

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

ВНИМАНИЕ! КОНКУРС ПРОДОЛЖАЕТСЯ!1
 ВНИМАНИЕ! ПОДПИСКА!1
 РЕЦЕПТЫ НА КОНКУРС1
 УБИРАЕМ МОРЩИНЫ НА ЛБУ1
 ПРИ ХОЛЕЦИСТИТЕ1
 ЕСЛИ НЕ ПРИХОДИТ СОН2
 БОРЕМСЯ С УГРЯМИ2
 СРЕДСТВО ОТ ГАЙМОРИТА2
 ЛЕЧЕНИЕ АРИТМИИ3
 ПОМОЩЬ ПРИ ДИАРЕЕ3
 ЦЕЛЕБНЫЙ ЛИМОН3
 КАКИХ «ЗВЕРЕЙ» БЬЕТ ЗВЕРБОЙ?4

КАК БОРЬТЬСЯ СО СТРЕССОМ?.....6
 ЭФФЕКТ НАЛИЦО7
 ИНТЕРВЬЮ С Т.Д.ОРСКОЙ8
 СИСТЕМА РАЗДЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ10
 ФУНГОТЕРАПИЯ – НАУКА О ЦЕЛЕБНЫХ ГРИБАХ. ОЧИЩЕНИЕ ПЕЧЕНИ11
 НЕДОРОГИЕ РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ11
 ЦЕЛЕБНЫЙ ЗЕЛЕНый ЧАЙ12
 СТАРИННЫЕ РЕЦЕПТЫ12
 СОВЕТЫ НАШЕГО ВРЕМЕНИ13
 СНИЖАЕМ КРОВЯНОЕ ДАВЛЕНИЕ.....14
 СКАНВОРД14
 ПЯТНА ВИТИЛИГО СМЫВАЕТ ЗВЕРБОЙ15
 РЕЦЕПТЫ ОТ ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ15

ЧИТАЙТЕ В № 11
 ГАЗЕТЫ «ЧУДЕСНЫЕ ИСЦЕЛЕНИЯ И ЦЕЛТЕЛЬНЫЕ ЧУДЕСА»

Павильоны / Рестораны Специальный выпуск

ЧУДЕСНЫЕ
 исцеления
 и целительные чудеса

Сегодня в номере

- лечим суставы
- как был открыт пенициллин
- помощь при бессоннице

реклама

ПРИБОР «АПЭК» ВОССТАНОВИТ ВАШЕ ЗРЕНИЕ

Исследования в области офтальмологии доказывают, что биорезонансная цветотерапия – один из самых эффективных способов лечения глазных заболеваний. Применение прибора «АПЭК» позволяет лечить заболевания без хирургического вмешательства. Прост в применении, безопасен, эффективен для домашнего использования.

Способ биорезонансной офтальмоцветотерапии основан на способности организма человека и его полевых структур селективно с высокой точностью реагировать на резонансные узлоподобные спектры частот видимого диапазона света, направленные через глаза.

Отличительные характеристики:

- Универсальность
- Высокая эффективность при лечении широкого круга заболеваний
- Синергизм – способность усиливать эффективность лечения других лечебных способов
- Способность повышать защитные силы организма и иммунитет
- Безопасность применения
- Удобство и простота использования
- Возможность применять его в любых лечебных учреждениях, а также на работе и в домашних условиях.

Прибор защищен патентом №2117466 «Способ профилактики и лечения глазных болезней». Если Вы хотите видеть мир во всех красках, звоните и заказывайте прибор «АПЭК» по телефону в Москве: (495) 974-93-24

Адрес: г. Москва, ул. Щелковское шоссе, 5, стр. 1 000 «Диалог», ОГРН 1065018037710

ДУРНОЙ ЗАПАХ ИЗО РТА

1. Белая ольха

Приготовить отвар из 20 г листьев, мелко нарезанных, и 0,5 л воды, варить 20 минут, процедить и остудить, затем полоскать рот.

2. Мята

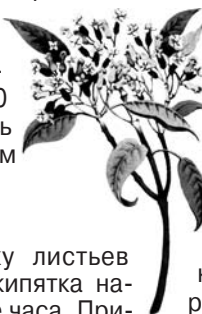
Столовую ложку листьев мяты на 0,5 л кипятка настоять в течение часа. Применять для полоскания рта.

3. Гвоздика

Иметь с собой гвоздику (сухую) и 1-3 раза в день класть в рот и оставлять между зубами и щекой.

4. Ромашка

Применять в виде свежеприготовленного чая – 2 ст. ложки ромашки (лекарственной), варить 5 минут в 0,5 л воды.



Ольга В., г. Брянск

реклама

«ЖИВИЦА» ПРОТИВ РАКА

15 лет и вся жизнь потребовались Игорю Александровичу Бойко, чтобы создать уникальный противораковый сбор из лечебных трав. Автор дал ему символическое название: «Живица». Эффективность этого сбора признана официально: Бойко получил патент РФ (№ 2028808) на изобретение, не имеющее аналогов в медицинской практике, а люди – надежду на то, что страшное заболевание может быть побеждено.

Изучая растения в экспедициях, Бойко видел: в каждом регионе есть своё излюбленное средство лечения опухолей, в Забайкалье – «мужик – корень», на Иссык-Куле – аконит, в Крыму – болиголов и т.д. Но делать ставку на одно средство, – значит, использовать лишь один шанс из многих, данных нам природой – вероятность успеха здесь невелика, особенно против рака. Тогда и родилась идея собрать все растения, помогающие излечиться от рака, выделить наиболее эффективные, научно расположить действующие вещества. В результате вслед за отдельным противораковым сбором сложился целый фитотерапевтический комплекс «Живица», состоящий

из десятков растений, сгруппированных в несколько сборов, где объединилась целебная сила всей родной земли (патент РФ №2074731).

Живых примеров, когда противораковые сборы Бойко совершали чудо – спасали от смерти, уже немало. Вот два из них:

У Филипповой Н.В. из Москвы обнаружили рак поджелудочной железы третьей стадии. Лечение рака проходило тремя курсами. После лечения сборами Живица опухоль значительно уменьшилась, боли прошли, пациентка встала с постели, хлопочет по хозяйству.

В.И. Гатченко из Харькова был поставлен диагноз: рак легких, четвертая стадия. По прогнозам оставалось 2-3 месяца жизни. Через полгода лечения рака сборами Живица легкие больного оказались абсолютно чистыми.

Я была счастлива, узнать о таком сподвижнике, как Бойко, который своими травами спасает людям жизнь. Я счастлива, что могу рассказать об этом всем нуждающимся в помощи. Но! Опасайтесь подделок! Истинное лечение по системе «Живица» только по адресу: 129223, Москва, пр. Мира, ВВЦ (бывш. ВДНХ), павильон «Здоровье», центр «Живица». Тел.: (495) 988-8928, 84997602432 с 11.00 до 18.00 без выходных.

www.givica.ru. Лиц. №18244/9703

Ждем интересных материалов. Поделитесь опытом!

<p>Редакция не несет ответственности за содержание рецептов, присланных читателями. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Мнение редакции может не совпадать с мнением автора публикации.</p> <p>Редакция оставляет за собой право по своему усмотрению публиковать и редактировать письма и присылаемые в адрес газеты материалы (в частности, в отношении объема текста, лексики, грамматики, явных неточностей, а также личных персональных данных), если они не сопровождаются конкретными указаниями по их использованию.</p> <p>Предупреждаем, что газета не является учебником по медицине и пособием по лечению болезней. Прежде чем воспользоваться рецептом или рекомендацией из нашей газеты, проконсультируйтесь с лечащим врачом! Доброго вам здоровья!</p> <p>Пожалуйста, обратите внимание на то, чтобы ваши письма были написаны разборчивым почерком. Особенно это касается диагноза, названия принимаемых лекарств, трав, а также ваших персональных данных (имени, адреса и т.д.). Помните, речь идет о здоровье!</p> <p>Вы можете подписаться на газету «Бабушкины рецепты» с любого месяца через каталог «Почта России» (подписной индекс – 24240). ЗАО «МК-Периодика» оформляет подписку на наши газеты в странах СНГ, Ближнего и Дальнего зарубежья по индексам: «Бабушкины рецепты» – 25577, «Чудесные исцеления и целительные чудеса» – 24241.</p> <p>Координаты для подписчиков: Тел.: +7 (495) 681-9137, +7 (495) 681-8747. Факс: +7 (495) 681-3798. E-mail: export@periodicals.ru. www.export@periodicals.ru</p> <p>Поставщик в РБ – 000 «Росчерк», г. Минск, ул. Авангардная, 48а. Тел.: (017) 299-9261-(62).</p>	<p>Газета «БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ».</p> <p>Выпуск №22(378). Тираж 180000 экз. Заказ 121108, г. Москва, ул. Пивченкова, д. 3, корп. 3.</p> <p>Контакты с читателями только через а/я, 121354, г. Москва, а/я 299, Бондаревой Н.Н. Тел.: 8-499-940-2413, 8-499-146-2653 e-mail: babusya@list.ru</p> <p>По поводу рекламы тел.: 8-903-200-3080. Телефоны для связи с распространителями: 8-499-146-2653.</p> <p>Дизайн: А.Борисов. © 2002-2006, e-mail: aart_bor@rambler.ru Подписано в печать 24.05.2009 Сдано в печать 24.05.2009</p> <p>Учредитель: ООО «НМ-Пресс». Редакция: «ПРЕСС-Издатель». Гл. редактор Рудь П.Б. Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия 15 сентября 2005 года. Рег. ПИ № ФС 77-21889.</p> <p>Отпечатано в ОАО «ЧПК», г. Чехов Московской обл. ул. Полиграфистов д. 1. Цена свободная</p>
--	--

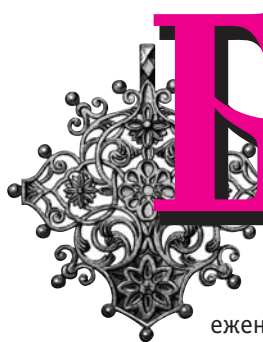
ISSN 1811-9492

09022

9 771811 949000

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 размещение каким бы то ни было способом этих материалов допускается только с письменного разрешения издательства. Рукописи, письма и фотографии не рецензируются и не возвращаются.



БАБУШКИНЫ рецепты

еженедельная газета. издается с 2002 года

«лечить нас все же бабушки умели»

ВНИМАНИЕ! КОНКУРС ПРОДОЛЖАЕТСЯ!


Уважаемые читатели! Редакция получила огромное количество писем на конкурс рецептов и продолжает получать до сих пор. Письма настолько хорошие и душевные, что коллективом редакции было принято решение продлить конкурс до конца мая 2009 года.

ВНИМАНИЕ! ПОДПИСКА!

