

# «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, хлопчет 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

## СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

**ВНИМАНИЕ!**  
ПОДПИСКА НА 2010 ГОД! .....1

ЧАЙ ИЗ ОСИНЫ .....1

КАК УВЕЛИЧИТЬ ГРУДЬ? .....2

РАСТВОРЯЕМ КАМНИ В ПОЧКАХ .....2

УСПОКАИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ .....2

ДОБРЫЕ СОВЕТЫ .....3

ЛЕЧЕНИЕ ВИТИЛИГО .....3

ОБЪЯВЛЕНИЕ .....3

СТАРИННЫЕ БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ .....4

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ  
ОНКОЛОГИЧЕСКИМ БОЛЬНЫМ .....6

РЕЦЕПТЫ ОТ ЦЕЛИТЕЛЯ .....6

«ПАДУЧАЯ» НАПАСТЬ .....7

МЕТОДИКА КОМПЛЕКСНОГО ЛЕЧЕНИЯ  
ПРОСТАТИТА-АДЕНОМЫ .....8

10 МИФОВ  
О ЗДОРОВОМ ПИТАНИИ .....10

ЛЕЧИТ РЯБИНА .....11

НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА.  
ЧЕМ ОНИ ВРЕДНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ? .....11

ПИОН – БЕССМЕРТНЫЙ КОРЕНЬ .....12

ПЕЧЕНЬ НЕ ТАБЛЕТКАМИ ЛЕЧИМ .....14

СКАНВОРД .....14

ЧЕМ ЗАЕСТЬ ИКОТУ? .....15

ОТЕКАЮТ НОГИ .....15

ЕСЛИ КРУЖИТСЯ ГОЛОВА .....15

### БОЖИЙ ДАР В ПОМОЩЬ КАЖДОМУ

*«Мой сын после службы в армии стал сильно пить. Пьяный делался агрессивным и не понимал, что творит. Обращалась ко многим и пролила немало слёз, но сын всё равно запивался, даже уносил вещи из дома за бутылку. Соседи посоветовали написать Андрею Валерьевичу. Сейчас мой сын не пьёт, женился, стал хорошим семьянином и добрым отцом... Семёнова З. Т. г. Магнитогорск».*

Андрей Валерьевич Шехурдин - Потомственный мастер, обладающий редкими знаниями и уникальным врождённым Даром. Милостью Божьей, он от чистого сердца поможет по фотографии избавиться от пьянства, недугов, лишнего веса, одиночества, порчи. Восстановит мир в семье и вернёт любимого человека, откроет будущее и заговорит на удачу во всём.

Просто напишите о своей беде — и результат не заставит себя ждать.

От Вас: фото + конверт с о/а. Ответу всем. *Храни Вас Господь!*

610007, г. Киров - 7, а / я 611, Шехурдину Андрею Валерьевичу.

ЧИТАЙТЕ В № 40  
СОДЕРЖАНИЕ ТИРАЖНОГО НОМЕРА МОЖЕТ ОТЛИЧАТЬСЯ ОТ АНОНСИРОВАННОГО



**Советы от всех билетиков**

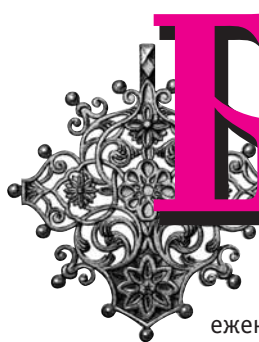
## Бабушкины рецепты

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- целители в вашем саду
- помогает яблочный уксус
- если у вас гастрит
- исцеляющие руки
- нелюбимая косточка

## Ждем интересных материалов. Поделитесь опытом!

<p>Редакция не несет ответственности за содержание рецептов, присланных читателями. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Мнение редакции может не совпадать с мнением автора публикации.</p> <p>Редакция оставляет за собой право по своему усмотрению публиковать и редактировать письма и присылаемые в адрес газеты материалы (в частности, в отношении объема текста, лексики, грамматики, явных неточностей, а также личных персональных данных), если они не сопровождаются конкретными указаниями по их использованию.</p> <p>Предупреждаем, что газета не является учебником по медицине и пособием по лечению болезней. Прежде чем воспользоваться рецептом или рекомендацией из нашей газеты, проконсультируйтесь с лечащим врачом! Доброго вам здоровья!</p> <p>Пожалуйста, обратите внимание на то, чтобы ваши письма были написаны разборчивым почерком. Особенно это касается диагноза, названия принимаемых лекарств, трав, а также ваших персональных данных (имени, адреса и т.д.). Помните, речь идет о здоровье!</p>		<p>Газета «БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ».</p> <p>Выпуск №39(395). 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>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>Дизайн: А.Борисов. © 2002-2006, e-mail: aart_bor@rambler.ru</p> <p>Подписано в печать 20.09.2009</p> <p>Сдано в печать 20.09.2009</p> <p>Учредитель: ООО «НМ-Пресс».</p> <p>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>ISSN 1811-9492</p>  <p>9 771811 949000</p>	<p>09039</p>  <p>&gt;</p>	<p>Внимание! Газета «Бабушкины рецепты» ждет Ваших писем. Каждый материал должен быть основан на конкретных жизненных примерах и давать полное представление о том, как можно избавиться от недуга. Пишите нам: 121354, г. Москва, а/я 299, Бондаревой Н.Н.</p> <p>Материалы, опубликованные в газете «Бабушкины рецепты», защищаются Законом РФ об авторском праве. Полное или частичное воспроизведение или размножение каким бы то ни было способом этих материалов допускается только с письменного разрешения издательства. Рукописи, письма и фотографии не рецензируются и не возвращаются.</p>	<p>Отпечатано в ОАО «ЧПК», г. Чехов Московской обл. ул. Полиграфистов д. 1. Цена свободная</p>



# Бабушкины рецепты

еженедельная газета. издается с 2002 года

«лечить нас все же бабушки умели»

## ВНИМАНИЕ! ПОДПИСКА НА 2010 ГОД!

Обращаем Ваше внимание, что подписка на нашу газету на 2010 год осуществляется с 1 сентября 2009 года во всех почтовых отделениях только через каталог «МАП» российской прессы «Почта России».

**1) газета «Бабушкины рецепты»:**  
полугодовой индекс – 24240  
годовой индекс – 60276


**2) газета «Чудесные исцеления и целительные чудеса»:**  
полугодовой индекс – 24241,  
годовой индекс – 60278.

Для подписавшихся на комплект «Бабушкины рецепты» плюс «Чудесные исцеления и целительные чудеса» подписка будет ДЕШЕВЛЕ!

**Полугодовая подписка на комплект (индекс – 16821).**

**Годовая подписка на комплект (индекс – 10767).**

## ЧАЙ ИЗ ОСИНЫ

 **Уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»!** Хочу поделиться одним хорошим старинным рецептом.

С лечебной целью используют осино-вые почки, листья и кору молодых ветвей. Почки и кору заготавливают весной, листья – в мае-июне.

Препараты осины обладают противовоспалительным, антисептическим, обезболивающим и ранозаживляющим действием. Способствуют быстрому отхождению слизи, убивая бактерии, которые ее образуют.

Что касается коры осины, то рекомендуется использовать ее внутреннюю (белую) часть: 1 ст.л. измельченной коры осины залить стаканом кипятка, варить 5 мин. на слабом огне, настаивать 2 часа. Принимать по 1-2 ст.л. за 20 мин. до еды 3 раза в день.

Можно принимать и чай из коры

осины, но дозировку в этом случае следует определять самостоятельно – начиная с небольших количеств.

Я вылечила гайморит, пила чай и промывала гайморовы пазухи раствором. Желаю всем здоровья!

Владивосток, Телепайлова Н. Я.



## СЕГОДНЯ

### В НОМЕРЕ:

- **растворяем камни в почках**
- **старинные бабушкины рецепты**
- **«падучая» напасть**
- **мифы о питании**
- **пион – бессмертный корень**

**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.**

**Подписные индексы: каталог «Газеты, Журналы» Агентства Роспечать – 19898,**

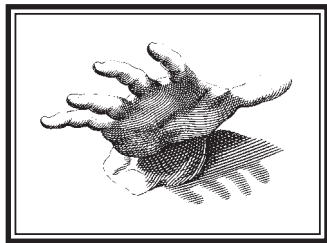
**каталог «МАП» Каталог Российской прессы «Почты России» – 24240, «Объединенный каталог Пресса России. Газеты, журналы» – 19898.**



## УСПОКАИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Прийти в себя после нелегкого трудового дня, снять напряжение в позвоночнике, расслабить нервную систему поможет такое упражнение. Сядьте поудобнее, спину держите прямо, ступни ног поставьте параллельно друг другу, не отрывайте их от пола. Колени слегка раздвиньте.

Положите левую руку на запястье правой, а правую – под левое запястье с тыльной стороны. Вытяните руки вперед на уровне плеч. Переместите руки влево, одновременно поворачивая голову в ту же сторону, как будто слева вы что-то внимательно рассматриваете.



Замрите на несколько секунд в такой позе, затем вернитесь в исходное положение. Аналогичным образом выполните поворот вправо. После этого, встав на колени, сядьте на пятки.

Крепко сцепите пальцы в замок, сделайте выдох, вытяните руки над головой ладонями кверху. Сделайте несколько вдохов и выдохов в таком положении. Заведите руки за спину. Сцепите пальцы ладонями наружу. Сидите прямо. Расслабьте плечи и толчком пошлите руки от нижней части спины. Задержитесь на несколько секунд в таком положении. Дышите ровно.

