

А П Т Е К А

ГРИБНАЯ АПТЕКА

ФУНГОТЕРАПИЯ – НАУКА О ЦЕЛЕБНЫХ ГРИБАХ ПОГОВОРИМ О ЛИСИЧКЕ

Лес! Дача! Огород!

С приходом лета нас тянет на природу, мы соскучились по земле, хочется видеть на столе выращенные своими руками огурчики, яблочки, ягодки. А как уж детишки рады этому времени года! Они готовы все увиденные сладкие вкусности с грядки закинуть в рот. Зачастую так и бывает - не успеешь оглянуться, а ребенок уже жует немытую клубничку или пыльную смородинку. И, конечно же, как не следи за чадом, уберечь сложно. Поэтому летние результаты иногда нас огорчают, так как начинаются хождения по аптекам в поисках нужных лекарств. И не стоит забывать, что в этом случае наряду с лекарствами нам могут помочь грибы. Например, л и с и ч к а - красавица наших лесов. Обладая многими целебными свойствами, она и в природе не дает себя в обиду – никогда не бывает червивой, и помогает людям как противопаразитное и противоглистное сред-



ство. В спорах мякоти лисичек имеется вещество – хиноманноза, которую не переносят гельминты всех видов, именно она способствует растворению оболочек яиц паразитов, а вовремя уничтожит яйца паразитов – это есть лучшая профилактика. Поэтому «лисичкино» вещество помогает легко избавиться от аскаридоза, описторхоза, то есть, от любых глистных инвазий. В природной аптеке все давно продумано, и лесное сообщество с нетерпением ждет появления лисичек - едят их и медведи, и мыши, и лоси, и даже птицы.

Лисичка обладает и другими целебными свойствами. Активное вещество эргостерол, имеющийся в лисичке, эффективно действует на ферменты печени, а траметенолиновая кислота успешно воздействует на вирус гепатита.

Для получения индивидуальных бесплатных рекомендаций квалифицированных врачей-фунготерапевтов по применению целебных грибов Вы можете обратиться в Центр фунготерапии Филипповой Ирины Александровны.

Адреса: г. Москва, м. Полежаевская, Хорошевское шоссе, д.68, корп.5

м. Свиблово, проезд Нансена, д.6, корп.3

Телефоны в Москве: (495)941-30-10, 656-61-76, 510-49-70

Телефоны в Санкт-Петербурге:

(812)703-0644, 717-1711

Сайт: www.fungomoscov.ru


СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

| | |
|--|---|
| ОСТРЫЙ АРТРИТ | 1 |
| АЛКОГОЛЬНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ | 1 |
| ВОТ ТАКАЯ РОМАШКА | 1 |
| ПОМОГ СТАРИННЫЙ РЕЦЕПТ..... | 2 |
| НЕПРОХОДИМОСТЬ КИШЕЧНИКА | 2 |
| ЛЕЧИМ ГАЙМОРИТ | 2 |
| КАК УКРЕПИТЬ ИММУНИТЕТ | 2 |
| ЖЕЛЕ ИЗ ЛЕПЕСТКОВ РОЗ..... | 3 |
| НУЖНОЕ ЛЕКАРСТВО Я НАШЛА НА КУХНЕ | 3 |

| | |
|---|---|
| ХОЧУ ПОДЕЛИТЬСЯ РЕЦЕПТОМ ПОХУДЕНИЯ | 3 |
| ПОМОЖЕТ СОК | 3 |
| БЕЛОЗЕР – ЦАРСКИЕ ОЧИ..... | 4 |
| КАТАРАКТА | 5 |
| СРЕДСТВО ОТ ГЛУХОТЫ | 5 |
| ПРОТИВ КУРЕНИЯ | 6 |
| НОС НЕ БУДЕТ БОЛЬШЕ КРАСНЫМ | 6 |
| ПАНАЦЕЯ ОТ ЛЮБЫХ СТРАДАНИЙ..... | 6 |
| УДИВИТЕЛЬНЫЕ ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА ГЛИНЫ | 7 |
| РЕАЛЬНАЯ ЗАЩИТА | |

| | |
|---|----|
| ОТ ОДИНОЧЕСТВА | 8 |
| ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО... .. | 9 |
| СМОРОДИНА ОТ ДИАТЕЗА | 9 |
| БЫСТРАЯ ЕДА ЗА 15 МИНУТ | 10 |
| ТРАВКИ С ОГОРОДА ДЛЯ СЕЛЕЗЕНКИ | 11 |
| «ДИОСКОРЕЯ С КЛЕВЕРОМ» ПРОТИВ «ОМЕЛЫ С СОФОРОЙ» В ЛЕЧЕНИИ СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ! | 12 |
| НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА..... | 13 |
| СОВЕТЫ НАШЕГО ВРЕМЕНИ | 14 |
| ГРИБЫ В САДУ | 15 |
| БОЛЬ ЛЮДСКАЯ..... | 15 |

Ждем интересных материалов. Поделитесь опытом!

| | |
|--|--|
| <p>Редакция не несет ответственности за содержание рецептов, присланных читателями. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Мнение редакции может не совпадать с мнением автора публикации.</p> <p>Редакция оставляет за собой право по своему усмотрению публиковать и редактировать письма и присылаемые в адрес газеты материалы (в частности, в отношении объема текста, лексики, грамматики, явных неточностей, а также личных персональных данных), если они не сопровождаются конкретными указаниями по их использованию.</p> <p>Предупреждаем, что газета не является учебником по медицине и пособием по лечению болезней. Прежде чем воспользоваться рецептом или рекомендацией из нашей газеты, проконсультируйтесь с лечащим врачом! Доброго вам здоровья!</p> <p>Пожалуйста, обратите внимание на то, чтобы ваши письма были написаны разборчивым почерком. Особенно это касается диагноза, названия принимаемых лекарств, трав, а также ваших персональных данных (имени, адреса и т.д.). Помните, речь идет о здоровье!</p> | <p>Газета «БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ».</p> <p>Выпуск №36 (340). Тираж 140000 экз. Заказ 121108, г. Москва, ул. Пивченкова, д. 3, корп. 3.</p> <p>Контакты с читателями только через а/я, 121354, г. Москва, а/я 299, Бондаревой Н.Н. Тел.: (499) 940-2413, 144-2958, 146-2653 e-mail: babusya@list.ru</p> <p>По поводу рекламы тел.: 8-903-200-3080. Телефоны для связи с распространителями: 144-2958, 146-2653.</p> |
| <p>Вы можете подписаться на газету «Бабушкины рецепты» с любого месяца через каталог Роспечати (подписной индекс – 25577) или через каталог «Почта России» (подписной индекс – 24240).</p> <p>ЗАО «МК-Периодика» оформляет подписку на наши газеты в странах СНГ, Ближнего и Дальнего зарубежья по индексам: «Бабушкины рецепты» – 25577, «Чудесные исцеления и целительные чудеса» – 24241.</p> <p>Координаты для подписчиков: Тел.: +7 (495) 681-9137, +7 (495) 681-8747. Факс: +7 (495) 681-3798. E-mail: export@periodicals.ru. www.export@periodicals.ru</p> <p>Поставщик в РБ – ООО «Росчерк», г. Минск, ул. Авангардная, 48а. Тел.: (017) 299-9261(-62).</p> | <p>Дизайн: А.Борисов. © 2002-2006, e-mail: aart_bor@rambler.ru</p> <p>Подписано в печать 31.08.2008</p> <p>Сдано в печать 31.08.2008</p> |
| <p>ISSN 1811-9492</p> <p>08036</p>  <p>9 771811 949000</p> | <p>Внимание! Газета «Бабушкины рецепты» ждет Ваших писем. Каждый материал должен быть основан на конкретных жизненных примерах и давать полное представление о том, как можно избавиться от недуга. Пишите нам: 121354, г. Москва, а/я 299, Бондаревой Н.Н.</p> <p>Материалы, опубликованные в газете «Бабушкины рецепты», защищаются Законом РФ об авторском праве. Полное или частичное воспроизведение или размножение каким бы то ни было способом этих материалов допускается только с письменного разрешения издательства. Рукописи, письма и фотографии не рецензируются и не возвращаются.</p> <p>Учредитель: ООО «НМ-Пресс».</p> <p>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.</p> <p>Отпечатано в ОАО «ЧПК», г. Чехов Московской обл. ул. Полиграфистов д. 1. Цена свободная</p> |

Бабушкины рецепты

еженедельная газета. издается с 2002 года

«лечить нас все же бабушки умели»

ОСТРЫЙ АРТРИТ

Несколько лет назад у моей сестры внезапно начались отеки и боль в суставах рук. Обезболивающие таблетки перестали действовать, и мы нашли одно замечательное средство, надеемся, что полностью избавимся от этого недуга.

Надо приготовить по 10 мл на каждый больной сустав пихтового или соснового масла, прогреть его до 36 град. пропитать ткань, сверху – тонким слоем насыпать обычную поваренную соль.

На ночь этой соленой стороной приложить тряпку к суставу, сверху – целлофан, потом бинт. Утром – промыть, и так – 5-7 дней, это устраняет боль примерно на месяца полтора-два. Делаем процедуры уже год, суставы стали реже опухать, не болят даже в холодную и сырую погоду.

Ольга Поперечная, г. Бийск Красноярского края.

АЛКОГОЛЬНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Хочу рассказать, как вызвала отвращение к водке у своего мужа. Я, как только начинался запой у него, давала ему стакан водки, настоящий на одном корне любистока и 2-х листах лавра благородного. Через полчаса начиналась рвота (иногда и по 2-3 стакана выпивал). Запой прерывался через день-полтора. Через несколько месяцев запои вовсе прекратились.

А.М., г. Новгород.

ВОТ ТАКАЯ РОМАШКА

Долго думала, выложить этот способ лечения цистита, или нет. Но потом решила, ведь,

наверное, каждая вторая страдает от этой заразы!

Берете обыкновенную лечебную ромашку, примерно 1 стакан, ошпариваете его кипятком, в соотношении 1/5 в какой-нибудь емкости, чтобы она хорошенько запарилась (мин. на 3) и садитесь на этот пар. Когда почувствуете, что прихватывает, не стесняйтесь, пользуйтесь этим временем проверенным способом. Не

пройдет и 2-х дней, как у вас всю эту невыносимую боль, как рукой снимет!

Поверьте, когда мне рассказали про этот способ, я долго не могла решиться его попробовать, но однажды так прихватило, что силы не было терпеть, и я сделала, все как мне сказали и ...помогло! Теперь я всем рекомендую этот способ, недовольных нет.

Максимова Лариса, г.Москва.

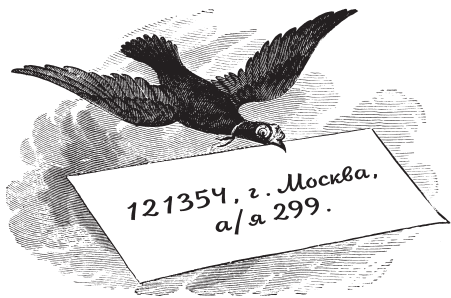


СЕГОДНЯ

В НОМЕРЕ:

- молчание – древнее лекарство
- не давайте мозгу стареть
- авран – растение-регулятор
- каким бывает одиночество?
- что вредит здоровью?