Подписка – это гарантия, что Ваше любимое издание Вы получите, даже если все лето проведете вне дома! Оформите подписку на второе полугодие 2009 года с первого апреля до 20 июня 2009 года.

Подписные индексы: каталог «Газеты. Журналы» Агентства Роспечать – 19898, каталог «МАП» Каталог Российской прессы «Почты России» – 24240, «Объединенный каталог Пресса России. Газеты, журналы» – 19898. Станьте участником призовой подписки! Для участия в акции Вам нужно отправить в адрес редакции копию подписной квитанции на второе полугодие 2009 года до 1 сентября 2009 года. Подписной купон – на стр. 15.

УБИРАЕМ МОРЩИНЫ НА ЛБУ

 Ингредиенты – жирный обогащенный питательный крем, тонкая полоска бумаги (может быть чистый край газеты, калька, тонкий пергамент) или целлофан, эластичный бинт или обычный бинт чуть уже бумаги.

Смочить бумагу теплой водой, обильно смазать питательным кремом и вплотную приложить ко лбу на середину морщинок. Предварительно морщинки слегка расправить рукой и прикрыть глаза, чтобы убрать со лба напряжение. Бумага не должна задевать брови и корни волос. Зафиксировать бумагу эластичным бинтом. Оставить вначале на 15-20 минут, после 5-6 процедур на более продолжительное время.

Альбина В., г. Подольск.

ПРИ ХОЛЕЦИСТИТЕ



Чистотел (5 г) залить стаканом кипятка, нагреть на водяной бане в течение 15 минут, дать настояться в течение 45 минут, процедить. Разбавить кипяченой водой до 200 мл. Принимать по 1/3 – 1/2 стакана 2-3 раза в день за 15 минут до еды.

Ежова М., г. Москва.



СЕГОДНЯ

В НОМЕРЕ:


- лечимся
лимоном
- нормализуем
давление
- избавляемся
от «квартирантов»
- как облегчить
старость?
- вода –
это жизнь!

Внимание, подписка! Подписка – это гарантия, что Ваше любимое издание Вы получите даже ,если все лето проведете вне дома!
Оформите подписку на второе полугодие 2009 года с первого апреля до 20 июня 2009 года.

Подписные индексы: каталог «Газеты. Журналы» Агентства Роспечать – 19898, каталог «МАП» Каталог Российской прессы «Почты России» – 24240, «Объединенный каталог Пресса России. Газеты, журналы» – 19898. Станьте участником призовой подписки! Для участия в акции Вам нужно отправить в адрес редакции копию подписной квитанции на второе полугодие 2009 года до 1 сентября 2009 года. Подписной купон – на стр. 15.



СРЕДСТВО ОТ ГАЙМОРИТА

 В течение 50 лет я болел гайморитом, однако определить его было трудно, т.к. он был хроническим. После того, как я узнал, что у меня такая болезнь, я принял все меры, чтобы вылечиться, и вылечился в течение 2-х лет. Срок излечения, конечно, большой, но и срок самой болезни немалый.

Предлагаю проверенный на себе способ лечения гайморита без хирургического вмешательства, используя метод йогов по промыванию носоглотки.

1. Разводим в стакане теплой кипяченой воды 1 ч.л. соли и наполняем шприц 5 мл (естественно без иголки).

2. Ложимся навзничь, чтобы голова висела.

3. Заливаем из шприца воду в носоглотку, пока не польется из ноздрей.

4. Зажимаем нос двумя пальцами и идем в ванную.

5. Далее воду из носоглотки втягиваем и выплевываем через рот.

6. Оставшееся содержимое носоглотки высмаркиваем, зажимая попеременно то одну, то другую ноздри.

7. В течение дня после высмаркивания очередной порции гноя из ноздрей, следует повторить эту процедуру.


Этот способ хорош еще тем, что одновременно прочищает ушные и глазные протоки.

Буду рад, если это кому-нибудь поможет.

Григорьев В.М., пенсионер, 67 лет.
Адрес: 236011, г. Калининград, ул. Ульяны Громовой, дом 24, кв.14.
e-mail: gvm41@rambler.ru



ЕСЛИ НЕ ПРИХОДИТ СОН

 **Что же делать, если не спится?** Трудности с засыпанием, поверхностный прерывистый сон – довольно частое явление. Нередко у практически здоровых людей возникают периоды, когда сон не приходит.

Нарушение сна чаще всего возникает из-за мыслей, связанных в большинстве случаев с событиями или неприятностями ближайшего прошлого. Человек ложится в постель, и начинается борьба за сон. Невозможно найти удобную позу, трудно возникший сон прерывается. Человек ищет удобное место для рук, туловища и не находит, ищет снова и т.д. Существует тысяча методов борьбы с бессонницей. Все они недостаточно эффективны и не универсальны.

Пожалуй, наиболее эффективным методом можно считать активное или пассивное мышечное расслабление, при котором наряду с расслаблением мускулатуры наступает и душевное спокойствие, в результате этого человек легко засыпает. Хорошим средством против бессонницы может быть мед. За 1-1.5 ч. до сна нужно выпить 3/4 стакана теплой воды, в которой растворена ложка меда. Можно пить и концентрированный раствор сахара (2-3 столовые ложки сахара на стакан воды), однако это противопоказано лицам с ожирением и сахар-

ным диабетом. Засыпанию способствует также теплая ножная ванна.

Бессонные часы хуже переносятся в одиночестве. Установлено, что в таком состоянии полезно встать с постели, написать на бумаге то, что вас волнует, или то, о чем вы думаете. Это делается для того, чтобы часть своего внутреннего напряжения перенести на бумагу.

Применять снотворное нужно только по рекомендации врача. Попытки самостоятельного вылечить нарушения сна либо безрезультатны, либо приводят к привыканию и зависимости от снотворных.

Необходимо сказать несколько слов о храпе. Храп появляется чаще как резу-

льтат большой физической усталости, но иногда это обусловлено анатомическими особенностями верхних дыхательных путей.


Храп – это дрожание мягкого неба, которое происходит при вдохе и выдохе, храп чаще возникает, когда человек лежит на спине. Храпящим нужно научиться спать на боку или в

том положении, в котором храпа нет. Тогда достаточно разбудить спящего или изменить его позу, и храп прекратится. В самом крайнем случае следует заткнуть себе уши или положить храпуна спать в отдельную комнату.

Стещенко Е., г. Тула



БОРЕМСЯ С УГРЯМИ

 Прежде всего следует наладить питание. Пейте соки, ешьте овощи, фрукты, мед, орехи, семечки (нежареные), пейте простоквашу, употребляйте побольше моркови, свеклы, овсяную и гречневую каши, картофель, отварное мясо. Постарайтесь отказаться от шоколада, конфет, сахара, пирожных, маринованных овощей, перца, уксуса, жареного и жирного мяса.

Лицо протирайте лосьоном для жирной кожи или настойкой календулы, разбавленной наполовину кипяченой водой. Воспаленные участки (не все

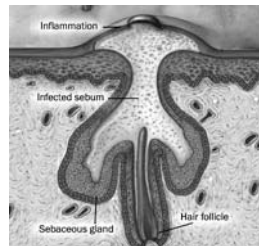
лицо) протирайте салициловым спиртом. Соблюдайте правильный режим и держите кожу в чистоте. Полезны прогулки, солнечные ванны.

Можно применить и такие средства:

1. Смешать 2 ст.л. меда и 50 г теплого отвара цветов ромашки, приготовленного в соотношении 1:10. Наносить как жидкую маску на 25 минут 1 раз в неделю.

2. Смешать 1 стакан свежеежатого огуречного сока и 1 ч.л. меда. Протирать кожу лица. Спустя полчаса умываться прохладной водой.

Анна Р., г. Уфа.



ЦЕЛЕБНЫЙ ЛИМОН

Хроническая усталость

1. Требуется. 1 стакан лимонного сока, 1/2 стакана клюквенного сока, 2 ст. л. сахара.

Способ приготовления. Смешайте соки, добавьте сахар. Настаивайте 8 ч.

Способ применения. Принимайте по 1/2 стакана 3 раза в день за 20 мин. до еды.

2. Требуется: по 1/2 стакана соков лимона и яблочного, 1 стакан сока моркови, 2 ст. л. сахара.

Способ приготовления. Смешайте все компоненты при помощи миксера, добавьте сахар.

Способ применения. Принимайте по 1/2 стакана 4 раза в день за 20 мин. до еды.

Мигрень

Заболевания, связанные с нервами и нервной системой, такие как невроз, невралгия, мигрень и другие – имеются у множества людей. Существует немало медикаментов, призванных помочь людям, страдающим этими недугами, но они редко помогают. Одним из испытанных средств является лимон, который содержит в своем составе вещества, помогающие улучшить самочувствие.

1. Требуется. 1/2 стакана сока лимона, по 1 ст. л. листьев мяты лекарственной и мяты обыкновенной, 1 стакан воды.

Способ приготовления. Травы залейте кипятком, накройте крышкой и настаивайте 30 мин., процедите, охладите, а затем добавьте лимонный сок.

Способ применения. Принимайте по 3 ст. л. 3 раза в день во время еды.

2. Требуется. По 1/2 стакана соков лимона и яблочного, 1 ст. л. сахара, 2 ст. л. воды.

Способ приготовления. Смешайте

соки и добавьте сахар, растворенный в горячей воде.

Способ применения. Принимайте по стакану 2 раза в день через 30 мин после еды.

Неотложная помощь при мигрени

1. Рекомендуется вводить вазоконстрикторные средства: кофеин-бензоат натрия (1 мл 10%-ного раствора подкожно), анальгетики, транквилизаторы (2 мл 0,5%-ного раствора реланиума внутримышечно), антигистаминные препараты (1 мл 25%-ного раствора пипольфена внутримышечно).

2. Препараты эрготамина (дигидергот), эрготамин (1 мл 0,05%-ного раствора внутримышечно или подкожно).

3. При затяжном приступе мигрени внутривенно вводят 3 мг дексаметазона. Больные с приступами мигрени обычно не госпитализируются.

Ларингит

Ларингит, который представляет собой воспаление слизистой оболочки гортани и является последствием острого респираторного заболевания.

Для лечения и профилактики ларингита вы можете пить лимонный чай в неограниченном количестве, а также полоскать рот лимонной водой, которую можно приготовить следующим образом.

Требуется. 1 небольшой лимон, 3 ст. л. меда, 1/2 воды.

Способ приготовления. Отожмите лимонный сок, тщательно размешайте его с медом и влейте в кипяток.

Способ применения. Полощите горло теплой смесью через каждые 3-4 ч. в течение всего периода лечения.

Орлов Н.С., г. Рязань.