Вытяните ноги прямо перед собой. Тяните корпус вверх и вперед, медленно наклоняясь к ногам. Задержитесь в этой позе на полминуты. Сделайте несколько глубоких вдохов, а затем медленно вставайте, согнув колени. Встаньте, потянитесь и сделайте еще несколько глубоких, медленных вдохов и выдохов.

**Данилова С.Е., г. Москва.**

## РАСТВОРЯЕМ КАМНИ В ПОЧКАХ

Мочекаменная болезнь довольно коварна, т. к. образуются камни вследствие неправильной диеты и при наличии различных инфекций. По химическому составу различают уратные, оксалатные, фосфатные, цистиновые и смешанные камни. Официальная медицина справляется в основном только со следствием болезни. Чаще всего – это операция. Но через довольно короткое время камни образуются вновь, т. к. обмен веществ не восстановлен, есть недостаток минералов, микроэлементов, витаминов

Когда удается растворить камни естественным путем, т. е., применяя растения, диету, отвары, ванны, специальные упражнения... то болезнь может не возвратиться вообще.

В народной медицине пользуются популярностью, и они того заслуживают, отвары корней подсолнечника, шиповника, лопуха. Так для растворения оксалатных и уратных камней чаще всего подходят корни подсолнечника. Для лечения необходимо осенью заготовить толстые части корней, очистить их от мелких, помыть и хорошо просушить. Корни дробятся на мелкие кусочки и кипятятся в эмалированной посуде (на 3 литра 1 стакан корней) около 7-10 мин. Этот отвар пить в течение 2-3 дней большими дозами, за полчаса до еды + долька лимона. Эти же корни в том же объеме снова кипятят, но уже 15 мин. и так же выпивают. Третий раз эти же корни кипятят 20 мин. в том же объеме воды и выпивают за 2-3 дня. Закончив с первой порцией, приступают к следующей и т. д. На

курс в среднем требуется 250-300 г корней. При этом соли начинают выходить только после 2-3 недель, моча будет иметь ржавый цвет. Пить следует до тех пор, пока моча не станет прозрачной.

Хорошо в готовый отвар корней добавлять любой почечный антипаразитарный сбор, 1 ст. ложка сбора после кипячения. Это может быть: хвощ полевой, зверобой, лист березы, овес, цветки и зеленые семена морковника.



Для растворения фосфатных камней хорошо использовать корень марены красильной. Для приготовления отвара вам надо 6 г сухого растения залить 250 мл кипятка, кипятить на малом огне 3 мин., настаивать в тепле 30 мин., принимать по 1/4 стакана 3 раза в день за полчаса до еды. Дополнительно к отвару можно добавить столовую ложку сбора (спорыш, овес, лист земляники, шалфей, лист петрушки).

Начиная растворять камни, желательно привести в порядок работу кишечника. Это могут быть очистительные клизмы и натуральная диета с большим количеством фруктов и овощей. Учеными установлено, что сырой пищи должно быть больше, чем вареной в 2 раза, тогда и соли, и камни начнут растворяться самостоятельно, не образуя новые. Желаем успехов в лечении!

**Травница, Семилетова Светлана Анатольевна, с. Хвощеватое Калачеевского р-на Воронежской обл. 397628.** Буду рада, если рецепт принесет пользу читателям вашего издания.

## КАК УВЕЛИЧИТЬ ГРУДЬ?

Я с большим удовольствием читаю вашу газету и хочу попросить совета. Подскажите какие-нибудь средства, а лучше заговоры или молитвы для увеличения груди.

**С уважением, Вера С., г. Можайск.**

Развитие молочной железы стимулирует чай с лимонным соком и медом. Еще можно пить ананасовый сок, а мякоть нанести вокруг грудной железы. Лимонный сок с медом рекомендуется пить по чашке утром, в обед и вечером.

Для этой же цели рекомендуют следующие упражнения:



Станьте прямо. Поднимите согнутые руки над головой и сожмите их в кулаки. Медленно поднимайте обе руки вверх, при этом вдохните. Затем опустите руки, выдохните. Повторите упражнение 10 раз.

Станьте прямо. Сожмите руки над головой как можно крепче. Досчитайте до 10. Опустите руки. Повторите до 10 раз.

Станьте прямо. Руки на уровне груди. С силой сожмите ладони. Досчитайте до 10. Повторите упражнение 10 раз.

## ДОБРЫЕ СОВЕТЫ

Для избавления от перхоти попробуйте свежесжатым соком настурции смазывать волосы 1 раз в день. Аналогичным образом можно использовать и листья пастернака.

Для снятия высокой температуры у взрослого. Холодную воду набрать в ванной по щиколотки. Походить в этой воде 1 минуту (соблюдать это время!). Затем ноги тщательно обтереть, надеть шерстяные носки и 15 минут энергично походить, а еще лучше побегать по комнате.

Кору дуба обыкновенного в виде отвара пьют при рахите, поносах и др. недугах.

Отвар: чайную ложку коры варят 15-20 минут в стакане воды и пьют по 1-2 ст. ложки отвара 3-5 раз в день, лучше до еды. Корнеплод моркови культурной широко применяется в свежем виде или в виде сока для лечения и профилактики авитаминозов и гиповитаминозов витамина А, сопровождающихся понижением зрения и дистрофическими и атрофическими изменениями эпителия. Применяется морковь при малокровии, общем упадке сил. Употребляется морковь без ограничения, но противопоказана при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, энтеритах.

Специалисты по охране здоровья уже давно говорят о том, что женщинам следует делать, как минимум, двухлетний перерыв между родами, но новое исследование дает основания думать, что этого недостаточно. Несколько недавних исследований показывают, что у детей, появившихся на свет через три-пять лет после предыдущих родов, риск родиться недоношенными или с недостаточным весом меньше, чем у тех, кто родился после более короткого перерыва. Увеличение перерыва между детьми идет на пользу и матерям, уменьшая риск анемии, повышения кровяного давления и кровотечений в последнем триместре беременности. Кроме того, стресс в результате частых родов может повлиять на способность ребенка к обучению и социальному развитию в первые три года жизни, считают ученые, так как мать может уделить каждому из детей меньше времени. К тому же женщины в этом случае склонны раньше прекращать грудное вскармливание.

Давать или не давать воду грудному ребенку? С первого дня жизни ребенок нуждается в воде летом в большем количестве, зимой в меньшем. Лучше давать воду (без сахара!) по 1-2 чайной ложки между кормлениями. Необходимое количество воды ребенок установит сам. Если здоровый ребенок отказывается пить, то это, по всей видимости, означает, что ему хватает воды, которая есть в грудном молоке.

Возраст вступления в климакс во многом определяется наследственным фактором. Поэтому, чтобы узнать ориентировочное время наступления климакса, поинтересуйтесь, когда он начался у ваших старших родственниц по материнской линии. От них вы также можете узнать, как он будет протекать у вас и с чем вы скорее всего столкнетесь.

Можно ли пить во время еды? Можно, но ферменты, растворяясь в воде, задерживают пищеварение, тормозят обменные процессы. Больше всего воды за обедом пьют американцы. Это одна из причин, по которой американские женщины стремительно набирают избыточный вес. Так что сытный жирный обед не стоит запивать водой. Лучше выпейте воды через 40-50 минут. Во время приема легкой пищи вода не повредит.

Оригинальный народный рецепт лечения ячменя, который обещает навсегда избавиться от этой болезни, таков. Принимать 4-5 раз в день по 5-6 сухих маленьких желтых цветочков пижмы, запивая водой, пока ячмень не пройдет.

При варикозной болезни применяют каштан конский как в составе сборов, так и в настойке. Для приготовления настойки берут 50 г цветов или измельченных плодов каштана и заливают 0,5 л водки. Настаивают 2 недели. Принимают по 30-40 капель 3-4 раза в день в течение месяца. Этой же настойкой растирают голени.

При подагре 2 ст. ложки листьев брусники залить 1 стаканом горячей кипяченой воды. Закрыть крышкой и нагревать на водяной бане 30 минут, охладить. Пить по 1/2-1/3 стакана 2-3 раза в день. Хранить настой в прохладном месте не более 2-х суток.

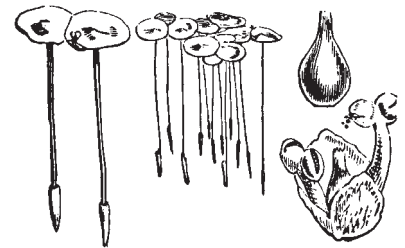
В начальной стадии гипертонии советуют съедать 3-4 раза в день по 0,5 лимона с кожурой. Помогает также следующая смесь: 3 измельченных лимона с кожурой и 5 целых головок чеснока поместить в трехлитровую банку и залить теплой кипяченой водой. Дать настояться 2-3 дня, пока смесь не осядет.

Пить ежедневно по утрам по 100 г. В качестве средства для профилактики гипертонии и инсульта применяют отвар лимонной кожуры. Залейте 2 столовые ложки высушенной или свежей кожуры лимона 400 г воды, прокипятите на слабом огне в закрытой посуде 30 минут, дайте настояться 10 минут при комнатной температуре, процедите и принимайте по 100 г 3 раза в день за 30 минут до еды.

Наталья В., г. Брянск.

## ЛЕЧЕНИЕ ВИТИЛИГО

«Белые пятна» можно вылечить обычной ярской маленькой. Летом ярску собирают, моют, измельчают и смешивают с медом в пропорции 1:1. Принимать по 1 ч.л. 2 раза в день через 1 час после еды. Одновременно соком ярски смазывают пятна на коже.



