Птица сдабривается сухими пряностями и почти не солится.

Рыба солится в несколько раз больше, чем обычно. (1-1,5 столовых ложек крупной соли на 1 кг рыбы).

Овощи не солятся и не сдабриваются ничем. (Все это добавляется перед подачей блюда на стол).

Кляр, замешанный на дистиллированной воде вместо обычной, плотный, тонкий и гладкий. Минеральная вода делает кляр более рыхлым, ноздреватым, воздушным.

Если бобовые не замочить предварительно, то они варятся значительно дольше. При этом заливают их холодной водой на 3-5 см (и более) выше поверхности и варят на очень медленном огне.

Солят все бобовые только в самом конце варки, когда они мягкие.

Чтобы приготовить кашу: засыпав крупу и залив ее водой, не трогать, не мешать, крышку не открывать. Каша варится не столько водой, сколько – паром. Соотношение крупы и воды: гречка – 1:2; рис – 2:3

Супы удаются тем лучше, чем в меньшем объеме они варятся.

Чем медленнее и спокойнее варится суп, тем он вкуснее (еще лучше, когда он не кипит, а томится). Лучше для этого использовать толстостенную кастрюлю.

Солить супы следует в конце варки. Если посолить слишком рано, когда продукты еще твердые, то он дольше варится и часто бывает пересолен, т.к. соль остается в жидкости.

Приправы и пряности вводят в суп за 3-7 минут до готовности.

Супы не рекомендуется разогревать, лучше их съесть сразу (кроме суточных щей).

Как рассчитать количество воды в супе, чтобы всем хватило? Влить в кастрюлю столько тарелок воды (полных), сколько порций хотим получить. Лишняя вода выкипит, а оставшаяся вместе с гущей составит полную тарелку.

Чем больше компонентов в супе, тем крупнее они должны быть нарезаны, чем меньше, тем – мельче. В овощной суп овощи режутся как можно мельче, в крупяной (лапша, вермишель, клецки и т.д.) – кладутся целиком.

Закладывать продукты в суп следует в определенном порядке: сначала те, которые варятся дольше, в конце – те, что варятся быстрее, тогда все они будут готовы в одно время и не переварятся.

При жарении: не следует класть продукт на холодную сковороду в холодное масло, они к ней прилипнут.

Нельзя подливать холодное масло в процессе жарения и смешивать его с перекаленным. Именно в этом случае возникает чад.

Если в сковороде есть царапины, к ним обязательно пригорит продукт.

АЛЛЕРГИЯ

Читатели часто обращаются в вашу газету с просьбой помощи от аллергии. Я считаю, что натуральное мумие – одно из самых сильных средств для лечения аллергии любого происхождения.

Хорошее мумие растворяется в воде без проявления мути. Только нужно помнить, что бывает небольшой отек слизистой оболочки горла при лечении мумие. Моя дочь с 3-х до 16 лет страдала весенней астматической аллергией. Она полностью избавилась от аллергии при приеме мумие за 2 года.

Однажды родственники из Таджикистана прислали нам местное натуральное мумие, сказали, что аллергия обязательно пройдет, если пить его раствор. Дочь принимала такой раствор: 1 г мумие на 1 л теплой кипяченой воды. Принимать раствор с утра, раз в день. Детям от 1 до 3-х лет по 50 мл, до 7 лет – 70 мл, от 8 лет и взрослым – по 100 мл. Через месяц приема – аллергия прекратилась. В следующий год мы повторили прием – начали пить раствор за 1,5 мес. до цветения березы. И аллергия больше вообще ни разу с тех пор не возобновлялась. Минимальный срок для ежедневного приема мумие для излечения всех видов аллергии: не менее 3-х недель 2 раза в год до улучшения состояния.

Задонская Л.М., Тверская обл.