ПОМОЩЬ ПРИ ДИАРЕЕ

При упорном поносе пожарить семена базилика. Принимать по 1/2 ч.л. 3 раза в день за 20 мин. до еды.


При кровавом поносе смешать в равных частях по весу сухие измельченные корни гравилата городского и траву сабельника бо-

лотного. 200 г смеси залить 0,5 л водки, настоять в темном месте 2 недели, периодически встряхивая содержимое, процедить, остаток отжать. Принимать за 20 мин. до еды.

Будьте здоровы!

Н. С.Козымаева, 654018, г.Новокузнецк, а/я 7519.

ЛЕЧЕНИЕ АРИТМИИ

 *Нарушение сердечного ритма – достаточно быстро восстанавливается ритм сердца используемое йогой упражнение – сделать мудру: к подушечке большого пальца приложить указательный, средний и безымянный пальцы, а мизинец выпрямить. Такую комбинацию делать на обеих руках и выдерживать 2 минуты.*

Снять боли в сердце можно даже без лекарств, если массировать 2 минуты ложе ногтя мизинца левой и правой руки.

Исчезают синусовая аритмия, сердечные недомогания и экстрасистола, если взять 5 ст.л. измельченной хвои, 5 ст.л. сосновой коры и 1 л кипятка, кипятить 15 мин., настоять в термосе ночь, процедить и пить теплым по 2/3 стакана 3-4 р/д, добавляя по 20 капель настоя эхинацеи.

Ритм сердечных сокращений стабилизируется, если выпить 1-2 стак. обычной чистой питьевой воды и положить под язык 2 кристалла крупной соли, лучше морской. Это нормализует пульс, прекращает «трепетание» сердца, пропадает одышка и понижается АД крови.

При нарушении сердечного ритма нужно приготовить сок из 2-3 свежих огурцов и смешать его с прохладным кипяченым молоком 1:1. Такую смесь следует принимать по 1/4 стакана 4 р/д до еды.

При тахикардии (учащенном сердцебиении) очень эффективно заварить в термосе плоды боярышника и шиповника, зеленый чай и пустырник, настоять 20 мин. и пить как чай без ограничения.

Взять 1 ч. плодов калины, 1 часть плодов боярышника, 2 части плодов шиповника, парить в духовке 2 часа, добавить 0,5 ч. сахара, размешать и держать в холоде. Принимать утром и вечером по 50 мл натощак.

При мерцательной аритмии хорошо помогает 0,5 кг лимонов натереть, смешать с 500 г меда, добавить 25 измельченных абрикосовых ядер, перемешать и принимать по 1 ст.л. утром натощак и вечером перед сном.

Взять 2 ст.л. измельченной травы мялисы, залить 0,5 л кипятка, настоять 40 мин., процедить и выпить в течение дня, оставляя большую часть на вечер.

Будьте здоровы! 654018, г.Новокузнецк, а/я 7519. Козымаева Н.С.



КАКИХ «ЗВЕРЕЙ» БЬЕТ ЗВЕРОБОЙ?

(Мифы и реальные противопоказания травы от 99-ти болезней)

Трава зверобоя продырявленного (*Hypericum perforatum*) занимает особое место в фитотерапии. В старину считали, что зверобой волшебное растение, его называли травой Иоанна Крестителя, полагали, что он отгоняет злых духов и болезни, предохраняет от испуга, чертей и домовых. Название его происходит от казахского «джербай», что означает целитель ран.

В 1990-е годы западная медицина открыла «заново» зверобой. Оказывается, что трава Иоанна Крестителя действует не менее эффективно, чем стандартные антидепрессанты. Применение зверобоя показано, когда у пациента наблюдаются симптомы, не укладывающиеся в стойкий депрессивный синдром и медикаментозное лечение – нецелесообразно. Т.е. наблюдаются: слезливость, раздражительность, расстройств сна или аппетита, но подавленность настроения выражена слабо, в то же время присутствуют телесные симптомы: ощущения мышечного напряжения, слабости, стягивания в области головы и лица, ощущение нечеткости восприятия окружающего, мелькания мушек перед глазами, неустойчивости походки и др. Такие депрессии называют стертными соматизированными депрессиями

В 1996 году «Британский медицинский журнал» опубликовал большой материал, подтверждающий эффективность травы зверобоя при лечении депрессивных расстройств. Препараты зверобоя были лицензированы по показаниям депрессии, бессонницы и тревожности в 1998 г, а в Германии и Австрии быстро завоевали популярность среди потребителей, и даже лидировали по объему лекарственных продаж в 1999-2000 гг.

Активные компоненты зверобоя улучшают кровообращение, в том числе мозговое, обеспечивают более эффективное использование нейротрансмиттеров и тем самым предотвращают утомление. Сейчас препараты зверобоя исследуются как добавка для культуристов и силовиков.

Все бы замечательно, но возникла одна неясность с этой травой: в наших СМИ в 1990-х годах прошла информация, что зверобой может вызвать импотенцию. Возникла даже паника среди больных, которой поддались сотни тысяч мужчин и женщин. Мы обратились за разъяснением этого вопроса к Карпу Абрамовичу Трескунову, доктору мед. наук, врачу-фитотерапевту больницы научного центра РАН г. Черноголовки, знатоку всех трав России: от скифской полыни до ягельных мхов.

– Карп Абрамович, действительно ли применение зверобоя у мужчин вызывает импотенцию, а у молодых девушек – рост волос по всему телу?

– Еще в 1975-м году я предупреждал о необходимости учитывать при лечении растениями содержание в них женских и мужских половых гормонов, а также влияние растений через гипоталамус на функцию половых желез. В данном случае, я столь же категорично могу заявить, что зверобой лечит импотенцию.

Дело в том, что существует две разновидности импотенции. Первая – это, когда снижено желание и возможность осуществить половой акт. Вторая – это, когда желание, половая возбудимость резко усилены, а возможность полового акта нарушена вследствие быстрого его окончания, преждевременного извержения семени – эякуляции. Зверобой лечит первый вид импотенции. А при длительном приеме одного зверобоя можно получить второй вид импотенции.

Зверобой является активным адаптогеном: усиливает функцию энергетических станций клеток. Это позволяет увеличить мышечную силу, выносливость, сопротивляемость болезням. Зверобой стимулирует выработку мужских половых гормонов – андрогенов. Избыток андрогенов способствует возникновению половой возбудимости, избыточной выработке половых соков, что может привести к преждевременному семяизвержению. Также росту волос на лице, конечностях и туловище, избыточной сальности кожи. Мужские половые гормоны как у мужчин, так и у женщин

способствуют половому возбуждению, а также росту волос, но не на голове.

– Некоторые больные язвенной болезнью желудка и 12-перстной кишки утверждают, что длительное время лечились одним зверобоем. Язву они излечили, но у них развилась импотенция. Они в отчаянии и не знают, что же делать.

– Их обманули! Откройте любое руководство по фитотерапии и в каждом вы найдете, что язвенная болезнь хорошо лечится зверобоем и зверобойным маслом. Как вяжущее средство, зверобой уменьшает отделение агрессивного кислого желудочного сока. Как сильный спазмолитик, снимает приступообразную боль. Он убивает хеликобактерий, способствующих развитию гастродуоденита и язвенной болезни.

Но есть один минус: при язвенной болезни как у мужчин, так и у женщин присутствует избыток андрогенов и недостаток эстрогенов. А тут еще зверобой стимулирует выработку мужских половых гормонов. В результате – половое перевозбуждение и развитие импотенции второго порядка.

– Как же быть? Неужели нужно изъять из арсенала фитотерапии столь ценное, лечащее 99 болезней, растение?

– Нет, этого делать не следует. Необходимо уравновесить мужские половые гормоны. Для этого зверобой применяют в сочетании с растениями, содержащими эстрогены. Больше всего их в корнях солодки голой. Эстрогены содержат также шалфей лекарственный, клевер луговой, хмель обыкновенный, кукурузные столбики и мята перечная. Эстрогены способствуют более быстрому заживлению язвы. Кроме того, в сборы для лечения язвенной болезни

необходимо добавить растения, уменьшающие половую возбудимость: душицу обыкновенную, меллису лекарственную и все виды мяты. Вот вам и простой выход из положения.

– Какие недуги лучше всего врачует зверобой?

– Зверобой эффективен на всех стадиях воспаления; как вяжущее – сужает сосуды при гиперемии, как мочегонное – выводит лишнюю жидкость из организма при отеке, как сильный регенератор – препятствует развитию некроза, способствует быстрому заживлению и восстановлению тканей. При гноящихся ранах заваривают 4-5 ст.л. измельченной травы зверобоя на 1 л кипятка, кипятить 10 мин, настоять 40 мин., обкладывать раны х/б тряпочкой, смоченной в настое. Кстати этот отвар помогает и при мастите – надо прикладывать компрессы к молочным железам. Есть еще один рецепт, действенный при плохо заживающих язвах и ранах от укусов животных. 3 недели настоять цветки зверобоя на любом растительном масле (идеально – взять миндальное масло), далее 1 часть цветков (по весу) заливают 2 частями масла, отмеренного тоже по весу. Прикладывать на нарывы, язвы и раны тряпочки, смоченные этим настоем.

А так как трудно найти болезнь, которая протекала бы без воспаления, то оказывается, что зверобой можно включать во все сборы.

– Какие самые ценные свойства зверобоя и какие у него противопоказания?



Зверобой продырявленный

– Зверобой все знают как средство при заболеваниях желудочно-кишечного тракта (гастриты, колиты, язвенные колиты, холецистит, острый и хронический гепатит, желчнокаменная болезнь). Горькое вещество, содержащееся в траве зверобоя, возбуждает секрецию желудка.

работу почек. Прекрасно зарекомендовал себя такой сбор при остром и хроническом воспалении почек: зверобоя – 40 г, листья толокнянки – 40 г, травы грыжника – 30 г, столбиков кукурузы – 20 г, травы хвоща – 30 г, ромашки – 15 г. 4 ст.л. сбора на 1 л сырой воды, настаивать 8 часов, затем прокипятить 7-10 мин., выпить за день в 5 приемов натощак, первый раз – целый стакан выпить сразу. Остальные 4 раза – через час после еды. Лечение – 3 недели.

Противопоказания: трава зверобоя – слаботоксична. При длительном применении вызывает сужение кровеносных сосудов и повышает кровяное давление. Поэтому зверобой противопоказан при гипертонии и повышенной температуре. При применении в чистом виде может вызвать неприятные ощущения в области печени и чувство горечи во рту. Поэтому лучше его применять в сборе трав, в небольших дозах: от 1/3 до 1/2 и менее от весового состава цельного сбора.

