АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

Аллергия.....1, 7
Ангина.....7
Анемия.....12
Артрит 2
Астма 16
Атеросклероз.....3

Беременность 4
Близорукость.....3
Болезнь Боткина 6
Боли в области сердца 15
Бронхит.....1, 5, 7
Витилиго 6
Водянка 6
Водянка яичка 9

Геморрой 3, 6
Гепатит.....5
Герпес 15
Гипертония 3-4, 15
Гипотония 8
Головные боли 3, 12
Головокружение.....3

Диабет.....8
Дискинезия желчевыводящих путей.....8

Желчекаменная болезнь..12

Заболевания легких и бронхов 3
Заболевания почек 12

Истерия 3
Истощение.....12

Камни в почках и мочевом пузыре.....6
Кашель 2, 5, 7
Колит.....4-5
Красная волчанка 2

Метеочувствительность 9

Нарушение кровообращения 3
Насморк.....7

Одышка 15
Ожог.....6
Отеки.....4

Папилломы.....8
Пневмония 7
Подагра 4, 6
Полипы.....8
Порезы 6
Приступы потери сознания.....15

Проблемная кожа.....2
Простудные заболевания .15

Радикулит 6
Раздражительность.....8
Ревматизм 4
Ревматоидный артрит 9
Ринит.....12
Рожа.....15

Слабость.....12
Спазмы ЖКТ 3
Стенокардия 3
Стресс.....3
Суставный ревматизм.....6

Тиреотоксикоз 3
Тревога 3
Трещины в кишечнике.....9
Тромб 9
Тромбофлебит.....6

Удушье 15

Фурункулы 6

Холецистито-панкреатит....5

Экзема 6, 12
Эпилепсия 4

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

БРОНХИТ ХРОНИЧЕСКИЙ 1
АЛЛЕРГИЯ 1
КАШЕЛЬ КУРИЛЬЩИКА 2
«ЭЛИКСИР МОЛОДОСТИ»... С СОБСТВЕННОЙ КУХНИ 2
АРТРИТНЫЕ ШИШКИ 2
КРАСНАЯ 2
ВОЛЧАНКА 2
ТИРЕОТОКСИКОЗ 3
Я НАШЕЛ СРЕДСТВО 3
АРОМАТЕРАПИЯ 3
ТЫКВЕННАЯ ДИЕТА 5
УПОРНЫЙ КАШЕЛЬ 5
ПЯТНА НА ТЕЛЕ – ВИТИЛИГО 6
МЕДОВАЯ ЛЕПЕШКА – СТАРИННОЕ СРЕДСТВО ОТ МНОГИХ БОЛЕЗНЕЙ 6
ФИЗАЛИС-ЛЕКАРЬ 6
ПОЛЕЗНЫЕ ПРИБОРЫ 7
КОНФЕРЕНЦИЯ «БЕЗ ТАБЛЕТОК.РУ» Встреча с Иваном Неумывакиным.....8
МЕТЕОЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ 9
РЕВМАТОИДНЫЙ АРТРИТ 9
ТРЕЩИНЫ В КИШЕЧНИКЕ 9
ВОДЯНКА ЯИЧКА 9
КУЛИНАРИЯ XIX ВЕКА.....10
ГРИБ ВЕСЁЛКА – РУССКОЕ ЧУДО 11
БАБУШКИНЫ СОВЕТЫ.....12
ПОБЕДИТЬ РИНИТ 12
ОСЛАБЛЕННЫМ И АНЕМИЧНЫМ БОЛЬНЫМ 12
КАКИМ ДОЛЖЕН БЫТЬ ШОКОЛАД?.....13
НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА: АНАНАС ДЛЯ НАС. СЛИВОЧНОЕ МАСЛО 13
СОВЕТЫ НАШЕГО ВРЕМЕНИ 14
БОЛЬ ЛЮДСКАЯ 15
ОДЫШКА ИСЧЕЗНЕТ 15
ПОБЕДИТЬ БОЛЕЗНИ СМОГ ЛИШЬ КАРТОФЕЛЬНЫЙ РОСТОК 15
МОРКОВНОЕ ВАРЕНЬЕ ПРОТИВ АСТМЫ 16

МОРКОВНОЕ ВАРЕНЬЕ ПРОТИВ АСТМЫ

Многие годы наблюдая за такими больными, я пришел к выводу, что если не помогают вылечиться антибиотики, а спасение приносит лишь прием гормональных средств, значит, причина болезни заключается в плохой работе межреберных дыхательных сплетений. Особенно это касается нижнего грудного отдела. Грудная клетка в этом случае, а вместе с ней и легкие, не полностью движется, хотя она, как гармошка, должна абсолютно расправляться как при вдохе, так и при выдохе. Из-за того, что движение грудной клетки не закончено, в легких и бронхах скапливается влага, порождая астму.

Чтобы этого не происходило, астматикам надо пить уваренный на 1/3 полевой хвощ и регулярно растирать грудную клетку и позвоночник до покраснения. Хорошо помогает в лечении подводное вытяжение шейно-грудного отдела позвоночника и сон на щите из досок (поверх матраца).

Больным бронхиальной астмой очень важно соблюдать диету и пить чай с вареньем из моркови. 1 кг моркови порезать мелкими дольками и отварить в воде с добавлением 1,5 кг сахара. В конце варки добавить 1 ч.л. порошка корицы. Принимать с чаем, сколько желаете. Это хорошо очищает от излишней влаги.

Отличного всем дыхания, и пусть астма вас не тревожит!

Юрий Ш., Калуга.

Ждем интересных материалов. Поделитесь опытом!

Редакция не несет ответственности за содержание рецептов, присланных читателями. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Мнение редакции может не совпадать с мнением автора публикации.
Редакция оставляет за собой право по своему усмотрению публиковать и редактировать письма и присылаемые в адрес газеты материалы (в частности, в отношении объема текста, лексики, грамматики, явных неточностей, а также личных персональных данных), если они не сопровождаются конкретными указаниями по их использованию.
Предупреждаем, что газета не является учебником по медицине и пособием по лечению болезней. Прежде чем воспользоваться рецептом или рекомендацией из нашей газеты, проконсультируйтесь с лечащим врачом! Доброго вам здоровья!
Пожалуйста, обратите внимание на то, чтобы ваши письма были написаны разборчивым почерком. Особенно это касается диагноза, названия принимаемых лекарств, трав, а также ваших персональных данных (имени, адреса и т.д.). Помните, речь идет о здоровье!

Вы можете подписаться на газету «Бабушкины рецепты» с любого месяца через каталог Роспечати (подписной индекс – 25577) или через каталог «Почта России» (подписной индекс – 24240).
ЗАО «МК–Периодика» оформляет подписку на наши газеты в странах СНГ, Ближнего и Дальнего зарубежья по индексам: «Бабушкины рецепты» – 25577, «Чудесные исцеления и целительные чудеса» – 24241.
Координаты для подписчиков: Тел.: +7 (495) 681-9137, +7 (495) 681-8747. Факс: +7 (495) 681-3798. E-mail: export@periodicals.ru. www.export@periodicals.ru
Поставщик в РБ – ООО «Росчерк», г. Минск, ул. Авангардная, 48а. Тел.: (017) 299-9261(-62).

ISSN 1811-9492
9 771811 949000 08008

Внимание! Газета «Бабушкины рецепты» ждет Ваших писем. Каждый материал должен быть основан на конкретных жизненных примерах и давать полное представление о том, как можно избавиться от недуга. Пишите нам: 121354, г. Москва, а/я 299, Бондаревой Н.Н.

Материалы, опубликованные в газете «Бабушкины рецепты», защищаются Законом РФ об авторском праве. Полное или частичное воспроизведение или размножение каким бы то ни было способом этих материалов допускается только с письменного разрешения издательства. Рукописи, письма и фотографии не рецензируются и не возвращаются.

Газета **«БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ»**.
Выпуск **№8(312)**. Тираж **140000** экз. Заказ
121108, г. Москва, ул. Пивченкова, д. 3, корп. 3.

Контакты с читателями только через а/я, 121354, г.Москва, а/я 299, Бондаревой Н.Н.
Тел.: (499) 940-2413, 144-2958, 146-2653
e-mail: babusya@list.ru
По поводу рекламы тел.: 8-903-200-3080.
Телефоны для связи с распространителями: **144-2958, 146-2653**.

Макет, дизайн, графика: А.Борисов. © 2002-2006,
e-mail: aart_bor@rambler.ru
Подписано в печать **17.02.2008**
Сдано в печать **17.02.2008**

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

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

выпуск №8(312) февраль 2008

советы от всех болезней

выходит на 16 полосах

Бабушкины рецепты

еженедельная газета. издается с 2002 года

«лечить нас все же бабушки умели»

БРОНХИТ ХРОНИЧЕСКИЙ

Случилась эта беда в нашей семье в 1978-м году. Моя дочь страдала хроническим бронхитом с астматическим компонентом. Несколько раз лежала в больнице, ездила на курорты в Крым, но болезнь все прогрессировала.

Однажды врачи предложили удалить часть легкого, мы отказались. Тогда обратились к народным методам, и один травник подобрал рецепт, который помог нам.

Рецепт такой: взять овес (зерна) объемом 0,5 л, очистить его, промыть. В 3 л кастрюлю влить 0,5 л воды и 2 л сырого молока, довести до кипения. Всыпать туда заранее отмеренную порцию овса – 0,5 л, варить на слабом огне 2 часа, с закрытой крышкой. Получится отвар – около 2 л, светло-коричневого цвета. Принимать его ежедневно по 150 г в горячем виде на ночь, добавить 1 ч.л. нутряного свиного сала (слив. масла) и 1 ч.л. меда. Хранить в холодильнике.

Лечились мы 11 месяцев. Одновременно принимали 2 раза в неделю ванны с отваром сухой соломы овса молочной спелости (срезать траву, когда на зуб зерно овса еще не ощущается, солома – зеленого цвета): 1 кг травы сухой на ведро воды, кипятить 30 мин., отвар процедить, добавить в ванну, вода – 37 град, время – 15-20 мин. После этого врач не нашел никаких хрипов в легких и сказал, что легкие чистые. С тех пор прошло почти 30 лет, моя дочь совершенно здорова.

Вахреева А. О., г. Белый Тверской обл.

АЛЛЕРГИЯ

Отвечаю на письмо женщины из Краснодарского края, как вылечиться от аллергии на комнатную пыль. У моего сына после армии открылась аллергия на пыль, перьевые подушки. Просыпался утром весь опухший, чихал постоянно, из глаз текли слезы. Чихал до боли в голове, не переносил яркого света, резких запахов.

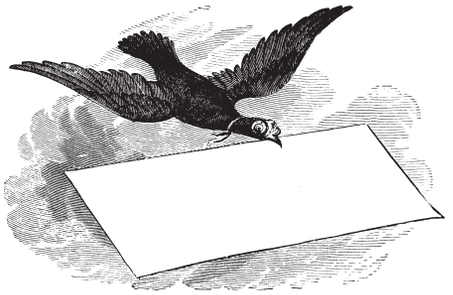
Через 2 года мучений мы начали искать средства избавления от этого недуга. Знакомый пасечник посоветовал сыну принимать **забрус** (это крышечки от сот, которыми пчелы закрывают мед), его срезают, когда откачивают мед. Забрус нужно брать со свежим (не прошлогодним) медом. Мы стали добавлять забрус в чай по нескольку раз в день. При этом общая суточная доза забруса для взрослого человека должна быть не более 100 г, большие дозы могут вызвать обратный эффект. Через 2 месяца аллергия начала отступать. Через 8 мес. (мы употребили примерно 2 кг забруса), все признаки аллергии прошли и не возобновлялись. Сыну моему сейчас 39 лет, он не чихает ни на какую пыль: ни на комнатную, ни на пыльцу цветков, ни на шерсть животных.