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



ЛЕЧИМ ГАЙМОРИТ

Советую взять плод еще не созревшего конского каштана, снять с него кожицу, а из сердцевины сделать подобие карандаша, чтобы он плотно входил в ноздрю. В одном конце «карандаша» сделать дырочку, затянуть в нее нитку и сделать петлю. На ночь вставить такой «карандаш» в одну ноздрю, а на следующую ночь – в другую. Утром удобно вынимать его за петлю.

Продолжительность курса лечения зависит от тяжести заболевания. Лечитесь на здоровье!

Роман Л., г. Новомосковск.

КАК УКРЕПИТЬ ИММУНИТЕТ

...а также поднять гемоглобин, нормализовать давление.

С удовольствием поделюсь своими способами лечения.

1. На завтрак съедать 1 ч. ложку меда + 1 желток + сок одного лимона (или апельсина).

2. Съедать в течение дня 150 г протертых яблок + пол-апельсина + 10 очищенных грецких орехов (можно других или несколько столовых ложек взбитых сливок). А вместо апельсина можно 2 ч. ложки лимонного сока и столько же меда.

3. 1 месяц в году изо дня в день съедать по 3 дольки чеснока.

4. Сок одной свеклы + сок одной черной редьки + одна протертая морковь. Смешать, выдержать в холодильнике 2-4 часа. Принимать 1 месяц по 1-2 ст. ложки за час до еды.

Карелова Г., г. Псков.



НЕПРОХОДИМОСТЬ КИШЕЧНИКА

В один из дней 2005 года я обнаружила непроходимость кишечника. После 12 часов мучения дочь сделала мне клизму, и так я избежала операции. Врачи заподозрили наличие полипов в кишечнике. Кроме того, несколько дней спустя появились геморроидальные шишки. Я очень испугалась таких симптомов, ведь моя мама умерла именно от непроходимости кишечника, после того, как у нее образовались полипы в сигмовидной кишке.

Я решила во что бы то ни стало заняться своим здоровьем, ведь проблемы с кишечником у меня начались примерно 8 лет назад. Решила сменить городской образ жизни на дачный, начала просматривать различную медицинскую литературу, чтобы найти способы оздоровления, доступные для меня, ведь у меня пенсия – копейки.

Нашла очень хороший рецепт у Болотова – это свекольный квас. Принимала свекольный квас, голодала раз в неделю, перешла на салаты, чтобы не использовать слабительные средства без перерыва.

За 4 месяца такого питания снизила вес на 15 кг, и довела его до нормального. После приема кваса в течение 3-х месяцев у меня полностью исчезли выпученные вены на ногах, запоров больше не было, геморрой исчез полностью и больше не появился до сих пор.

Через 6 мес. приема кваса прошла анализы в поликлинике – полипов не обнаружили.

Способ приготовления свекольного кваса: 500 г очищенной и мелко порезанной свеклы залить 5 л прокипяченной воды, но не крутым кипятком – надо остудить его 4-5 мин. Настоять 3 часа с закрытой крышкой, процедить, добавить 100 г сахара,

1 ч.л. сухих дрожжей, настоять 2 суток. Пить сколько хочешь, после еды через 1-2 часа. Я пила по 2-3 стакана в день. Если и сейчас бывают запоры – 2 дня попою этого кваса – и кишечник работает как часы.

Медведенко А.И., г. Зеленоград Московской обл.



ПОМОГ СТАРИННЫЙ РЕЦЕПТ

У моей свекрови после стресса на ногах появились красные зудящие пятна, которые распространились с лодыжек на голень. Никакое лечение не помогало. Мазали лишь на некоторое время снимали зуд, а через 2-3 часа он возобновлялся. Дело было летом, и свекровь очень стеснялась своей красной ноги.

Избавиться от этой болезни помог старинный рецепт. 250 г несоленого сливочного масла утром положить в эмалированную посуду, добавить 100 г пчелиного воска и, непрерывно помешивая, довести до кипения. Добавить 100 г порошка сосновой живицы и прокипятить на слабом огне 10 минут, тщательно помешивая содержимое деревянной лопаточкой. Затем высыпать 30 г порошка травы чистотела, вновь прокипятить 5 минут, влить 0,5

литра зверобойного масла, все хорошо перемешать и всыпать 30 г порошка мела. Томить 2,5 часа, помешивая содержимое, затем положить 50 г порошка прополиса. Через 30 минут снять с огня и оставить охлаждаться. Вечером довести до кипения, постоянно помешивая содержимое, процедить горячую смесь через двухслойную марлю, разлить в баночки и плотно закрыть. Хранить в темном прохладном месте.

Зверобойное масло готовится так: взять 2 части масла, 4 части растительного масла настаивать в темном месте 3 недели. Затем процедить и добавлять в отвар.

Эту мазь наносить 4-5 раз в день на пораженное место. Она быстро снимает зуд и воспаление.

Екатерина А., Калужская обл.



ПОМОЖЕТ СОК

Как известно, человеку необходимо выпивать в день около 2 литров жидкости, и желатель-но, чтобы большую их часть составляли соки, например, цитрусовые. Основное достоинство их в быстроте усвоения. Так, апельсиновый и лимонный соки являются полноценными продуктами и при отсутствии свежих плодов могут их вполне заменить.

Соки можно пить в качестве отдельного приема пищи или употреблять за 30-40 минут до еды. В то же время нужно помнить, что употребление соков несовместимо с употреблением алкоголя в любых дозах.

При тяжелых хронических или онкологических заболеваниях рекомендуется пить соки через каждый час – 12 раз в день. А при малокровии нужно взять 24 лимона, выжать из них сок, опустить в него 10 свежих яиц вместе со скорлупой (предварительно вымытой). Настаивать в прохладном месте до тех пор, пока скорлупа не растворится. Затем все смешать, процедить, чтобы не было семечек от лимонов. Добавить в смесь 450 г сахара, влить 0,5 л коньяка. Пить по рюмке-две после еды каждый день. Также при малокровии полезно смешать 2/3 стакана морковного сока, 1/3 стакана свекольного сока и сок одного лимона. Пить ежедневно 0,5 стакана до еды. Повышает гемоглобин в течение 1-2 недели.

А еще соками цитрусовых можно проводить профилактику стоматологических болезней. Например, чтобы пре-

дотвратить возникновение кариеса, необходимо:

1. Полоскать рот лимонным соком, разбавленным водой (1:1).

2. Добавлять в зубную пасту несколько капель лимонного сока и полученной смесью чистить зубы.

Чтобы на зубах не откладывался камень, надо ежедневно съедать не менее 1 лимона, а летом употреблять в пищу как можно больше земляники.

Чтобы зубы были белыми, а корни крепкими, можно натирать их кожурой лимона.

Чтобы не возникал во рту плохой запах, нужно принимать тертую цедру лимона с медом или сахаром по одной чайной ложке. Для полоскания рта с целью устранения запаха, укрепления зубов и десен рекомендуется следующая смесь эфирных масел (в каплях): мяты перечной – 2, лимона – 2, растворить в одном стакане теплой воды и полоскать полость рта

2 раза в день. Внутрь принимать по 1-3 капли мятного масла с 1 чайной ложкой меда. Состав для полоскания рта: к 100 мл воды добавьте эфирные масла (в каплях): бергамота – 3, лаванды – 3, мяты – 3 и чайную ложку водки. Все тщательно смешать и полоскать полость рта 2 раза в день (утром и вечером). Эликсир для полоскания рта: 50 мл водки, эфирные масла: бергамота, фенхеля, мяты, лаванды по 20 капель. Хорошо смешать и использовать по 5 капель на стакан теплой воды.

Ковтун Л.Н.



НУЖНОЕ ЛЕКАРСТВО Я НАШЛА НА КУХНЕ

Шафран – чудесное растение: оно и краситель, и пряность, и лечебное средство. Конечно же всех интересует лечебная сторона. Тогда скажу, что шафран – это болеутоляющее, противосудорожное, желчегонное средство, он полезен при подагре, сердечных и почечных заболеваниях.

Вот какой настой рекомендуется при воспалении мочевого пузыря, нарушениях менструального цикла, при сухом бронхите, истерии с нервными припадками.

1 чайную ложку немолотого шафрана залить стаканом кипятка и дать настояться 15-20 минут, потом процедить и охладить. Принимать по 1 столовой ложке три раза в день перед едой.

Я шафран пила 2 недели при воспалении мочевого пузыря. Боли и позывы уменьшились уже на 4 день. Этим же настоем «делилась» с внучкой: лечили примочками конъюнктивит.

Компрессы из этого же настоя могут помочь при лечении гнойных ран.

У меня предупреждение к тем, кто будет лечиться шафраном: в больших дозах (больше 4,5 г) он вызывает тяжелое отравление.

Вот такое лекарство я нашла на кухне.

Лариса П., г. Клин.



ЖЕЛЕ ИЗ ЛЕПЕСТКОВ РОЗ

Баночку такого желе мне подарили однажды соседи по даче. Все приятно поразило меня тогда в нем – и цвет, и вкус, и запах. Когда узнала рецепт, сама стала готовить одну-две баночки такой прелести. Благо, у меня свои розы, которые не обрабатываются химикатами.

Собираю лепестки роз, которые начинают увядать. Осторожно приминая, складываю их, предварительно обмыв и обсушив на салфетке, в стеклянную банку. Они должны занять объем одного литра.

Затем заливаю их 1,4 литра кипятка и даю настояться в течение двух дней.

После этого процеживаю через сито.

В полученный настой добавляю 500 г желирующего сахара, немного яблочного желе, лимонного сока по вкусу и сразу же переливаю в подготовленные майонезные баночки с завинчивающимися крышками.

Желе с лепестками роз можно добавить для аромата в любой десерт.

Хранится оно хорошо даже в комнатных условиях.

Наталья Михайловна, г. Тверь.



ХОЧУ ПОДЕЛИТЬСЯ РЕЦЕПТОМ ПОХУДЕНИЯ

И заодно избавлением от целлюлита, что для этого необходимо: 1) соль, 2) масло подсолнечное, 3) варежка для тела. Необходимо соль смешать с маслом и эту смесь наносить на тело круговыми движениями. Начинать надо с самого низа и закачивать вверх. От этого и кожа становится очень мягкой и гладкой. Научила меня этому моя подруга. Я приготовила баночку, в которой смешала соль и подсолнечное масло, и теперь когда иду в ванну, всегда беру ее с собой. Ну, что же желаю и вам успеха в этом начинании.

Зими́на Наталья, г. Москва.

«На опушке Белозер поднял ввысь свой ясный взор».

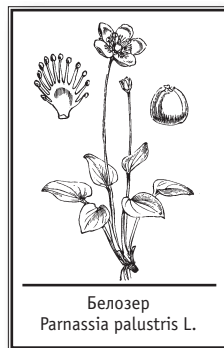
Д. Шкловский.