И еще хочу рекомендовать такой сбор при болезнях печени и желчных камнях: зверобой, трава – 40 г, спорыша трава – 30 г, сушеницы песчаной (соцветия) – 40 г, ромашки – 10 г, коры крушины – 20 г. (Кору крушины брать прошлогоднего сбора, т.к. свежая – вызывает рвоту.) 4 ст.л. смеси залить на

Но есть еще очень ценные свойства зверобоя.

- 1) Он снимает спазмы кровеносных сосудов, улучшает венозное кровообращение, налаживает кровоснабжение внутренних органов.
- 2) Любый изнуряющий и продолжительный понос останавливается, если натощак пить горячий чай из зверобоя и тысячелистника, взятых поровну. Заваривать: 1 ст.л. смеси на 1 стакан воды.
- 3) Кроме того, зверобой укрепляет стенки сосудов, особенно капилляров. Все это очень важно для профилактики и лечения атеросклероза и его осложнений, для улучшения кровообращения на глазном дне и улучшения зрения. Для укрепления сердечной мышцы, при стреляющих невралгиях и при истощении нервной системы: 1 ст.л. травы зверобоя на 1,5 стакана воды, настоять 10 мин., принимать по 100 мл 4 раза в день, через 2 часа после еды.
- 4) Путем улучшения фильтрации мочи в клубочках почек, снятия спазмов мочевыводящих путей зверобой облегчает очистительную



ночь 1 л холодной сырой воды, утром прокипятить 7-10 мин. Выпить за день в 5 приемов, натощак сразу выпить 1 стакан, остальное – через час после еды. При этом – диета печеночных больных, грелка на область печени.

5) В рецептах сборов от детского ночного недержания мочи – он незаменим: всего стакан чая (1 ч.л. травы зверобоя на 200 мл воды), принятая за час до ночного сна – хранит ребенка от непроизвольного мочеиспускания во сне.

6) Благодаря наличию гиперцицина зверобой – повышает чувствительность кожи к воздействию ультрафиолетовых лучей. Именно поэтому его добавляют в сборы трав для лечения витилиго.

7) Отвар зверобоя эффективен при приеме внутрь и в микроклизмах при глистных инвазиях, от которых трудно избавиться (гименолепидоз (наличие карликового цепня) и энтеробиоз (наличие остриц)): 1 ч.л. отвара зверобоя на стакан воды достаточно для микроклизмы.

реклама

ИМПОТЕНЦИЯ И ПРОСТАТИТ ЗАГНАНЫ В УГОЛ

... уже 10 лет, как не был со своей женой, эрекция иногда бывает, но очень вялая. Да и простатит замучил, встаю 2 раза ночью в уборную. Перепробовал все, что нашел в аптеке. Читал в газетах, что изобретено новое средство, которое даже в моем возрасте (мне 70) возобновляет сексуальные возможности, и главное избавляет от этой муки- Простатита! Называется – Фитогра-ф. О препарате пишут много, а где взять не говорят. В аптеках нет, помогите найти. **Борисов А.С.**

Фитогра-ф работает

на уровне взаимосвязи всех желез внутренней секреции, поэтому эффективно устраняет все причины снижения потенции, простатита и аденомы.

- РЕЗУЛЬТАТ:**
- Здоровая предстательная железа
 - Нормальный уровень гормонов
 - Половое влечение
 - Полноценная эрекция

мужчинам старше 70 лет бонус 20% (полный комплекс)

Фитогра-ф
ВЕРНИТЕ СЕБЕ
ЛУЧШИЕ ГОДЫ ЖИЗНИ

БЕСПЛАТНАЯ
ГОРЯЧАЯ
ЛИНИЯ

8-800-200-39-49

СУСТАВЫ: операция ? или инновация ?



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

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

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

на 100%

Для первых 100 дозвонившихся гарантирована 25% скидка

БЕСПЛАТНЫЕ
ЗВОНОК И
консультация

8-800-200-45-37

КАК БОРОТЬСЯ СО СТРЕССОМ?

Прекрасный способ создать хорошее настроение – заниматься любой физической деятельностью, которая, как говорил И.П. Павлов, дарит «мышечную радость». На настроение также действуют состояние погоды, цвет окружающих предметов (зеленый, голубой – успокаивают, красный – возбуждает), музыка (тихая мелодичная – успокаивает, бурная – поднимает тонус), природа (особенно рекомендуются туризм и прогулки), театральные зрелища, картины, книги и т.п. (есть даже термин – «эстетотерапия» – лечение красотой).

Чтобы сохранить хорошее настроение и самочувствие, полезно также научиться вовремя переключаться с одной деятельности на другую, особенно когда другая деятельность связана с вашим любимым занятием – хобби. Это отвлечет вас, успокоит, улучшит настроение. При переключении в коре головного мозга возникает новый очаг возбуждения, который как бы гасит, тормозит старый, вызвавший утомление или отрицательное возбуждение.

Известный психотерапевт А.В.Алексеев за долгие годы своей деятельности накопил огромный опыт по разработке методов преодоления стрессовых ситуаций. И хотя принципы этого метода подготавливались для спортсменов, они полезны любому человеку, попавшему в стрессовую ситуацию.

Принцип первый – соберись!

Это значит – умей полностью включаться в дело, которое предстоит начать, и настолько полностью, чтобы для постороннего в сознании просто не оставалось места. Только при этом условии все силы и психические, и физические полностью концентрируются на поставленной задаче.

К сожалению, способностью полностью сосредоточивать внимание обладают не все. Более того, гораздо чаще встречаются люди, которым очень трудно сосредоточиться на чем-то. Что же делать? Тренировать эту особенность внимания регулярно, ежедневно по несколько минут, 5-10 раз. Проще всего прибегнуть к помощи часов: «привязать» взгляд к секундной стрелке и постараться не отвлекаться ни на что постороннее, пока она не пробежит полный круг. Если отвлеклись, повторите еще раз и так до тех пор, пока честно не сможете сказать себе: «Сосредоточен на одном деле целую минуту». Тренироваться полезно в любую свободную минуту.

Принцип второй – выключись!

Это умение обратно предыдущему, оно также основано на высокой концентрации внимания, но уже на всех тех мыслях, которые связаны с выходом из напряжения, с отдыхом. Выключаясь, мы перестаем впустую тратить энергию, и в первую очередь самую дорогую – нервную. Тот же, кто за день, а то и за 2-3 дня до ответственного мероприятия только и думает о нем, причём чрезмерно волнуясь, лишь «сжигает» самого себя. К делу он приступит опустошенным. Если нервное возбуждение необходимо снять быстро, буквально за несколько минут, рекомендуется сделать несколько глубоких приседаний с искусственно удлиненным вдохом в момент опускания, затем медленно походить, медленно и размашисто двигая ослабленными руками, ногами, шеей, всем телом. Вдохи при этом должны быть короткими и не очень глубокими, а выдохи – замедленными и предельно полными.



Думать в это время следует о чем-то, связанном с отдыхом. Можно мысленно представить себя, например, лежащим на чистом песчаном пляже под теплыми лучами южного солнца. Однако так переключаться от напряжения на успокоение смогут лишь те, кто разовьет в себе способность к высокой концентрации внимания.

Принцип третий – не злись!

Наблюдения показывают, что есть немало людей, которые после какой-либо неудачи или неприятности начинают злиться, причем, как правило, не на себя, а на окружающих. Однако злость чаще всего – эмоция невыгодная, даже вредная. Злясь, мы невольно концентрируем внимание не на причинах, а на последствиях неудач, теряем способность к здравому рассуждению и не можем быстро преодолеть те помехи, которые породили чувство злости. Все это проявляется тем ярче, чем сильнее мы злимся.

Принцип четвертый – мобилизуйся!

На любые помехи, трудности, на любые неудачи отвечаю только мобилизацией всех своих сил. Мобилизуюсь быстро и предельно! Нетрудно заметить, что это правило тесно связано с предыдущим. Первая реакция на помеху у очень многих вызывает чувство злости. Но, как уже было сказано, эта эмоция вредит. Поэтому очень важно воспитать в себе умение на любую трудность отвечать не злостью, а мобилизацией сил, направленных на преодоление трудности. Умение отвечать на помехи, неприятности, неудачи, внезапные трудности быстрой мобилизацией всех своих сил надо довести до автоматизма, чтобы без лишних раздумий в последующие же секунды включаться в активное преодоление возникших помех. Правило, приведенное здесь как четвертое, нужно, пожалуй, считать одним из самых важных законов как в спорте, так и в жизни.

Принцип пятый – прибавь в конце!

Это правило хорошо известно во всех скоростных видах спорта: без умения резко ускоряться на финише трудно рассчитывать на победу. Именно в те моменты, когда человек, заканчивая дело, считает, что все трудности уже позади, могут возникнуть срывы. Объясняются подобные и очень досадные неудачи просто: в процессе выполнения того или иного дела тратится энергия, что ведет к постепенному и часто субъективно не ощущаемому утомлению. В первую очередь утомляется нервная система и сдает позиции такой важный психический процесс, как внимание. А когда оно ослабевает, ухудшается контроль за точностью движений – отсюда и ошибки. Закончив дело, не только можно, но и нужно выполнить второе правило: выключись. Тот же, кто позволит себе хотя бы немного, хотя бы на секунду, даже на мгновение до конца мероприятия расслабиться, может потерпеть неудачу.

Перед любым, а тем более ответственным делом рекомендуется посмотреть на себя с точки зрения приведенных пяти правил. И если где-то обнаружится слабость, необходимо принять все меры для ее устранения. В одних случаях для этого требуется несколько дней или недель, в других же (например, для овладения первым или четвертым правилом) – надо совершенствовать себя в течение всей жизни. Но игра стоит свеч!

ЭФФЕКТ НАЛИЦО

Алоэ, растущее в вашем горшке, обладает не только целебными, но и высокими косметологическими качествами.

Дело в том, что листья этого растения содержат эфирные масла, около 20 аминокислот, витамины В, С, Е, бета-каротин, клетчатку и другие питательные ферменты и микроэлементы, а также обладают бактерицидным действием. В косметологии алоэ используют как ранозаживляющее, противомикробное, противовоспалительное средство для заживления солнечных ожогов и псориаза, профилактики и лечения угревой сыпи, фурункулов, дерматита и других заболеваний кожи. Сок алоэ открывает и очищает поры, увлажняет и подтягивает кожу, поскольку способен проникать глубоко в ткани, восстанавливать обмен веществ, стимулировать регенерацию клеток.

Маску для лица из алоэ, освежающую кожу и улучшающую ее цвет, можно приготовить так: смешать свежий сок растения и сливки в пропорции 1:1. Маску можно наносить как утром, так и вечером после умывания. При нанесении лучше использовать ватные либо марлевые салфетки.

Помните, что сок алоэ теряет свои свойства уже через несколько часов после сбора листьев, поэтому готовить его необходимо непосредственно перед употреблением.