Опухтина М.Н., г. Воскресенск Московской обл.

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- как приготовить эликсир молодости на кухне
- как лечиться от красной волчанки?
- здоровье – своими руками
- народная экспертиза: каким должен быть шоколад?

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).



АРТРИТНЫЕ ШИШКИ

Моя мама страдала артритными шишками на пальцах рук. Ей посоветовали применить спирт муравьиный.

Готовили мы его сами, т.к. лес у нас большой, муравейники – огромные почти через каждые 100 м стоят. Способ настойки : набрать половину 0,5 л банки лесных муравьев, залить 200 г 40% спирта, плотно закрыть, настоять 1 мес. в темном месте, процедить, натирать больные шишки на ночь. Мама натирала и делала иногда примочки на несколько часов. Через 2 мес. шишки все рассосались и вот уже 2 года больше не появляются. Надеемся, что мама избавилась от них полностью.

Харилова Екатерина, г. Юрьевиц Ивановской обл.

«ЭЛИКСИР МОЛОДОСТИ»... С СОБСТВЕННОЙ КУХНИ

Иногда бывает нелегко найти в магазинах косметические средства, особенно лосьоны, недорогую туалетную воду, питательные кремы. Что ж, попытаемся сварить «эликсир молодости» на собственной кухне! Вот несколько рецептов, которые, надеюсь, понравятся вам.

Лосьон для жирной, угреватой кожи готовим из хвоща, липового цвета и тысячелистника. Одну столовую ложку смеси сухих или хорошо подсушенных трав заливаем 1,5-2 стаканами кипятка, настаиваем 2 часа, процеживаем.

У вас вялая, дряблая, склонная к морщинам кожа? Смешайте столовую ложку измельченной зелени укропа или петрушки (их можно заменить чайной ложкой измельченной дубовой коры или шалфея) с таким же количеством цветов липы, а далее готовьте лосьон, как и в первом рецепте.

Для кожи с расширенными капиллярами, чувствительной, легко раздражимой сделаем лосьон более сложного состава: по столовой ложке сухих лепестков розы, шалфея, ромашки, мяты, мелко изрубленной зелени петрушки, подорожника, алоэ смешаем, поместим в стеклянную посуду с притертой крышкой. Если какого-либо из компонентов не хватает – не беда, обойдемся без него. Столовую ложку смеси заливаем стаканом кипящей воды, настаиваем в теплом месте 2 часа, процеживаем. Состав будет эффективнее, если добавить в него немного лимонной кислоты или столовую ложку любого кислого фруктового, ягодного сока.

Как пользоваться домашними лосьонами? Так же, как и покупными: протирать кожу лица утром и вечером вместо умывания.

Можно приготовить в домашних условиях и питательный косметический крем универсального действия, который годится и для сухой, и для нормальной кожи.

1. Растираем столовую ложку сливочного масла с одним желтком, чайной ложкой меда и столовой ложкой кашицы из растертых плодов рябины (или яблока, груши, сливы, айвы, хурмы) до получения однородной массы. Наносим на лицо, через 20-30 минут излишек снимаем бумажной салфеткой или мягкой чистой тряпочкой.

2. Готовим настой цветов ромашки: 2 столовые ложки завариваем стаканом кипятка, настаиваем 2 часа, процеживаем. Храним настой в холодильнике. Чтобы приготовить крем, чайную ложку настоя тщательно растираем со столовой ложкой масла.

«Домашний» крем советую использовать сразу – при хранении больше часа, он теряет свои целебные качества.

Мугинова Н.В., г. Самара.

КРАСНАЯ ВОЛЧАНКА

Читательнице Воробьевой Валентине из г. Северодвинска предлагаю рецепт травника от красной волчанки, моя двоюродная сестра болела этой болезнью 3 года, излечилась за месяц и неделю.

Взять шалфея – 2 ст.л., листья гороха – 2 ст.л., родиолы розовой – 2 ст.л., чистотела травы – 3 ст.л., софоры японской (плоды) – 3 ст.л. На 800 мл воды – 3 ст.л. смеси, прокипятить 1 мин., настоять в термосе, или в тепле, укутав и плотно закрыв крышкой, 3 часа. Процедить, пить по 50 мл 6 раз в день, смесь хранится не более 2-х дней. Улучшение состояния – на 7-8 день. Пить, не переставая, 1-1,5 мес.

Егорова А., г. Магадан.

КАШЕЛЬ КУРИЛЬЩИКА

Взять по 1 ст. л. зверобоя продырявленного и багульника болотного, залить 1 стаканом кипятка и прокипятить под закрытой крышкой на малом огне в течение 5 мин. Этим отваром, вместо кипятка залить обычный черный чай в заварочном чайнике.

Пить такой чай несколько раз в день. Обычно уже на 2-3 день начинает отходить мокрота, а через неделю – полторы кашель прекращается. Этот рецепт подходит ТОЛЬКО КУРИЛЬЩИКАМ.

Если кашель мучает по утрам, сварить чеснок с патокой и понемногу съесть, как только утром проснешься. Это средство успокаивает кашель.

Взять каждого в равных частях: подорожник большой, мальва, листья крапивы, хвощ полевой. Измельчить. 1 ч. л. смеси заварить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час. Процедить. Пить по 1/3 стакана.

Корешки лесного просвирняка (мальвы) варить 15 мин. на медленном огне в 0,5 л свежего молока. Принимать по 50 мл несколько раз в день.

Заварить 1 ч. л. семян аниса на 1 стакан кипятка, настоять 10 мин. Процедить, пить как чай, в горячем виде.

Если кашель не дает заснуть вечером, выпить стакан горячей воды с тремя каплями йода.

Взять каждого по 100 г: лебеда раскидистая, шалфей. 3 ст. л. сбора с вечера положить в термос и залить 3 стаканами кипятка. Утром процедить, принимать по 150 г 4 раза в день до еды.

С уважением Букарев Юрий Викторович. Мой адрес: 199397, г. Санкт-Петербург, а/я 612.

АРОМАТЕРАПИЯ

Моя тетя с детства не признает лекарств, ей сейчас 70 лет, и она лечится только травами. Кроме трав она часто применяет ароматические вещества, говорит – и приятно, и эффективно, и главное, можно постоянно поддерживать себя здоровым, особенно если знаешь свои слабые места. Она применяет различные запахи по сезонам – когда традиционно возникают болезни, например, с глубокой осени по весну (когда наступает время простуд) – она постоянно использует запахи лука и чеснока.

Нервная система у каждого человека тоже уязвима в индивидуальные периоды: у кого нервные срывы, плохое настроение, да и неприятные случаи обычно случаются весной, у кого депрессия одолевает осенью и зимой.

Простое наблюдение за собой – и вы определите свои «уязвимые» периоды. В такой свой период (с апреля по июнь) моя тетя всегда применяет запахи розмарина, герани и лаврового листа, – в чай или в салаты добавляет. Я хочу дать читателям небольшой список запахов трав и эфирных масел, помогающих при определенных заболеваниях. Этот список я составила, учитывая опыт знакомых и многочисленных двоюродных братьев и сестер. Кроме того, я заметила: если вас потянуло на какой-либо запах – ни в коем случае не игнорируйте эту тягу: начинайте применять это растение немедленно, – вероятно, у вас ослаб орган (система организма), и для восполнения сил хочется именно конкретного вещества, потому и приятен запах растения, содержащего целебное вещество. Время на исправление этого недостатка у вас пока предостаточно, главное, не пренебрегать этим видом раннего диагноза. Если, узнав свое слабое место, вы предпримете соответственную «защиту»: травяные настои и чаи из растения с понравившимся запахом, при возможности посадите это растение у себя в доме – вам удастся избежать не только болезни , но и неприятности в жизни, ведь, как известно: духовное и физическое в человеке – единое целое.

Валериана

Аромат эфирного масла какого-либо растения помогает при вдыхании им не менее 15 мин. 3 раза в день, натощак, и обязательно перед сном. Аромат травы (в настое или живом виде) – по 30-40 мин. 2 раза в день, через 2 недели вы уже заметите результат – значительное улучшение состояния. Избегайте неприятных запахов – они вызывают головную боль и резко повышают давление.

***Болезни сердца, сосудов, атеросклероз** – лечит запах лаврового листа. И если вы вдруг неравнодушны стали к «лаврушке» – не только применяйте его в пищу, но и попробуйте в настоях (они хорошо очищают почки: см.рецепты очищения в книгах Малахова). А также если возможно – посадите лавр у себя в комнате – избежите сердечно-сосудистых заболеваний, и , конечно, пока вы еще не больны всерьез – двигайтесь больше на свежем воздухе.*

***Болезни головы, повышенное давление, головокружение, раздражительность** – ароматы фиалки и розы, розового масла.*

***Стенокардия, гипертония, варикоз** – запах плодов фейхоа.*

***От переутомления и головных болей** – аромат темно-красных роз действует успокоительно и освежающе, никогда не одурманивает.*

***Истерия** – масло сельдерея.*

***Для людей с повышенной возбудимостью, а также для преодоления тревоги или последствий стресса** – запахи кипариса, сандала, можжевельника, грейпфрута, мелиссы.*

***Нарушение кровообращения, спазмы ЖКТ** – нюхать капли с валерианой, мятой, красавкой, полынью.*

Запах валерианового корня снижает свертывание крови.

***Заболевания легких и бронхов** – запахи чеснока и лука, масло сельдерея.*

*Порошок имбиря прогревает **нос. Если он заложен** – дышать им и смазывать ноздри внутри сырой ваткой с нанесенным на нее порошком имбиря.*

*Запах ванилина – **ослабляет сердцебиение, повышает температуру кожи** – его можно использовать при простуде.*

*Гнилостный запах индола (нюхательная соль) – **учащает сердцебиение**.*

Камфара, мускусный запах – возбуждает деятельность головного мозга.

*Полыни запах – **увеличивает силу сокращения мышц.***

***Желудочно-кишечные заболевания** – эфирное масло тмина, кориандра, аниса, фенхеля и других сельдерейных.*

***От близорукости –** помогает запах листьев табака. Моя подруга брала в магазине кубинские сигары, разламывала их, складывала их в х/б мешочек и дышала ими как только было время. На время лечения сняла очки (зрение было «-5» и «-6»). Дышала так год, телевизор смотрела в этот год редко. Через год зрение было «-3» и «-2», сейчас читает без очков.*

Оксана Родченко, г. Сочи.

ТИРЕОТОКСИКОЗ

Хочу рассказать, как моя подруга вылечила себе заболевание щитовидной железы – тиреотоксикоз.

Хотя ей было всего 43 года, она чувствовала себя плохо лет 8, быстро уставала, работать много не могла. Лекарства вызывали аллергию.

