

ЛЕЧЕНИЕ ЯГОДАМИ И ПЛОДАМИ

ШИПОВНИК

рябина

облепиха



Таисия Андреевна Батяева

Лечение ягодами (рябина, шиповник, облепиха)

РАЗДЕЛ 1. ЦЕЛИТЕЛЬНЫЙ ШИПОВНИК

ГЛАВА 1. ПРИМЕНЕНИЕ ШИПОВНИКА В МЕДИЦИНЕ, СБОР, СУШКА, ХРАНЕНИЕ

Шиповник. Быть здоровым и никогда не болеть – заветная мечта любого здравомыслящего человека. И сделать эту мечту реальностью весьма несложно. Вам совсем необязательно глотать горстями витамины и иммуностимуляторы. Чтобы Вы всегда оставались здоровыми, всем необходимым Ваш организм обеспечит самый обыкновенный

шиповник, широко распространенный в наших краях.

Благодаря ему, Вы не только повысите свой иммунитет и предупредите развитие простудных заболеваний, но и сможете избавиться от проблем с сердечно-сосудистой системой и желудочно-кишечным трактом, а также похудеть.

Это растение, довольно широко распространено во всех областях России. На юго-востоке встречается, главным образом, в районах Правобережья: в лесах, поймах рек, оврагах, по опушкам водораздельных лесов. Наиболее распространенные виды шиповника это шиповник коричный и шиповник собачий.

Шиповник коричный – многолетнее растение, кустарник до 2 м. высоты. Ветки красноватые, блестящие; не цветущие побеги с частыми, тонкими, прямыми шипами, иногда вниз отогнутыми; цветущие ветви твердыми, изогнутыми попарно расположенными у основания черешков шипами. Листья очередные, черешковые, непарноперистые с прилистниками, листочков 5–7 пар, овальные, по краю мелкопильчатые. Цветки крупные, розовые, одиночные. Чашечка пятираздельная, при плодах вверх стоящая. Плоды ложные яйцевидные, ягодообразные, ярко-красные со многими плодниками – сеянками. Цветет с середины мая по июль. Плоды созревают в августе – сентябре.

При сборе следует отличать шиповник собачий, который является менее ценным в лекарственном отношении. Он имеет шарообразные плоды, которые при созревании плотно прижаты к чашечке.

Лекарственным сырьем являются ложные плоды. Плоды собираются в период их полной зрелости в конце августа – сентябре, вручную, старайтесь не мять их. Сбирать следует до заморозков, так как примороженные плоды не пригодны для лечебных целей. Собранные плоды немедленно сушат в сушилках или печах, следя за тем, чтобы плоды не пригорели.

Готовое сырье – плоды должны быть буровато-красного цвета или оранжевого с плодоножками. В сырье допускается содержание листьев, семян, веток не более 2 %, подгоревших и поврежденных плодов, не более 1,5 %, посторонних примесей: органических

не более 1,5 %, минеральных не более 1,5 %.

Упаковывается сырье в тюки по 40–50

кг. Хранится в крытом, хорошо проветриваемом помещении. Срок хранения 2 года.

По содержанию витамина «С» шиповник превосходит почти все растительные продукты. Содержание витамина «С» в мякоти зрелых плодов различных видов шиповника колеблется от 4,8 % до 14,4 % и более, что превосходит содержание его в черной смородине примерно в 10 раз, а в яблоках в 100 раз. Содержание витамина «С» в шиповнике зависит от степени зрелости, места произрастания и вида шиповника. Известно, что зрелые плоды, отличаются более высоким содержанием витамина «С». Количество аскорбиновой кислоты повышается по мере созревания плодов. Наиболее богаты витамином «С», и вообще витаминами, плоды шиповника, произрастающие в средних и северных районах России. Кроме витамина «С», плоды шиповника содержат провитамины «А» (12–18 мг %), витамина «К», «В2», «Р», а также сахара (около 18 %), дубильных веществ (4,5 %), лимонную кислоту (около 2 %), пектиновые вещества. Из минеральных солей преобладают соли: «К», «Mg» и «Р». Витамины содержатся также и в листьях шиповника. По различным данным, содержание витамина «С» в листьях доходит до 1,1–1,5 %. Семена шиповника содержат витамин «Е».

Применяется шиповник главным образом как поливитаминное средство при лечении заболеваний, вызванных недостатком в организме аскорбиновой кислоты и некоторых других витаминов, а также при малокровии как общеукрепляющее, при истощении организма и других заболеваниях.

Установлено, что вытяжка из плодов усиливает секрецию желчи и поэтому рекомендуется в сочетании с другой лекарственной терапией при заболеваниях печени и желчных путей.

Мякоть плодов используется в качестве слабительного.

Назначается шиповник внутрь в самых разнообразных формах.

Медицинская промышленность России из плодов шиповника prepares различные концентраты витамина «С» и поливитаминные концентраты в форме экстрактов, сиропов, порошков, таблеток, драже и прочее.

Сушеные плоды шиповника применяют для домашнего лечения.