Сама вышивала Любомира красивую на-
тельную рубашу своему суженому. Краси-
вые шелковые узоры вышила да бисером
украсила, просто загляденье. А внутри, у
сердца маленький мешочек пришила, да
положила в него травки вербены и сер-
дечника горлянки для оберегу. В дальний
путь отправился ее Светлояр, опасный.
Через какое-то время после ухода дружи-
ны сердце молодой женщины опечали-
лось, да так, что она места себе не нахо-
дила. Дождалась она ночи на Ивана Купа-
ла, побежала к тихому озеру, сплела ве-
нок из цветков Белозера горлянки и бро-
сила в воду, чтобы взглянуть в глаза, в
очи своего возлюбленного. И увидела то,
что он пока не заметил, как натянулась
тетива вражеского лука из засады...
Вскрикнула в отчаянии Любомира, и ее
вскрик достиг сердца и очей Светлояра,
мигом он пригнулся к луке и стрела про-
летела мимо. А засаду быстро одолела
дружина. Вот как спасали своих любимых
многие женщины на Руси: в тревоге успе-
вали посмотреть в цветок Ясные Очи.

Издавна в нашем народе любили Бе-
лозер, а лесные люди украшали цвет-
ками трон и корону своего царя Бе-
рендея и с их помощью узнавали ду-

шить в отварах, от разных внутренних
кровотечений, и от завалу в печени, а
снаружи на кровавые раны толченую
прикладывать, и на большие глаза», –
говорится в старинном травнике.

Белозер – *Parnassia palustris L.*, в наро-
де он имеет множество и других наз-
ваний: Царские Очи, Белый печеноч-
ный цветочек, Перелойка, Ясные очи,
белобока, белоболотница, белорой-
ка, белогадай зелье, горлица, гор-
лянка, золотничка, Ильинская трава,
осенний цвет, Сердечник, Хлебная
травка, цвет жизни, мочегонная трава,
красавка, лягушечник, маточник белый,
мочечник, парнассия болот-
ная, приворот, шалимка. Са-
мо же название означает
название горы Парнас, что в Гре-
ции. Белозер из семейства
камнеломковых, многолетнее
травянистое растение, любит
сырые места. Имеет краси-
вые цветки из 5 лепестков,
поднимающиеся на высоких
цветоносах над розеткой
сердцевидных листьев на длинных
черешках. Цветки ярко-белого цвета,
пронизанные прозрачными розовыми
жилками. Применяется надземная
часть растения. Собирается на Ивана
Купалу. Он широко применяется во



зультат Грушанка и Астрагал) и моче-
вом пузыре (с Молочаем Палласа и
Боровой маткой). Постепенно, без
скачков он снижает давление. А так
как он имеет успокаивающее и проти-
восудорожное действие, его приме-
няют при эпилепсии, судорогах,
истерии, мигрени, больших мен-
струациях (гиперменструальном син-
дроме). Обязательно и быстро помо-
жет при почечных и печеночных коли-
ках. Наружно – при угревой сыпи, ра-
нах, незаживающих язвах.

Рецепт: 4 столовые ложки
сухой травы на 0,5 литра
водки, настоять 10 дней
Принимают по 20 капель
с водой 2 раза в день за
10-15 мин. до еды.

Отвар: 1 чайная ложка су-
хого белозера на 300 мл.
крутого кипятка. На-
стоять 2 часа, укутав.
Процедить. Принимать по
1 столовой ложке 3-4 раза
в день до еды. Дозировки
соблюдать! Рецепты даны

только для взрослых.

Из письма: **«Никогда ранее особо я на
печень не жаловалась, думала, как у всех,
то под ребрами справа тяжесть после
жирного или копченого, боли после праз-
дничных «возлияний», но грешила все на
некачественные продукты и особенно –
на плохое качество спиртных напитков,
ведь даже вино почти все порошковое. Но
вот живот стал как бы наполняться, ко-
лыхаться. А боли в печени по несколько
дней, горечь во рту, а по коже появилось
много маленьких пятнышек и родинок
(это уже организм на вид болезнь выста-
вил!), на ногтях – продольные валики.
Пошла в поликлинику, и как гром среди
ясного неба – цирроз... Две недели сидела
дома как никакая, в шоке. Я ведь – не пья-
ница и не обжора. А двое детей подро-
стков на руках и старенькая мама. Да и
мне-то всего 37 лет! Неужели это «ко-
нец»? Посоветовала мне одна травница
искать перелойку. Да где же ее взять? Ни-
кто ее не знает. Ни в одной аптеке нет.
Соседка нашла в книге, что так называ-
ют Белозер. Вот я Вам пишу в последней
надежде прислать мне этот Белозер».**

Эта же женщина, через 1,5 года,
четвертое письмо: **«Я принимала Бело-
зер, Володушку. Дымянку и Белое Камен-
ное масло по очереди. Водянки нет и**

БЕЛОЗЕР – ЦАРСКИЕ ОЧИ

Климова Ольга Викторовна

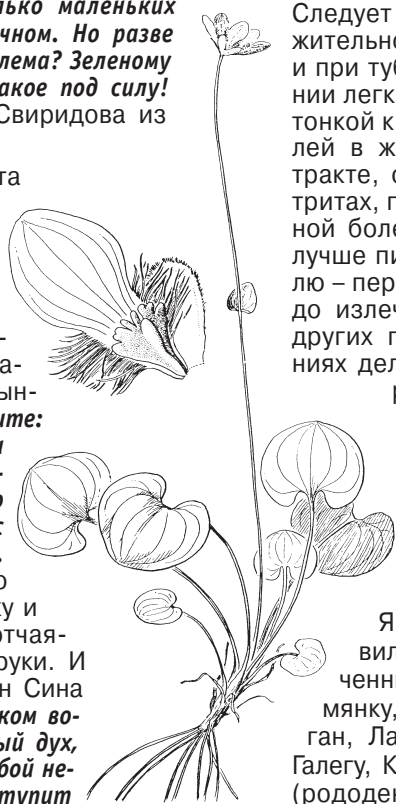
шевные качества человека. У всех на-
родов, живущих в тех местах, где ра-
стет белозер, было множество обыча-
ев, связанных с этим растением.
Цветками обязательно украшали до-
ма и дворы во время праздников, их
дарили молодым во время свадьбы,
чтобы счастье никогда не покидало их
семью, русские крестьяне клали цвет-
ки под углы строящегося дома вместе
с горстью зерна и серебряной моне-
той. Люди свято верили, что Белозер
излечит их болезни. Порошок из вы-
сушенной травы прикладывали к ра-
нам и воспаленным глазам. **«В апте-
ках не употребляется, но имеет вкус
горьковатый и силу сжимательную и ра-
зводительную. Ее цветы и траву можно**

многих странах. Ему под силу спра-
виться со многими болезнями. Но
самое главное – он не заменим при
опухолях желудка (в т. ч. раке), при
кишечных заболеваниях, заболева-
ниях печени и желчновыводящих пу-
тей, как сердечно-сосудистое сред-
ство (не зря его прозвали – сердеч-
ник и белый печеночный цветочек). А
еще его применяют при
женских болезнях (пре-
красно с Дудником и
Красной щеткой!), и в
послеродовой период
для ускорения отделе-
ния плаценты. При вос-
палительных процессах
в почках (усиливают ре-

**Загляни в эти «Ясные Очи»
И увидишь ты все, что захочешь!
Станет явным все то, что скрывалось,
Отодвинешь болезнь ты и старость.
«Магия растений».**

жидкость из живота ни разу даже не откачивали. Диагноз «цирроз» снят, но остались несколько маленьких камушков в желчном. Но разве это теперь проблема? Зеленому доктору и не такое под силу! Зато я живу!» Свиридова из Москвы.

А поскольку эта женщина собирается выйти замуж (ее муж погиб 5 лет назад), то еще более становится понятно высказывание Баратынского: **«Не ропщите: все проходит, и ко счастью иногда неожиданно приводит нас суровая беда».** Нельзя только впадать в панику и поддаваться отчаянию, опускать руки. И как говорил Ибн Сина (Авиценна): **«В ком воля есть и сильный дух, тот победит любой недуг. Болезнь отступит перед гордым, перед бесстрашным, непокорным».** А мы помним девиз отцов



наших: **«Бороться, искать, найти и не сдаваться!»**

Следует отметить, что положительно действует Белозор и при туберкулезе, воспалении легких, при воспалениях тонкой кишки, от колик и болей в желудочно-кишечном тракте, от поноса, при уретритах, гонорее, мочекаменной болезни. Водный отвар лучше пить 10 дней, а неделю – перерыв, так повторяют до излечения. При белях и других гинекологических заболеваниях делают на ночь спринцевания, разведя водный отвар водой (кипяченой) 1:4 (в четыре раза).

Вот какой это полезный белый печеночный цветочек, сердечник, перелойка, болотная белая звездочка, горлянка, Царские очи.

Я могу предложить много правильно собранных и не измельченных травушек: Белозор, Дымянку, Володушку, Вербену, Калган, Лапчатку белую, Огонь-траву, Галегу, Карагану гривастую, Кашкару (рододендрон), Сон-траву (прострел). Адамово ребро (горичник), Княжик, Красный корень, Витекс (хан-

«И та трава угодна в дому своем, и животу человеку пользует, и на суд возьми с собою не осужден будешь, или в путь идучи на который помысл, возьми с собою вельми добра. Аще который человек хочет в пир идти не по силам еретику, а кто хочет жениться держи при себе ласковое житие будет».

ский эликсир). Кукушкины слезки, Очанку, Мужик-корень, Акониум, Медуницу, Манжетку, Красную щетку, Шелковицу, Софору и Омелу, Арнику, Эдельвейс, Золотую колючку, Нетребу траву, Аистник, Стальник, Уснею, Шикшу, Розмарин и др. Кукольник и копытень с молитвами от алкоголизма. Белое Каменное масло (кусочки) со всеми рецептами. Трутовик лиственничный для быстрого похудения с методикой ЯМАКИРО. Набор «Любава» для женщин из Боровой матки, Красной щетки и горного морозника. При обращении прошу указать диагноз, положить подписанный конверт.

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

КАТАРАКТА

Если врач установил у вас наличие катаракты на глазах, то не спешите делать операцию по удалению катаракты. С 1989 года я по совету самарского профессора Е.Н. Курочкина пью отвар ягод шиповника 3-4 раза в год и читаю в возрасте 78 лет газеты и книги без очков. Отвар для лечения я делаю так. Беру 1 стакан плодов шиповника, хорошо их промываю, удаляю черешки и закладываю промытые плоды в необитую эмалированную кастрюлю, заливаю их 2,5 литра холодной воды. Сначала прокипячу 10 минут плоды крутым кипятком, а затем убавляю огонь и оставляю плоды томиться, с таким расчетом, чтоб вода не кипела в закрытой кастрюле. Через 1,5 часа отвар готов.

Отвар должен быть темно-вишневого цвета. Его сразу же из кастрюли вместе с плодами переливаю в 3-литровую стеклянную банку и закрываю полиэтиленовой крышкой. Укутав банку



с отваром в одеяло, даю ему настаиваться еще 3 часа. Потом, наливаю в стакан 1/2 стакана отвара, кладу 2 чайные ложки сахара и пью за 30 минут до еды. Отвар принимаю 3 раза в день. После того, как выпью весь отвар, темная мушка на глазах исчезает совсем, и я снова читаю газеты и книги без очков. Месяца через 3-4 мушка на глазах появляется снова, и я готовлю новую партию отвара. Так делаю 3-4 раза в год. Плоды шиповника должны обязательно быть с черешками и высушены зрелыми. Не берите плоды у старушек на рынках и у лиц с Кавказа, они обязательно продадут незрелые плоды и гнилые. Хорошие плоды выращивают в Молдавии и Таджикистане. Таким образом, употребляя для лечения отвар плодов 3-4 раза в год, вы сохраните свое зрение на долгие годы без операций. Отвар из кастрюли переливать нужно обязательно, так как он изъедает эмаль в кастрюле, и она делается слегка шершавой.