Однажды летом она поехала в деревню и когда вернулась на работу – ее было не узнать, всех поразил ее цветущий вид, бледность исчезла, сил для работы – хоть отбавляй. Я спросила, что ее так преобразило. Она рассказала, что ее дед-пасечник готовил ей 2 месяца настойку из подмора пчел.

Как готовить и применять рецепт я записала. И на следующий год такой же настойкой мы делали примочки уже моей маме на щитовидку (у нее токсический зоб). Раз в году моя мама теперь делает такое лечение. Чувствует себя хорошо уже 3 года.

Настойка готовится так: 1 стакан с верхом подмора пчел залить 0,5 л водки. Настоять 14 дней в темном месте, периодически встряхивать, процедить через 4-6 слоев марли. Компрессы делать на шею, на область щитовидной железы. Курс лечения: ежедневно компрессы на ночь 10 дней, затем перерыв 4-5 дней, и повторить еще 10 раз. Затем можно курс повторить после 3-недельного перерыва.

Одно маленькое замечание: подмор ее дед-пасечник брал не майский, т.к. при вскрытии улья мертвых пчел много, но их кишечник забит каловыми массами, которые, конечно, не лучшее лекарство для чего бы там ни было! Особенно не для приема внутрь. Ее дед готовил настой из умерщвленных летних роящихся пчел, подсушивал их немного в печи и заливал водкой.

Райкова Нина, г. Братск Иркутской обл.

Я НАШЕЛ СРЕДСТВО

Стыдно писать о такой болезни, но не только ведь я один ею страдаю. А пишу потому, что нашел способ с ней справляться. У меня геморрой. Я водитель со стажем 40 лет. У меня исчезают геморроидальные шишки, когда я несколько раз в день подмываюсь холодной водой или настоем чистотела.

Виноградов А. Н., г. Тверь.

ЖЕЛАННАЯ «КАШКАРА»

Ольга Викторовна Климова

В стародавние времена, когда жили на Свете Жар-Птицы, Змеи Горынычи, Баба-Яга, Марья-искусница да Иван-царевич, жила и Вещая Птица Говорун. Прилетала она не часто, садилась на Алатырь-камень (кусочки от камня были развезены по всем землям), который как и положено, стоял на перекрестке дорог и, поскольку очень любила «поговорить», а еще более советы давать, то тому, кто приносил ей в подарок веточку кашкары, да просил о чем, от души давала птица вещие советы. С тех пор и осталась надпись на одном таком камне: «***направо пойдешь – свою смерть найдешь, налево пойдешь…»*** и т. д., а вокруг камня, обычно, и росла кашкара, принесенные веточки прирастали. А вот в мифах и легендах Древней Греции веточку рододендрона понтийского следовало бросить в бездонный колодец в горном храме, за этим следили пифии, и свое пожелание прокричать, если раздавалось многократное эхо – просьба была услышана и будет выполнена. На просьбы о богатстве со злым умыслом эха не было. Что же за вещие растения приносили люди? **Какая трава помогала исполнять желания?** Может быть и мы попросим ее помочь нам? Позовем кашкару и рододендрон понтийский. «Желанное» растение, магическое, сильное.

Предки сохранили для нас и прекрасную легенду об Орфее и Эвридике. Они так любили друг друга! Орфей удивительно красиво играл на лире, его слушал весь мир. Но однажды змея укусила Эвридику, и она умерла. В великом горе Орфей одел на голову венок из рододендрона и украсил веточками лиру, он стал играть такие грустные мелодии, что они разжалобили всех Богов. Боги исполнили желание Орфея, он спустился в подземное царство мертвых, чтобы вернуть свою Эвридику и одел ей на голову свой венок. Но он не удержался, не сумел вывести ее в светлый мир, не оглянувшись. А оглянувшись увидел только тающую тень…

Грустная, но поучительная история.

Наиболее известны в народной медицине из семейства вересковых: **рододендрон золотистый (кашкара) и рододендрон понтийский:** ***Rhododenron aureum и ponticum.***

Рододендрон золотистый

Они обладают сходными качествами. Золотистый произрастает в лесах высокогорного пояса и на гольцах Саян, в Забайкалье, в Иркутской и Читинской областях, на юге Красноярского края, в Якутии, реже на Алтае. Это вечноживой кустарничек с темно-бурой корой, стелющимися стеблями и приподнимающимися на 20-100 см ветками, побеги усажены железистоопушенными яйцевидными почечными чешуйками, сохраняющимися 2-4 года. Листья очередные, сверху темно-зеленые, блестящие, снизу бледные. Цветки собраны по 3-8 штук на концах ветвей, цветки крупные, диаметром 4-5 см, имеют светло-желтый цвет, отсюда и название: **золотая, золотистая кашкара.**

Рододендрон золотистый
Rhododendron aureum

А у **рододендрона понтийского,** произрастающего в Западном Закавказье в буковых, реже пихтовых подлесках, поднимаясь на высоту до 2200 метров над уровнем моря цветки фиолетово-розовые или бледно-розовые. Рододендроны содержат ядовитое вещество андромедотоксин (иногда рододендрон так и называют цветок Андромеда), гликозид рододендрин, эриколин, арбутин, гидрохинон, эфирное масло, трипертиновые соединения, дубильные вещества, урсоловую кислоту, микроэлементы: марганец, алюминий, медь, серебро, барий, свинец. А так же различные флавоноиды с Р-витаминной активностью и кахетины.

Как использует это растение народная медицина? Неужели только для вещих снов?

Считается, что положенная веточка рододендрона под подушку с четверга на пятницу, а так же на день рождения, на Новый год, на Рождество гарантирует вещий сон. Хоть рододендрон и обладает ядовитостью, конечно, он не для детей, и взрослым так же необходима строгая дозировка, растение используется много веков и было известно всем мудрым целителям древности.

Имеются и противопоказания, о чем иногда и не пишут: беременность и тяжкие болезни почек (некроз, усыхание, камни, недостаточность). Зато рододендрон быстро помогает при сердечно-сосудистой недостаточности! Снижает давление, устраняет отеки, применяется при колитах. Старинное средство от бесплодия (но при наступлении беременности его прием прекращают). Действие усиливается с Астрагалом (травы принимают в разные часы) и с Прострелом (Сонтравой, Пульсатиллой). А также необходим при женских недомоганиях: от эрозий, кольпита, вагинита, зуда. Рододендрон быстро помогает и при подагре, ревматизме, эпилепсии.

Для гипертоников рецепт: ***1 листочек залить 1 стаканом кипятка, настоять 30 минут. Принимать по 1 стол. ложке 3 раза в день. В любое время, но лучше за 10 мин. до еды.***

Для отваров: ***0,5 чайн. ложки резаных листочков (можно порезать с веточками) на 1 стакан кипятка. Настоять***

«Извлеки хлопок беспечности из уха осознания, чтобы мудрость умерших предков могла достичь твоего слуха и разума».

Саади.

Рододендрон понтийский

20-30 мин. Процедить. Принимать по 1 стол. ложке 3 раза в день.

Настойка: ***1/5 часть бутылки или банки заполняется сырьем, а до верху залить хорошей водкой или самогоном. Настоять 2 недели. Принимают с малых доз: 10-15 капель с 1/2 стакана воды 3 раза в день. Максимальная дозировка 15-20 капель.***

Многие удивляются, почему с растениями такая осторожность, ведь не таблетки, не «химия». Принимают или сразу по 4-5 разных сильных растений, или на глаз отмеряют дозы, или не составляют расписания приема, а ведь, если начал прием, его необходимо соблюдать: что до еды, что после, и каждый день в одни и те же часы. Дозировки очень важны! ***«Все есть яд, и все есть лекарство. Одна только доза делает вещество ядом или спасением!»*** – считал мудрый Парацельс. Ядовиты и болиголов, и аконит, и мухомор, и змеиный яд, и купорос, но они борются со смертельными недугами! Сильные растения – это наши поединщики, наша защита. Как сказал Шекспир: ***«Болезни отчаянные излечивают и средства только отчаянные!»*** Однажды на выставке сухоцветов я в одном букете увидела несколько веточек рододендрона, стебель аконита с фиолетовыми цветками шлемиками, веточку спаржи и пару головок желтой арники. Подумала: кто-то составил лечебный букет, да еще из редких растений (кроме спаржи). Но если другие композиции имели свои названия, то эта – просто: «икебана»… просто красиво.

Мы редко смотрим на Природу, только используем ее на дрова, на мебель, на еду, на украшения. Мы ее не знаем. Многие просят: напишите в письме как выглядит то или иное растение, вышлите фотографию, покажите, где растет. Ну почему же сам-то человек не купит элементарную **«Энциклопедию лекарственных растений»,** не поинтересуется как выглядит нужное ему растение? Я не могу знать где в какой области что растет, тем более показать или высылать всем фотографии (часто даже конвертов не вкладывают, а ждут ответа и обижаются…)

Не уходите от Природы, не бросайте ее, изучайте, интересуйтесь. Просите у нее помощи от всей души. В Тибетском трактате есть строчки: ***«Как часто мы не замечаем милости Природы и просим у Богов великого… Знаменья сильного или победы скорой. А ведь та маленькая милость и была бы всех сильнее! И спасает, коль просишь от души».***

Вот, есть такая маленькая милость «желанная» Кашкара, вот ее и нужно просить, она поможет всегда! Остановитесь, мы бежим по кругу, стрессы и заботы крадут здоровье, годы пролетают мимо, и мы не замечаем зеленого листочка ладошки помощи Природы, не видим ни облаков, ни звезд, ни ручейка, нам не до этого, а значит и не до себя…

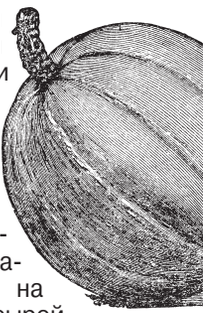
Но когда «грянет гром» мы зовем на помощь природу. Обращайтесь за правильно собранными травушками и корнями: кашкарой, рододендроном понтийским, сон-травой, арникой, эдельвейсом, кошачьей лапкой, огонь травой. Золотой колючкой, калганом и лапчаткой белой, манжеткой, боровой маткой, красной щеткой, мужик-корнем, астрагалом , желтушником, галетой, шелковицей, норичником, розмарином, красным корнем, аконитом, барвинком, диоскореей, витексом священным, зимолюбкой, уснеей, шикшей, княжиком, горичником, гинкго, караганой гривастой (верблюжий хвост). Дымянкой, вербеной, очанкой, омелой и софорой, плакун травой, белой губкой и др. Белым каменным маслом (кусочками, со всеми рецептами). Трутовиком настоящим (кусочки) с методикой похудения. При обращении вкладывайте подписанный конверт, укажите диагноз и возраст.

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

«Мало знать, надо и применять.
Мало хотеть, надо и делать».
И. Гете.

ТЫКВЕННАЯ ДИЕТА

В прошлом году, по осени вижу: моя соседка по даче привезла на своей машине целый прицеп с тыквами. Я поинтересовалась, зачем столько тыкв ей, и она поведала мне вот что. Оказалось, она уже много лет страдала от хронического гепатита и хронического холецистито-панкреатита, а у ее сына три года назад обнаружили язвенный колит.