Важно! Алоэ можно применять как общеукрепляющее средство, при заболеваниях легких, желудочно-кишечного тракта, при растяжениях и ушибах, различных кожных болезнях...



Сок алоэ оказывает бактерицидное и противовоспалительное действие. Он практически не токсичен, быстро очищает раны и язвы от некротических тканей.

Внимание! Применять с осторожностью!

Всегда надо помнить, что любые лекарственные препараты (даже со своего подоконника) надо принимать осторожно. Особенно при приеме внутрь. Как и любое медицинское средство, они при определенных условиях могут принести не только пользу, но и вред. Поэтому всегда надо помнить, в каких случаях эти растения противопоказаны.

Препараты алоэ не рекомендуют принимать внутрь позднее 19 часов вечера, так как они могут вызвать бессонницу.

Препараты из алоэ вызывают прилив крови к органам малого таза, поэтому их нельзя применять при кровотечениях любой этиологии, при заболеваниях печени, почек и желчного пузыря, геморрое, воспалении мочевого пузыря.

По этой же причине алоэ противопоказан при беременности, особенно на поздних сроках.

Следует применять алоэ с осторожностью при гипертонии и тяжелых сердечно-сосудистых заболеваниях.

Противопоказанием к применению алоэ являются также острые формы желудочно-кишечных расстройств.

При онкологических заболеваниях лечиться алоэ следует с большой осторожностью и только под наблюдением врача.

реклама

КРИЗИС-АДЕНОМА

есть ли связь?

Экономические спады резко увеличивают заболеваемость мужчин.

Прежде всего страдает предстательная железа.

Стресс провоцирует рост аденомы.

Начинаются учащенные позывы к мочеиспусканию, эректильная дисфункция, что влечет еще больший стресс и прочный круг замыкается...



Простатит
Аденома
Снижение
потенции



жизнь
в радость



Специально для мужчин, остро нуждающихся в помощи, запущена мощная антикризисная программа.

Теперь уникальный **аппарат ЭСРВ-01 для восстановления мужского здоровья** будет доступен в неограниченном количестве и по **сниженным ценам**.
Возможность избавления от аденомы и простатита, **восстановления либидо и эрекции** теперь есть и у Вас.

Помощь гарантирована каждому обратившемуся.

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

ЗВОНОК И КОНСУЛЬТАЦИЯ
БЕСПЛАТНЫЕ 8-800-200-03-49

АЛКОГОЛИЗМ ПОПАЛСЯ НА ИНДИЙСКУЮ УДОЧКУ



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

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



В результате ГЕП В:

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

- Возможно применение без ведома больного
- Применяется при сопутствующих заболеваниях

ПОДТВЕРЖДЕНО ИСПЫТАНИЯМИ ВЕДУЩИХ НАРКОЛОГОВ

8-800-200-05-13

Бесплатная горячая линия

ИНТЕРВЬЮ С Т.Д.ОРСКОЙ

Мы познакомились с Тиной Дмитриевной на одной из пресс-конференций в доме журналистов в Москве. Тина Дмитриевна – имеет высшее педагогическое образование, автор методик «Диагностика здоровья», «Нахождение точек несчастья», «Определенные даты смерти», методик предупреждения заказных убийств. Она вела тренинги на базе Современного гуманитарного университета, Московского института медико-социальной реабилитации, высшей школы социально-управленческого консалтинга. Как консультант по психологии и психотерапии принимает участие в передачах «Невероятно, но факт», «Территория призраков», «Что хочет женщина», «Семейное счастье», «Доброе утро» на каналах ОРТ, РОССИЯ, НТВ, СТС, РЕН ТВ, ТНТ.



В интервью при встрече с нашим корреспондентом Тина Дмитриевна не только рассказала о своей работе по раскрытию преступлений, но и дала рекомендации, как избежать несчастий и разрушительных болезней.

– Тина Дмитриевна, как у вас проявился дар ясновидения?

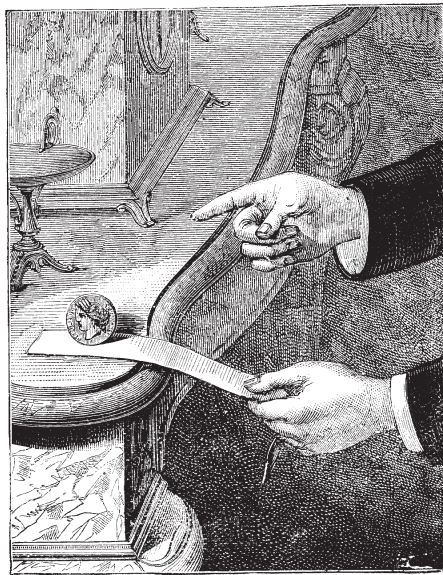
– Мой дар ясновидения перешел мне от матери. Она родилась в подмосковном городке Осташкове, в 1911 году, умерла она в 89 лет, совершенно безболезненно, легко. Думаю, что она заранее знала о сроке своего ухода, и когда была готова – тогда и ушла в мир иной. Дед и бабушка мои по материнской линии были очень религиозны, оба пели в церковном хоре. Мать была портнихой, и к нам часто приходили женщины, и не только пошить что-либо, но и просто так – чаю попить. И во время таких непринужденных разговоров мама и раскладывала им дела и проблемы. Мама знала некоторые такие приемы, о которых нигде не написано. Например, она знала, что нельзя перемешивать информацию от посетителей: каждой, вновь пришедшей женщине, давала совершенно чистое полотенце вытереть руки после мытья, а после сразу бросала его в стирку. Ясновидение мое проявилось очень рано, я сама не всегда тогда понимала, откуда я что-то знаю о людях.

Мое ясновидение тестировали в Институте высшей нервной деятельности, там тестирование проходит на датчиках, и по участкам задействованным при ясновидении коры головного мозга могут точно определить: дар твой – от рождения или наработанный.

– Вы верите в чудеса, мистику?

– Я – реалист. Всегда говорю: летающие тарелки и инопланетяне – может, и существуют, но я их не видела. И ко всяким контактам землян с альфа-Центавркой, например, – отношусь крайне скептически. Могу ругаться только за то, что видела и испытала сама. Вот мистических событий у меня самой было много, в поиске снеж-

ного человека приходилось участвовать. Попросили меня телевизионщики НТВ указать места появления снежных людей под Санкт-Петербургом. Я указала. Поехали все туда, большим коллективом, с аппаратурой громоздкой, но застряли с машинами в болотах – и, конечно, опоздали. Хотя что-то нашли – следы какие-то, шерсть на ветвях, но сами снежные люди – ушли!



– Куда они ушли?

– Я думаю, что живут они в параллельном мире. У них – прекрасная интуиция и чутье. И с нашим человеком, тем более шумными телевизионщиками, они не спешат встречаться. Снежные люди проникают в наш мир сквозь щели в пространстве – и могут в любой момент в них же уходить. Поэтому так редко их встречают. Вероятно, можно поймать только заболевшего снежного человека, или детеныша их, который щели назад быстро не найдет.

– Расскажите о вашей работе в правоохранительных органах.

– Я не работаю ни с частными сыщиками, ни с охраной, работаю только с официальными следователями МВД и непосредственно с родственниками пропавших. Следователю, как правило, на расследование дается несколько месяцев, и если пропавший не найден – дело закрывают. А родственники ищут всю жизнь. И такие случаи стекаются ко мне, у меня дома хранятся папки с нераскрытыми исчезновениями людей, мы с группой ясновидящих всегда готовы воспринять информацию об этих пропажах, – всегда что-нибудь может внезапно всплыть в любом месте. У меня было много работы по поиску пропавших в Турции, я работала с полициями Франции, Германии, Англии.

– Были ли у вас ошибки в поиске пропавших?

– У меня был очень интересный случай в Германии. Я тогда – ошиблась, всего 1 раз. Меня попросили помочь и вызвали в фирму, которая занималась оформлением виз для тех, кто вывозил машины. Они сказали: один человек у нас пропал. И тогда я определила: он еще не умер, но близок к смерти. И указала, где его искать. Нашли:

Из «Российской книги Гиннеса»:

Рекорд скоростной диагностики разрушительных программ человека: «Орская Тина Дмитриевна в течение 1,5 ч. продиагностировала с закрытыми глазами 75 чел. Она обладает способностью: «вычислить» убийцу, определить обстоятельства, место и время преступления, найти пропавшего человека, по фотографии установить причину смерти, предсказать чрезвычайные ситуации, вплоть до заказных убийств. За 25 лет она помогла сохранить более 2 000 жизней.

Создала собственную методику предупреждения несчастий, катастроф и заказных убийств. Регулярно выступает с докладами на научных конгрессах по тематике «Биоэнергоинформатика в криминалистике». Преподаватель университета, писательница.

Она владеет немецким, французским, английским, турецким языками и читает лекции за границей, а также в юридических институтах, академии и школах МВД и школах телохранителей на темы: «Учитесь чувствовать поле смерти и не попадать в него», «Нетрадиционные методы расследования преступлений». Ее услугами пользуются правоохранительные органы многих стран.

оказалось он мертвецки пьян! Вот такая приятная ошибка приключилась!

— Как вы диагностируете? Видите образы?

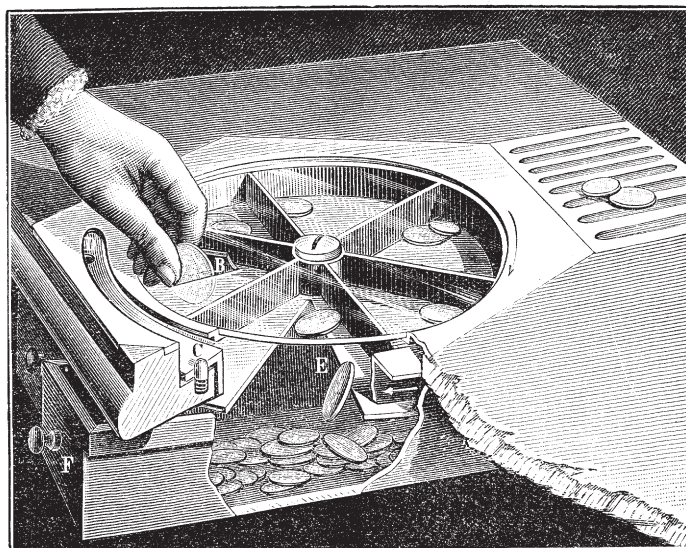
— Я владею и ясновидением, и яснослышанием, также просто приходит информация — как бы рассуждения и моего внутреннего голоса. Когда я диагностирую заказные убийства, если они есть — говорю примерное время (разброс опасности: от 1 до 4 суток) и указываю место нападения. Также просматриваю опасности от 4-х стихий природы: от воды: утопления, ведь можно и в луже захлебнуться, от воздуха: опасность полетов на самолетах, от земли — опасность катастроф от транспорта или разрушенных построек, от огня — пожар, облучение.