В.Н.Фокин, инвалид ВОВ.

СРЕДСТВО ОТ ГЛУХОТЫ

Мой дедушка к 73 годам стал плохо слышать. Он говорил, что в голове такой шум, что порой не слышу собственного голоса.

Наш поселок окружают леса и луга, где растет большое множество разнообразных трав. Вот по совету местной травницы дедушка стал лечиться от глухоты распространенной повсеместно травкой – клевером луговым красным. Он просто заваривал одну щепотку этой травы вместе с цветками, как чай, и пил по 3-4 глотка 3-4 раза в день. Теперь шум в голове прошел, и дедушка стал хорошо слышать даже разговоры за закрытым окном.

Также эта травница говорила, что можно настаивать клевер на водке – в литровую банку наложить до половины траву, залить доверху водкой и поставить в темное место. Через неделю настойку можно пить, цветом она будет темная, как чай. А пить ее нужно по 1 столовой ложке перед сном. Когда лекарство кончится, сделать перерыв в 10 дней, и, если нужно, можно повторить лечение.

Иванова Л.Е., г. Саратов.

ПРОТИВ КУРЕНИЯ

Это довольно оригинальное народное средство, которым моя подруга поделилась со мной. Она очень давно уже собирает рецепты народной медицины, разные знахарские советы. Например: рекомендуется высушить в тени речного рака, а потом растереть его в порошок. 10 г такого порошка смешать с пачкой махорки или с фильтром 1 сигареты. Закурив такой табак, человек быстро отказывается от курения.



Другой способ: сжечь перо или пух любой птицы в золу, добавить 1/10 часть пищевой соды и незаметно добавить в пачку махорки или незаметно всыпать в табак. Действие будет аналогичное. Оба способа вызывают сильную головную боль и рвоту с кашлем. Такое состояние продолжается до полутора часов.

Третий способ: на сутки табак помещают около медного купороса, а потом дают его курить, что тоже вызывает сильное отвращение к табаку.

Котова Надежда, Рязанская область.

НОС НЕ БУДЕТ БОЛЬШЕ КРАСНЫМ

Наверное, не одна я мучаюсь такой проблемой: чуть похолодает – хоть из дома не выходи, тут же нос краснеет и становится, как у алкоголика.



Массу всяких средств перепробовала, а помогло совсем простое – липовый отвар. 1 столовую ложку измельченных цветков липы залейте 1 стаканом воды и кипятите 5 минут, затем процедите. Теплым отваром протирайте нос утром и вечером, но не перед выходом на улицу, и вы забудете об этой «маленькой неприятности», которая отравляет вам жизнь.

А.К., г. Омск.

ПАНАЦЕЯ ОТ ЛЮБЫХ СТРАДАНИЙ



Рекомендую средство для лечения самых разных заболеваний, считая его настоящей

панацеей: грипп, ангина, бронх, астма, болезнь печени, почек, холецистит, колики – как внутреннее; для наружного применения – при суставном ревматизме, радикулите, подагре, параличе конечностей, общем параличе, кожных болезнях, особенно, таких как: кожная сыпь, чесотка, экзема, нарывы, грудница, лишай и др. внутренние и наружные болезни.

Об этом средстве я узнал от своего друга, который много лет прожил на Алтае. Я как-то сразу поверил в него. В то время моя жена сильно страдала печенью (опухоль с куриное яйцо). Долго ее лечили в больнице, затем предложили оперировать, но она отказалась по возрасту, ей тогда было около шестидесяти лет.

Мы решили попробовать, и стала она принимать этот препарат по 25-30 капель 3-4 раза в день, а наружно прикладывала согрев, компрессы, делала растирание, с последующим обогревом грелками на область печени. Через неделю опухоль рассосалась, возвратилось здоровье, восстановился аппетит.

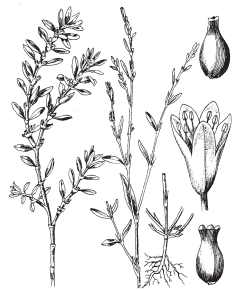
Я сам много раз лежал с бронхиальной астмой, в очень тяжелом состоянии. Различные препараты, уколы облегчения не приносили, но дома, начав принимать это средство, поправился.

Когда у сына парализовало руку, в больнице хотели лечить уколами, но необходимого препарата не оказалось. Дома он стал делать согревающие компрессы. Через 3 дня наступило значительное улучшение.

Этим же средством излечил суставной ревматизм ног.

При эпидемии гриппа настойка спасла всю семью от заболевания, все члены семьи принимали по 20-30 ка-

пель 4-5 раз в день, а при сильном кашле и по 40-50 капель. На ночь делали растирание горла и груди, прикладывали согревающие компрессы из этого препарата.



Спорыш

Для приготовления этого препарата требуется 14 видов растений в равных весовых частях: зверобой (трава), аир (болотный корень), девясил высокий (корень), ива белая (кора молодых веток, собранная рано весной до появления листьев), спорыш или птичья гречиха (трава), шалфей лекарственный (листья), глицихя трехколючковая (листья и плоды), чистотел (трава), пастушья сумка (трава), пижма обыкновенная (трава с соцветиями), подорожник большой (лист), орех грецкий (листья), цикорий дикий (трава и корни), дрок красильный (верхушки побегов с листьями и цветами).



Чистотел

Перечисленную смесь растений измельчают, берут 100 г смеси и заливают 1 л воды. Настаивают 5 дней, затем кипятят 20-30 минут, охладив, процеживают, соединяют с нашатырным спиртом из расчета 1:10. Применяют это средство в виде капель внутрь и наружу.

Обычные дозы: Для взрослых – 3 раза в день, до или после еды по 10-15 капель с водой. При приступах удушья при бронхиальной астме можно и по 30 кап. 4-5 раз в день. Водой нужно разбавлять, чтобы не было ожогов слизистой оболочки горла. Детям давать по 5-10 кап. С чаем или кофе. Чистой настойкой пользуются как наружным средством (растирание, согревающий компресс на ночь).



Подорожник

Иногда наружное применение может вызвать раздражение в виде сыпи на коже, но такая сыпь безвредна и через 2-3 дня сама исчезает. Это средство много раз было испытано автором на себе и родных. Было много примеров полного излечения.

Косяков Я.М., Донецкая область.

УДИВИТЕЛЬНЫЕ ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА ГЛИНЫ



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

Людмила С.

С незапамятных времен люди употребляют глину не только для изготовления посуды или как строительный материал, но и с лечебными целями. Так Людовик XIV пользовался глиной от расстройства желудка при переедании. Египтяне использовали глину при бальзамировании. В Индокитае перед употреблением речную воду сначала мутят, а потом пьют. Во время войны 1914-18 гг. французским солдатам добавляли в горчицу немного глины, для профилактики дизентерии. Русские также употребляли глину вовнутрь.

В Древнем Египте, в древнем Китае, и в Вавилоне с целью сохранения на максимально долгий срок мясных продуктов использовался порошок из глины. И не только мясо и продукты из него сохраняли с помощью глины наши предки – и овощи, и фрукты тоже – их обмакивали в растворе глины и хранили после этого долго. Итак, все виды глины обладают лечебным действием, но сила целебного воздействия глины зависит от ее вида.

Не могу не подчеркнуть, что для применения внутрь глину лучше всего приобретать в аптеке – так надежнее. Лечебная глина должна быть чистой, без болезнетворных бактерий и нежелательных химических примесей. А кто может это гарантировать, как не аптека?

К слову, давно известно, что пласты голубой глины не пропускают воду, а это значит, что подземные воды не могут загрязнить глину, залегающую на глубине с незапамятных времен. Но как только глина попадает на поверхность – она тут же перестает быть экологически безопасной.

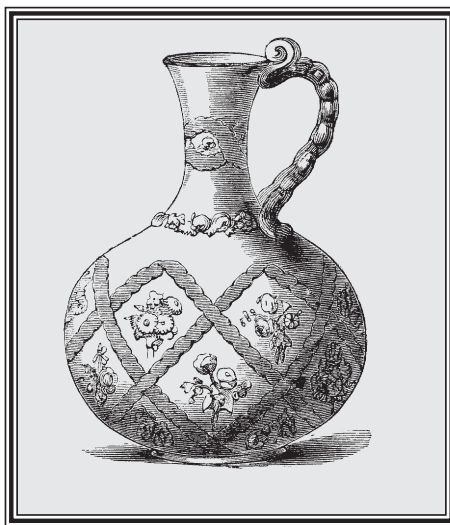
Все виды глины обладают лечебным действием, но сила целебного воздействия глины зависит от ее вида.

Антитоксичность глины хорошо доказывает тот факт, что применяемый для уничтожения крыс стрихнин, смешанный с небольшим количеством глины, не действует на крыс смертельно.

Яйца, пересыпанные глиной, во время жары лучше сохраняются.

Раненые животные инстинктивно применяют глинолечение, вымазываясь в грязи.

Голубая глина чаще всего используется в медицине. В этом виде глины содержится большое количество солей кадмия и кобальта. В царской России голубую глину продавали за рубеж. И она дорогого стоила. Крупное месторождение голубой глины имеется в Псковской области. Голубая глина нормализует обмен веществ. Ее применяют при ожирении, при заболеваниях суставов, при мышечной слабости, при гипофункции щитовидной железы. Голубая глина не имеет противопоказаний, а по содержанию минералов она превосходит все фрукты и овощи. Она эффективна при онкологических заболеваниях и заболеваниях, вызванных радиацией.



Желтая глина в своем составе имеет соединения натрия, серы и применяется при остром нарушении мозгового кровообращения (инсульте), при головной боли, при дегенеративно-дистрофических заболеваниях позвоночника (например, при остеохондрозе).

Белая глина с древних времен использовалась как сорбент – то есть в качестве поглотителя, связывающего и удаляющего из пищеварительного тракта токсичные вещества. В своем составе белая глина содержит минерал каолинит. Белую глину используют в ле-

чении от ожирения, от хронических заболеваний кишечника, при выпадении волос и для укрепления ногтей.

Красная глина обладает таким цветом из-за рассеянной в ней примеси минерала гематита; кроме того, она содержит алюмосиликаты, то есть алюмокремниевые соединения магния, железа, калия и меди. Присутствие в красной глине соединений марганца придает ей фиолетовый оттенок.

Красная глина эффективна при сердечно-сосудистых заболеваниях, при артериальной гипотонии, при варикозной болезни ног, при некоторых нервных и эндокринных заболеваниях.

Серо-черная глина имеет такую окраску из-за присутствия в ней углеродистых веществ и железа. Эта глина используется с целью снижения температуры тела, при сердечных заболеваниях (аритмиях), при воспалительных заболеваниях кожи, при некоторых болезнях внутренних органов, при артрозах и артритах, способствует омоложению кожи.

Лучшей для приема считается такая глина, которая после размещения в воде медленно выпадает в осадок. Использовать лучше всего жирную на ощупь, пластичную, пригодную для лепки глину.