А вылечились они только благодаря тыкве! Целую зиму и весну они питались тыквенными кашами с пшеном. Запекали в духовке кусочки тыквы и ели ее со сливочным маслом. А мама ее, страдающая запорами, на ночь ела салат из сырой тыквы, натертой на терке с медом. И все они избавились от своих болезней. И твердо решили теперь каждый год есть тыкву для профилактики. Моя соседка считает, что тыква гораздо лучше помогает, чем дорогие лекарства, и, главное, болезни после тыквенной диеты, проведенной раз в году не более 2-3 месяцев, – не возвращаются.

Олдашкина М. И., г. Тверь.

УПОРНЫЙ КАШЕЛЬ

Восемь лет назад у меня был сильный бронхит, который, по-видимому, перешел в хронический, т.к. кашель полностью не утихал никогда, а при малейшем пребывании на холодном ветре переходил в ужасные приступы.

Вылечил меня мой деревенский дед, с тех пор ни сильного, ни слабого кашля у меня нет. Дед сделал такую смесь: 0,5 кг алоэ (7 дней срезанные и промытые листья держать в холодильнике), 0,5 кг свиного сдора (сетка), перетопленного на смалец, 0,5 кг перетопленного сливочного масла, 0,5 кг меда жидкого (засахаренный мед разогреть до жидкости). Алоэ пропустить через мясорубку, все перемешать, добавить 1 ст.л. какао. Смесь хранить в холодильнике, принимать разогретой по 1 ст. л. 3 раза в день за 15 мин. до еды. Я через 2 дня уже почувствовал облегчение. Когда смесь кончилась, то кашля уже не было.

Барков А., г. Белоусово Калужской обл.

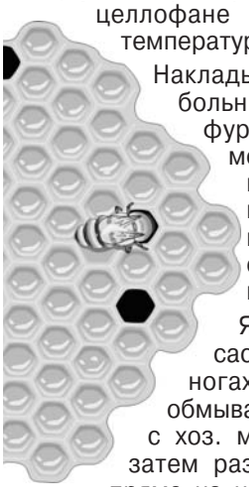
МЕДОВАЯ ЛЕПЕШКА – СТАРИННОЕ СРЕДСТВО ОТ МНОГИХ БОЛЕЗНЕЙ

Есть одно замечательное средство, в деревнях его используют и по сей день от радикулитов, ожогов, отморожений, фурункулов, порезов – это медовая лепешка.

Моя бабушка такую лепешку на всю ночь привязывала деду на поясницу при прострелах в пояснице – на следующий день он уже мог спокойно работать.

А в молодости дед мой спас такой лепешкой свои обмороженные пятки и пальцы, врачи прогнозировали гангрену, готовили его к операции, но он упорно накладывал каждый день новую медовую лепешку, менял ее 2 раза в сутки, и таким образом спас ноги.

Готовится лепешка так: замешивают мед с мукой, до вязкой консистенции – чтобы лепешка не распадалась. Добавить 1 ч.л. птичьего жира (гусиного, утиного) и хранить лепешку в целлофане при комнатной температуре.



Накладывать прямо на больные места: язвы, фурункулы, экзему мокнущую на голове, держать не менее 6-8 час., при необходимости замесить новую лепешку.

Я лепешкой рассасываю тромбы на ногах. Больные ноги обмываю теплой водой с хоз. мылом (темным), затем разминаю лепешку прямо на ноге. Если почувствуете, что она колется – можно проложить чистую белую бумагу между лепешкой и ногой. Сверху завязываю чистой тканью. Поверх – теплый шерстяной шарф.

У меня были гнойные раны от тромбофлебита на ноге – я меняла лепешку 3 раза в день, применяла ее с прокладыванием бумаги – тогда она снимается безболезненно. Прикладывать лепешку надо пока рана не очистится и нарастет молодая кожа (я накладывала ежедневно в течение 10 дней). Потом несколько дней смазывала кожу жиром.

Во время лечения тромбофлебита лепешками гулять по морозу нельзя – можно застудить раны.

Чивилихина Анна, г. Заволжск Ивановской обл.

ФИЗАЛИС-ЛЕКАРЬ

Хочу написать о физалисе, который я уже 5 лет с успехом выращиваю и использую в лечении.

Мексиканский физалис – это многолетнее растение с разветвленным стеблем высотой 30-60 см. Цветочки оранжево-красные пленочные чашечки, очень красивые, как китайские фонарики. Лечебным сырьем служат спелые плоды. Они содержат красящее горькое вещество – физалин. Применяют физалис как мочегонное при камнях в почках и мочевом пузыре, при гнойных воспалениях мочеполовых органов, при водянке, подагре и суставном ревматизме, при болезни Боткина, болях в желудке и кишечнике, затрудненном мочеиспускании и при лечении геморроя.

Для приготовления отвара берут 15-30 г сухих плодов и варят их в 0,5 л воды. Эта доза рассчитана на 2 дня. За это время ее надо выпить глотками. Можно просто есть по 10-15 свежих плодов за день или ежедневно выпивать по 20 г свежевыжатого сока физалиса. Употреблять плоды без чашечек, так как они ядовиты.

Еще из физалиса я готовлю очень **вкусное варенье.** Его тоже можно употреблять с лечебной целью. Вот рецепт. Плоды физалиса освободить от чашечек, взвесить 1 кг, опустить в кипяток и подержать в нем 2-3 минуты. После этого откинуть на дуршлаг и оставить, пока стечет вода. За это время в 500 г воды поместите 500 г сахара и проварите 3-4 минуты. Процедите готовый сироп и залейте им в кастрюле приготовленные плоды. Оставьте на 3-4 часа, накрыв марлей, после чего добавьте 500 г сахара и осторожно при слабом кипении, постоянно помешивая, варите еще 10 минут. Снимите с огня, выдержите в течение 5-6 часов, добавьте еще 200 г сахара и проварите еще раз 20 минут. Варенье готово, если капля его сиропа не расплывается на плоском блюдечке. Старайтесь разливать его по банкам, равномерно деля плоды и сироп. Укутайте горлышки банок пергаментной бумагой и завяжите их.

Приятного аппетита и крепкого здоровья!

Работкина Ю.Н., г. Казань.

ПЯТНА НА ТЕЛЕ – ВИТИЛИГО

Познакомился с женщиной, которая страдала витилиго. Она очень переживала по поводу этой болезни. Но у меня уже был опыт борьбы с этим недугом. Хочу поделиться с читателями и вашей газеты. Я переболел этой болезнью еще в шестидесятых годах прошлого столетия. «Носил» ее на себе долгих восемь лет. За эти годы **испробовал множество способов:** мазался всякими мазями, натирался разными жидкостями, принимал уколы, делал переливание крови, принимал дрожжи, витамины, но все **безрезультатно**.

Однажды летом я отдыхал на речке – купался и загорал. Рядом со мной находился мужчина. Он посмотрел на меня и спросил, что это у меня за болезнь, так как я был похож на далматинца, потому что тело было загорелым и в белых пятнах. Я рассказал мужчине, что уже 8 лет не могу избавиться от витилиго, так назывался мой недуг. И тогда, выслушав меня, он сказал, что может мне помочь. Просто надо взять детский крем или вазелин, ацетилсалициловую кислоту (если в таблетках, то хорошо ее размять) и все хорошо растереть в ступке до однородной массы. Этой смесью надо натирать тело, а затем загорать на солнце.

Возле моего дома находилась ветеринарная аптека, и я хорошо знал аптекаря. 3-5% мазь по моему рецепту он сделал на глаз. Взял с полки банку с вазелином, потом из другой банки насыпал салициловой кислоты, растер все в фарфоровой ступке и выложил мазь на картонку, сказав мне:

– Придешь домой, переложи в баночку.

Как раз было время сенокоса, заготавливая сено, я ежедневно раздевался по пояс и смазывал тело этой мазью. Через 10 дней меня было не узнать – я загорел, а от белых пятен и следа не осталось. Можете представить мою радость! Сколько лет я был подопытным кроликом, пробуя на себе разные методы лечения, а тут ветврач изготовил мазь – и такой прекрасный результат!

Советую больным витилиго попробовать этот простой способ. Может быть, еще кто-то избавится от надоевших белых пятен.

Марченко С.С., Омская область.

ПОЛЕЗНЫЕ ПРИБОРЫ СВОИМИ РУКАМИ

ПРОСТЕЙШИЙ ИНГАЛЯТОР

Острыми респираторными заболеваниями (ОРЗ) каждую зиму и весну болеют миллионы людей. А традиционные лекарства зачастую «пасуют» даже перед пресловутым кашлем... И тем не менее выход есть!

Простейший прибор окажется вашим верным помощником при лечении как острых, так и хронических заболеваний дыхательных путей. Для этого потребуется лишь небольшой заварной чайник (эмалированный или фарфоровый), отрезок бинта или марли, терка и фитонцидосодержащие растительные вещества: лук, чеснок, редька, хрен, почки тополя и сосны, хвоя сосны, может пригодиться и бальзам «Золотая звезда».

Приготовьте бинт или марлю размером 10х40 см. Натрите на терке несколько (3-8 шт.) долек чеснока и немедля, чтобы не улетучились фитонциды, смажьте кашицей всю поверхность бинта. Затем быстро опустите бинт на дно пустого чайника и закройте чайник крышкой. Возьмите носик чайника в рот, зажмите ноздри носа пальцами и медленно вдыхайте чесночный «аромат» в течение 8-10 минут. Выдохи делайте через нос, в чайник выдыхаемый воздух попадать не должен.

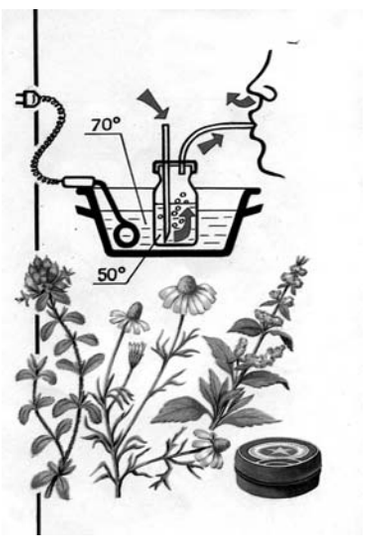
Очень скоро вы убедитесь в эффективности этой незамысловатой процедуры. При повторных ингаляциях потребуется новый отрезок бинта и свежая порция фитонцидной кашицы. Естественно, чайник должен быть чистым и сухим.

Если вы будете настойчивы и проделаете 5-6 ингаляций за день, отступят такие изнурительные недуги, как насморк, кашель, ангина, бронхит и даже пневмония. «Пахучее» вещество подбирайте индивидуально, по возможности меняйте. Многим при ангине помогут фитонциды лука, а чеснок более эффективен при заболеваниях легких. Редька и хрен – универсальные целители – показаны почти всем. Зато измельченные в ступке почки или хвоя, обладая сильными бактерицидными свойствами, могут и усугубить состояние больных с наклонностями к аллергии.

Если под рукой нет растений, попробуйте вдыхать пары эфирных масел бальзама «Золотая звезда». Для этого слегка смажьте бальзамом кусочек бинта и положите его на дно чайника...