Lemna minor L.  
Lesser Duckweed.

Помогает при витилиго и лесная земляника. Нужно пить сок из свежих ягод, есть их (до 1 кг в день), смазывать соком пятна.

Улучшает пигментацию кожи и зверобой продырявленный. 2 ст.л. травы залейте стаканом кипятка, дайте настояться и пейте по 1 ст.л. 3 раза в день после еды. Этим же настоем смазывайте пораженные участки кожи и сразу же выходите на солнце, подставляя пятна под прямые лучи. В первый день побудьте на солнце 5 минут, во второй – 6 и т.п. до 20 минут.

Кулакова В.Н., г. Егорьевск.

## ОБЪЯВЛЕНИЕ

Краснодарская Краевая Общественная организация «Академия Психоголубетерапии – Лечебный Голубь» приобретет любые породы плотоядных голубей, венценосных голубей, настоящих голубей (для клеточно-вольерного содержания). Также интересуют газетные и журнальные вырезки и литература по теме организации. Приобретем периодические газеты и журналы со всего мира по теме голубеводства и психоголубетерапии всех направлений. Наладим долгосрочное сотрудничество с производителями клеток и другого оборудования для декоративно-лечебных голубей. Особенно наладим контакты с производителями голубиной атрибутики из гипса, различных металлов, керамики, фаянса, стекла, фарфора (для изготовления монет, статуэток, кубков, медалей, значков, портсигаров, колокольчиков, бубенцов и т.д.). Наладим контакты с фотографами, художниками для изготовления марок, открыток, карт топографических и игральные, календарей и календариков, шевронов, флажков. Интересует аудио и видео продукция с записями урчания и воркования голубей, в первую очередь – диких (их в природе более 400 пород).

8 (86145) 7-18-84; 8 (918) 477-24-48  
E-mail: harchuk2002@mail.ru; www.knjaz-harchuk.ucoz.ru

353743, Краснодарский край, станция Ленинградская, улица Красная, дом 118.  
Харчук Юрий Иванович.

# СТАРИННЫЕ БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ

## СМАЗКА ДЛЯ ПЕЧЕНИ

Сейчас много людей страдают болезнями печени. Советую приготовить «смазку для печени»: возьмите 0,5 стакана чистого оливкового масла и 0,5 стакана сока грейпфрута, смешайте и выпейте перед сном на голодный желудок. Утром встанете – свежий цвет лица, блеск в глазах и абсолютно никаких болей в печени. Понравилось? Тогда повторите! Несколько таких «смазок», и ваша печень будет работать бесперебойно.

## ТРАВАМИ ЛЕЧИТЕ СВОИ СЕРДЕЧКИ

Если у вас стенокардия, то измельчите 150 г плодов инжира, 2 крупных лимона (вместе с кожурой), добавьте 250 г меда и стопку водки, перемешайте и принимайте по 1 ч. л. после обеда и ужина. Храните в холодильнике.

При гипертонии и атеросклерозе смешайте сок клюквы с медом (1: 1), принимайте по 1 ст. л. 3 раза в день за 20 мин. до еды.

При ишемической болезни сердца смешайте чеснок и мед 1:1, дайте настояться неделю в плотно закрытой посуде в темном прохладном месте, периодически перемешивая содержимое, затем принимайте 3 раза в день за 40 минут до еды в течение 2 месяцев. Это средство помогает также при варикозном расширении вен.

При аритмии накапайте на кусочек сахара 20 капель водочной настойки календулы 1: 10 и пососите. Лучше всякой валерианки помогает.



Календула (ноготки)  
Calendula officinalis L.

## ВЗГЛЯД С БЛЕСКОМ

Есть способ заставить потускневшую роговицу глаз снова заблестеть как у юной девочки.

Самый простой способ придать блеск глазам – это сделать ванночку с 2%-м раствором борной кислоты. Взять 1 ч. л. борной кислоты, растворить в 1 стакане воды (кипяченой). Наливаем в ванночку для глаз и капаем 2-3 р. в каждый глаз, запрокидывая голову. Несколько раз поморгать, чтобы глаза хорошенько промылись. И заблестит!

## ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗЕ, ВОСПАЛЕНИИ СУСТАВОВ

50 г камфорного спирта, 10 г обычного спирта, 50 г сухой горчицы, 3 яичных белка смешать и поставить на ночь в теплое место. Смазывать этой мазью 1-2 раза в день и перевязывать. Курс проводится до тех пор, пока не кончится мазь.



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

## ПАРОДОНТОЗ

2 таблетки тетрациклина смешать с касторовым маслом и сделать турундочку (жгутик из ваты, пропитанный лекарством). Зубы почистить, пополоскать содой и положить турундочку на десны. Держать 10 мин. Вынуть и прополоскать водой, или шалфеем. Курс – неделя.

## ЩИТОВИДНАЯ ЖЕЛЕЗА

При повышенной функции щитовидной железы – 10 г сухого корня лапчатки белой раздробить молотком и залить 100 г водки. Настоять 4 недели. Пить три раза в день за 15 мин. до еды по 30 капель. Через месяц сделать перерыв на 5-7 дней и пить дальше. 100 г корня хватает на год.

## ЕСЛИ МУЧАЮТ ШИПЫ И КОСТОЧКИ

От болезненных ощущений растущих косточек или шипов легко избавиться. Надо смолоть в мясорубке 1 полный стакан чеснока, взять тоненькую тряпочку, на нее положить целлофан, а сверху – 3 ч. л. чесночной смеси. Заверните во всю эту «прослойку» ногу, наденьте носки и ложитесь спать. Всего три сеанса, и боль исчезнет практически навсегда. А вот косточка, к сожалению, останется.

## КОВАРНАЯ ПОДЖЕЛУДОЧНАЯ ЖЕЛЕЗА

Возьмите по 1 ст. л. цветов календулы, очанки, листьев барбариса, цветов бессмертника, травы череды трехраздельной. Лучший эффект достигается при применении этой смеси в порошке. Для этого вполне приемлема кофемолка.

1 ст. ложку полученной смеси залить стаканом кипятка. Настаивать ночь. Пить полагается 2 ст. л. настоя на 0,5 л кипятка, употребляемые по 1% стакана 3 раза в день. На ночь накладывайте компресс на область желудка и на левый бок из льняной тряпицы шириной в ладонь, смоченной в теплой простокваше, на тряпицу положите компрессную бумагу, завяжите теплым платком. Не снимать всю ночь. И еще один рецепт: черную редьку натереть на терке, не снимая шкурки. Выжать сок 1 стакан, смешать со 100 г гречишного меда. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день перед едой.



Барбарис обыкновенный  
B. Vulgaris L.



Шалфей  
S. Sclarea L.

## САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

Полстакана свежего ольхового листа, 1 стол. л. свежих цветов крапивы, две ст. л. листьев лебеды и один стакан воды. Травы нужно собрать весной. Все смешать и пить по 1 ч. л. два раза в день утром перед едой и вечером перед сном.

## ПРОБЛЕМЫ С ЖКТ

Гастрит, язва желудка и 12-перстной кишки с пониженной кислотностью желудочного сока, метеоризм.

Взять 2 стол. л. измельченных листьев шалфея и залить стаканом кипятка, настоять час, процедить. Принимать по 2 стол. л. три раза в день за 20 мин. до еды.

## ПРИ АДЕНОМЕ ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

При этой болезни у больных бывает задержка мочи. В этом случае нужно обязательно пить чай из плодов тмина. 1 стол. л. сырья залить 1,5 стаканами кипятка, прокипятить 5 мин., дать остыть и процедить. Выпить в течение дня за несколько приемов.

## ПРИ КРИМАКТЕРИЧЕСКИХ «ПРИЛИВАХ»

Взять столовую ложку измельченных листьев крапивы, залить стаканом кипятка, снова довести до кипения, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1/4 стакана настоя четыре раза в день за полчаса до еды.

## ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ПОЧЕК И МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ

Смешать лист крапивы, траву зверобоя продырявленного, лист подорожника, плоды шиповника в равных частях. 3 стол. л. смеси залить 0,75 л холодной воды, довести до кипения, кипятить 5 мин., настоять 20 мин., процедить. Выпить за день в 3-4 приема (за 20 мин. до еды).



Подорожник большой  
P. Major L.

## ПРИ ЦИРРОЗЕ ПЕЧЕНИ

Смешать 20 г листа крапивы, по 40 г плодов шиповника и корневища пырея. Сбор залить литром кипятка и настоять в течение часа. Процедить, пить по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой.

## ПРИ ЭКЗЕМЕ

2 стол. л. растертой в порошок сухой крапивы залить 1,5 стаканами воды, кипятить 2 мин., настоять в течение часа, процедить. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день.

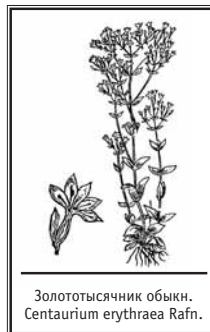
## ПРИ ПСОРИАЗЕ

Смешать 2 части листа и соцветий крапивы двудомной

или жгучей, по 1 части листа черной смородины, корня лопуха большого, травы и цветков зверобоя, 1/3 части листа дуба. 3 стакана смеси залить 2 л горячей воды, нагреть на слабом огне в течение 10 мин., настоять 15 мин., процедить, отжать. Полученный отвар влить в подготовленную ванну с горячей водой (40 градусов).



Крапива  
U. Dioica L.



Золототысячник обыкновенный  
Centaurium erythraea Rafn.