Работаю руками, могу диагностировать и заболевания, но не лечу, только снимаю негатив с какого-нибудь внутреннего органа, если он там скопился. Бывает начальный, пока еще незаметный для человека негатив, но если его не снять — он проявит себя на физическом плане года через 2-2,5. Часто сталкиваюсь с таким явлением: приходит, скажем, женщина — и я диагностирую заболевание матки. А она говорит — да, было заболевание, но матку недавно удалили. А мне идет четкий фантомный сигнал от органа — будто он жив еще, и продолжает незримо функционировать.

— Что такое поле смерти? Как его почувствовать?

— Если в толпе попадаете преступник, или некто, желающий вас убить — он дает знать о себе на всех уровнях подсознания. Его можно почувствовать. Я обучала телохранителей на курсах чувствовать это поле, ставить программу на безопасность. Кратко эту программу можно озвучить так: это самоуверенное: **«Сомной ничего не может произойти!»**. Сама я эти лекции не записывала, т.к. у меня всегда есть свежие примеры, почерпнутые из жизни. Обучаю на практике: как не только

чувствовать опасность, но и «отвести» пули. Этим воспользовался успешно один известный человек, имя его я называть не буду, но когда к нему вошли в кабинет и выстрелили с расстояния 2-х метров — он успел отклониться — пуля пролетела мимо, а затем он обезоружил преступника.



Вот пример из моей жизни: год назад я жила в гостинице «Пекин» в Москве, на Садовом кольце. И в 2 часа ночи мне потребовалось выйти в магазин. Ларьки там работают круглосуточно, всюду светло, не страшно. Иду по подземному переходу, ни о чем не думаю, иду полностью расслабленно. Вдруг чувствую какую-то напряженность, опасность в пространстве. Я замедлила шаг, смотрю вокруг — никого. Иду дальше — никого на несколько десятков метров. Иду осторожно дальше, и за одной из колонн, в нише замечаю фигуру человека, от которой и исходит напряженность пространства, то ли это бомж, то ли еще кто. Прошла мимо, он остался стоять там же, не шелохнулся.

Чувствовать пространство можно обучить каждого. Но важно знать еще вот что — у каждого человека есть центр самосохранения его собственной жизни. Этот термин применяет известный хиромант — Владимир Финогеев. Я с ним знакома, считаю его гениальным хиромантом. Он печатается в журнале «7 дней». И он умеет определять по рукам состояние этого «центра» — невидимого, но никогда не дремлющего «органа». Если «центр самосохранения»

здоров — человеку ничего не грозит, в том числе ничье поле смерти.

Бывает, что этот «центр» заболевает. Тогда к человеку начинаются сами собой притягиваться опасные случаи и катастрофы, он может сесть в самолет, который разобьется, все машины почему-то начинают на него ехать.

А если «центр самосохранения» здоров — то человеку ничего не грозит. Мне часто говорили: **«Ты доиграешься с правоохранительными органами — и тебя когда-нибудь убьют»**. Финогеев же посмотрел на мои руки и сказал: твой центр самосохранения — в полном порядке! А в детстве я часто попадала в плохие ситуации: и тонула в 4 года, и чуть под поезд не попала — но спасли люди. Видимо, тогда мой центр — был болен.

— От чего заболевает центр самосохранения? И как увидеть признаки его неполадок?

— Центр этот может заболеть от несправедливой жизни, от дурных поступков. Может быть слабым у детей — пока те

еще малы. Признаки его плохого состояния отчетливо проявляются — начинаются беспричинные ссоры с посторонними людьми, другие неприятные «знаки» судьбы. Особенно четко видны «неполадки» центра во сне. В Германии есть психологический центр, который обучает все проблемы решать с помощью снов. Однажды по работе я встречалась с сотрудниками этого центра, и сказала: «Хочу узнать, почему погибли мои любимые?» Они ответили: «На ночь помолитесь, и перед засыпанием четко сформулируйте ваш вопрос, и скажите: хочу увидеть ответ во сне». Я так и сделала. Мне приснился голубой шар, мерцающий, наполненный энергией, он катился с горы в темные пропасти и бездны. Мой сон интерпретировали психологи центра так: **«Вы — и есть этот шар. Видимо, при работе с полями смерти других людей вы часто «укатываетесь» в бездны, где обитают души пропавших, и ваши любимые мужчины, сочувствуя вам, устремляются вам помогать — туда же, в бездны. Вы-то выбираетесь, а они — не всегда»**. Каков же выход, спрашиваю? — Выбирайте только сильных мужчин в мужья. А мне всегда нравились домашние, спокойные, июньские мужчины. Я ведь сама кручусь как волчок, и, наверное, по закону противоположности я нравлюсь именно тихим, с податливым характером мужчинам.

Продолжение следует.

...важно знать еще вот что — у каждого человека есть центр самосохранения его собственной жизни. Этот термин применяет известный хиромант — Владимир Финогеев.

СИСТЕМА РАЗДЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Основоположник теории раздельного питания, американский специалист нетрадиционной медицины и нетрадиционного питания Г. Шелтон родился в США в 1895 г., прожил длинную жизнь и скончался в 1985 г. Теория Шелтона основана на идеях «школы даатуральной гигиены», практикующей комплексное оздоровление человека естественными методами, факторами природы – воздухом, водой, естественным питанием, физическими упражнениями, отдыхом. Эта школа, в свою очередь, перенесла на западную почву представления Аюрведы – традиционной индийской медицины.

В своем труде «Ортотрофия. Основы правильного питания» Шелтон изложил свою философию питания. Он считал, что «питание – это сумма всех процессов и функций, определяющих рост и развитие, поддерживание и восстановление организма, его воспроизводство. Это – восстановление тканей, а не просто накопление жира или стимуляция жизненных сил». Главный принцип системы раздельного питания, по Шелтону, – правильное сочетание продуктов в один прием пищи. Продукты, отличные по химическому составу, требуют разного количества, разных свойств и разного количества, разных свойств и разной концентрации желудочного сока и других пищеварительных ферментов. Разные условия деятельности ферментов, по мнению Шелтона, имеют для пищеварения огромное значение. Характер ферментов соответствует требованиям пищи, на которую они воздействуют. Исходя из утверждения, что смесь разных видов белков, углеводов и жиров в одном приеме пищи является явно

вредной для пищеварительных клеток, Шелтон четко сформулировал, какие продукты нельзя есть вместе и какие можно.

Кислота – углеводы (крахмалы)

Не ешьте углеводную и кислую пищу в один прием. Не ешьте хлеб, картофель, горох, бобы, бананы, финики и другие углеводные продукты с лимоном, апельсином, грейпфрутом, ананасом, помидорами и прочими кислыми продуктами. Продукты с кислой реакцией можно сочетать с листовыми овощами и жирной пищей.

Помидоры никогда не следует сочетать с любой крахмалистой пищей. Их можно съедать с листовыми овощами и жирной пищей. Имеющаяся в помидорах комбинация цитрусовой, яблочной



и щавелевой кислот (высвобожденных и усиленных в процессе варки) очень противопоказана щелочному усвоению крахмалов во рту и желудке. Их нельзя применять с салатами при крахмалистой пище. Содержащийся в слюне фермент амилаза, с помощью которого разрушаются молекулы крахмала, действует только в щелочной среде. Щавелевая кислота, даже разбавленная в 10000 раз, полностью прекращает действие амилазы. Достаточно 1-2 чайных ложек пищевого уксуса, чтобы полностью прекратить переваривание углеводов. Органические кислоты овощей и фруктов не только мешают усвоению углеводов, но и способствуют их брожению. Кислые овощи и фрукты, и тем более уксус, нельзя использовать в салатах одновременно с приемом углеводной пищи. По мнению Шелтона, углеводы очень плохо усваиваются при повышенной кислотности желудочного сока. Они бродят и отравляют организм. Сок поджелудочной железы тоже воздействует на углеводы, однако нельзя игнорировать значение пищеварительных ферментов слюны.

Продолжение следует.

ТАБЛИЦА СОВМЕСТИМОСТИ ПРОДУКТОВ ПО Г.ШЕЛТОНУ

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Мясо, рыба, птица (постн.)	1	п	п	п	п	п	п	п	п	п	х	н	п	п	п	п	п
Зерновые, бобовые	2	п	н	х	х	п	н	п	п	х	х	п	п	п	п	п	х
Масло сливочное, сливки	3	п	н	н	п	п	х	х	п	х	х	н	п	н	п	п	п
Сметана	4	п	х	н	н	п	х	х	н	х	х	п	п	п	п	п	х
Масло растительное	5	п	х	п	н	п	х	х	н	х	х	п	п	п	п	п	х
Сахар, кондитерские изделия	6	п	п	п	п	п	п	п	п	х	п	п	п	п	п	п	п
Хлеб, крупы, картофель	7	п	н	х	х	х	п	п	п	х	х	п	п	н	п	н	н
Фрукты кислые, помидоры	8	п	п	х	х	х	п	п	н	х	н	п	н	х	п	х	х
Фрукты сладкие, сухофрукты	9	п	п	п	н	н	п	п	н	х	н	н	х	п	п	н	н
Овощи зеленые и некрахмалистые	10	х	х	х	х	х	х	х	х	х	х	х	п	х	х	х	х
Овощи крахмалистые	11	н	х	х	х	х	п	х	н	н	х	н	х	х	н	х	х
Молоко	12	п	п	н	п	п	п	п	п	н	п	н	п	п	п	п	п
Творог, кисломолочные продукты	13	п	п	п	п	п	п	п	н	х	х	х	п	х	п	х	х
Сыр, брынза	14	п	п	н	п	п	п	н	х	п	х	х	п	х	п	п	н
Яйца	15	п	п	п	п	п	п	п	п	п	х	н	п	п	п	п	п
Орехи	16	п	х	п	х	х	п	н	х	н	х	х	п	х	н	п	п

Хорошо совместимы - Х

Нормально совместимы - Н

Плохо совместимы - П

НЕДОРОГИЕ РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ

При простуде

Возьмите 300 г листьев алоэ, 3 столовые ложки меда, 3 столовые ложки медицинского спирта. Листья алоэ пропустить через мясорубку, полученную массу тщательно перемешать с медом и спиртом. Употреблять по одной чайной ложке 3 раза в день перед едой.

При насморке

Свежий сок алоэ разведите кипяченой водой в соотношении 1:10. Закапывайте капли в каждую ноздрю 2-3 раза в день до улучшения состояния.

Отваром золотого уса промывайте нос, закапывая 3-4 раза в день по полной пипетке.

Разведите сок каланхоэ кипяченой водой в соотношении 1:2 и втягивайте раствор через нос. Или закапать по три-пять капель сока из свежего листа каланхоэ.