ИНГАЛЯТОР УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ИЗ ПОДРУЧНЫХ СРЕДСТВ

К сожалению, такого простого приспособления вы не найдете в аптеках и на прилавках магазинов**. А иметь его желательно в каждой семье**. Поэтому придется запастись баночкой из-под майонеза, пластмассовой крышкой. Потребуются еще две силиконовые, резиновые или толстостенные полихлорвиниловые трубочки диаметром около 10 мм. В крышке проделайте два отверстия так, чтобы трубочки без зазора фиксировались в них. Закройте баночку доработанной вами крышкой. Нижний конец короткой (12 см) трубочки срежьте под углом 45° и опустите через крышку до дна баночки. Вторую трубочку длиной 40 см «утопите» в крышку всего на 1 см. Через нее вы будете вдыхать пары лекарственных веществ.



Ингалятор готов! Универсальность его в том, что в баночку можно класть бинт, пропитанный кашицей чеснока, как в чайник, а можно заполнить баночку наполовину отваром пахучих лекарственных трав (мяты, эвкалипта, ромашки, шалфея, чабреца и т.п.) или слабым раствором бальзама «Золотая звезда» – капельку бальзама величиной со спичечную головку растворить в воде. Если нет бальзама, можно растворить таблетку валидола; оказывается, ментол – основной компонент валидола – в парообразном состоянии тоже грозное «оружие» для многих вирусов. При «сухом горле» в отвар или в раствор желательно добавить несколько капель глицерина или растительного масла. Температура смеси должна быть в пределах 45-55°С, это резко повысит целебный эффект. Чтобы обеспечить такую температуру, придется опустить ингалятор в кастрюлю с водой, нагретой до 70°С.

При вдыхании воздуха через трубочку в ингаляторе возникает разряжение. Воздух, входящий через короткую трубочку в горячий отвар, превращается в мириады пузырьков, обогащенных эфирными маслами, губительными для вирусов. Вдыхать нагретые пары надо ртом, а выдох делать через нос, иначе отвар «убежит» из ингалятора в кастрюлю. Кстати, воду в кастрюле можно подогревать обыкновенным бытовым кипятильником мощностью 300-500 Ватт, периодически включая его в сеть.

КОНФЕРЕНЦИЯ «БЕЗ ТАБЛЕТОК.РУ»

Встреча с Иваном Неумывакиным

Наш. корр. Шнырева С.А.

Неумывакин Иван Павлович – доктор медицинских наук, профессор, действительный член Международных академий информатизации и энергоинформационных наук, Российской академии естественных наук, Заслуженный изобретатель России, Лауреат Госпремии, Член Президиума Общероссийской медицинской ассоциации специалистов традиционной народной медицины и целителей. С 1959 года в течение 30 лет неразрывно связан с космической медициной, разрабатывал новые принципы, методы и средства оказания медицинской помощи космонавтам при полетах различной продолжительности.

Иван Павлович – постоянный участник конференций «Без таблеток. Ру».

Он ответил на письма, присланные в редакцию, а также проконсультировал читателей, пришедших на встречу.

Лумпова Людмила Петровна, г. Челябинск, ул. Молодогвардейцев, 17а, кв. 8б:

«Доктор рекомендовал для очищения воды приобрести магнитотрон Потрасенко. Где можно приобрести эту воронку или заказать ее?»

– Обратитесь в лечебный центр Неумывакина по адресу: Москва, проезд Дежнева, 19, корпус 1., Тел: 180-94-18.

Липатова Галина Михайловна, г. Калининград, пер. Ялтинский, д.9, кв. 10: «У меня диабет 2 вида – инсулиннезависимый. Как мне применять корень девясила?»

– Несмотря на большую пользу девясила, его следует употреблять не более 1 г на стакан кипятка (200 мл). Заварить сухие корни в стакане (кружке эмалированной), настоять 20-25 мин., выпить перед сном, по крайней мере, на улицу после не выходить, т.к. девясил обладает потогонным свойством. Полезно через 2-2,5 мес. во избежание привыкания организма перейти на чай из корня аира: 1 г сухих измельченных корней на стакан кипятка. Пить также раз в день, через 2-2,5 мес. опять перейти на девясил.

Девясил

Есть еще хорошие средства для снижения сахара в крови:

1) Утром и вечером пить по 1 стакану кефира с 1-2 ст.л.гречневой крупы за 30 мин. до еды, греча – одна из круп, нормализирующих работу печени и поджелудочной железы.

2) Топинамбур (земляная груша) – съедать в сыром виде, с салатами по 1-3 груши средней величины, ежедневно.

3) Кислый овсяный кисель.

4) Противодиабетический кофе: Для приготовления необходимы: овсяный корень (его называют козлобородником, это корнеплод овса), ячмень (зерно), овес (зерно) – все в равных частях. Корни овса вымыть, нарезать на куски не более 1 см и высушить при темп. 100°С в течение 10-12 час. Поджарить их до цвета натурального кофе, но не пережаривать, размолоть в кофемолке. Пережарить и перемолоть все зерна. Приготовить напиток можно как из овсяного корня, заваренного отдельно, так и из смеси его с зернами в равных частях. Заваривать как натуральный кофе: 1 ч.л. смеси (можно только корней овса) на стакан кипятка. Пить с сахаром, молоком по вкусу.

5) Укреплять мышцы живота и спины, двигаться как можно больше, т.к. главное для излечения – достичь баланса между потреблением пищи и тратами энергии, ведь нарушение такого баланса – основная причина диабета 2-го типа.

– Как избавиться от папиллом по всему телу?

– Любое кожное заболевание – следствие зашлакованности ЖКТ, без наведения в нем порядка их невозможно вылечить. Папилломы и родинки – часто бывают из-за нарушений работы желчного пузыря и печени. 1) Накопать корня девясила, промыть, нарезать, залить водой на 0,5 кг корня 4-5 л воды, довести до кипения, снять с огня и протомить в тепле 10-12 часов, отжать. Использовать для ванны, в которую можно добавить 1кг соли (поваренной, морской). Принимать ванну 30 мин., но затем обмыться теплой водой, не обтираться 1 час, затем омыться без мыла теплой водой, лечь спать. Делать так 3 раза в неделю. 2) В качестве желчегонного средства принимайте овес (зерна): овес (1 стакан) заварить 1 л кипятка, выпарить на малом огне до 0,25 объема, пить по 0,5 стакана 3-4 раза в день за 30 мин. до еды.

– Как справиться с раздражительностью?

– Вам нужно очищать печень травами и кратковременными голоданиями. Рекомендую такой сбор: смешать в равных долях: овес зеленый (солома), валериана (корень), пустырник (трава), патриния (корневище). 1 ст.л. смеси залить стаканом кипятка, кипятить 10 мин., настоять 30 мин. Пить по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

Кроме того, ежедневно съедайте вместо завтрака овсяные хлопья: 100 г хлопьев залить 1 л холодной воды, настоять 4 часа, варить до загустения.

– Какими травами еще можно почистить и наладить работу печени?

– Нужно употреблять острые травы: перец (свежий), крапиву, полынь, пижму. Они не только хорошо влияют на печень, но и улучшают работу поджелудочной железы, слизистой ЖКТ, существенно снижают сахар в крови, устраняют последствия инфарктов, инсультов. О чистке печени см. «Эндоэкология здоровья» (2006 г., «Диля»).

– Как избавиться от полипов в кишечнике?

– В последнее время при обследовании у больных часто находят полипы, будь то гайморовы пазухи или кишечник. Оказывается, признаком

– У меня гипотония с дискинезией желчевыводящих путей. Можно ли мне принимать настой кукурузных рыльцев?

– При гипотонии нужно принимать тмин, а не кукурузные рыльца для хорошего оттока желчи, а при гипертонии, наоборот, полезны рыльца.

предрасположенности к полипам обладают люди, у которых идет образование на коже висячих родинок, бородавок. Полипы – считаются доброкачественными образованиями, но хирурги рекомендуют их убрать.

Чистотел – как прижигает бородавки, кондиломы, так и задерживает злокачественные образования. Используют только наземную часть чистотела, собранного во время цветения. Схема приема чистотела при полипах кишечника: 1 курс: 10-15 дней клизма с соком чистотела (1 ч.л. на 1,5-2 л прохладной кипяченой воды с добавлением 0,5 стакана собственной урины. Перерыв 15-20 дней. 2 курс: в клизму добавлять по 1 ст.л. чистотела 10-15 дней (состав с уриной – тот же), перерыв 15-20 дней и еще такой же курс. Одновременно с отторжением полипов вы заметите отторжение бородавок, родинок, папиллом. Во время этих курсов лечения – делать на ночь микроклизмы с таким же раствором (теплым) по 75-100 мл. Внутрь принимать сок чистотела по 20-30 капель на 75-100 мл воды, натощак 2 раза в день.

– А при полипах в желудке?

– Еще (кроме сока чистотела) принимать от 3 до 10 капель 3% перекиси водорода на 30-50 мл воды за 40 мин. до еды или через 1,5-2 часа после. Придерживаться раздельного питания, исключить жареное, жирное, соленое, белый хлеб, кондитерские изделия, крепкий кофе, табак крепкий черный чай. Обязательны: кумыс, простокваша, кисломолочные продукты, нежирное мясо, свиное сало, свекла, морковь, яблоки, абрикосы. Избегайте недостатка йода, т.к. это спровоцирует излишнее брожение и гипоксию (недостаток кислорода в тканях).

Чистотел

– Вы как-то говорили о рецепте с деревенскими куриными яйцами, который помогает наладить работу ЖКТ, который и очищает его, и укрепляет. Напомните его.

– Это общеукрепляющий рецепт для ЖКТ: нужно взять10 куриных (деревенских) яиц (целиком, не разбивать их), 1 кг несоленого сливочного масла, 0,5 кг меда, и 250 мл простокваши. Все смешать, поместить туда яйца, поставить в теплое место до тех пор, пока не растворится скорлупа яичная. Состав принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин. до еды.

– Деревенские яйца сейчас трудно достать, нет ли еще действенного рецепта для очищения?

– Хочу порекомендовать такой рецепт для очистки кишечника, сосудов, избавления от тромбов (противопоказано больным язвой желудка 12– перстной кишки, гастритом): взять 4 крупных лимона, разрезать на дольки, кожуру не снимать, удалить косточки. Почистить чеснок 3-4 головки. Все пропустить через мясорубку, поместить в 3 л банку, залить банку кипяченой водой, закрыть полиэтиленовой крышкой, поставить в теплое место на 2 суток. Процедить, принимать по 50-100 мл до еды, а предварительно, за 30 мин. до приема – выпить стакан горячей кипяченой воды. Пить можно долго, почти без ограничения, особенно осенью и зимой.

МЕТЕОЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ

При быстром повышении атмосферного давления у меня возникает головокружение. В этом случае я сажусь и тихонько кручу головой по часовой стрелке один раз – и обратно. Затем кручусь так же всем телом: по часовой стрелке – и обратно. Делаю так минут 15, и чувствую: стало приятно, головокружения уже и в помине нет.

Т. М., г. Свердловск.

РЕВМАТОИДНЫЙ АРТРИТ

У мужа начался ревматоидный артрит: состояние его за 7 лет заболевания стало страшным – ни встать, ни сесть, ни одеться.

Сабельник
Comarum Palustris L.

Травница дала такой рецепт: 150 г сабельника болотного залить 1,5 л водки, настоять в темном месте 3 недели, процедить. Пить ежедневно по 1 ч.л. 3 раза в день за полчаса до еды, не менее 3-х месяцев. Затем перерыв 1 месяц – и все повторить еще 3 месяца. С первого месяца уменьшились не только боли, но и хруст в суставах.