Богатство в минеральном содержании и антитоксичность придают глине универсальность. По обилию минеральных составляющих глина намного превосходит даже овощи и фрукты. А прекрасные абсорбирующие качества глины позволяют ей выводить патогенные вещества из организма человека, улучшая его энергообмен. Глина также активно влияет на патогенные клетки наружной части тела человека, оздоравливая их, «переводя» на здоровую длину волны. Правильный метаболизм, в свою очередь, делает организм здоровым.

Механизм целебного действия глины заключается в том, что статическая волна (8 м) совпадает с волной колебаний здоровых клеток организма. Поэтому глина заставляет больные клетки, имеющие другую частоту, вибрировать как здоровые и тем самым помогает организму избавиться от вредных структур, препятствующих его нормальному функционированию. Это характеризует глину как универсальное и безвредное средство лечения различных заболеваний организма человека.

Продолжение следует...

РЕАЛЬНАЯ ЗАЩИТА ОТ ОДИНОЧЕСТВА

Из предыдущего номера читатели узнали каким, бывает одиночество. Любое одиночество – это своеобразное замкнутое пространство. Большинство людей, как ни странно, живут в этом ограниченном мире. Но многие желали бы выйти из этого ограничения.

Сколько видов одиночества, столько и способов выйти из него. Любое одиночество, если оно не наше личное желание, неприятно.

На первом этапе преодоления одиночества заведите себе дневник, в котором будете излагать свои мысли, контакты, успехи. Неплохо было бы ограничить прослушивание СМИ и приступить к своему самосовершенствованию. Думаете это легко? Не совсем.

Конечно, изменить сразу свои бытовые и рабочие условия невозможно, но стать внутренне гармоничным вполне реально.

Прежде всего, наведите порядок в доме, украсьте свою комнату или рабочее место. И самое главное будьте довольны собой. Уделите внимание свое внешности и своей одежде. Постарайтесь, прежде всего, высыпаться. После такого «высыпания» вы станете более спокойными, исчезнет напряжение, вас не будут беспокоить какие-то недоделки. Вы просто станете все успевать. В отношении своей внешности всегда имейте свое мнение. И, если кто-то советует вам сделать стрижку, или выкрасить волосы в яркий цвет, примите свое решение.

Монотонность жизни способствует плохому настроению, а отсюда равнодушие и к себе, и к жизни. Одиноким человек находится как бы в заколдованном круге: утро, работа, обед, развлечения, сон и так до бесконечности. Следствием одиночества может быть депрессия.

А тут уже недалеко и до серьезных болезней. Вроде при обследовании ничего не находят, а все болит и настроения нет. Многие одинокие люди стараются как можно больше работать, но тем самым становятся еще более одинокими.

Иногда, сами того не подозревая, люди становятся заложниками чужой отрицательной энергетики. Наверное, вы замечали, что в окружении определенных людей наступает ухудшение настроения, вы мерзнете, зеваете, чувствуете себя дискомфортно.

Многие не обращают на это внимания, а тем более в глаза, порчу вооб-

ще не верят, поэтому думают, что устали, или заболевают. К сожалению, причина кроется в другом.

Вам могут завидовать, мысленно желать зла, а иногда и в открытую проявлять агрессию. Почему я об этом пишу?

Слишком много стало появляться заболеваний, которые не поддаются лечению, и слишком много стало одиноких людей.



Оглянитесь, сколько красивых, ухоженных, модных и богатых женщин, а ведь многие из них одиноки. Поэтому более подробно остановлюсь на таком явлении как «венце безбрачия». Многие к такому термину относятся скептически, но и врачи и психологи признали такое явление. Обычно этот термин привязывают к тем, кто не может выйти замуж или жениться. В чем же тут дело?

У каждого человека имеется определенное информационное семейное поле, по которому можно определить

насколько человек готов к созданию семьи. Чем чище энергетика в семей-

ном поле, тем легче происходит создание семьи. Но бывают случаи, когда в информационное семейное поле вводится отворотная программа (по злобе, зависти, проклятия) и тогда и возникает явление «венце безбрачия». Например, если хотят сделать больно матери, тогда все страдания и одиночество достаются дочери.

Многие сейчас легкомысленно вступают в связи с женатыми мужчинами, с помощью магии привораживают мужчин, не задумываясь о последствиях. Неплохо бы знать новоиспеченной жене, что все проблемы предыдущих жен перейдут к ней в утроенном размере. И нужно будет приложить немало усилий, чтобы муж был с вами. Это же относится и к мужчинам. Меняя свою жену на более молодую, мужчина рискует сократить свою жизнь. Мифы, что с молодой женой мужчина живет дольше, необоснованны. В жизни как раз все происходит наоборот.

Бывает и такое. Встречаются парень и девушка. Парень делает предложение, но девушка не торопится принимать решение. Происходит ссора, и они расстаются. Очень часто родственники парня ставят девушке отворотную программу, и она вообще может никогда не выйти замуж.

Многие имеют закадычных подруг. Вместе работают, отдыхают, делятся своими секретами. Но одна из подруг, которая и красивее, и умнее почему-то одинока, а вот ее подружка «серая мышка» отхватила себе мужа-красавца. Да все дело в том, что в душе подруга все время завидовала и забирала хорошую энергию.

Отворотная программа предполагает, что женщину вообще не замечают. То есть мужчина общается с ней, но в то же время безразличен к ней.

Многие одинокие женщины даже и не замечают таких отклонений, им кажется, что все вроде бы в порядке. Вот только отношения с мужчинами не складываются. При венце безбрачия у человека не формируется образ второй половинки. Здесь имеют место еще и гордыня, и родовые связи.

В современном обществе отношения между мужчиной и женщиной стали более свободными, но методы наведения порчи, сглаза или проклятия не изменились. Ведь люди не стали добрее и нравственнее, они остались теми же, что и много веков назад. Стали одеваться лучше, иметь современную технику, но суть души не изменилась. Также существует и добро

и зло. Бывает, что женщина несколько раз выходит замуж, а счастливой себя не чувствует, или все мужья у нее умирают. Если не устранить негатив в информационном поле этой женщины, то есть вероятность, что он может перейти на кого-либо из детей или внуков.

Прежде чем делиться своими проблемами, подумайте, тот ли это человек?

Спасением от одиночества может стать какое-либо хобби. Это помогает найти единомышленников, и среди них часто находится и вторая половинка.

Иногда поводом к одиночеству становятся проблемы интимного характера. Не секрет, что после родов многие женщины испытывают во время секса неприятные ощущения, но терпят, боясь потерять мужа. Или у мужа возникли проблемы, но он стесняется сказать об этом и уклоняется от интимных отношений. Жена же начинает предполагать, что ей изменяют. Рекламные ролики навязывают населению различные средства, повышающие сексуальность, но при этом не учитывают особенности психики каждого. Создается мнение, что только сексуально активные люди имеют право на общение.

Социальный статус также играет немаловажную роль. Но не обольщайтесь, что выйдя замуж за олигарха, вы станете непременно счастливой. **Практика доказывает** обратное: станете материально более обеспеченной, но не более того.

Не стоит экспериментировать и с партнером, если у вас слишком боль-

шая разница в возрасте. Всегда найдется та, что моложе вас.

Кстати, поиск партнера по объявлениям, самый неэффективный.

Чтобы не быть одинокой, многие женщины решаются на рождение ребенка в позднем возрасте, ребенка для себя. Здесь таится опасность, что в дальнейшем могут возникнуть конфликт поколений. Ведь дети уходят от родителей. А мать-одиночка, положившая свою жизнь на свое дитя, не может смириться с этим.

И все же наиболее действенным рецептом от одиночества является творческая деятельность и общение с людьми близкими по духу. Вы замечали, наверное, что истинно верующие люди не чувствуют себя одинокими.

Если вы не хотите быть одинокими, то:

- будьте уверенными в себе;
- не бойтесь менять привычки и свой уклад жизни;
- не вспоминайте прошлого и делайте выводы из своих ошибок;
- не настраивайте себя на неудачу, верьте в успех;
- помогите тому, кто

еще более одинок;

- будьте приветливы и контактны в общении;

- любите свою работу и чаще улыбайтесь.

Если же вы совсем отчаялись и не можете найти выход из затянувшейся негативной ситуации, то вспомните о талисмани. Эта незатейливая вещица поможет обрести и любовь, и отыскать вашу вторую половинку, а в безысходных ситуациях найти верное решение.

Анна Шевченко, практический психолог. Желающие получить разъяснения и заказать талисман могут написать по адресу: **248002, г.Калуга, а/я 368.**

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...

...жареный картофель – сильнейший удар по поджелудочной железе, более сильный даже, чем бутылка водки. Поэтому, уж если картофель жарить в домашних условиях, то на рафинированном оливковом масле.

...апельсиновый сок способен снижать артериальное давление у людей, страдающих склерозом сосудов. У тех, кто в течение шести недель выпивает по 2 стакана сока в день, верхний показатель артериального давления в среднем падает на 10 миллиметров, а нижний – на 3 миллиметра.

...систематический прием свежих и сушеных спелых плодов хурмы полезен людям, страдающим частыми недизентерийными поносами, а также как диетическое и общеукрепляющее средство истощенным и анемичным больным.

...женщинам после 40 лет пиво не только можно, но и нужно. Оно надеж-



но защищает их от остеопороза, так как в пиве содержится кальций – основной строительный материал для скелета и прочных костей. Безусловно, речь идет о разум-

ном употреблении пива, для женщин – 0,3 л в день. При этом лечебными свойствами обладают в основном некрепкие сорта пива (до 5-6°). Не увлекайтесь чипсами, орешками, воблой, так как они могут свести на нет весь лечебный эффект, полученный при пивной терапии.

СМОРОДИНА ОТ ДИАТЕЗА



Хочу поделиться очень простым, но эффективным средством от детского диатеза и других высыпаний на коже. Чего мы только не перепробовали, но лишь смородиновый отвар помог моей сестренке и уже не один раз выручал моих знакомых. Возьмите три небольшие веточки черной смородины (желательно не старые, а помоложе – посветлее), залейте их стаканом воды и прокипятите 8-10 минут на медленном огне. Получается ароматный и приятный на вкус напиток. Процедите и давайте пить ребенку столько, сколько он выпьет. Также несколько раз в день обрабатывайте этим отваром воспаленную кожу. У нас все прошло через три дня.

Закирова А., г. Прокопьевск.



Если вы не желаете оставаться одиноким, проявите инициативу. Мужчинам, кстати, нравятся, если женщина начинает действовать первой. Если вы стеснительны, то свою инициативу проявите как игру, как шутку, и посмотрите, что из этого выйдет.

БЫСТРАЯ ЕДА ЗА 15 МИНУТ

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

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

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

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

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

Начало в №30.

КОЛБАСА И НЕ ТОЛЬКО

Колбаса жареная с яйцом

150 г колбасы вареной, 4 яйца, 15 г сала свиного топленого, зелень.

Вареную колбасу нарезать кружками и обжарить на сковороде. Одновременно приготовить яичницу глазунью. По готовности яичницу вырезать круглой выемкой по размеру кружка колбасы, с тем чтобы желток был точно по середине белка, и положить на колбасу, посыпать зеленью.

Козлики

Сосиски 6 штук, сливочное масло 1 ст.д., чеснок.