При гайморите

Смешайте в равных частях по объему сок алоэ, отвар из травы чистотела и

мед. Закапывать 3-5 раз в день от 5 до 10 капель смеси в каждую ноздрю. Смесь сплевывать.

При заболевании горла

Сок растения каланхоэ смешивают пополам с водой и полоскают горло несколько раз в день – и боль быстро прекратится.

При кашле

Смешайте 1/2 стакана сока алоэ, 3 столовые ложки меда и 50 г сливочного (несоленого) масла. Принимайте смесь по столовой ложке 2 раза в день до еды. Курс лечения –

не менее недели.

При воспалении ушей

Капать по 1-2 капли сока каланхоэ в больное ухо 3-4 раза в день.

Можно свежесжатым соком золотого уса смочить ватный тампон и поме-

стить в ухо на 20 мин. Повторить 2-3 раза в день в течение 3-4 дней.

При ячмене

Один средний лист алоэ (5 г) измельчить и настоять в стакане с холодной кипяченой водой 6-8 часов. Процедить. Делать примочки к ячменю на глазах.

При воспалении век

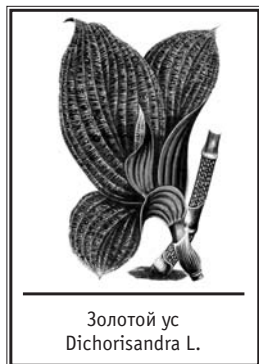
У тех, кто много работает на компьютере, глаза и веки краснеют, появляется ощущение раздражения, тяжести, а иногда и инородного тела. Помогает сок каланхоэ – капать по 1-2 капли 3-4 раза в день.

При ранах

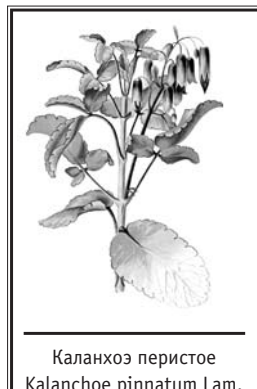
Разрезать лист алоэ и приклеить пластырем разрезанной стороной к ране. Через несколько часов рана начнет затягиваться. Листья менять несколько раз в день.

На пораженные части тела несколько раз в день капать по 2-3 капли сока каланхоэ, рана быстро заживает и исчезает. Курс лечения – 5-6 дней.

Усманова В.В., г. Казань.



Золотой ус
Dichorisandra L.



Каланхоэ перистое
Kalanchoe pinnatum Lam.

реклама



ФУНГОТЕРАПИЯ – НАУКА О ЦЕЛЕБНЫХ ГРИБАХ. ОЧИЩЕНИЕ ПЕЧЕНИ

Причина многих заболеваний – недостаточная функциональность печени.

Практически у всех к тридцати-сорока годам печень увеличена, то есть она уже не справляется с нагрузкой, так как организм буквально атакован канцерогенами, красителями, синтетическими витаминами, которыми активно «оздоравливают» 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 у 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, трутоник 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!

Грибные препараты можно приобрести в аптеках Москвы. Спрашивайте адреса по телефонам: (495) 656-67-76, 510-49-70, 940-20-13, 941-30-10, или смотрите на нашем сайте: www.fungomoscov.ru

Центр фунготерапии Филипповой Ирины Александровны
Бесплатные рекомендации специалистов
Заказ и доставка грибных препаратов
г. Москва, м. Полежаевская, Хорошевское шоссе, д.68, к.5,
тел.(495) 940-2013, 941-30-10,
м.Свиблово, проезд Нансена, д.6, корп.3,
тел.(495) 656-61-76, 510-49-70. www.fungomoscov.ru
г.Санкт-Петербург: тел.(812) 717-17-11, 271-28-98

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

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

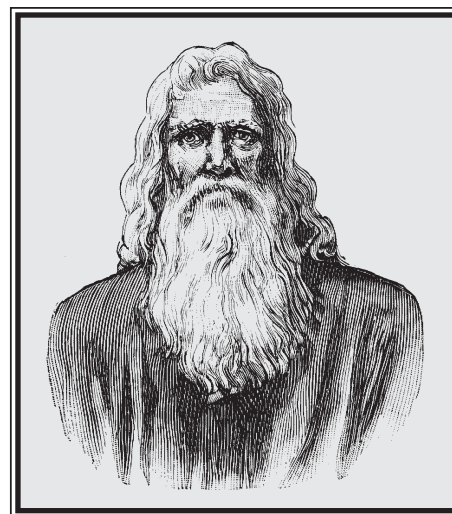
Окончание, начало в № 20.

Как перевязочный материал народные лекари белорусов использовали белый мох, или сфагнум, содействовавший заживлению ран. По современным данным, мох этот обладает сильным бактерицидным действием. Пух кипрея и болотной пушицы применяли вместо ваты и даже набивали ими подушки.

Широко использовались в народной медицине средства, богатые витаминами или обладающие бактерицидными свойствами. Вместо пластыря для лечения чирьев и ран крестьяне в Белоруссии и в Сибири употребляли живицу – смолу сосны, ели, лиственницы, назвав это средство «пластырь

гих лесных трав вязали веники и ими «на здоровье» парились в бане. Теплыми выжимками душистого чабреца («тимьян», «богородская» трава») лечили радикулит, а отварами из него («тимьяновыми чаями») – простудные заболевания горла. В крестьянском обиходе чабрец исстари приносили в избы для запаха, особенно это было принято на юге России и на Украине. Широко применялись восточными славянами как наружное средство для растираний при невралгии и болезни суставов отвары и настои чемерицы. Зная ядовитые свойства этой травы, корнями ее, пропитанными сметаной, морили тараканов.

В процессе обработки различного ра-



СТАРИННЫЕ РЕЦЕПТЫ

В начале XVIII века Аптекарский приказ приступил к организованному сбору лекарственных растений. Для этой цели была установлена натуральная «ягодная» повинность. Ежегодно во все концы государства к воеводам посылались царские указы с предписанием собирать травы, цветы и корни, годные к лекарственному делу. Особые глашатаи ходили по деревням и призывали «знающих людей» к сбору лекарственных растений и изготовлению из них лекарств. В Аптекарском приказе имелись особые чиновники – «травники», разбиравшие присланные из разных мест России травы.

тягучий», а применявшиеся с той же целью самоотделяющиеся тонкие слои бересты – «живучий пластырь». Жгучий и красноватый сок мягкой медуницы и сок чистотела использовали так же, как теперь йод. Как жаропонижающее средство употребляли глину. Вместо горчичника пользовались корнями хрена и отваром лютика едкого. Накануне Ивана Купалы из него и дру-

стительного сырья люди замечали и осваивали его лечебные свойства. Так, коноплю и лен использовали не только на волокно и в пищу, но и для лечения. Распаренное льняное семя прикладывали в качестве припарок, а масло употребляли при кишечных расстройствах.

Одними из первых медицинских сочинений в России были так называемые

«травники», «вертограды» с описанием растений. Особенно усердно занималась сбором народных знаний «книжная» женщина Древней Руси – Евпраксия, внучка Владимира Мономаха, обобщившая в XII веке народный опыт и собственные наблюдения в трактате «Мази». Много материалов о народной медицине появилось в XIX веке. Ее изучали известные врачи С. П. Боткин, Г. А. Захарьин, А. А. Остроумов, В. А. Манассеин и ученые, занимавшиеся исследованием народного быта. Из сокровищницы народной медицины было взято немало прекрасно действующих лечебных средств. Например, мед, широко применявшийся как важное средство при легочных заболеваниях (с молоком и внутренним жиром животных), при слабости сердечной мышцы и грудной жабе, при заболевании желудка и кишечника; медом лечили различные кожные заболевания (с пшеничной мукой в виде пластыря – «медовой лепешки») и раны (в сочетании с рыбьим жиром).

ЦЕЛЕБНЫЙ ЗЕЛЕНый ЧАЙ

О благотворном влиянии зеленого чая на организм человека написаны в мире тома. Зеленый чай, в отличие от черного, не подвергается термической обработке, сваливанию или ферментации. Это просто сушеный чайный лист, только на зеленые сорта он отбирается более тщательно. И именно поэтому в зеленом чае сохраняется все богатство витаминов, эфирных масел и микроэлементов. Зеленый чай совершает «биохимическую» чистку желудочно-кишечного тракта, почек и печени. Входящий в него теотанин способен убивать не только бактерии, но и дизентерийные палочки. При этом настой зеленого чая на второй-третий день убивает большее количество микробов, чем свежесваренный, хотя и теряет при этом свой вкус.

Зеленый чай – отличное средство от «вялости» пищеварения, поэтому он желанный напиток после всякой тяжелой пищи. Зеленый чай при регулярном потреблении повышает защитные силы организма, способствует освобождению его от шлаков.



Замечено, что при постоянном употреблении зеленого чая количество вдыхаемого воздуха и выдыхаемой углекислоты увеличивается. А значит зеленый чай просто необходим при простудных и других заболеваниях органов дыхания, и особенно курильщикам в качестве профилактики. Зеленый чай вызывает расширение кожных пор и способствует потоотделению. Он не только механически, но и биохимически очищает поры, а содержащиеся в нем витамины B2, P, C, Pв, K и рибофлавин ликвидируют сухость кожи, укрепляют стенки мельчайших сосудов и придают коже красивый здоровый вид и приятный телесный оттенок. Еще в древности опытным путем было установлено, что зеленый чай способствует похуданию, освобождает от накопления солей и излечивает от цинги.

В Китае доказали, что неферментированный (зеленый, красный) чай – радикальнейшее средство от атеросклероза. Простое жевание сухого зеленого чая помогает от тошноты при беременности.

С О В Е Т Ы НАШЕГО ВРЕМЕНИ

БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ КРАСОТЫ

Мы все время стремимся решить все наши проблемы при помощи чудодейственных кремов, забывая о том, что многие из них можно достаточно просто устранить (или же предотвратить появление) при помощи самых обычных лекарственных трав или же достаточно простых гимнастических упражнений.

УХОД ЗА КОЖЕЙ ВОКРУГ ГЛАЗ

1 В минеральную воду добавить измельченные цветки мальвы (20 г), смесь нанести на ватные диски и наложить на 15 мин. на глаза.

2 Такая же маска, но без минералки из измельченной зелени петрушки. Прекрасно освежает, подтягивает, укрепляет кожу. 1 маленькую чайную чашку петрушки (кстати, прекрасно подойдет и укроп) завариваем 1 стаканом кипятка. Можно минут 10 подержать на водяной бане (я обычно все травки завариваю в кружке-термосе). Затем охлаждаем, процеживаем. Кожу вокруг глаз смазываем питательным кремом для глаз, желателно жирным или полужирным (раньше был крем для глаз – Вечер, отлично подходит для этих целей). Намачиваем ватные диски и теплыми кладем на веки минут на 10-15. Когда остынут, меняем. Можно сделать и по-другому. Отвар наливаем в специальную ванночку для глаз (продается в обычной аптеке), наклоняемся над ванночкой, прижимаем к ней всю глазную область, запрокидываем голову (глаза остаются открытыми) и таким образом промываем оба глаза по очереди.