После 2-х курсов лечение продолжали с перерывами в 2-3 месяца в течение 2,5 лет. Травница сказала, что сабельник – сильнейшее средство от ревматизма, артрита, остеохондроза, переломов костей.

Если настойку применять внутрь по 1 ч.л. в день для профилактики – она восстанавливает силы организма, а зимой спасает от простуд. Настойка снимает боль, если ею просто смазывать суставы не менее 2-х раз в день.

Романенко Оксана, г. Пермь.

ТРЕЩИНЫ В КИШЕЧНИКЕ

Я отвечаю на просьбу читателя (фамилии его не помню), который просил средство для избавления от трещин в толстом кишечнике, кровотечений и сыпи. Мой сосед по даче вылечил своего 30-летнего сына таким средством: сок годовалого лопуха 0,5 л (перетереть все растение – листья и корни) смешать с водкой – 100 г, принимать внутрь по 1 ч.л. 3 раза в день, выпить без перерыва всю смесь. Сок снимает и аллергию, гнойные высыпания, которые всегда появляются на коже во время трещин в кишечнике.

Жаров Олег, г. Ростов-на-Дону.

ВОДЯНКА ЯИЧКА

Хочу предложить всем, кто спрашивал рецепты лечения водянки яичка, старинный деревенский способ. Если яичко распухло от травмы: взять рано утром (от 7 до 8 часов) мочи у больного и делать компрессы на распухшее яичко, смачивая марлю в 4 слоя, сверху прикрыть полиэтиленом и закрепить чем-нибудь теплым. А водянку яичка у подростков лечили домашним куриным яйцом с мочой. Сначала в свежем яйце сделать дырочку и выпустить белок и желток на тарелку. В пустую скорлупку больной должен помочиться. Это яйцо повесить на чердаке на веревке, чтобы оно высохло. Как высохнет – водянка исчезнет. А белок и желток перемешать и поставить компресс на водянку – достаточно одного раза.

Сергеев О., с. Шуйское Вологодской обл.

КУЛИНАРИЯ XIX ВЕКА

Благодарим Марию за предоставленную старинную книгу царских времен «Бабушкины рецепты» 1902 года выпуска. Книга была передана ей по наследству. И теперь наши читатели могут воспользоваться уникальными рецептами кулинарии начала прошлого века. Рецепты интересны и просты в применении. В тексте сохранена оригинальная орфография.

Начало в №48 за 2007 год.

ОВОЩИ

Артишоки

6 артишоковъ большихъ или 8 среднихъ обрѣзать на полпальца снизу, снять 2 ряда первыхъ листьевъ, обчистить ножемъ верхнюю кожицу и положить кипятить въ соленую воду. Узнавать ихъ готовность вязальной иглой. Когда артишоки готовы, игла втыклется въ середину безпрепятственно. Подавать съ масломъ и уксусомъ или подъ бѣлымъ соусомъ.

Пастарнакъ и сладкіе коренья

Нарѣзать длинными, тоненькими пластинками очищенные и вымытые коренья, сварить до мягкости въ водѣ, заправить бѣлымъ соусомъ. Подавать къ котлетамъ или сосискамъ.

Соусъ изъ свеклы

Нашинковать очень тонко хорошей круглой свеклы, посолить и поставить вариться, наливъ весьма небольшое количество воды; когда свекла достаточно упрѣетъ, взять ложку хорошаго сливочнаго масла, смѣшать съ полложкою муки, развести простывшимъ отваромъ отъ свеклы и заправить свеклу, поставивъ ее опять кипѣть, и опустить въ нее кромѣ того 1/4 фунта французскаго чернослива. Когда все хорошенько прокипитъ (на легкомъ огнѣ) и черносливъ будетъ готовъ, заправить крѣпкимъ уксусомъ по вкусу, то есть если уксусъ хорошъ, то достаточно и одной столовой ложки.

Соусомъ обложить говядину и подавать.

Каштаны жаренные въ маслѣ

Извѣстно, что самая лучшая начинка къ индѣйкѣ это каштаны. Къ каждой домашней птицѣ, въ особенности къ уткамъ, индѣйкамъ и каплунамъ подаются каштаны отдѣльно приготовленныя, и обкладываютъ ими жаркое на блюдѣ. На одну утку или каплуна берется 1 фунтъ, а на индюшку отъ 2-3 фунтовъ свѣжихъ каштановъ; положить ихъ въ холодную воду и не накрывая варить какъ картофель, посолить немного, когда будутъ вариться пробовать, готовы ли, слѣдующимъ образомъ: когда кожа легко сходитъ и сами каштаны мягкіе, то слить воду, снять осторожно кожу и на фунтъ каштановъ взять четверть фунта свѣжаго несоленаго масла, распустить его въ кастрюлѣ, положить въ него очищенные каштаны, четверть фунта толченаго сахару, вымѣшать хорошо, поставить на нѣбольшой огонь на 10 минутъ, мѣшая постоянно, и обложить ими жаркое.

Соусъ изъ сморчковъ

Тщательно промыть сморчки въ холодной водѣ, опустить ихъ въ соленый кипятокъ, прокипятить 2 раза на сильномъ огнѣ, откинуть на рѣшето, облить нѣсколько разъ холодной водой, дать хорошенько стечь. Сложить сморчки въ кастрюли, въ 1/2 ф. растопленнаго масла, жарить до полной мягкости (часа 2), смотрѣть, чтобъ не пригорало. Отдѣльно взять съ 1/2 ложки муки, столько же масла, поджарить слегка, развести бульономъ - стакана 2, прокипятить, сложить сюда готовые сморчки (безъ масла), поставить въ духовую печь, минутъ за 5 до подачи влить 1 стаканъ хорошей сметаны, подержать еще въ печи, подавать. Недожаренные грибы вредны, пѣрежареные - сухи, не вкусны.

Жареные сушеные грибы

Сварить въ водѣ сушеные березовики или бѣлые боровики. Когда будутъ мягки, нарѣзать ихъ или изрубить, посолить, поджарить немного на сковородѣ, съ 1-2 луковицами въ чухонскомъ маслѣ, заправить сметаной, какъ свѣжіе грибы.

Грибы свѣжіе

Начистить двѣ глубокія тарелки красныхъ и бѣлыхъ боровиковъ или березовиковъ, или масленниковъ, или рыжиковъ, или всякихъ грибовъ вмѣстѣ; нарѣзать ихъ маленькими кусочками; хорошенько вымыть, дать стечь водѣ и положить на сковороду съ 1-2 луковицами, мелко нарѣзанными. Когда хорошо прокипятъ, положить 1 ложку масла, дать еще вскипѣть и затѣмъ вылить на грибы 1/2 стакана сметаны, размѣшать, посолить, прибавить перца и, когда сметана получитъ сѣрый цвѣтъ, снять грибы съ плиты. Не допускать, чтобы сметана замаслилась.

Сушка грибовъ

Обыкновенно покупаемые нами сушѣные грибы не имѣютъ натуральнаго вкуса свѣжихъ грибовъ, потому что томятся и пересушиваются въ печи крестьянами, приготовляющими ихъ въ прокъ. Намъ сообщаютъ о слѣдующемъ хорошемъ способѣ приготовленія сушѣныхъ грибовъ. Отобравъ хорошіе екземпляры и отрѣзавъ нижнюю часть корешка, нанизываютъ шляпки на крѣпкія нитки такимъ образомъ, чтобы онѣ не касались другъ друга; затѣмъ, развѣшиваютъ такія гирлянды грибовъ по чердаку или подъ крышей сарая, хорошо провѣтриваля; здѣсь грибы въ теченіе 2-3 недѣль хорошо высыхаютъ; затѣмъ уже перенизываютъ ихъ плотно на нитки. Такъ высушенные грибы, будучи приготовлены въ соусѣ или супѣ, имѣютъ ароматъ и вкусъ свѣжихъ.

Продолжение следует...

АПТЕКА
ГРИБНАЯ АПТЕКА

ПЕЧЕНЬ – ФИЛЬТР, КОТОРЫЙ НУЖНО ДЕРЖАТЬ ЧИСТЫМ

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 в последнее время у все большего и большего 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.

«Грибное очищение» печени на сегодняшний день одно из самых эффективных и безопасных. Эта безопасность достигается за счет минимальных доз приема грибов, которые не травмируют ни саму печень, ни желчные протоки.

Результаты видны через неделю: 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!

Итак, методика очищения печени совсем не сложная и ее вполне абсолютно безбоязненно можно провести в домашних условиях, она основана на комплексном применении 3 грибов: шиитаке, трутовика лиственничного, лисичек.

В настоящее время в целях удобства для потребителей разработана система очищения печени «АКУРА», в состав которой входят вышеперечисленные целебные грибы.

Для получения индивидуальных бесплатных рекомендаций по использованию целебных грибов Вы можете обращаться в Центры фунготерапии Филипповой И.А.

Наш адрес:

г. Москва, м. ПОЛЕЖАЕВСКАЯ, Хорошевское шоссе, д. 68, корп. 5, м. СВИБЛОВО, проезд Нансена, д. 6, корп. 3. Тел. (495)941-3010, 656-6176.

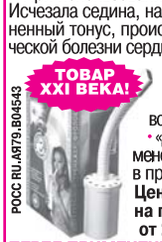
г. Санкт–Петербург. Тел. (812)703-0644, 717-1711

www.fungomoscow.ru

А ВЫ ХОТИТЕ ПРОЖИТЬ БОЛЬШЕ 120 ЛЕТ?

Ученые всего мира пытаются найти универсальный и доступный способ омоложения организма и защиты от болезней. Многие из них успешно применяют методики оздоровительного дыхания. На основе огромной научной и практической работы российскому изобретателю В.Фролову удалось разработать новую модель дыхательного тренажера, который позволяет успешно лечить болезни и укреплять здоровье.

При использовании тренажера наблюдалось улучшение работы ВСЕХ органов человека! Исчезала седина, начинали расти волосы, повышалась работоспособность, улучшался жизненный тонус, происходило омоложение организма. • Тренажер рекомендован при ишемической болезни сердца, после инфаркта, инсульта, при гипертонии, атеросклерозе, астме, сахарном диабете, язвах ЖКТ, простатите, остеохондрозе, ослабленном иммунитете и т. д. • Всего после 20 минут простых занятий на тренажере Фролова в день в течение 2 месяцев, открывалось «второе» дыхание, возвращалось отличное настроение, здоровый сон, прекрасное самочувствие. • «Дыхательный тренажер Фролова»® рекомендован Минздравом РФ для применения в клинической практике как медицинский прибор. Он настолько прост в применении, что им могут пользоваться даже дети дошкольного возраста.



РОСС RU.A979.B04543

Цена с оплатой при получении на почте - 995 руб.,при заказе от 2 шт.- цена 920 руб. за шт.

ЖИВИ И МОЛОДЕЙ!!!

ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМИ.

Хотите быть на что пьёте 100% уверены, сок?

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

Хорошая привычка быть здоровым!

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

РОСС RU.ME91.B00790

Цена с оплатой при получении на почте-2998 руб. Гарантия - 1 год.

ВПЕРВЫЕ СУШИМ БЕЗ ПРОБЛЕМ!