## ПРИ КАМНЯХ В МОЧЕВОМ ПУЗЫРЕ

Принимайте настой пастушьей сумки каждые 2-3 ч. по 1 стол. л. Заваривайте траву из расчета 30 г (1,5 стол. л.) на стакан кипятка.

## ОТ ГАСТРИТА АРОМАТНЫЙ ЧАЙ

Корневища аира 1 часть, коры корицы 1 часть, листа вахты трехлистной 1 часть, кожуры апельсина 2 части, травы золототысячника 2 части, травы полыни горькой 2 части. Взять 1 ч. л. сбора, заварить стаканом кипятка, остудить, процедить. Пить по 1/4 стакана настоя 4 раза в день

перед едой при гастрите с пониженной секрецией желудочного сока.

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

реклама

## ОСНОВНОЙ ЭЛЕМЕНТ В ЛЕЧЕНИИ МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ

Самый эффективный и простой способ борьбы с заболеваниями органов малого таза - **лечебное белье «ДИНАС»**



- простатит
- аденома простаты
- уретрит
- нарушение эрекции

- недержание мочи
- фибромиома
- эндометрит
- цистит

- запор
- пиелонефрит
- радикулит

**Лечебное белье «ДИНАС»** работает 24 часа в сутки. Уникальные лечебные элементы с нуклеофильным действием делают выздоровление скорым и полным. «ДИНАС» воздействует на рефлексогенные зоны: промежность, область мочевого пузыря, пояснично-крестцовый отдел. В результате очень скоро уходят частые позывы, воспаление, неприятные ощущения, боли, в том числе поясничные, нормализуется сон, восстанавливается половое влечение.

**Без лекарств! Без процедур!**  
**«ДИНАС» – живите в удовольствие!**

Бесплатная горячая линия **8-800-200-32-12**

## ВАШЕ «ВТОРОЕ» ДЫХАНИЕ

Учеными открыт потрясающий лечебный эффект взаимодействия торсионных полей с волновым геномом человека. Единственный медицинский аппарат, создающий торсионные поля - «БМДТ». Аппарат «БМДТ» - прорыв в лечении бронхолегочных заболеваний. Структура вращения молекул и атомов легких и бронхов полностью выравнивается. В результате «БМДТ»:

- ▣ разжижает мокроту
- ▣ снимает:
  - приступы удушья
  - заложенность в груди
  - вазомоторную реакцию со стороны слизистых - зуд, жжение
- ▣ оказывает противоаллергическое и противоотечное действие

Устраняет:
 

- хрипы
- одышку и кашель
- тяжелое дыхание



**«БМДТ» избавляет от хронических респираторных заболеваний:**

- туберкулез
- опухоли легких
- бронхиальная астма
- пневмония и бронхит
- аллергический пневмонит
- бронхолегочный аспергиллез

**8-800-200-45-21**

ЗВОНОК И КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНЫЕ

## РЕЦЕПТЫ ОТ ЦЕЛИТЕЛЯ



Хочу поделиться с читателями своими знаниями относительно зверобоя обыкновенного.

Заготавливают сырье во время цветения, срезая верхнюю часть стеблей с листьями и цветами. Зверобой возбуждает аппетит, оказывает вяжущее действие при колитах, сопровождающихся поносами, а также применяется как ранозаживляющее и мочегонное средство. Без него не обойтись при лечении заболеваний печени, желчнокаменной болезни и болезни Боткина, при остром и хроническом



Зверобой продырявленный  
H. Perforatum L.

воспалении почек, всех видах заболеваний дыхательных путей.

При расстройстве нервной системы, бессоннице и ночном недержании мочи перед сном выпивать 1 стакан чая из зверобоя (1 ст. ложка на 1 стакан

кипятка, настаивать 10 минут, процедить). Чередовать с настойкой на «Каторе» семян репешка обыкновенного.

При продолжительных поносах (даже кровавых) эффективен настой из зверобоя и тысячелистника, взятых поровну. 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настоять 20 минут, процедить. Принимать натошак в горячем виде.

При болезнях печени рекомендую напар зверобоя и цмина песчаного (2:3). 4 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, настаивать в теплом месте (хорошо бы в печи) всю ночь.



Тысячелистник  
A. Millefolium L.

Утром процедить и выпить весь объем в течение дня в 5 приемов. Если заболевание сопровождается запором, добавить кору крушины (2:3:2). В этом случае следует приготовить отвар – 4 ст. ложки сбора залить на ночь 1 л сырой воды. Утром проварить 5-7 минут, процедить и выпить за день.

При сильном переутомлении и нервном истощении взять в равных количествах травы зверобоя, тысячелистника и корня дягиля лекарственного. 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настоять 20 минут и процедить. Принимать по 1/3 стакана три раза в день (последний раз – перед сном).

Реброва С.П., г. Пермь.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ОНКОЛОГИЧЕСКИМ БОЛЬНЫМ



Человек, которому поставлен диагноз «рак», очень часто ощущает себя забытым, заброшенным, одиноким. Ему кажется, что близкие не понимают его и не могут ничем помочь. Родственники и друзья пациента, в свою очередь, тоже находятся в сложном положении. Иногда они не знают, как поддержать больного.

Если Вы оказались в ситуации, когда близкому человеку поставлен диагноз «рак», нужно подумать о том, что Вы можете сделать в данной ситуации. Направленность на действие, стремление добиться конкретной цели помогают настроиться на излечение и не поддаваться тревоге и страху. Прежде всего, Вы можете морально поддержать больного. Для этого нужно просто поговорить с ним о том, что его волнует. Многие люди считают, что если говорить с человеком о его страхах, он станет беспокоиться еще больше. Это не так. Если больные не могут рассказать о своих проблемах, они часто впадают в депрессию.



Нормальной является ситуация, когда Вы не знаете, что нужно говорить. В этом случае достаточно просто выслушать. Больным людям нужно выговориться, это помогает снизить тревожность и страх.

Больной человек часто стыдится физического страдания и страха перед будущим. Он считает, что не должен об этом говорить, беспокоя окружающих. Говорите без стеснения о проблемах близкого человека, тем самым Вы покажете, что понимаете и принимаете его чувства и рады разговору с ним.

Для того чтобы преодолеть стеснение и сделать общение продуктивным, мы предлагаем Вам некоторые рекомендации.

Сядьте удобно, расслабьтесь. Сосредоточьтесь на собеседнике. Не смотрите на часы, если Вы торопитесь, то разговор лучше отложить.

Упомяните в разговоре о том, что Вы сейчас не спешите.

2 Смотрите на собеседника. Пусть Ваши глаза будут вровень с его глазами. Именно контакт глаз указывает на взаимопонимание между людьми. В больничной палате можно сесть на край кровати.

3 Создайте интимную атмосферу, не разговаривайте при посторонних.

4 Дистанция между Вами и собеседником должна быть приблизительно пятьдесят сантиметров. Согласно мнению психологов, это оптимальное расстояние для доверительного общения.

5 Убедитесь, что между вами нет никаких предметов, которые могут ассоциироваться с препятствием, например, стульев. Если же они есть, лучше сразу их отодвинуть, сказав собеседнику, что так будет удобнее.

6 Ваш друг, возможно, не захочет разговаривать о своей болезни именно в данный момент. Уточните это, спросив, например: «Хочешь поговорить?».

7 Не перебивайте. Желательно время от времени повторять последние два-три слова из реплики собеседника. Вы можете уточнить его позицию с помощью таких фраз: «Ты думаешь, что», «Ты имеешь в виду, что».

8 Собеседника можно легко расположить к разговору с помощью стимулирующих слов «понятно», «конечно», «продолжай».

9 Не меняйте предмет разговора. Позвольте вашему другу говорить то, что он хочет, например, как плохо он себя чувствует. Необходимо выслушать Вашего друга даже если Вам неприятно то, что он говорит.

10 Не давайте советов. Если же Вы никак не можете удержаться от этого, постарайтесь не быть категоричными, используя словосочетание «может быть» и вопрос «как ты думаешь».

11 Если Ваш друг пытается шутить, поддержите его шутку. В тяжелой ситуации юмор помогает снять напряжение. Однако сами не старайтесь рассмешить больного, он может подумать, что Вы не воспринимаете серьезно его проблему.

Вряд ли Вам удастся понять все нюансы состояния Вашего друга, но старание поддержать больного непременно будет оценено. Собеседник почувствует, что не одинок, и это придаст ему силы в борьбе с болезнью.

Наталья Данченко.

# «ПАДУЧАЯ» НАПАСТЬ



Есть у меня знакомый, парень отличный, на все руки мастер. Всегда готов помочь: и по дому, и сумки всегда поднесет. Мне уж 71 год, тяжело одной, дети далеко живут, вот и помогают соседи по мере возможностей. Все в Иване, так зовут соседа моего, хорошо, но есть один недостаток, пьет уж больно много. Сколько ни говорили ему бросить пить этот яд, но не слушал.

И вот однажды случилось вот что. Стоял Иван на крыльце возле магазина да вдруг как застонет! Все тело затряслось, заизгибалось, руки-ноги сводить стало. Потом на землю упал, бьется, лицо перекошилось и почернело. Сознание потерял. Хорошо, фельдшерница рядом была – под голову чью-то куртку положила, край ее между зубов загнула, чтоб язык не прикусил.



Наконец отпустило Ивана, поднялся, кругом озирается – видно, что ничего не помнит. Мужики его сразу же в амбулаторию повели. Там несколько капель валерьянки в стакан налили и дали проглотить как успокаивающее.