3 Очень полезные компрессы для глаз или ванночки можно приготовить из 1 ст.л. смеси цветков липы и ромашки. Готовятся, как предыдущий рецепт.

4 Раньше был очень популярен на редкость простой рецепт для придания блеска глазам: ванночка с 2% раствором борной кислоты. 1 ч.л. борной кислоты растворяем в 1 стакане воды (кипяченой). Наливаем в ванночку для глаз и 2-3 раза для каждого глаза запрокидываем голову. Несколько раз поморгать, чтобы глаза хорошенько промылись.

5 Снять отечность под глазами помогают маски из сырого картофеля. Кладем по 1 ст.л. на заранее приготовленные марлевые тампоны, прикладываем к нижней части глаз (тертый картофель должен быть на коже) и держим 10-15 минут. Осторожно снимаем и удаляем остатки маски тампоном с прохладным чаем. Кстати, при отечности очень хорошо помогают и компрессы из зеленого чая. Завариваем чай, а затем смачиваем им тампоны или ватные диски и кладем на 10-15 минут на глаза. Чай не должен быть слишком горячим. Очень полезны и контрастные компрессы из чая, впрочем, как и из любых травяных отваров.

6 А еще рецепт очень полезного утреннего коктейля красоты: морковный сок, свекольный сок, кусочек натертого сельдерея, измельченная зелень петрушки, долька лимона (должен получиться 1 стакан, все пропорции по вкусу, но обычно морковный и свекольный сок берутся в пропорции 1:1). Пьем натощак.

Полезно не только для глаз, но и для лица. К тому же вкусно и питательно.

ПОДНИМАЕМ ТОНУС КОЖИ

1 Теплые солевые компрессы. В 1 л кипятка растворить 2 ст. л. соли. Лицо очистить и смазать жирным питательным кремом. Взять мягкое махровое полотенце и смочить его середину в солевом растворе, слегка отжать. Осторожно расправить полотенце, приложить влажной серединой к подбородку и шее, свободные концы соединить

над головой. Получается паровая ванна, после которой очень хорошо сделать яичную или дрожжевую маску.

Комментарий. Такую процедуру нельзя делать очень часто, но эффект от нее потрясающий, особенно, если надо очень хорошо выглядеть или привести себя в порядок к ответственному мероприятию, после болезни, бессонной ночи и т.д.

2 Протирание лица соком алоэ. Выдерживать лист алоэ в темном прохладном месте в течение 14 дней. За это время он наливется соком. Я обычно заворачиваю лист в темную бумагу и убираю в холодильник на самую нижнюю полку.


Затем снять кожу с одной стороны и протирать очищенным листом кожу лица и шеи.

Когда весь сок из этого листа израсходуется, легкими движениями вклепать его в кожу, а затем на еще влажное лицо нанести крем. Можно просто выдавить из листа сок и так же осторожно вклепать в кожу лица и шеи. Делать такое протирание надо 10-12 раз через 1-2 дня. Сок живого алоэ является мощным биостимулирующим средством.

Комментарий. После такой процедуры появляется легкое пощипывание, но через пару дней оно проходит.



СНИЖАЕМ КРОВЯНОЕ ДАВЛЕНИЕ

 Летом соберите листья дуба, высушите их в тени и набейте ими подушечку, которую каждую ночь кладите у изголовья. Летучие фитонциды дуба понижают артериальное давление.

Поэтому очень полезны прогулки вблизи дубовых деревьев, особенно благотворно действует непосредственное общение с деревом. Нужно прислониться к стволу, обнять и постоять минут десять, мысленно соединившись с ним.

Клюква с медом

Пропустите клюкву через мясорубку, смешайте с равным количеством меда и принимайте по одной столовой ложке 3 раза в день за 15-20 минут до еды две недели, потом еще две недели один раз в день.



Свекольный сок с медом

Свежеотжатый свекольный сок смешайте пополам с медом и принимайте по одной – две столовые ложки 3-5 раз в день. Снижается не только артериальное давление, но и нормализуется сон.



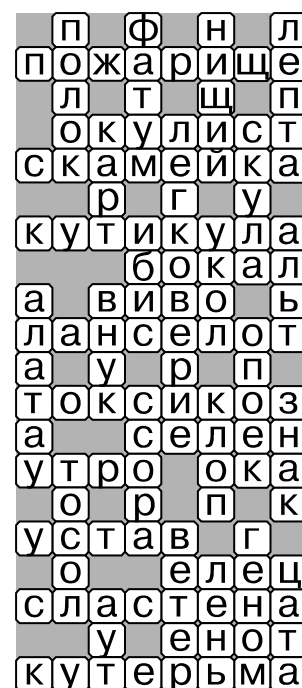
Грецкие орехи с медом

Съедайте в день за три-четыре приема 70 г толченых грецких орехов, смешанных с 30 г меда в течение 30 дней.

Настой укропа

Две столовые ложки растертого укропного семени залейте в термосе 0,5 л крутого кипятка, через 30-40 минут процедите и пейте по половине стакана за полчаса до еды 3-5 раз в день.

Ответы на сканворд, опубликованный в № 21.



СКАНВОРД

Ответы в следующем номере

Росс. нефтяная компания	Кнопка старта			Аляска, но не штат	Увеличительная линза	Бумага, облагораживающая стены				
Веревочные лапти		Спортивный праздник студентов	Итог атаки бешеной собаки			Месяц бабьего лета	Начальная страница книги	Краска для печи	Украшение на иконе	
			Взятие под стражу	Коробочка под канцелярию				"Общепит" для миллионеров		
Гордость каллиграфа		Лист для чертежей и плакатов				Команда крановщика				
				Водоем внутри атолла	Модный гардероб					
Веселый телеклуб		То, что есть				Контора, запускающая шаттлы				
				Птица высокого полета	Единица измерения информации			Не оскудеет у дающего	Подать в казну Батяя	
	7 "д" в школе	Результат переговоров			Звуки сладкого сна	Иудейский царь-злодей				
			"Гой ты, ..., моя родная"			Шахматная ладья				
Магазин оптиков	Наш ответ "Оскар"	Подземный канал				Дятел с масквивным клювом				
			Хвойная "конечность"			Быстроногий пугливый олень				



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

РЕЦЕПТЫ ОТ ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

5 лимонов и 2 головки чеснока натереть на терке, залить 1 л кипяченой воды комнатной температуры. Настаивать 5 дней, процедить, отжать. Пить по 1 ст. л. 3 р. в день за 20 мин. до еды.

При бронхиальной астме курят листья молочая (молочай лозный или широковетвистый).

Взять 2 кг зерна овса, 200 г свежих листьев алоэ и по 200 г коньяка и меда. Смесь залить 5 л воды и на 3 ч. поставить в духовку (температура как для выпечки хлеба), затем процедить, отжать и еще добавить по 200 г алоэ, меда, 200 мл коньяка. В духовке довести до кипения и сразу вынуть, остудить, процедить и отжать. Кроме этого, из 3 л молока получить сыворотку, в которую добавить 100 г измельченного корня девя-



Алоэ (столетник)
Aloe Arborescens Mill.



Девясил
I. Helanium L.

сила. Поставить в горячую духовку на 4 часа. Потом остудить, процедить и отжать. Оба отвара держать в прохладном месте. После легкой еды пить 3 р. в день по 1 ст. л. Курс лечения 2-4 месяца, иногда достаточно 1 месяца и даже 2 недели. При таком лечении еще желательно пить минеральную воду Боржоми.

Отвар из полыни обыкновенной (чернобыльник) принимают по 1/3 стакана 3 р. в день. 15-20 г растения настаивают в 1 ст. кипятка. Пользуются и настойкой из растения: 10 г растения на 100 мл спирта или 1 ст. водки, пьют по 1 ч. л. 3 р. в день, сдабривая горечь сахаром.

Чай из листьев сирени, собранных в период цвете-

ния, оказывает хороший лечебный эффект. Пить как обычный чай.

2 головки чеснока и 5 лимонов натереть на терке, залить 1 л кипяченой воды комнатной температуры настаивать 5 дней, процедить, отжать, пить по 1 ст. л. 3 р. в день за 20 мин. до еды

Алоэ – 375 г, мед майский 625 г, вино красное, крепкое – 625 мл. алоэ в возрасте 3-5 лет не поливать до среза 5 дней, пропустить через мясорубку, все смешать и поставить в закрытой посуде в темное прохладное место на 5 дней. Методика лечения: пить по 1 ч. л. первые 5 дней, все последующие дни по 3 р. в день по 1 ст. л. за 1 час до еды. Курс лечения 3-7 дней.



Полынь горькая
A. Absinthium L.

633332, Новосибирская область, Болотнинский район, деревня Кривош, Бондарева Лидия Павловна. Отвечу всем при наличии в письме конверта с обратным адресом.

ПЯТНА ВИТИЛИГО СМЫВАЕТ ЗВЕРБОЙ

Витилиго – это заболевание, при котором на теле появляются белые, утратившие пигмент пятна. Физической боли они не вызывают, но попадание на них прямых солнечных лучей может привести к появлению сильных ожогов.

Лечение витилиго – процесс довольно длительный. Приведу несколько рецептов из своего опыта.

1 чайную ложку сухого зверобоя залить стаканом кипятка (200 г) и настоять 30 мин. Принимать ежедневно по 1 ст. ложке 3 раза в день после еды. Через три недели сделать недельный перерыв. Восьми таких циклов обычно бывает достаточно для излечения.

Способствовать выздоровлению будет масло зверобоя, которое готовится следующим образом: мелко измельченную сухую траву зверобоя забить оливковым маслом в пропорции 1:10 и держать на водяной бане 3 часа. Затем масло охладить, процедить через капроновый чулок (марля не годится) и разлить в бутылки темного стекла. Применять масло следует одновременно с настоем. Способ обычный: сложенную в 2-3 слоя марлевую салфетку пропитываем маслом, прикладываем на пораженные участки тела и выдерживаем 30-40 минут. Курс лечения – 40 дней.

Ф.СП-1

АБОНЕМЕНТ

На ~~Газету~~
~~Журнал~~

“Бабушкины рецепты”

(Индекс издания)

(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		<input type="text"/>						
“Бабушкины рецепты” (Индекс издания)											
(Наименование издания)											
Стоимость	Подписки				Количество комплектов						
	Переадресовки										
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.			