Кому не знакомы духота, грязь, копоть, длительные ожидания во время сушки грибов и ягод на зиму? Кто не мечтал о легкой, не требующей усилий и внимания, заготовки продуктов впрок? Теперь мы можем исполнить ваше желание! Предлагаем вам **легкую** (3,5 кг), **компактную** (305x300 мм) и одновременно **вместительную** (3 кг) сушилку для любых трав, грибов, ягод, корнеплодов, фруктов, пряностей, и др. Процесс сушки, в отличие от обычного способа, идет не только быстрее (от 0.5 ч), качественнее (полностью сохраняются вкус и витамины в продукте), но и с дополнительным **стерилизующим эффектом**, при невысокой температуре (30-70°С) «без поджаривания» (благодаря чему заготовки могут храниться длительное время), и даже не требует утомительного переворачивания продуктов!

РОСС RU. ME91. B00791

СОХРАНИМ ЗАПАСЫ БЕЗ ПОТЕРЬ!

Цена - 2250 руб. с оплатой при получении.

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.

ГАРАНТИЯ 3 ГОДА

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. -1990 руб.
цена от 2 шт.- 1940 руб. за шт.

СПБ № ССПБ. RU.УП001. B.04798

ИСПОЛЬЗУЕТСЯ МЧС РОССИИ!

ПОКУПАЯ У НАС, ВЫ ЗАЩИЩЕНЫ ОТ ПОДДЕЛОК!

КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ ДОСТАВКИ ГАРАНТИРОВАНА!

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.
Теперь и для жителей Украины: 8-067-67-666-77
Дополнительный почтовый сбор 6% от стоимости товара.

ДОСТАВКА ПО РОССИИ БЕСПЛАТНО!

www.ksin.ru

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

ПОБЕДИТЬ РИНИТ

Хочу поделиться методом лечения вазомоторного ринита. Им успешно вылечилась моя подруга.

Сам процесс лечения таков: нужно лечь спиной на ровную твердую поверхность и вытянуть руки вдоль туловища. Голову держать ровно, ничего под нее не подкладывать. Приняв правильную позу, вдохните поглубже, выпячивая при этом живот, задержите дыхание и сосчитайте в уме до 10. После этого медленно начинайте выдыхать воздух. Выдыхайте аж до втягивания диафрагмы. Выдержите, сколько сможете не дышать, а затем снова вдохните воздух и сосчитайте до 10. И так дышите 15 минут. Вдыхайте и выдыхайте медленно. Не дышите как можно дольше. Такая задержка углекислого газа делает свое дело – начинает выделяться слизь. Поэтому нужно запастись носовым платком. Дышать надо через нос. Делать такую процедуру 4 раза в день. Вскоре вы забудете о надоедливом рините.

Н.С.Швец.

ОСЛАБЛЕННЫМ И АНЕМИЧНЫМ БОЛЬНЫМ

Как общеукрепляющее и омолаживающее средство при анемии (малокровии), а также при колитах принимают такой настой. 200 г меда и 50 г перги смешать с 4 стаканами кипяченой воды, настоять несколько дней при комнатной температуре до начала ферментации и пить без нормы.

Помогает при анемии и такое средство. Смешать по весу 3 части крапивы двудомной, 1 часть цветочной пыльцы, 2 части меда и принимать по 1 ч.л. смеси 3 раза в день.

Больным малокровием, ожирением, желтухой, туберкулезом, а также при запорах, почечных отеках и для профилактики образования камней в желчном пузыре полезно 3-5 раз в день съедать по 50-100 г вареной тыквы.

Ослабленным и анемичным больным полезно есть варенье из одуванчика. В 6-7 часов нарвите цветков растения и начинайте готовить это вкусное лекарство. В 900 мл воды поместите 100 г сырья, 2-3 дольки лимона без кожуры и кипятите на медленном огне 40-50 минут. Процедите, добавьте 1 кг сахара и кипятите еще 60-80 минут. Приятного аппетита!

В.Л., Псков.

БАБУШКИНЫ СОВЕТЫ

Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Хочу поделиться рецептами моей бабушки.

При заболеваниях почек, особенно при мочекаменной болезни, как средство, дезинфицирующее мочевые пути и мочегонное, очень широко применялся отвар листьев брусники. Кроме того, этим отваром лечили подагру, начальные стадии сахарного диабета. Столовую ложку измельченных листьев заливают стаканом воды и кипятят 10 минут. Принимают по столовой ложке 3-4 раза в день.

При экземе в качестве наружного средства используют бальзам: 200 г плодов шиповника, 100 г сушеной крапивы, зеленую скорлупу двух грецких орехов варить 10 минут в 0,5 литра воды. Настаивать сутки. Процедить. 2 ст. ложки настойки смешать со свежим творогом и пчелиным медом (50 г творога на 50 г меда). Полученный бальзам держать на пораженных местах по 20 минут 3 раза в день.

При сильной слабости и истощении помогает следующая смесь: пропустить через мясорубку 4 лимона с кожурой, добавить 200 г сока, выжатого из свежих лимонов, 200 г оливкового масла, 15 г готовых аптечных настоев валерианы и боярышника, 1 г камфары и 15 капель масла мяты перечной. Все тщательно перемешать и принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день до еды.

При желчекаменной болезни и заболеваниях желчевыводящих путей: бессмертник песчаный (цветки) – 10 г, кукурузные столбики с рыльцами – 10 г, ромашка аптечная (цветки) – 10 г, одуванчик лекарственный (корень) – 10 г, фенхель обыкновенный (плоды) – 10 г, полынь горькая (трава) – 10 г, календула лекарственная (цветки) – 10 г, пижма обыкновенная (цветки) – 10 г, мята перечная (трава) – 10 г, чистотел большой (трава) – 10 г. 2 столовые ложки смеси залить 500 мл кипятка, настаивать 40 минут. Принимать по 1/3–1/2 стакана настоя за 30 минут до еды 3 раза в день.

Ромашка

Привычные хронические головные боли, носящие различный характер и поражающие различные места головы: то всю голову, то виски, то лоб, а иногда даже кожу, указывают на чрезвычайную общую нервность больного. Ему нужны покой, отдых, укрепляющие средства. Например, разбить яйцо в чашку, смешать и залить почти кипящим молоком, интенсивно помешивая. Если принимать это каждый день, то можно постепенно совсем избавиться от постоянных головных болей. При упорной, постоянной головной боли всей головы смочить носки, выжать, надеть их на ночь. Сверху надеть еще пару сухих носков и так спать, укутав ноги теплым одеялом. 7 дней таких процедур и боли прекратятся. Предупреждающее средство от всех видов головных болей – выпивать каждый день натощак стакан молочной сыворотки или простокваши. Головные боли снимаются при ежедневном употреблении сыра, орехов, изюма.

Вы беспокоитесь о своей фигуре? В чем же причина быстрого набора веса? Нерациональное питание и, главным образом, злоупотребление сладостями.

Милые дамы, избавьтесь от привычки поглощать в чудовищных количествах шоколадки, конфеты, «сникерсы», которыми вас потчуют подруги, родители и не в последнюю очередь ваши поклонники, которые, не утруждая себя размышлениями о том, что полезно, а что вредно, угощают вас всем этим по поводу и без повода. Одна шоколадная конфета содержит столько ненужных, «пустых» калорий, что для их сжигания требуется порядка 10 минут бега трусцой.

Для приготовления зверобойного масла полстакана свежих цветов и листьев зверобоя настоять на стакане миндального или подсолнечного масла в течение трех недель. Отжать, процедить. Хранить в прохладном месте.

Применяется зверобойное масло при ожогах (радикальное средство), незаживающих ранах и язвах, нарывах, гнойных воспалениях слизистой оболочки рта, им смазывают высыпания на теле.

Лапшева Ю.П., г. Пенза.

НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА

КАКИМ ДОЛЖЕН БЫТЬ ШОКОЛАД?

О том, что съеденный кусочек шоколада улучшает настроение и повышает тонус, известно всем. Только вот выбирать его надо осторожно, со знанием дела, потому как не все шоколадки полезны.

Шоколадом называется кондитерское изделие, изготовленное на основе какао-масла. Именно масло, а не какао-порошок, придает шоколаду аромат и вкус.

В состав настоящего шоколада обязательно должны входить и, соответственно, быть указаны на упаковке, 4 основных компонента: масло какао, какао тертое, сахарная пудра, лецитин.

Какао-бобы

Шоколад бывает:

– **десертный**. Высшая степень измельчения, буквально тает во рту, вкус изысканный – горько-сладкий. Ломается с характерным звонким звуком;

– **обыкновенный**. Вкус сладко-горький;

– **белый.** Готовится без какао тертого;

– **кондитерская плитка.** Наряду с маслом какао в состав входят жиры;

– **сладкая плитка**. Масла какао нет, только жиры, по вкусу оба вида плиток просто сладкие.

На упаковке каждого товара обязательно должен быть указан полный состав компонентов продукта

Чем отличается настоящий шоколад от поддельного:

Настоящий шоколад ломается с сухим треском и не тянется.

Если положить небольшой кусочек шоколада на язык, он моментально растает, потому что какао-масло тает уже при температуре +32°С, чего не происходит в том случае, если какао-масло заменено жирами.

Шоколад называют горьким, если какао больше 50%, и черным – если около 40%. Молочный шоколад хорош при содержании какао 35-40% и непременном наличии натуральной ванили.

На вид хороший шоколад должен быть однородным по цвету, гладким и блестящим.

Информация о товаре на этикетке (состав, масса, адрес производителя и т.п.) должна быть на русском языке. Кроме того, этикетка должна быть без орфографических ошибок.

Обратите внимание на цену: если она значительно ниже цены на аналогичные изделия других фирм, и содержание какао-продуктов на обертке не обозначено, – на высокое качество такого продукта надеяться бесполезно.

Деформацию плитки или следы подтеков можно определить, взяв ее в руки.

Проверьте дату производства и срок реализации: зарубежные производители гарантируют качество в течение года, большинство отечественных – в течение 3-6 месяцев.

Консервантов допускается не более 5% от общего состава шоколада. Все названия консервантов (сорбиновая кислота, сорбат кальция, сорбитол и другие) должны указываться на этикетке товара. Если они описаны одним словом «добавки», будьте с таким шоколадом осторожны.

Шоколад – продукт нежный, он легко поглощает посторонние запахи и теряет приятный аромат, очень чувствителен к переменам температуры и влажности воздуха. От длительного хранения в холодильнике может покрыться белым налетом.

АНАНАС ДЛЯ НАС

У свежего ананаса должна быть густая зеленая ботва. Дерните за один листик. Легко ли он выдернулся? Если да, то это означает, что фрукт спелый. От цены зависит качество. Дорогие ананасы собраны спелыми и доставлены в короткие сроки самолетом. Ананасы по более низкой цене собраны недозрелыми и доставлялись морским транспортом, дозревая в пути. Поэтому у них нет сладкого специфического аромата.

Похлопайте по ананасу ладонью. Если звук глухой, значит фрукт в меру зрелый, если ананас издает «пустой» звук, значит он перезрел и «усох».

Внутренности зрелого ананаса яркого желто-золотистого цвета. Более бледный фрукт незрелый.

Корка ананаса должна быть плотной и упругой. Зеленая корка вовсе не означает, что фрукт не дозрел, а вот если вы видите на корке темные пятна, не берите этот фрукт – он перезрел и начал портиться.