А еще фельдшерница велела Ивану как можно больше сырого лука есть, сок из него выдавливать и пить регулярно: мол, припадки реже будут.

Потом направление к наркологу выписала. – И на кой он сдался, нарколог этот? – возмущались люди. – Отец-то Ванин, царствие ему небесное, тоже падучей страдал. Бабка-знахарка местная его так лечила: несколько угольков горящих из печки брала, сначала пепел с них в чашку сдувала, а затем и сами угли туда бросала. Молилась перед иконой, «Отче наш» читала, затем трижды старика

своего снадобье выпивать заставляла. Спустя двенадцать дней – все заново.

Припадки, вообще-то, и после первого раза прекращались, но, видать, для закрепления результата повторяла обряд.

Да, в старые времена знали, чем эпилепсию одолеть.

Кому цветки боярышника помогали (3 ст. ложки на три стакана кипятка, принимали трижды в день по стакану через полчаса после еды).

Кому девясил заваривали (две чайные ложки на стакан кипятка, настоять в тепле и давать больному по трети стакана три раза в день за полчаса до еды).

Даже пижму для лечения использовали – 10 цветочных корзинок заливали полстакана кипятка, настаивали 20 минут и давали по столовой ложке – также трижды в день.

Бабки той давно уже нет, вот Ивана-то лечить и некому, его ведь заставлять лечиться надо, вот мы всем поселком взялись его исцелять. Надеюсь, успеха мы добьемся. А рецепты эти может кому и пригодятся, ведь людей, страдающих «падучкой», немало.

**О. Сергеева, Луганская обл.**

реклама

## ПРОСТАТИТУ НЕТ



«...Начинают мучить хронические болезни и среди них – не дающий покоя ни днем, ни ночью простатит. Слышал об очень хорошем препарате – Фитогра-ф, который не только избавляет от простатита и аденомы, но и возвращает к полноценной жизни даже таких, как я – в 70 лет. В аптеках его нет. Помогите найти.»

Макаров И.С.

### «Фитогра-ф»

восстанавливает уровень тестостерона до 100%

- ♂ Уменьшает аденому
- ♂ Устраняет простатит
- ♂ Обеспечивает мощную эрекцию
- ♂ Увеличивает размер

### Фитогра-ф работает

на уровне взаимосвязи желез внутренней секреции, поэтому эффективно устраняет простатит, аденому и снижение потенции.

#### РЕЗУЛЬТАТ:

- ➔ Здоровая предстательная железа
- ➔ Здоровая сексуальная жизнь

мужчинам старше 70 лет бонус 20% (полный комплекс)

20%

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 наноэлектроды побеждают:

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

на 100%

Для ветеранов труда 45% скидка

БЕСПЛАТНЫЕ звонок и консультация

8-800-200-45-37



## МЕТОДИКА КОМПЛЕКСНОГО ЛЕЧЕНИЯ ПРОСТАТИТА-АДЕНОМЫ

**Простатит** – воспаление предстательной железы, вызванное либо простудой, либо венерической инфекцией. Аденома же – это разрастание тканей предстательной железы с возрастом, поэтому ей страдают большинство пожилых мужчин. И в первом, и во втором случае происходит сдавливание мочеиспускательного канала тканями железы, что затрудняет мочеиспускание и делает его болезненным.

Предстательная железа также может пострадать от продолжительных периодических вертикальных толчковых микровибраций, нарушающих кровообращение. Поэтому простатит еще называют и болезнью водителей.

Что может спровоцировать простатит – пиво (враг номер один!, именно пиво, а не водка); холодный камень, на который вы присели; мокрые ноги на рыбалке; нерегулярная половая жизнь (образуется застой секрета в железе).

Простатит и аденома поддаются лечению, главное вовремя бить тревогу. Ибо при запущенных формах заболеваний предстательной железы, потенция, как ни странно, пропадает, пропадает надолго, и тяжело восстанавливается годами.

Реальная угроза в скорости лечь под нож хирурга – вот нерадужная перспектива тех, кто отказывается лечиться или оставляет лечение на потом.

В случаях появления симптомов простатита при венерических заболеваниях следует помнить, что простатит бессмысленно лечить, пока не уничтожена инфекция, которая, как правило, лечится антибиотиками, назначаемыми врачом-венерологом.

Уже более десяти лет назад нашей семьей была разработана уникальная методика лечения простатита-аденомы комплексом препаратов на основе целебных растений, оздоровительных процедур и физических упражнений.

Суть нашей методики заключается в том, что «бить» по больной железе надо с разных позиций, т.е. использовать комплексное лечение. А именно, анальные фитопрополисные свечи на основе масла какао с эфирными маслами пихты и можжевельника воздействуют на простату непосредственно через стенку прямой кишки, мазь болиголова с ионами серебра на основе пальмового масла – через кожу промежности, а тыквенное масло с маслом расторопши с экстрактом солодки и репейника и настойка красного корня с конским каштаном, попадая в желудок, всасывается в кровь. Таким образом, наносится одновременный тройной удар препаратами по больной железе, эффективно исцеляя ее.

### Вот краткая информация по нашей методике (месячный усиленный курс):

На ночь сделать очистительную микроклизму прямой кишки. Для этого 100-150 мл кипяченой теплой воды вводится спринцовкой (как это делать, читайте дальше) в прямую кишку. После этого необходимо сразу идти на унитаз и опорожнять кишечник. А до этого времени следует приготовить отвар ромашки аптечной: в 200 г воды вскипятить 1 столовую ложку сухой массы ромашки (или пополам с травой хвоща полевого), дать настояться 30 мин., процедить отвар. Температура отвара должна быть такой, чтобы палец, опущенный в него, терпел (40 градусов Цельсия). После очистительной микроклизмы набрать 150 мл отвара в спринцовку и ввести его в прямую кишку. Кончик спринцовки при этом надо смазать нейтральным кремом (вазелином). Делать процедуру следует лежа на боку, при этом надо постараться удержать отвар до полного всасывания, т.е. в течение 30 мин. Если это не удастся с первого раза, не отчаивайтесь. После проведенной процедуры вводится фитопрополисная свеча в анальное отверстие, т.е. в прямую кишку.

Масляный бальзам «Тыквенное масло с маслом расторопши с экстрактом солодки и репейника» пить 3 раза в день перед едой, запивая разведенной в небольшом количестве воды настойкой красного корня с конским каштаном «Четыре К», по 1 чайной ложке каждого из препаратов.

Хронический простатит, как правило, связан с пониженным иммунитетом, который надо восстанавливать, принимая смесь меда с цветочной пылью. Эта смесь также улучшает кровообращение в простате, усиливает эрекцию при хронических заболеваниях предстательной железы.

Цветочная пыльца, смешанная с медом в соотношении объема 1:2, принимается по 1 чайной ложке 3 раза в день за час до еды, последний прием за 3-4 часа до сна. Мед и цветочная пыльца обычно продаются в любом опорном пункте пчеловодства.

При запущенной аденоме мы также рекомендуем делать сидячие ванны с корой дуба и цветками ромашки аптечной, взятых в равных частях по 50 г. Залить смесь трав 3 л кипятка, настаивать в течение часа. Смесь вылить в ванну с температурой 38 градусов Цельсия. Время принятия сидячей ванны 20 мин. Курс 10-12 ванн в течение месяца.

### Мы также рекомендуем выполнять знаменитые «Упражнения Кегеля»:

Попытайтесь остановить струю мочи при мочеиспускании. Мышцы, которые вы используете при этом, и есть те самые, для упражнений. Вы ощутите напряжение и вокруг заднего прохода. Вы также используете эти мышцы, когда тужитесь, при попытках расстаться с последними каплями мочи.

Сократите мышцы, как вы делали для остановки мочеиспускания. Медленно сосчитайте до трех. Расслабьтесь.

Начните тренировки с десяти таких сокращений по пять раз в день. Постепенно увеличивайте число сокращений в подходах до 30 в течение недели.

Вы должны верно выполнять 150 упражнений Кегеля каждый день.

Вы можете выполнять упражнения практически где угодно – во время вождения машины, прогулки, просмотра телевизора, сидя за столом, лежа в кровати. В начале занятий может оказаться, что ваши мышцы не хотят оставаться в напряженном состоянии во время медленных сжатий. Возможно вы не сможете выполнять сокращения достаточно быстро или ритмично. Это потому, что мышцы пока слабые. Контроль улучшается с практикой.



Ромашка



Хвощ полевой

Если мышцы устали в середине упражнения, отдохните несколько секунд и продолжайте.

Упражнения Кегеля помогают иметь мужчинам более сильную эрекцию.

Недавно звонил молодой мужчина и рассказывал, что эффективно использовал упражнения Кегеля в течение десяти лет для профилактики простатита, которым болел в молодости.

Гидромассаж предстательной железы – это процедура, позволяющая мужчине самостоятельно проводить лечебное массажное воздействие на простату в случаях, когда обстоятельства не позволяют ему регулярно посещать врача. Гидромассаж заключается в следующем.

Один раз в день (обычно вечером) мужчина делает себе обычную очистительную клизму (вводит в прямую кишку 150-200 мл теплой воды, 5-10 минут лежит на левом боку, затем опорожняет кишечник).

Затем он вводит в прямую кишку от 300 до 800 мл отвара ромашки (или шалфея, или тысячелистника, или любого противовоспалительного травяного сбора). Объем введенной жидкости должен быть таким, чтобы вызвать ощутимые позывы к дефекации.