Для сохранения витамина «С», настой из плодов шиповника готовят следующим образом:

1 ст. л. целых плодов заливают стаканом кипятка и кипятят в течение 10 мин в закрытой эмалированной посуде. Затем оставляют стоять на сутки. При этом посуда должна быть тщательно закрыта, так как доступ воздуха ускоряет разрушение витаминов в настое. Через сутки настой процеживают и принимают 1/4 - 1/2 стакана 2 раза в день. Если настой готовят из очищенных плодов шиповника, то 1 ст. л. плодов заливают 2 стаканами кипятка и после десятиминутного кипячения настаивают 3–4 ч. Принимают также, 1/2 - 1/4 стакана в день.

Сухие плоды шиповника входят в состав витаминных сборов. Витаминный чай № 1 состоит из равных частей плодов шиповника и ягод смородины; витаминный чай № 2 – из плодов шиповника и ягод рябины, взятых поровну. Настои из витаминных сборов готовятся следующим образом: 2 ч. л. сбора заливают 2 стаканами кипящей воды, настаивают в тёплом месте, процеживают и принимают без сахара или добавляя по вкусу сахар 1/2 стакана 3–4 раза в день.

Кроме различных форм витаминных препаратов, из зрелых плодов шиповника изготавливают

препарат холосас, применяемый для лечения заболеваний печени и желчного пузыря. Сырьём для получения холосаса могут быть как высоко, так и низковитаминные виды шиповника.

В народной медицине плоды шиповника издавна применяют для лечения цинги, при простудных заболеваниях. Лепестки цветов, сваренные с медом, употребляют для лечения лица Галлы, и корни шиповника содержат много дубильных веществ и используются как вяжущие средства. Из корней готовят отвар или настойку на водке и употребляют при поносе.

Кроме медицинского применения плоды шиповника используются в кондитерском производстве для приготовления конфет, драже, мармелада, пастилы и т. д. Из плодов шиповника дамасского или казанлыкского и некоторых других видов получают эфирное масло, употребляют в парфюмерно-косметической промышленности, в ликерном и кондитерском производстве, а иногда в медицине для исправления вкуса и запаха некоторых веществ.

Из семян шиповника получают масло. Масло шиповника содержит ненасыщенные и насыщенные жирные кислоты, каротиноиды, токоферолы.

Маслянистая жидкость бурого цвета с зеленоватым оттенком, горьковатого вкуса и специфического запаха.

Применяют наружно при трещинах (неглубоких) и ссадинах сосков у кормящих женщин, пролежнях, трофических язвах голеней, дерматозах, озене и в клизмах при неспецифическом язвенном колите.

Наружно назначают для смачивания марлевых салфеток, которые накладывают на пораженные участки кожи. При озене смачивают тампоны и вводят их в полость носа 2 раза в день.

При лечении неспецифического язвенного колита масло шиповника применяют в клизмах: вводят по 50 мл. Каждый день (15–30 клизм). При дерматозах наряду с местным лечением принимают также препарат внутрь по 1 ч. л. 2 раза в день.

Грипп – острая вирусная болезнь, которая передается воздушно-капельным путем. Характеризуется острым началом, лихорадкой, общей интоксикацией и поражением респираторного тракта.

Возбудители гриппа включают несколько типов: грипп: А, В и С. Вирусы гриппа очень быстро изменяют свои свойства, поэтому этой болезнью заболевают многие люди. Вирус гриппа быстро погибает при нагревании, высушивании и под влиянием различных дезинфицирующих агентов. Ворота инфекции являются верхние отделы респираторного тракта. Грипп способствует снижению защитных свойств организма. Это приводит к обострению различных хронических заболеваний: ревматизма, хронической пневмонии, пиелита, холецистита, дизентерии, токсоплазмоза и прочих, а также, к возникновению вторичных бактериальных осложнений. Вирус сохраняется в организме больного обычно в течение 3–5 дней от начала болезни, а при осложнении пневмонией до 10–14 дней.

Инкубационный период гриппа продолжается от 12 до 48 ч. Типичный грипп начинается остро, нередко с озноба или познабливания, быстро повышается температура тела, и уже в первые сутки лихорадка достигает максимального уровня (38–40 °С). Отмечаются признаки общей интоксикации (слабость, адинамия, потливость, боль в мышцах, сильная головная боль, боль в глазах) и симптомы поражения дыхательных путей (сухой кашель, першение в горле, саднение за грудиной, осиплость голоса). Отмечаются покраснение лица и шеи, инъекция сосудов склер, брадикардия (урежение сердцебиения), гипотония. Выявляется

поражение верхних дыхательных путей (ринит, фарингит, ларингит, трахеит). Особенно часто поражается трахея, тогда, как ринит иногда отсутствует. Язык обложен, может быть, кратковременное расстройство стула. Могут наблюдаться такие осложнения, как пневмонии (до 10 % всех больных и до 65 % госпитализированных больных гриппом), фронтиты, гаймориты, отиты, токсическое повреждение миокарда.