БОЛЬ ЛЮДСКАЯ

Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Пишу вам в первый раз. У меня проблема, и для меня очень серьезная. Мне 55 лет. Я очень сильно похудела и худею до сих пор. Я обследовалась у врачей, анализы все положительные. Гормональные в моем возрасте пить нельзя, а как еще поправиться я не знаю. Если можно, то напечатайте рецепты через газету. Многие хотят похудеть, а многие – поправиться. Мой вес был 60 кг при росте 158 см, а сейчас я вешу 46 кг. Одежду покупаю в «Детском мире».

Если можно. Помогите. С уважением, С.В., г. Муром.

Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Меня зовут Мария, очень прошу Вас напечатать мое письмо в вашей газете с просьбой о помощи. Мне для лечения очень нужны травы, Посконник или как его еще называют в народе Сидач коноплевый и гриб Трутовик, нигде не могу их достать. Если у кого есть такие травы или кто-то знает, где их можно достать, то напишите мне, пожалуйста, по адресу: **142106, г. Подольск, ул. Фурманова, д. 42. Пересылку оплачу**.

Здравствуйте, прошу помощи! Мальчику 12 лет. Диагноз– прогрессирующая мышечная дистрофия. Очень прошу тех, кто сталкивался с подобным заболеванием, написать нам.

Помогите. **109559, Москва, ул. Маршала Кожедуба, д.14, кв.46. Власенкова Елена Александровна.**

Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Прошу опубликовать мое объявление в рубрике «Боль людская». Для лечения прошу выслать скорлупу кедровых орехов.

352120, Краснодарский край, г. Тихорецк, г/п, а/я 24. Тел.: 8-918-016-24-22. Чуреков Николай Иванович.

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

НАСТОЙ ФИАЛКИ ПЕЙ, НЕ БОЛЕЙ!

Добрый день! Спешу поделиться с твоими читателями своими рецептами исцеления. Надеюсь, что они помогут тем, кто в них нуждается.

При заболеваниях дыхательных путей срываем фиалки в пору раннего цветения утром, сушим в тени в открытом стеклянном сосуде или на блюдце. Храним в стеклянной банке в темном месте. При простуде и кашле завариваем столовую ложку сухих цветков стаканом кипятка и «томим» на водяной бане 15 минут, настаиваем, пока не остынет, процеживаем и пьем 3 раза в день по половине стакана.

А малыши будут с удовольствием пить сироп из фиалок, который поможет от кашля не хуже известных микстур. А варят сироп так. Горсть свежих лепестков заливают 0,5 л воды, кипятят 15 минут и оставляют настаиваться на всю ночь. Утром процеживают, добавляют 0,5 кг сахара. Дают детям в течение дня от 2 до 8 столовых ложек. Можно также полоскать горло раствором сиропа (столовая ложка на стакан воды).

Хроленко С.К., г. Киржач.

Внимание, подписка на 2009 год.
Уважаемые читатели, Вы можете подписаться на газету в любом почтовом отделении через любой из следующих каталогов: «Объединенный каталог Пресса России. Газеты и журналы» – 19898 полугодовой и 19900 годовой. Каталог «Газеты. Журналы» Агентство Роспечать – 19898 полугодовой и 19900 годовой. «МАП» Каталог Российской прессы «ПОЧТА РОССИИ» – 24240 полугодовой и 60276 годовой.

Ф.СП-1

АБОНЕМЕНТ На Газету ~~Журнал~~ (Индекс издания)

“Бабушкины рецепты”

(Наименование издания) Количество комплектов

На 2009 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
X	X	X	X	X	X						

Куда (Почтовый индекс) (Адрес)

Кому (Фамилия, инициалы) Тел.

Доставочная карточка

ПВ Место Литер

На Газету ~~Журнал~~ (Индекс издания)

“Бабушкины рецепты”

(Наименование издания)

Стоимость Подписки Переадресовки Количество комплектов

На 2009 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
X	X	X	X	X	X						

Куда (Почтовый индекс) (Адрес)

Кому (Фамилия, инициалы) Тел.