Мужчина не ложится, а ходит, в течение 10-15 минут, удерживая отвар в прямой кишке. При этом кишечник, сокращаясь, стремится вытолкнуть жидкость, а пациент сознательными усилиями воли вновь гонит ее вверх. Происходит очень мягкий и достаточно интенсивный массаж простаты и одновременное проникновение обеззараживающих веществ в окологлобальную область.

Курс гидромассажа обычно составляет 8-10 процедур (ежедневно или через день). В то же время его можно рекомендовать мужчинам

с гиподинамичным (сидячим) образом жизни, частыми и длительными перерывами в половой жизни, имевшимся в прошлом воспалением простаты.

**Прежде чем приступить к лечению простатита, с целью усиления защитных функций организма, необходимо выполнить следующие рекомендации:**

- исключить из рациона острые, соленые, копченые, пряные продукты; алкоголь; газированные напитки; продукты с высоким содержанием клетчатки (капуста, морковь);
- максимально уменьшить число выкуриваемых в день сигарет;
- включить в рацион (особенно зимой) рис, гречку, грецкие орехи, растительное масло (лучше нерафинированное), салат, редьку, сельдерей, сухофрукты.

**Высылаю (только по России!) наложенным платежом (с оплатой при получении на почте) вышеописанные препараты, а также настойки для сосудов мозга (шум в голове, головные боли, инсульты), мазь травы льнянки от щитовидки (узловой зоб), гинекологические свечи (вагинальные и анальные) от различных заболеваний и др.**

Для обращений: 385019, респ. Адыгея, г. Майкоп-19, а/я 15 (конверт с обратным адресом обязательно). Тел.: 8-918-920-80-80 (Пн-Сб 10:00-18:00 по моск. времени). Сайт [www.zdravoved.ru](http://www.zdravoved.ru) в интернете.

Действительный член Общероссийской профессиональной медицинской ассоциации специалистов традиционной народной медицины и целителей (сертиф. №3201 от 08.09.2006г.), здравовед республики Адыгея, Александр Сергеевич Калининченко.



Тысячелистник

реклама

## МУЖСКАЯ ЭВОЛЮЦИЯ

«...У меня простатит и аденома, естественно, о потенции речи нет. Наслышан от знакомых о чудодейственном **урологическом аппарате** в рамках антикризисной программы. По номеру телефона, который мне дали очень трудно дозвониться. Помогите найти прибор или номер телефона, по которому его можно заказать.» Савелов О.Е., 68 лет, Казань

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

# 8-800-200-03-49

Комментирует **Филатов М.Ю.**

(специалист от разработчика):

**Урологический аппарат** разработан с использованием новейших мировых технологий. Антикризисная программа позволяет сделать этот уникальный **урологический аппарат** доступным каждому. За короткий срок урологический аппарат

восстанавливает:

- ✓ **напор при мочеиспускании**
- ✓ **эрекцию и половое влечение**

устраняет:

- **частые позывы к мочеиспусканию**
- **боль и тяжесть в паху**



**АДЕНОМА, ПРОСТАТИТ, ВЯЛАЯ ЭРЕКЦИЯ побеждены – это новый виток в эволюции человека**

ЗВОНОК И КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНЫЕ ДЛЯ ВСЕХ РЕГИОНОВ РФ

## 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

## 10 МИФОВ О ЗДОРОВОМ ПИТАНИИ

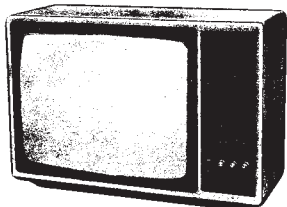
*Нередко в стремлении похудеть мы «перегибаем палку» и потом удивляемся, почему вместо прекрасной фигуры и свежего цвета лица получаем авитаминоз, гастрит и другие недуги. Главная причина в том, что мы не прислушиваемся к мнению специалистов, которые говорят: «регулировать свое питание нужно совместно с диетологом». Вместо этого, мы собираем всевозможные мифы о «здоровом питании» и придумываем собственные, порой очень вредные диеты.*

### Миф 1: Раздельное питание полезно и способствует похудению

На самом деле: Природа изначально запрограммировала пищеварительную систему человека на смешанное питание. Набор ферментов, которые вырабатывают желудок и поджелудочная железа, позволяет одновременно переваривать белки, жиры и углеводы. Что касается похудения при раздельном питании, то это неверно. Двум группам испытуемых был предложен рацион со сниженной калорийностью. Одних кормили по принципу раздельного питания, других – смешанной пищей. Изменения веса в обеих группах были одинаковы. Феномен похудения при соблюдении принципа раздельного питания объясняется строгим подбором продуктов: люди невольно сокращают общую калорийность рациона и худеют.

### Миф 2: Нельзя читать и смотреть телевизор, когда ешь. Иначе пища не усвоится и появится гастрит

На самом деле: Врачи-диетологи утверждают, что пища у тех, кто во время еды смотрит телевизор, усваивается отлично. Люди, жующие перед голубым экраном, как правило, никуда не торопятся. Они пережевывают пищу медленнее и, соответственно, тщательнее. В результате еда поступает в желудок в измельченном виде и хорошо пропитывается пищеварительными соками. А вот у тех, кто перекусывает на бегу, шансы заполучить гастрит намного выше.



### Миф 3: Чем меньше ешь жирного, тем лучше фигура. Поэтому от жиров нужно отказаться совсем

На самом деле: Действительно, ограничивая жирные продукты, мы быстрее всего худеем. Однако жиры нужны и полезны. Без них невозможен правильный обмен веществ. Без жиров в организме не усваиваются витамины А и Е, практически перестают вырабатываться половые гормоны. При недостатке жиров быстро стареет кожа и страдает печень. Поэтому масло, особенно растительное, нужно ограничивать, но не отказываться от него вовсе. Лучше всего есть поменьше продуктов, содержащих скрытые и не всегда полезные жиры: колбасы, майонеза, печенья, тортов.

### Миф 4: От сливочного масла толстеют, а от растительного – нет

На самом деле: Растительное масло не содержит холестерина, поэтому полезно для сердца и сосудов. Однако его калорийность превышает калорийность сливочного масла.

Если в сливочном масле есть немного воды и белков, то растительное представляет собой «чистый» жир. Поэтому поправиться можно от любой разновидности масла.

### Миф 5: Черный хлеб намного полезнее белого, потому что в нем больше витаминов и клетчатки, и от него не поправишься

На самом деле: Темный цвет хлеба совсем не означает, что в нем много клетчатки. Коричневый оттенок могут

придать тесту и карамельные красители. Калорийность черного и белого хлеба практически идентична, поэтому прибавку в весе можно получить в любом случае. Наиболее полезны и богаты витаминами хлеб с отрубями и бездрожжевые хлебцы из цельного зерна, а также мюсли со злаками.

### Миф 6: Необходимо пить как минимум 2 л воды в день: чем больше вы пьете, тем больше шлаков выводится из организма

На самом деле: Слово «шлаки» у врачей вызывает недоумение. До сих пор так и не удалось идентифицировать «шлаки» с какими-то конкретными веществами. Иногда под «шлаками» подразумевают все токсические вещества, выводящиеся из организма. Можно с уверенностью сказать, что скорость их выведения совсем не зависит от количества выпитой жидкости. Она остается постоянной, меняется лишь плотность мочи. Поэтому «очиститься», нагружая организм водой, невозможно.

### Миф 7: Накопив за лето витамины, мы полностью готовы к встрече с холодами

На самом деле: Наш организм накапливает только жирорастворимые витамины: А, Е, D и К. В съеденных нами летом овощах и фруктах содержатся преимущественно водорастворимые витамины: С, фолиевая кислота. Они в организме долго не задерживаются и быстро выводятся. Так что овощи и фрукты нужно включать в свой рацион круглый год. Зимой и весной необходимы и аптечные поливитамины.

### Миф 8: Чтобы перебить аппетит, можно съесть яблоко или апельсин

На самом деле: Яблоки и другие фрукты аппетит не подавляют, а, наоборот, разжигают. Сладкие, но малокалорийные фрукты, повышают уровень сахара в крови. Соответственно, организм выделяет инсулин, который быстро утилизирует сахар из фруктов. Однако еще какое-то время уровень инсулина остается повышенным и вызывает «волчий» аппетит.

Чувство голода можно уменьшить, выпив чашку горячего несладкого зеленого чая. А в качестве перекуса лучше использовать кукурузные хлопья или несладкий хлебец. Эти продукты содержат, так называемые, сложные углеводы, над которыми организму нужно потрудиться. Уровень сахара и инсулина после них «скачет» намного меньше.

**Окончание следует.**



## ЛЕЧИТ РЯБИНА



Как-то ко мне на прием пришла женщина с жалобами на боли в сердце. Назначенные сердечные средства не помогли. Осмотрела пациентку – сердце вроде бы здоровое. Стала прощупывать мышцы в области сердца, поколачивать по ним, и услышала: «*Ой, больно!*». Все ясно – межреберная невралгия! Ее симптомы часто принимают за болезнь сердца. Возникает она после перенесенного инфекционного заболевания, ревматизма, аневризмы аорты, болезни легких или травмы позвоночника.



Это заболевание успешно лечится красной рябиной. 1 стакан ягод пропустить через мясорубку, добавить 0,5 стакана меда и тщательно перемешать. Из полученной массы делают компрессы на ночь: лекарство кладется на шерстяную ткань, накладывается на больное место и прибинтовывается. После 5-6 процедур боль исчезает. Для компрессов можно также использовать кашу из пропущенных через мясорубку ягод рябины, хрена и листьев подорожника (в равных пропорциях).