Разогреть сковородку и поджарить мелко порезанный чеснок. Сосиски с каждой стороны надрезать до 1/4 крестиком. Положить на горячую сковородку с чесноком. Все это обжарить до тех пор, пока сосиска не примет вид несколько кудрявой.

Употреблять можно с любым гарниром и без него.

Сосиски в соусе

100 г сосисок, 5 г масла топленого, 100 г соуса лукового с корнисионами, зелень.

Сосиски разрезать наискось на три-четыре части и обжарить на топленом масле. Положить сосиски на порционную сковородку, залить соусом луковым с корнисионами (пикантным) или томатным с добавлением соуса «Южный», нагреть до кипения и посыпать зеленью.

Голубцы

Листья свежей капусты. Для начинки: 4 сосиски (или любого другого мяса), 4 помидора, 4 яйца, лук репчатый, соль по вкусу. Листья свежей капусты опускаете в кипяток и варите 4 мин. Тем временем пассируете лук, добавляете сосиски или другое вареное мясо и все вместе тушите до золотистого

цвета. Варите яйца и подготавливаете помидоры, то есть удаляете с них кожуру, положив в кипяток минут на 5. Когда все компоненты готовы, делаете начинку, все смешиваете, солите и заворачиваете в капустные листья.

Потом можно поступать, как с настоящими голубцами, т. е. тушить в каком-нибудь соусе.

Колбаса, запеченная в тесте

30 г теста, 25 г колбасы вареной, 1 г сала свиного топленого, 3 яйца для смазки.

Готовое дрожжевое тесто раскатать пластом, разрезать на квадраты размером 5x7 см; на тесто положить рядом два ломтика вареной колбасы так, чтобы с обеих сторон выступало немного колбасы. Затем завернуть рулетом, положить швом вниз на смазанный жиром противень. После полной расстойки смазать яйцом и выпекать при 220-230°.

Так же можно приготовить ветчину.

Сосиски, запеченные в тесте

150 г сосисок или колбасы или ветчины, 1 яйцо, 2 полные ложки муки, три ложки воды, соль, жир для жарки.

Из яйца, муки, воды и соли замешиваем тесто (тесто должно быть жидкое). Сосиски, колбасу или ветчину режем полосками в полсантиметра толщиной, обмакиваем в тесте и жарим на сильно разогретом жиру до золотистого цвета.

Азу из говяжьей тушенки

1 банка говяжьей тушенки, 2 соленых огурчика, 500-600 г картофеля, 1 луковица, 1 ст.л. томатной пасты (очень хорошо заменяется парочкой спелых помидоров), 1 ч.л. муки.

Скорострельный вариант сытного мясного блюда для тех, кому некогда готовить, но хочется вкусно накормить близких. Очень подходит для дачного варианта обеда.

Спассировать мелко нарезанный лук с мукой до золотистого цвета в жире от тушенки или в растительном масле, добавить томатную пасту, немного воды и протушить 3-5 минут.

Нарезанный брусочками картофель поджарить в отдельной посуде, положить в кастрюлю, добавить туда пассировку, тушенку, мелко нарезанные огурчики, все перемешать, долить немного воды и тушить на медленном огне 10-15 минут.

Печень жареная – минутка

150-200 г печени, мука, соль.

Порезать печень, обмакнуть в муку и жарить на разогретой сковороде по три минуты с каждой стороны. Очень вкусно с луком, жаренным на той же сковороде. Солить перед тем, как снимать с огня.

Продолжение следует.



НА ЗАМЕТКУ САДОВОДАМ-ОГОРОДНИКАМ

Земледелием люди занимались испокон веков. Наши предки умудрялись даже на самых скудных почвах выращивать хорошие урожаи. Как же им это удавалось? В старину существовали специальные обряды, которые были неотъемлемой частью крестьянской жизни. Причем в каждой семье были свои секреты для работ в саду-огороде. Но основные правила, с которыми мы хотим вас познакомить, были одинаковы для всех.

Наши прабабушки были уверены в том, что сажать и сеять надо скрытно, таясь не только от соседей, но даже от своих домашних. Ничей любопытный взгляд не должен падать на посевы в течение хотя бы двух-трех дней! Особенно тщательно следует прятать первую засаженную грядку и первый созревший огурец.

В день посева нельзя ничего брать и давать в долг, дарить и продавать. Потому что в это время вместе с проданными или отданными вещами можно отдать и будущий урожай. К работам

в огороде следует приступать только в новой и чистой одежде. Так что постарайтесь приобрести обновку. Пусть недорогая, но новая, специально купленная для этого торжественного момента одежда,



сторицей окупится будущим урожаем.

Все знают, что в доме невидимым хозяином является домовый, во дворе – дворовой, в лесу – леший, в бане – банник. А на наших участках живут садовые. В старину говорили: «Сад должен быть таким, чтобы в нем хорошо жилось садовому». Для того, чтобы подружиться с ним, не забывайте оставлять в укромном местечке своего сада или огорода яблочко, конфетку или кусочек хлеба со словами: «Прими угощение, хозяин любезный». После этой нехитрой процедуры все инструменты, когда-либо потерянные на участке, обязательно найдутся. Причем лежать они будут на самом видном месте.

Тому, кто решил следовать примеру предков, не следует забывать о пугале! Наши прадеды чтили и уважали это создание, потому как оно символизировало человеческий дух. Пугало охраняло огород от прожорливых птиц, обладало особыми мистическими свойствами и жило своей, особенной жизнью. Поэтому православные люди искренне верили, что весной нужно задобрить пугало щедрым угощением, подарить ему цветные обновки, сказав при этом: «Ты ворон не считай, огород мой защищай. На колу крутись, от врагов откредись». Тогда оно будет исправно отгонять воров от вашего огорода.

Соблюдая эти старинные обычаи, вы всегда будете с богатым урожаем!

Иван Михайлович, г. Минск.

ТРАВКИ С ОГОРОДА ДЛЯ СЕЛЕЗЕНКИ

«... Слышала, что больную селезенку нужно лечить травами. Если знаете, подскажите рецепт».

Орехова А.

Вы правы, заболевания селезенки успешно лечили целебными растениями еще в глубокой древности. Использовались для этого наши хорошие знакомые: сельдерей, укроп, цикорий, капуста, редька, щавель.



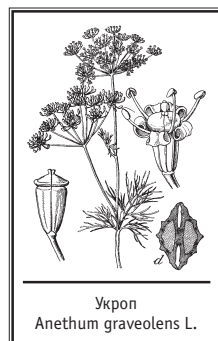
Цикорий обыкновенный
Cichorium intybus L.

1. 3 ст.л. растертых листьев сельдерея смешайте с 5 ст.л. укропного сока и пейте по 1 ч.л. 4-5 раз в день.

2. Сок капусты белокочанной пейте теплым по 0,5 стак. 2-3 раза в день за час до еды.

3. При увеличении селезенки применяйте **настой корня цикория**. Залейте 20 г измельченного корня 1 стак. кипятка, настаивайте 20-30 мин., процедите. Принимайте по 1-2 ст.л. 3 раза в день перед едой.

4. Если селезенка воспалилась, воспользуйтесь такими средствами: редьку пропустите через мясорубку, нанесите массу на тканевую салфетку и приложите на область селезенки. Или вот еще один рецепт: корни щавеля сварите в уксусе, разотрите и приложите на область селезенки.



Укроп
Anethum graveolens L.

Реклама

ЧУДО-ПЕЧЬ

Усовершенствованная модель! Обладает повышенной мощностью (2,5кВт)!

Проста в эксплуатации, лёгкая, экономичная - без копоти и вредных для здоровья выбросов. Обогреет дом и дачу, приготовит пищу, защитит от неожиданных холодов склады, птичники, теплицы и любые другие помещения. **Производится в России по японской технологии.** Совершенно безопасна в эксплуатации! Печь обеспечивает комфортную температуру в помещении объемом 50 куб. метров при отрицательной температуре за пределами отапливаемого помещения!

Топливо: дизельное, керосин.

Расход - около 2 л в сутки!

Заправка через 16 часов!

Масса 6 кг, габариты 37x42x32 см.

Это по-настоящему «народная чудо-печь», которая поможет пережить перебои с тепло-, газо- и энергоснабжением! Обогреет, накормит, выручит в любой ситуации при отключении тепла и электроэнергии! Уникальная переносная «чудо-печь» за 8 лет кропотливой разработки стала абсолютным лидером на мировом рынке! **Цена с оплатой при получении на почте. - 2195 руб. цена от 2 шт. - 2145 руб. за шт.**

ГАРАНТИЯ 3 ГОДА



ИСПОЛЬЗУЕТСЯ МЧС России!

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 электроэнергию менее 20 Вт!
- Обеспечивает высокое качество стирки любой степени загрязнённости!
- Отстирает любую габаритную одежду (одеяло, зимнюю одежду, ковер)!
- Очищает, продезинфицирует ткань, обновит ее цвет; без механической деформации белья!
- Отправляясь в поездку, на дачу или в деревню - возьмите машинку с собой! Не оказывает неблагоприятных воздействий. Товар сертифицирован!

ГАРАНТИЯ 18 МЕСЯЦЕВ



Соответствует ГОСТам! **Срок службы не менее 10 лет.**

Цена с оплатой при получении на почте - 1490 руб. При заказе от 2 шт. - цена 1390 руб. за шт.

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.

«ДИОСКОРЕЯ С КЛЕВЕРОМ» ПРОТИВ «ОМЕЛЫ С СОФОРой» В ЛЕЧЕНИИ СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ!

Вот истории о том, как удалось помочь двум молодым людям настойкой ДИОСКОРЕИ КАВКАЗСКОЙ С КРАСНЫМ КЛЕВЕРОМ в преодолении последствий тяжелейших физических травм:

Первый случай. Профессиональный спортсмен (боксер), проживающий в Московской области, на одной из тренировок пропустил удар в голову, в результате которого получил сотрясение мозга с потерей зрения одного глаза. После безуспешного стационарного лечения у больного время от времени стали появляться головные боли.

Один наш знакомый решил поделиться с ним настоеккой диоскореи кавказской с красным клевером. Через месяц приема у больного начала проходить головная боль и стало восстанавливаться зрение.

Через два месяца приема настойки головные боли прошли, а зрение восстановилось более чем наполовину. Второй случай. Офицер Российской Армии, воювавший в Чечне, в одном из боев был контужен. После контузии одно ухо полностью перестало слышать. Лечение в госпитале не помогло. К тому же офицер страдал хроническим гайморитом и ринитом. Пропив два месяца эту настойку, у него стало слышать ухо и функционировать носовые пазухи.

Произошло чудо? Нет! Просто свойства этих растений поистине чудотворны! Дело в том, что настойка диоскореи кавказской эффективна при атеросклерозе сосудов головного мозга: снимает головную боль, шум в ушах, утомляемость. Отсюда и объяснение этим двум уникальным в своем роде случаям, описанным выше – улучшилось кровообращение в сосудах коры головного мозга!

И таких примеров много. Вот случай о том, как удалось помочь молодой женщине настойкой ОМЕЛЫ БЕЛОЙ И СОФОРЫ ЯПОНСКОЙ в лечении непрекращающегося шума в голове: Двоюродная сестра одного нашего знакомого, проживающего в Подмоскovie, продолжительное время страдала шумом в голове, который мешал ее нормальному сну.