Разрезанный спелый ананас источает легкий приятный аромат. Более интенсивный запах свидетельствует о том, что фрукт перезрел и начал бродить.

Хранить неразрезанный ананас нужно только при комнатной температуре. При низкой температуре он теряет свой аромат.

СЛИВОЧНОЕ МАСЛО

Цвет масла должен быть желтым. Причем в зависимости от времени года оно свою окраску меняет: летом – ярко-солнечного цвета, зимой – светло-желтое. Но ни в коем случае не белое. Все дело в каротине – в холодное время года его в молоке больше. Вот только проверить качество масла можно, лишь попробовав его. Таким образом, если каждый раз брать товар разных производителей, то с шестой-седьмой попытки можно купить настоящее масло.

На настоящем масле стоит надпись ГОСТ 37-91

СОВЕТЫ НАШЕГО ВРЕМЕНИ

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

ОВОЩИ И ФРУКТЫ

Отрезанная половинка лука не потеряет своих вкусовых качеств, если ее смазать на срезе маргарином.

Начатая луковица останется свежей, если ее положить срезом на тарелку, посыпанную солью.

Если вымытую зелень плотно завернуть в фольгу и положить в морозильную камеру, она будет свежей 2-3 месяца. Причем в отличие от сушеной или засоленной совершенно не изменит своего запаха и вкуса.

Увядшую зелень можно освежить, положив ее на час в слегка подкисленную уксусом холодную воду.

Зелень петрушки и сельдерея нужно резать, а не рубить – при рубке она теряет сок, аромат и вкус.

ОБО ВСЕМ

Чтобы молоко долго не прокисало, надо прокипятить его с добавлением сахара (1 чайная ложка на литр).

Масло и жирные продукты нельзя держать в полиэтилене – они быстро портятся и могут приобрести неприятный запах.

Привкус прогорклости можно удалить, нагревая масло или жир вместе с кусочками лука.

Чтобы рис получился белым и не склеивался после варки, нужно добавить в воду 0,5 чайной ложки лимонного сока.

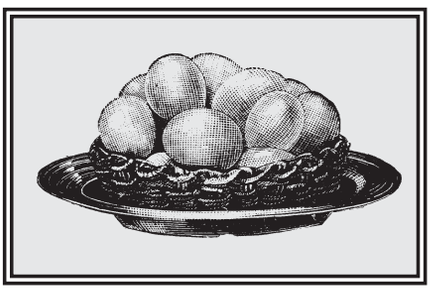
Чтобы муравьи не попали в сахар, мед или варенье, надо смазать края банки подсолнечным маслом.

Достаточно натереть чесноком салатницу, чтобы все блюдо приобрело приятный чесночный запах.

Чтобы вареное вкрутую яйцо нарезать аккуратными тонкими ломтиками, нужно смочить нож в холодной воде – желток не будет крошиться.

Сваренное несколько дней назад яйцо будет казаться только что приготовленным, если опустить его на 15-20 с. в кипяток.

Яичница, поджаренная на слабом огне, вкуснее той, что жарилась на сильном.



Если при тушении кислой капусты или варке щей добавить в кастрюлю 1-2 столовые ложки яблочного сока или компота из сухофруктов, неприятный запах кислой капусты исчезнет.

Кушанье при варке не убежит из кастрюли, если смазать ее края жиром.

Лимоны можно хорошо хранить в банке, на дно которой насыпан слой соли.

Придать винегрету особенный вкус можно, добавив столовую ложку молока с чайной ложкой сахара.

Вкус горчицы значительно улучшится, если в нее добавить немного меда.

Горчица, разведенная молоком, дольше сохраняется и не сохнет.

Остаток засохшей горчицы можно «возродить», добавив щепотку соли и ложечку уксуса.

Если сушеные грибы подержать несколько часов в чуть подсоленном молоке, они станут как свежие.

Чтобы молоко быстрее вскипело, не пригорело и сохранялось дольше, на дно кастрюли нужно положить кусочек сахара.

Пересоленный суп можно спасти, добавив в него картошки и/или риса, которые впитают соль.

Если засохший сыр положить в кислое молоко, он станет мягким и свежим.

Сыр не засохнет, если держать его целым куском в закрытой посуде, куда положен кусочек сахара.

Старым грецким орехам можно вернуть свежесть, если опустить их целиком с кожурой на 5-6 дней в слегка подсоленную воду.

Орехи легко очистятся от скорлупы, если их несколько минут подержать в горячей духовке.

Сливки собьются в пену быстрее, если добавить в них немножко нежирной сметаны.

УБОРКА

Протирать зеркала можно ватой, смоченной в одеколоне или спирте (водке). Можно использовать холодную воду с примесью бельевой синьки – это придаст зеркалу приятный блеск. Для той же цели подойдет разбавленный настой чая.

Пожелтевшую эмалированную ванну рекомендуется чистить солью с уксусом.

Кафельные плитки в ванной рекомендуется протирать уксусом с водой (1:5). Можно использовать мыльный раствор с добавлением нашатыря.

То, что покрашено светлой масляной или эмалевой краской, рекомендуется мыть водой без мыла и соды (они делают краску тусклой). К воде можно добавить нашатырный спирт (чайную ложку на литр) – он удаляет грязь и придает блеск. После мытья нужно протереть сухой тряпкой, чтобы не появились желтые пятна и затеки.

Новая метла, швабра, веник дольше прослужат, если перед употреблением вымочить их в горячей мыльной воде.

БОЛЬ ЛЮДСКАЯ

Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Обожаю и люблю вашу газету. Очень люблю все русское, народное. Сколько вокруг нас прекрасного, а мы просто не знаем и не пользуемся.

Очень прошу помочь в моей беде через вашу газету. Умоляю, посоветуйте, что принимать, как себе помочь. Наблюдаюсь давно у врачей, уже 15 лет, но результатов нет. Обострение происходят обычно осенью, весной и на полнолуние. Электроэнцефалограмму головного мозга делала несколько раз, и была даже в клинике в Москве. Врачи отмечают, что головной мозг в порядке. До сих пор мой врач не может понять, что происходит со мной. Со мной бывают приступы потери сознания. Живу, хожу, все делаю правильно и вдруг резко внутри, как будто бы взрыв, отключается сознание, длится все недолго 1-2 минуты и во время этого действия правильные, и когда все видят, моя мама и говорит мне об этом. После этого нет головной боли и веду себя так, как будто ничего не было, многие мне не верят, даже один врач сказал, хватит притворяться.

Вот в сентябре было что-то невероятное. Произошло несколько приступов, я считаю много. И я очень обеспокоена. Все таблетки, которые мне выписывают, не помогают. Как себе помочь, не знаю, консультации никто не дает. Помогите через «Бабушкины рецепты», может, кто знает, что делать.

Еще у меня в жизни было много стрессовых ситуаций и сейчас идет климакс, может быть, с этим что-то связано. Я и к психиатрам обратилась. Лечение проведут, но все лечение стоит на успокаивающих препаратах. И еще с мужем была в Африке, в народной республике Мозамбик, это связано со службой в армии. Может, это повлияло на мое состояние? Климат другой и много переживаний.

Помогите, умоляю и прошу. Мне 55 лет, живу нормально. Но пенсия – копейки.

Очень жду ответа.

Кувалдина А.А. 457103, г. Троицк Челябинской обл., Ловчикова, 2а-47.

Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Убедительно прошу вас, может быть в ваших материалах есть рецепты о том, как лечить рожу. Врачи бессильны, говорят, ищите бабку. Где я ее возьму? В нашей округе нет такого знахаря. Страдаю несколько лет. Рожа обеих ног, хожу с трудом. Кроме того, у мужа был инсульт, отнялись ноги, пролежал в больнице 14 дней, толку никакого. Что делать, куда обратиться с нашей бедой? Помогите советом.

С надеждой жду ваших сообщений. Здоровья вам, удачи, взаимопонимания с окружающим миром и финансового благополучия.

Ковчик Римма Александровна. 113722, Московская обл., Красногорский р-он, пос. Мечникова, 7-6.

Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Пишет вам Галина. Мне 27 лет. Пожалуйста, помогите вылечить внутричерепное давление. Голова просто сходит с ума.

Прошу, откликнитесь те, кто знает про это заболевание, и как его лечить. Лекарства и уколы не помогают.

Умоляю, помогите. У меня ребенок. Я даже не могу пойти на работу. Мы с мужем хотим второго ребенка, но из-за моего заболевания пока это невозможно.

111395, г. Москва, ул. Красный Казанец, 3-2-143. Давыдовой Галине.

ОДЫШКА ИСЧЕЗНЕТ

Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! В этом году напала на меня одышка. Пришла ко мне знакомая и говорит:

– Разве ты не знаешь, что одышка лечится «Тройным» одеколоном?

Купила я 3 бутылочки одеколона и начала пить по 1 ч.л. 3 раза в день, хорошо запивая водой. Моя одышка исчезла.

Дмитриева Л., Московская область.

ПОБЕДИТЬ БОЛЕЗНИ СМОГ ЛИШЬ КАРТОФЕЛЬНЫЙ РОСТОК

Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Спасибо за прекрасные рецепты, за то, что, читая газету, каждый человек может получить ценный совет. Хочу помочь людям, страдающим от приступов удушья.

Этот рецепт мы узнали от знакомого моей мамы, который много лет страдал от этой болезни. Удушье наступало при ходьбе, физической нагрузке, в спокойном состоянии и даже в постели. Кроме приступов удушья, его беспокоили бесконечные простудные заболевания, боли в области сердца, герпес, гипертония. Дошло до того, что на лекарства не хватало никаких средств. И тогда он решился испробовать один метод.

В марте стал обламывать с картофеля ростки. Потом хорошо просушил их на солнце до ломкости. Когда они пожелтели (если почернеют, тоже можно использовать), помял их толкушкой и высыпал в полулитровую банку, примерно полбанки (можно и больше), залил 70° спиртом, настоял 10 дней и начал принимать по такой схеме:

1 день: 1 капля утром, 1 капля в обед, 1 капля вечером;

2 день: 2 капли утром, 2 капли в обед, 2 капли вечером;

3 день: 3 капли утром, 3 капли в обед, 3 капли вечером.

И так до 25 капель за один прием. В сутки получается 75 капель. На 26 день нужно уже снижать дозу, то есть пить по 24 капли за прием, на 27 день – по 23 и так далее, уменьшая до одной. На 51 день опять по 2 капли, и так опять по нарастающей до 25 капель за прием 3 раза в день до полного выздоровления.

Нельзя прекращать лечение сразу, если полегчает, нужно довести до 1 капли. На 15 капель настойки нужно брать 150 г воды, свыше 15 капель – 200 г воды. Пить до еды.

Пролечившись всего 15 дней, Василий почувствовал, что ему уже не нужен ингалятор и что он может обходиться без таблеток. Но все же довел курс до конца.

После этого он избавился не только от удушья, но и от всех остальных болезней, в том числе и от герпеса.

С тех пор прошло более трех лет. Он нормально дышит, не жалуется на сердце и на повышенное давление. Его организм стал стойким к простудам. При появлении покраснения или болевой точки на теле он сразу смазывает эти места настойкой картофельных ростков, и все быстро проходит.

Москаленко А., г. Армавир.