При пародонтозе и гингивите помогают ванночки и полоскания соком ягод рябины. Рябиновый сок не только снимает воспаление, но и уничтожает неприятный запах в ротовой полости.

При гипертонии, пониженном уровне гемоглобина, ухудшении зрения в течение месяца принимайте кашу из рябины (ягоды нужно пропустить через мясорубку) с медом – по 1 ст.л. три раза в день перед едой.

Юлия Алексеевна, г. Курск.

реклама

## СПАСЕНИЕ ОТ ОДИНОЧЕСТВА

Каждый из нас рано или поздно встает перед вопросом выбора. Принимать решения – это сложная задача. Однако бывают случаи, когда решение подсказывает сама жизнь. Одинокий пожилой человек, оставшийся один на один с проблемами, болезнями, невзгодами обязательно однажды задумывается о переезде в пансионаты для пожилых людей. Оно и понятно.

### ЖИЗНЬ ДО ПАНСИОНАТА – это:

- Одиночество в пустой квартире
- Время, проведенное в очереди к врачу в поликлинике.
- Экономия на всем.
- Необходимость из пенсии оплачивать коммунальные услуги, продукты, лекарства.
- Необходимость самому готовить себе еду, вести хозяйство, ходить за продуктами.
- Боязнь, что окружающие не заметят, если с Вами что-то случится, и не позаботятся о Вас.



**Совершенно в других условиях находятся пенсионеры, проживающие в пансионатах для пожилых людей.**

### ПРОЖИВАНИЕ В ПАНСИОНАТЕ – это:

- Отдельный комфортабельный номер
- Полное обеспечение всем необходимым
- 4-х разовое питание в столовой (вкусно и по-домашнему)
- Постоянная забота персонала пансионата
- Круглосуточное медицинское наблюдение
- Организованный досуг
- Радость общения и обретения друзей
- Отсутствие любых бытовых проблем.

Содействие в переселении в пансионат оказывает Агентство недвижимости Московско-Парижского банка. Если Вас интересует оформление на постоянное проживание в лучшие московские пансионаты для пожилых людей, звоните по телефону агентства: **954 22 88**

# НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА

## ЧЕМ ОНИ ВРЕДНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ?

### Мебель из ДСП

**Чем вредна?** Содержит вредные смолы.

**Чем грозит?** Испарение этих «вредителей» продолжается постоянно в течение нескольких лет и приводит к возникновению неврологических заболеваний.

**Как бороться?** Если обновить интерьер не получается, хотя бы поддерживайте в квартире прохладную температуру и часто проветривайте.

### Ковры и ковровые покрытия

**Чем вредны?** Те, что сделаны из синтетических волокон, электростатичны и становятся настоящими пылесборниками.

**Чем грозит?** Аллергией на домашнюю пыль.

**Как бороться?** Выбирайте ковры из натуральных волокон и не увешивайте ими всю квартиру. Чаще пылесосьте и проводите влажную уборку.

### Вентиляторы и кондиционеры

**Чем вредны?** Содержание озона и полезных отрицательных ионов в воздухе снижается на 90%.

**Чем грозит?** Частой головной болью, слабостью, плохим самочувствием.

### Книги

**Чем вредны?** Настоящий рассадник мельчайших спор плесени.

**Чем грозит?** Аллергией.

**Как бороться?** Не давайте книгам застаиваться на полках – читайте их, регулярно перетряхивайте свою библиотеку.

### Постельные принадлежности

**Чем вредны?** Перо со временем превращается в пыль, богатую клещами-сапрофитами.

**Чем грозит?** Экскременты крохотных клещей содержат антиген, вызывающий аллергию, включая бронхит и бронхиальную астму. По статистике более 75% горожан страдают от этих паразитов.

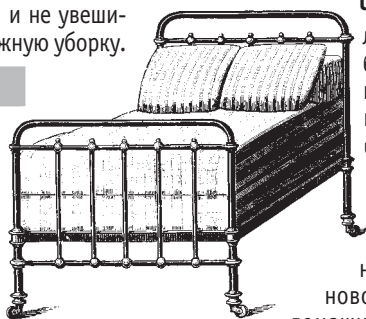
**Как бороться?** Отдавайте постельные принадлежности в чистку. Проветривайте матрасы, одеяла и подушки на открытом воздухе, а лучше прожаривайте на солнце.

### Пылесос

**Чем вредит?** В пыли, накапливающейся в пылесборнике, хорошо себя чувствуют клещи, грибы и бактерии – ведь там влажно и тепло. Стоит включить пылесос – гадость вырвется в вашу квартиру.

**Чем грозит?** Аллергическими реакциями и заболеваниями верхних дыхательных путей.

**Как бороться?** После уборки опорожняйте тканевый пылесборник или пользуйтесь одноразовым бумажным. А лучше купите пылесос нового поколения, который минимально загрязняет домашнюю атмосферу.





вой. В корнях растения найдено до 1,6% эфирного масла, в состав которого входят пеонол; метилсалицилат, бензойная и салициловая кислоты. Кроме того, гликозид салицин, дубильные вещества (до 0,4%), таннины, сапонины, следы алкалоидов. Из неспецифических действующих веществ – крахмал (до 78%), сахар (до 10%), микроэлементы – стронций, хром и др. В листьях содержится аскорбиновая кислота – до 0,3%, в цветках – до 1%. В семенах находится до 27% жирного масла.

Так почему же на Руси пион называют – **Марьин корень**? Мы, как Иваны, непомнящие родства, многое позабыли и многие знания утрачены навсегда... Однако, известно, что эти корни широко применяли для спасения жизни и Марья-искусница, и Марья Коревна (Моревна), Марья Дубравная, Марья Светлая, Марья Обережная – то есть, все такие известные травознаюшки. Вот и названа трава с тех пор – Марьин корень. Еще его называют Жгун-корень (не путать с Жгун-корнем Монье!), так как корень и правда имеет приятный сладковато-жгучий вкус. Этот корень – любит людей. Есть легенда, что с его помощью красавица Марьюшка спасла своего тяжело заболевшего жениха. Но особенно этот корень любит женщин и всегда помогает им! Если же добавить к нему Боровую матку, Красную щетку, Зимолюбку или Бадан – тогда сил лечебных станет вдвое больше, не угаит ни одна хворь! Не зря тибетская заповедь гласит: **«В Природе на каждую хворь зелье вырастает».**

В восточной медицине корни пиона издавна использовались как противоопухолевые средства. Авиценна так же применял его от болей в матке, почках и мочевом пузыре.

В народной медицине его употребляли при заболеваниях печени, почек, селезенки, гинекологических заболеваниях, эрозии, раке матки, импотенции, мужском бесплодии, при язвенной болезни желудка с пониженной кислотностью, при язве 12-перстной кишки, как кровоостанавливающее средство, при подагре, эпилепсии, астме, как противосудорожное, неврозах, склерозе, ревматизме, параличах, бессоннице, вегетососудистом нарушении, при раке пече-

**Марьин корень издревле использовался древними врачевателями: «Когда от печени человек смертно мучается, когда раком он болеет и желудок его оплетен, когда женщины страдают раком матки, не видя от боли белого света... Когда в могилу раньше времени загоняет злая малярка».**

**Реклама**  
*Если у вас в доме пьяница, не отчаивайтесь. Попробуйте помочь пьющему елейной солью. Еще в древние времена ее применяли как средство от запоя и успокоения особо агрессивных, тайну елейной соли мне открыл настоятель из монастыря.*

*Применять ее лучше без ведома пьющего. Кроме этого, как целитель с мед. образованием, хочу добавить, что с пьющего обязательно нужно снимать программы: родовое проклятие, программу зомбирования, программу уничтожения личности человека.*

*Уровень биополя у пьющего падает и происходит откатка энергии от человека к эгрегору пьянства. Восстановить все это можно только путем коррекции тонких тел человека и через покаяние.*

*Я это делаю дистанционно по фото. Кстати при коррекции тонких тел человека меняется не только отношение к алкоголю, но и успешно уходят любые неудачи, решаются семейные проблемы и проблемы здоровья.*

*Пишите: 644053, г.Омск, а/я 2591, Агаркиной Надежде Дмитриевне. Звоните: 8(3812) 64-36-25, 29-26-81.*

ни, желудка, геморрое, сотрясениях мозга и головных болях, атеросклерозе, сахарном диабете, гипертонии, камнях и песке в почках, водянке, туберкулезе легких, белокровии, экземе, псориазе, пневмонии, бронхите, гастрите, подагрическом и ревматическом артрите, нарушении обмена веществ.



**При любых проблемах с головой (нарушение мозгового кровообращения, гипертония, сотрясение мозга, эпилепсия, инсульт, энцефалопатия) применяют такой состав: 50 грамм Шикши, 20 грамм Марьиного корня, смешать. 2 столовые ложки этого сбора заварить 1 литром кипятка, настоять ночь. Процедить, принимать по 1 стакану 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения 10 дней, перерыв 10 дней и лечение продолжить. Такой сбор рекомендуется так же при женских заболеваниях.**

**Рецепт настойки: 50 грамм сухого корня**

**залить 0,5 литра водки, настоять 2 недели. Принимать по 30-40 капель с водой, 3 раза в день за 15-20 минут до еды. Курс лечения 30 дней. После 10 дневного перерыва курс лечения повторить.**

**Рецепт настоя: корень измельчить. 10 грамм порошка (2 чайные ложки без верха) залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа. Принимать по 1 чайной ложке (через пять дней довести до столовой) 3-4 раза в день вне зависимости от еды (но лучше за 20-30 минут до еды или после).**

Вот так даровали Боги Олимпа Пеону бессмертие, превратив его в исцеляющее растение. А он из любви и сострадания к людям подарил им секрет бессмертного корня. Корень Пиона с редкими рецептами применения я могу выслать.