Ее муж, доктор медицинских наук, сотрудник одной из московских клиник, показывал ее многим специалистам в Москве и возил в Чехию на лечение. По ее словам результат лечения (улучшение) было незначительным и кратковременным. Наш знакомый, пропив настойку для улучшения кровообращения и очистки сосудов составом омелы и софоры поделился с ней не только своими положительными результатами, но и этой настойкой. Результат оказался настолько ошеломляющим, что он стал заказывать эти настойки для нее в течение почти полугода. На вопрос – зачем надо столько много настоек для сестры, ответ был такой, что настойка очень хорошо помогает ей, почти прекратился шум в голове и, что самое главное, стал нормальным сон.

Причину заболевания у женщины не смогли выявить медики, однако о причинах ее выздоровления можно смело предположить нам: улучшилось кровообращение в сосудах коры головного мозга, а значит, и улучшилось питание мозга кислородом и активными веществами, переносимыми с кровью, стали очищаться сосуды.

Водочная настойка каждого из вышеперечисленных лекарственных растений обладает лечебным эффектом. Но в сочетании друг с другом лечебный спектр и действие усиливается многократно.

Ко мне обращаются много людей по телефону с различными вопросами в отношении настоек для лечения сосудов. На основные и часто повторяющиеся из них я бы хотел ответить в рамках этой публикации.

Вопрос: Почему именно такое сочетание компонентов настоек. Почему нельзя смешать две настойки и получить еще более сильный положительный результат? **Ответ:** Спиртово-водная настойка каждого из этих лекарственных растений обладает лечебным эффектом. Но в сочетании друг с другом лечебный спектр и действие усиливается многократно (образуется эффект комплексного лечения). Надо иметь в виду, что не все спиртово-водные настойки различных растений могут однородно смешиваться, т.е. не выпадать в осадок. Состав вышеупомянутых настоек смешивается по принципу – подобное растворяется в подобном.

Вопрос: Почему именно спиртово-водные настойки, а не скажем чисто спиртовые или чисто водные?

Ответ: Цель изготовления настойки – получить экстракт лекарственных растений, т.е. миграцию лекарственных компонентов растений в жидкую фазу. Однако не все компоненты растений способны растворяться в этилово (винном) спирте. Многие хорошо растворимы только в воде. В спиртово-водной настойке спирт является консервантом экстракта, т.е. дает возможность хранить настойку месяцами, и она не портится, ведь в спирте погибают любые микробы. Водный же настой (отвар) хранится в холодильнике не более суток. И так, в спиртово-водной настойке что-то из растений вытягивает спирт, а что-то и вода.

Вопрос: Судя из описаний обе из настоек одинаково хороши для лечения сосудов. Какую же мне из них лучше принимать или может стоит чередовать прием настоек?

Ответ: Конечно, вы можете чередовать приемы различных настоек курсами. Также стоит понимать, что схожий лечебный эффект дают совершенно разные по виду растения отчасти и поэтому, что содержат одни и те же или очень близко схожие по структуре лекарственные компоненты в своем составе, подобно тому, как различные фрукты и овощи могут содержать преобладающим количеством одни и те же витамины. К примеру, с виду абсолютно разные дикая морковь, герань и роза схожи по своим противовоспалительным, противоопухолевым и заживляющим действиям благодаря одному и тому же сложному эфиру, содержащемуся во всех трех растениях – гераниолу. Однако существуют и лекарственные компоненты в составе растений, отличающиеся по характеру и нацеленные на различные заболевания. Так, если у вас больше проблем с сосудами головного мозга – головные боли, шум в голове, головокружения или был инсульт, то вам больше подойдет настойка диоскореи с красным клевером. Если же у вас доброкачественные опухоли, закупоренные сосуды, варикозное расширение вен, то вам лучше начать лечение настойкой омелы с софорой. Но в любом случае, обе настойки окажутся одинаково эффективны при всех вышеперечисленных заболеваниях. Вы можете начать прием одной настойки, пропить месяц, затем без перерыва пропить вторую настойку. Воздействие на организм комплексом лекарственных растений принесет более ощутимый положительный результат, чем, если бы вы принимали, к примеру, только красный клевер, или только софору.

Диоскорея кавказская улучшает сон, память, зрение, работу сердца, печени, почек. Применяется при инфарктах, после инфаркта, инсультах, после инсультов, рассеянном склерозе, атеросклерозе сосудов головного мозга и других органов, ревматоидном артрите, воспалении тройничного нерва и общем атеросклерозе, шуме в ушах и голове, гиперто-

нии, вегето-сосудистой дистонии, внутричерепном давлении, воспалении мочевого пузыря, нефрите, диабете, подагре, при задержке в крови мочевой кислоты. Красный клевер является иммуностимулятором при бактериальных и вирусных инфекциях, хорошо очищает кровь и лимфу. Заживляет раны и язвы, очищает кожу от сыпи. Кроме того, клевер оказывает спазмолитическое, отхаркивающее действие, обладает антиоксидантным действием, показан при аллергических и кожных заболеваниях, в том числе себорее, трофических язвах, псориазе, эффективен в лечении заболеваний щитовидной железы.

Основным действующим веществом софоры японской является рутин, который обладает способностью уплотнять стенки сосудов и уменьшать их ломкость, восстанавливает эластичность сосудов, в том числе капиллярных, снимает органические отложения с их стенок, обладает успокаивающим и противовоспалительным действием.

Омела белая эффективна при лечении доброкачественных образований в гинекологии.

Хотелось бы заметить, что применение омелы и софоры в виде спиртово-водочной настойки дает прекрасный эффект, не только при очистке сосудов и улучшении кровообращения, но и как профилактика и лечение доброкачественных опухолей.

Так при лечении гипертонии и атеросклероза каждое из этих растений делает свое дело: софора убирает органические отложения, омела – неорганические. В результате сосуды очищаются, расширяются, исчезают головные боли и уменьшается риск кровоизлияния в мозг. Настойка омелы и софоры помогает людям, перенесшим инсульт.

Вот рецепты приготовления этих удивительных настоек в домашних условиях:

1. В трехлитровый баллон засыпаются 50 г высушенных наструганных корней диоскореи кавказской и высушенные головки красного клевера доверху. В баллон заливается водка также под горлышко. Накрывается плотной крышкой и выдерживается 30 дней в темном прохладном месте. Далее настойка сливается, фильтруется через воронку с ватой и пьется по 1 чайной ложке перед едой 3 раза в день, разбавляя небольшим количеством воды в стакане. Курс лечения 1-2 месяца. После месячного перерыва курс лечения нужно повторить.

2. Зеленые побеги омелы (без плодов) промыть и перемолоть через мясорубку. Залить водкой из расчета – одна объемная часть омелы на две объемных части водки. Настоять в темном прохладном месте один месяц. Параллельно отдельно приготовить настойку софоры: 100 г плодов софоры промыть, измельчить и залить 0,75 л водки. Настоять в темном прохладном месте один месяц. По истечении месяца слить каждую из настоек и смешать в равных пропорциях, настоять еще десять дней, выпадет осадок, аккуратно слить комплексную настойку, оставляя осадок, настойку профильтровать через воронку с ватой. Пить по 1 чайной ложке 3 раза в день перед едой, разбавляя небольшим количеством воды. Курс лечения 1-2 месяца. После месячного перерыва курс лечения нужно повторить.

Для обращений: 385019, респ.Адыгея, г.Майкоп, ул.Шоссейная, д.20, кв.80. Тел. дом.: 8(8772) 56-34-64, моб.: 8-909-470-70-26 (время московское). www.alexdoctor.ru Калининко Александр Сергеевич, действительный член профессиональной медицинской ассоциации специалистов традиционной народной медицины и целителей, (сертиф. №3201 от 08.09.2006г.)

НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА

ОСТОРОЖНО – ГЛАЗИРОВАННЫЕ СЫРКИ!

Встречают шоколадный сырок по одежке, то есть, по фантику. Краска с упаковки не должна пачкать руки и стираться. Если упаковка повреждена даже совсем немножко, откладываем такой сырок в сторону: любое нарушение герметичности может привести к тому, что в сырок попадут болезнетворные бактерии, а в творожной массе они развиваются особенно быстро.

Творог – продукт скоропортящийся, поэтому специалисты рекомендуют хранить глазированные сырки при температуре не выше четырех градусов тепла. Покупая творожные сырки с рук или в небольших палатках, не имеющих холодильников, вы рискуете приобрести товар не первой свежести.

Теперь посмотрим на то, как выглядит сырок «без одежды». После того, как его покрыли глазурью, творог не должен нигде выглядывать. В качественном продукте творожная масса чувствует себя в шоколаде, как в броне.

Прежде чем отправить глазированный сырок в рот, советуем его разрезать. Нож плавно режет массу, творог не липнет и не растекается? Все в порядке: эту проверку сырок выдержал. Теперь внимательно рассмотрим срез. Масса сырка неоднородна, встречаются комочки, или неравномерно прокрашена – такому сырку не место на обеденном столе.

А теперь настала пора попробовать сырок. Если он не тает нежно на языке, как мороженое, а растекается по рту неприятной массой, значит в погоне за низкой себестоимостью продукта, производитель использовал ингредиенты из числа тех, что подешевле. В частности, сливочное масло заменил маслянистой смесью. В итоге, вкусовые качества продукта оставляют желать лучшего. отведав такой сырок однажды – второй раз уже не захочется. Чистый кисломолочный вкус без посторонних привкусов – признак по-настоящему качественного продукта. У сырков с ароматизаторами вкус и запах строго соответствуют добавке, которая была указана на этикетке. Если сырок изготовлен с сахаром, то он должен быть в меру сладким.



ОВСЯНКА ИЛИ ГЕРКУЛЕС?

Традиционный английский завтрак невозможно себе представить без тарелки овсяной каши. В нашей стране эту кашу чаще всего называют геркулесовой. Интересно, а помимо названия, есть какие-то отличия, может быть в рецептуре?

Так вот главное отличие, во времени приготовления. Традиционный английский завтрак готовится не менее полчаса, столько требуется зернам овса, чтобы развариться. Но сегодня очень немногие варят кашу из цельного овса. Ведь есть овсяные хлопья – это как раз Геркулес. И он варится считанные минуты.

Выбирая крупу для овсяной каши, заострите внимание на том, какое именно название написано на упаковке – Экстра, Геркулес или Лепестковые. Выбрали Экстра? Тогда отыщите на пачке номер сорта. Арабская цифра на упаковке указывает на степень обработки хлопьев. Самые нежные, предназначенные для малышей и людей с чувствительным желудком, – значатся под номером 3. Из-за тщательной обработки паром такие хлопья имеют самую тонкую структуру, благодаря чему не требуют варки. Эти хлопья можно просто заливать на ночь кипятком или молоком. Тогда в каше сохраняется максимальное количество питательных веществ, которыми и славится овсянка. Правда, вследствие их особой «воздушности», в пачке зачастую содержится не 500, как обычно, а 350 граммов. Так что будьте внимательнее.

В пачке со вторым номером прячутся тоже довольно тонкие овсяные хлопья, произведенные из резаной крупы. На то, чтобы сварить кашу из этой овсянки, потребуется не больше 10 минут.