Я предлагаю приобрести правильно собранные и не измельченные травы: Шелковицу, Диоскорею, Калган, Красный корень, Желтушник, Галегу, Барвинок, Очанку, Дрок, Норичник, Уснею, Горичник, Красную щетку, Карагану, Эдельвейс, Белозор, Шлемник, Дудник, Вербену, Плакун, Арнику, Дымянку, Володушку, Астргал, Кошачью лапку, Сагандайлю, Авран, листья Гинкго, горный морозник (корни), Золотую колючку, Белую губку и Аконию, Манжетку, Медунцу, Розмарин, Кашкару, Сон-траву, цвет Каштана, Шикшу, Княжик, Зимолюбку, Огонь-траву и другие. Гриб Трутовик лиственничный с методикой очищения печени и похудения Ямакиро. Белое Каменное масло (кусочки) со всеми рецептами. Редкость: Одолень-трава, Астргал «Желтый Вождь», Ятрышник, Витекс. При обращении прошу вкладывать подписанный конверт, указать диагноз и возраст.

**353440, город Анапа, Главпочтамт, до востребования, Климовой Ольге Викторовне.**

## ПЕЧЕНЬ НЕ ТАБЛЕТКАМИ ЛЕЧИМ

ных уже через несколько минут начинает вызывать легкое подташнивание. Если после выпитого настоя сразу съесть что-ни-

 В народе самым популярным растением от многих заболеваний печени был и остается бессмертник, известный и под другим названием – ЦМИН ПЕСЧАНЫЙ.

Приготовление: 3 чайные ложки бессмертника на стакан воды. Можно заваривать как чай. Обычно это средство при длительном приеме лечит атеросклероз, но есть и другое немаловажное свойство – порошок усиливает выведение вредных веществ из организма, помогает при токсическом поражении печени.

При мучительных печеночных коликах помогает чай из ромашки, мелиссы, мяты, листьев брусники, ягод шиповника, калины, можжевельника, а также облегчают состояние настои и отвары корней аира, девясила, травы спорыша, земляники, мать-и-мачехи, пастушьей сумки, хвоща, череды, чистотела.

Наилучший эффект дает володушка золотистая. Из свежей травы отжимают сок, консервируют спиртом, взятым в равной пропорции. Назначают от 30 до 50 капель 3 раза в день до еды на 3-4-х недельный курс лечения. Меньшее количество капель рассчитано на нормальную работу поджелудочной железы, а максимальное – на усиление ее сокогонного действия.

В применении сухой травы тоже есть свои тонкости. Сначала готовят обычный настой из расчета 1 ст. ложка травы на стакан кипятка, выдерживая под крышкой 2-3 часа. Но этот настой у некоторых боль-

будь, тошноты не будет. Далее заливают 3 ст. ложки травы 3 стаканами кипятка, ставят посуду на слабый огонь, поддерживая легкое кипение, и держат на плите до тех пор, пока не выпарилась одна треть, после чего в нем растворяют чайную ложку меда. Этот насыщенный отвар, употребляемый в той же дозе (по 100 мл) 3-4 раза за 1/4 часа до еды, действует очень мягко, не вызывая неприятных ощущений.

К прочим достоинствам володушки можно отнести способность укреплять сосуды и уменьшать риск кровоизлияний, лечить некоторые нервные болезни. Недавними экспериментами на животных установлена и ее противоопухолевая активность.

Некоторые растения более эффективны в сочетании с медом. Заметно улучшает работу печени отвар травы крапивы – 3 ст. ложки на 0,5 л воды, кипятить 5 минут, процедить. В отваре развести полную столовую ложку меда и пить в горячем виде по полстакана 4 раза в день.

При заболеваниях печени популярен сок хрена с медом; того и другого берут поровну, смешивают, употребляют по 1 чайной ложке несколько раз в течение дня, запивая теплой водой. Кладут мед и в отвар цветков рябины – это старинное средство от печеночных колик.

Чумакова И.Ю., г. Барнаул.



## СКАНВОРД


Ответы в следующем номере

Криптография					Роковая дама трех мушкетеров		Веревочные "оковы"				Молодой амбициозный американец
	Небольшой магазинчик (устар.)		Площадка для отработки выражей		Аудитория учителя				"Пылесборник" на полу		Путешествие по замкнутому кругу
					Экранные люди-мутанты		Международная ассоциация футбола		Любимая собачка Донцовой		Скороговорка под музыку
	Недуг, не дающий дышать полной грудью		То же, что кино								"... пикирующего бомбардировщика"
							Облачение Айвенго				
	Раскройщица оставляет его на швы		Сериал о комиссаре Каттани		Пандус на судовой верфи				"Разбойник" на видео-рынке		Устная помощь
					"Сундук" для муки		Кувшин с крышкой		Система действий		
	Северный, Южный и магнитный		Курортное песчаное лежбище						Сакральная картина		
							Белый гриб				
	Гавайское курево		В нее бросают мусор или бюллетени						Любимец цыганку Земфиру		
Белая кость, голубая кровь							Бараний горox				Гималайский козел



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

# ЧЕМ ЗАЕСТЬ ИКОТУ?

 Чаще всего причиной икоты становится переедание, переохлаждение, нервный шок или принятие чрезмерных доз алкоголя. В этих случаях икота обычно проходит сама.

Длительная же, упорная икота гораздо опаснее, так как она может свидетельствовать о развитии в организме заболеваний головного или спинного мозга, инфаркта миокарда, инфекционного заражения.

## Предлагаем вам справиться с икотой самостоятельно в домашних условиях.

Залейте 2 ст. ложки лаврового листа 1 стаканом кипятка, дайте настояться в течение часа и принимайте по 10 капель, как только начнете икать. В это время постарайтесь сильно задержать дыхание и соедините на обеих руках концы мизинцев с боль-



шими пальцами, образовав кольцо (остальные пальцы выпрямите). Иногда икота прекращается, если сильно сдавить руками область диафрагмы.


При упорной икоте рекомендуется смазывать шею маслом душицы.

Горсть мелко нарезанной травы залить 0,5 литра оливкового масла, настоять 8 часов, процедить, нанести на шею 2-3 капли настоя и растереть. Процедуру повторять 3 раза в день. Одолеть упорную икоту поможет и горчичник, поставленный на область диафрагмы, «под ложечку».

Будьте здоровы и не икайте!

Семенчук Л.

# ЕСЛИ КРУЖИТСЯ ГОЛОВА

 1 столовую ложку первоцвета с вечера положить в термос и залить 1 стаканом кипятка. Утром процедить. Принимать по 50 г 4 раза в день за 30 минут до еды.

2 столовые ложки цветов боярышника с вечера положить в термос и залить 2 стаканами кипятка. Утром процедить. Принимать по 100 г 4 раза в день за 30 минут до еды.


1 чайную ложку прострела лугового с вечера положить в термос и залить стаканом кипятка. Утром процедить. Принимать по 50 г 4 раза в день за 30 минут до еды.

Барвинок – 75 г, буквица – 100 г. Столовую ложку сбора с вечера положить в термос и залить стаканом кипятка. Утром процедить, принимать по 50 г 4 раза в день за час до еды.

Елена Щ., г. Волгинский.



# ОТЕКАЮТ НОГИ

 У меня склонность к запорам, к тому же постоянно отекают руки и ноги. Подскажите народное средство от этих неприятностей.

Ирина Е., г. Пушкино.

Видимо, у вас плохо обстоят дела с обменом веществ. Вам поможет такой настой. Возьмите по 3 части коры крушины и корней одуванчика, а плодов петрушки, фенхеля и листьев мяты перечной – по 1 части. 2 ст. ложки сырья заварите 2 стаканами кипятка. Настаивайте 4-6 ч., процедите и отожмите. Выпивайте всю дозу сразу натощак. Делайте так каждый день в течение 8-10 недель. Очень важно не прерывать курс лечения ни на один день.



Ответы на сканворд, опубликованный в № 38.

М	с	к	а	з	б	р	с					
е	д	о	у	п	а	к	о	в	к	а		
д	и	р	о	л	а	л	ж	в				
и	а	л	в	о	л	ч	о	н	о	к		
к	а	п	р	и	з	р	а	н	а	ш	а	
я	и	м	е	т	и	с	к	д				
с	т	а	н	е	а	т	в	а	р	ь		
о	г	р	е	х	р	у	и	н	ы			
ф	л	о	т	и	л	и	я	ш	х	у	н	а
л	о	з	о	н	э	к	о	н	о	м		
к	а	р	н	а	в	а	л	а	р	е	к	а

Ф.СП-1

## АБОНЕМЕНТ

На Газету  
~~Журнал~~

 (Индекс издания)

### “Бабушкины рецепты”

(Наименование издания)		Количество комплектов									
На 2010 год по месяцам											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Куда											
(Почтовый индекс)						(Адрес)					
Кому											
(Фамилия, инициалы)								Тел.			

## Доставочная карточка

ПВ	Место	Литер	На <u>Газету</u> <del>Журнал</del>	<input type="text"/>							
“Бабушкины рецепты”				(Индекс издания)							
(Наименование издания)											
Стоимость	Подписки			Количество комплектов							
	Переадресовки										
На 2010 год по месяцам											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда											
(Почтовый индекс)						(Адрес)					
Кому											
(Фамилия, инициалы)								Тел.			