Овсяные хлопья «Экстра 1» производятся из цельного зерна и отличаются высоким содержанием углеводов. Структура у таких хлопьев более плотная. Варить их придется минут 15, зато каша получится гуще и полезнее для желудка.

Овсяные хлопья из Экстры под номером 2 чаще всего путают с геркулесом. На самом деле геркулес – это отдельный сорт овсянки. Хлопья в пачке с таким названием самые толстые. Варить их придется дольше всего, зато каша получится густой и на редкость вкусной и питательной.

Покупая крупу, обязательно посмотрите, указана ли на упаковке помимо даты расфасовки дата выработки. Ведь именно от нее и исчисляется срок годности. Неко-

торые производители хитрят: указывают дату расфасовки, а за ней – стандартный срок годности, тем самым, растягивая время реализации. Вот только сами хлопья от этого дольше свежими не остаются.

Дома откройте упаковку и высыпите небольшое количество хлопьев на белую тарелку. Вне зависимости от сорта, качественные овсяные хлопья белого цвета, с оттенком от кремового до желтоватого. Понюхайте геркулес. Качественные хлопья имеют легкий овсяный запах, затхлого заплесневелого запаха быть не должно.

А теперь сварите кашу из расчета примерно 30 граммов хлопьев на человека. Если овсяные хлопья долго не желают превращаться в кашу, скорее всего, вы столкнулись с некачественным товаром. Время разваривания качественных хлопьев должно строго соответствовать их сорту.

Когда будете пробовать готовое блюдо, помните, овсяная каша не должна горчить. Неприятный привкус является из-за неполной обработки зерна. Коробку с недоброкачественным продуктом лучше вернуть обратно в магазин.

СОВЕТЫ НАШЕГО ВРЕМЕНИ

ОПТИМАЛЬНОЕ МЕСТО ОТДЫХА

Секрет хорошего отдыха – правильно проложить маршрут. При этом можно руководствоваться модой, толщиной кошелька, привычкой или мнением знакомых. А можно провести отпуск с учетом собственного состояния здоровья.

Проблемы с дыхательной системой

Отправляйтесь на черноморский, средиземноморский или адриатический курорт. Идеальный вариант – отель в хвойном парке, этаж не выше четвертого, до моря не более 300 метров. Кондиционер на ночь выключайте, с духотой справляйтесь с помощью вентилятора или открытого окна.

При хроническом бронхите или «кашле курильщика»

Ваш маршрут: Отдыхайте в местах, где средняя температура днем выше 25°C. Время года – конец весны, лето, ранняя осень.

При бронхиальной астме или аллергии

Ваш маршрут: Лучше не ездить на курорт весной, во время цветения, или в экзотические страны, где круглый год что-нибудь цветет.

Слабый желудок

Чтобы не тратить время и деньги на знакомство с местными туалетами, придется смириться с тем, что наш организм заселен родными микроорганизмами, к которым он привык.

Но когда мы приезжаем в новую страну, чужеродные микробы не всегда могут мирно ужиться с нашей кишечной флорой – начинается «война», за которую мы расплачиваемся так называемой «диареей путешественников» и которой подвержены те, кто страдает дисбактериозом.

Заранее уточните у туроператора меню того места, куда вы отправляетесь: много ли специй, какие бывают фрукты, молочные продукты, супы и т. п., доступна ли минеральная или бутилированная вода. Подходящие курорты располагаются в Центральной Европе и СНГ. Сезон – круглый год.

При хронических запорах или диарее

Ваш маршрут: Выбирайте курорт, где можно активно заниматься подвижными видами спорта, кроме тренажеров. Статическая нагрузка не влияет на работу желудочно-кишечного тракта. Годится плавание, бег, велосипед, теннис, верховая езда, аэробика и т. д.

Во время и после обострения гастрита, панкреатита, холецистита и язвенной болезни

Ваш маршрут: Сидите дома! Или проведите отпуск в специализированном санаторно-лечебном учреждении.

Проблемы с кожей

Многие курорты, особенно морские, предлагают комплексы мероприятий по уходу за кожей. Одно из лучших мест – Мертвое море (Израиль), где сложился уникальный состав атмосферы и воды, представляющий собой сплошную це-

лебную формулу для любых заболеваний кожи. При одних заболеваниях лучше больше быть на солнце, при других – его избегать. Поэтому перед поездкой обязательно посоветуйтесь с дерматологом.

При избыточном росте волос или обилии родинок на теле

Ваш маршрут: Избегайте экваториальных стран, не стоит посещать Австралию – солнечная радиация в этих регионах наиболее опасна, не спасет никакой солнцезащитный крем. В крайнем случае не бывайте на солнце, особенно без одежды.

Неполадки по «женской части»

При хронических воспалениях органов малого таза (сальпингит, аднексит, эндометрит, уретрит, цистит)

Ваш маршрут: Куда угодно – в период ремиссии. Зато в периоды обострений лучше остаться дома.

При эндометриозе, полипах, миоме матки, кисте яичников, мастопатии или подозрении на них

Ваш маршрут: Противопоказаны поездки в экваториальные страны или посещение солярия. Летом отдыхайте в своем климатическом поясе. В субтропические страны поезжайте ранней весной или поздней осенью, когда температура не выше 25°C. Полезны курорты с грязелечением и бальнеолечением (йодобромные ванны, аппликации, тампонирование).

При беременности

Ваш маршрут: За исключением последних двух месяцев беременности путешествия возможны – конечно, с мерами предосторожности. Особенно подходит второй триместр беременности (14-28 недель), когда ребенок надежно защищен от влияния внешних факторов, первичный токсикоз прошел, а живот еще не сковывает движений.

При нормальной беременности нет противопоказаний для авиaperелетов, нужно только соблюдать определенные правила:


Ремень безопасности туго застегните ниже живота.

Пейте 2-3 стакана жидкости в час – сейчас особенно важно избежать обезвоживания из-за перепадов давления.

Под спину подложите подушечку, под шею – валик, на глаза – светонепроницаемые очки-повязку, чтобы полностью расслабиться и отдохнуть в полете.



БОЛЬ ЛЮДСКАЯ

 Мне нужна ваша помощь. Отзовитесь, хорошие люди, душа которых жаждет добрых дел. Можно прощать много, долго, терпеливо, как христианка, но, если есть основание больше не верить этим людям, то и жизнь наедине с ними обещает одни только неприятности, провокации, жестокости и тогда очень опасно жить без свидетелей.


Мне 70 лет, я как старая мебель, которая стала не нужна. Жизнь моя морально и физически невыносима. Живу я в тесноте и обиде, а это – больная душа, больное тело. И лечиться нет возможности, ведь причина никуда не девается! Мое излечение – уйти, сменить обстановку. Но уходить мне некуда!

Может, кто по чистоте души и вере в Бога сможет меня приютить хоть на сколько: на месяц, неделю, на всю оставшуюся жизнь?!


Я инвалид II гр., болит поясница, левая сторона таза, ноги, но я немного хожу, себя обслуживаю через силу. Надеюсь, сменив обстановку, почувствовать себя лучше. Не хочется умирать, хочу жить. Пенсия моя 3000 руб. Все мое богатство – это лечебные газеты, которые выбрасывают со словами: «Все это маразм, хлам». Живу на 5-м этаже без лифта, а так хочется жить в деревне, чтобы рядом были хорошие люди, которые помогут отогреть душу и тело. Я не пью, не судима, спокойная, но ограничена в делах по состоянию здоровья.

Господи! Я дочь твоя, стою перед тобой. Я заповедь Твою боюсь нарушить. Благослови меня и успокой, спаси больную душу.

Галина. 141200, Московская обл., г. Пушкино, ул. Чехова, 16-75.

 **Здравствуйтесь, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»!** Прошу вас через газету сообщить. Мне очень интересно узнать про такие растения (цветы). Можно ли держать в квартире фикус. Многие люди приобретают в квартиру, а мне кажется, он заберет много кислорода, а может быть, я зря так думаю. И второе растение – называется «Ланина». Он выглядит как луковица и тонкие длинные листья. Продаются на рынке. Цветоводы называют его дерево богатства. Поэтому хотелось бы тоже узнать, можно ли его держать, и что он обозначает.


С уважением, Галина Филипповна, г. Братск.

 **Здравствуйтесь, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»!** Пишет вам ваша читательница из Германии. В вашей газете есть интересная рубрика «Советуют целители». Помогите, пожалуйста, советами и рецептами. У меня заболевание щитовидной железы (не хватает йода), сахарный диабет II типа. И еще, самое главное, меня тревожит: будь то радость или нервное расстройство, у меня по всему телу, а особенно по голове «бегают мурашки» и как будто «иглочками прокатываются». Голова часто кружится, может, плохое кровообращение.

Жду от вас совета и помощи. Заранее благодарна всем, кто откликнется на мою просьбу.

С уважением, **Ольга Икс. Германия. 74238. Krauthaim Sudstrasse, 1. Iks Olga.**

ГРИБЫ В САДУ

 **Можно ли выращивать вешенки на садовом участке? Если да, то какова технология?**

Павел В., г. Пенза.

При обрезке сада у нас, как правило, появляется много разной древесины – веток, стволов и даже пней. Они могут стать хорошим основанием для будущей грибницы, потому что съедобные грибы как раз и живут на отмирающей древесине.

Вешенка выращивается на соломе всех зерновых культур, камыше и других растительных остатках в подвале или теплице, где температура поддерживается в пределах 20-25 градусов тепла, а относительная влажность составляет 90%.

Брусочки длиной 25-35 см из свежесрубленных деревьев укладывают один на один, укладывая на верхнюю часть каждого из них мицелий гриба.

Грибы вырастают через 15-20 дней. Срезают их осторожно ножом. Древесину периодически увлажняют – и в течение трех-пяти лет можно собирать грибы.

На дачном же участке можно выращивать на спиленных остатках опята и зимние грибы.

Спиленные остатки деревьев толщиной 10-50 см нужно разрезать на бревнышки длиной 20-30 см (условно это бревнышки-пни). Затем поставить их вертикально в предварительно выкопанные ямки глубиной 25-35 см и устланные опавшими листьями или листовой землей.



Находиться эти ямки должны в тенистых местах, скажем под забором, возле беседки, под кустами смородины или крыжовника. На коре этих бревнышек-пней надо сделать насечки и вставить в них заранее пригото-

вленные грибницы. Затем посыпать сверху почвой или перегноем и слегка полить водой.

Урожай опят будет через год.

Более тонкие бревнышки можно укладывать в неглубокие ямки горизонтально, делать такие же насечки, укладывать в них грибницу, сверху засыпать тонким слоем почвы.

Чтобы получать грибы, почва должна быть постоянно влажной и на нее не должны попадать прямые солнечные лучи.

Такие «плантации» придется закладывать ежегодно, т.к. древесина в этих условиях быстро разлагается (грибы используют имеющийся в ней запас питательных веществ, поэтому его надо пополнять).

За год под одним бревнышком можно получить два-три урожая грибов весом 600-900 г.

Зимний гриб растет на живых деревьях, если в их коре сделать зарубки и внести туда грибницу, присыпав ее слегка перегноем. Но такой способ может быть приемлем, если это дерево предполагается со временем уничтожить.

При выращивании грибов на садовом участке нужно следить, чтобы они не попали на плодовые деревья, т.к. это может стать причиной их угнетения.