Лечение всегда назначает врач. Традиционные рецепты и рецепты фитотерапии, несомненно, принесут пользу, но отказываться при этом от приема медикаментов нельзя.

Следующие рецепты помогут вам быстрее избавиться от гриппа. Рецепт 1

Требуется: 80 г плодов шиповника, 100 г плодов малины, 2 стакана кипятка.

Способ приготовления. Плоды обдайте кипятком, кипятите 10 мин, после чего настой оставьте настаиваться на сутки в темном месте в хорошо закрытой посуде. Затем настой процедите.

Способ применения. Пейте по 1/3 стакана 2 раза в день перед едой. Рецепт 2

Требуется: 30 г плодов шиповника, 10 г плодов малины, 20 г измельченных листьев крапивы двудомной, 2 стакана кипятка.

Способ приготовления. Плоды шиповника измельчите деревянной ступкой, смешайте с остальными компонентами. 1 ст. л. сбора залейте кипятком, посуду плотно закройте и настаивайте смесь в течение 15 мин.

Способ применения. Принимайте как чай, по 1 стакану 2 раза в день в качестве профилактического средства. Рецепт 3

Требуется: 40 г лепестков шиповника, 2 стакана воды.

Способ приготовления. Цветки заварите крутым кипятком, потомите на водяной бане 5–7 мин, дайте настояться.

Способ применения. Используйте для полоскания горла не менее 3 раз в день. Рецепт 4

Требуется: 30 г лепестков шиповника, 20 г цветков липы, 2 стакана кипятка.

Способ приготовления. Заварите смесь кипятком, кипятите 7–10 мин, после чего процедите.

Способ применения. Пейте как чай, в качестве потогонного и жаропонижающего средства по 1–2 стакана в горячем виде.

ГЛАВА 2. ЛЕЧЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПРИ ПОМОЩИ ШИПОВНИКА

2.1. ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

Малоподвижный образ жизни, особенно в сочетании с обильным питанием, вредно сказывается на развитии и функционировании сердца человека. Происходит ожирение и ослабление сердца, которое не может справиться с нагрузкой в экстремальных условиях.

Очень вредны нервные перегрузки, нарушающие регуляцию работы сердца и сосудов, ритм их деятельности. Развиваются спазмы сосудов, ухудшается кровоснабжение мышцы сердца и других органов тела. Физические перегрузки могут вызвать чрезмерное растяжение сердца, увеличение его размеров. При этом снижается сила сокращений сердца, объём прокачиваемой крови, нарушается регуляция его деятельности, снижается работоспособность. Развивается

гипертония – повышенное кровеносное давление. Употребление алкоголя, курение табака также приводят к глубоким нарушениям деятельности сердца и сосудов. Алкоголь учащает и ослабляет работу сердца, нарушает регуляцию его деятельности, кровообращение в мышце сердца. Такое сердце не может справиться с большими физическими нагрузками. Курение табака вызывает резкое учащение работы сердца на 10–15 тысяч ударов в сутки. При частом курении наблюдается почти непрерывное сужение, спазм сосудов, замедление и нарушение кровообращения. Повреждаются веществами табака лимфатические узлы в области легких, снижается их иммунная роль.

Существуют некоторые народные рецепты лечения сердечнососудистых заболеваний шиповником.

Для очистки сосудов: шиповник, ромашка, зверобой, бессмертник, березовые почки. Взять по 100 гр. каждого вида и высыпать в трехлитровую банку, банку закрыть (метод хранения).

Приготовление: вскипятить 0,5 л воды, добавить ст. л. смеси, настоять 20 мин, процедить через плотное полотно. На 250 г этого настоя добавить ч. л. мёда, размешать и выпить перед сном. Остальные 250 г выпить утром натощак, предварительно подогрев на паровой бане и добавив мёд. Подобным образом употребить весь настой. Процедуру повторить через 5 ч.

При атеросклерозе: 2 ст. л. измельченных плодов шиповника на 0,5 л воды. Кипятить на малом огне, настоять, укутав на ночь, процедить. Принимать с медом в течение дня как чай, вместо воды.

2.2. ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Сборы, применяемые при различных видах заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Сбор № 1.

Плоды шиповника – 100 г; алтей корень – 150 г; цветы ромашки аптечной – 100 г; трава тысячелистника – 200 г; трава золототысячника – 100 г. Все хорошо смешать. Две ст. л. смеси на стакан кипятка. Настоять, укутав на 30 мин, процедить. Принимать по 1 стакану 3 раза в день за 30 мин до еды. Применяется при

коликах желудка.

Сбор № 2.

Листья мяты перечной – 1 часть; плоды шиповника – 2 части; пырей корневище – 1 часть; ромашка аптечная – 2 части; трава полыни горькой – 1 часть; трава тысячелистника – 1 часть. Все хорошо измельчить и перемешать. Одну ст. л. смеси на один стакан воды, кипятить 10

мин, настоять, укутав на 3 ч, процедить, принимать на ночь по 1 стакану настоя. Применяется при колитах желудка.

Сбор № 3.

Плоды шиповника – 10 г; чабрец – 10 г; кора дуба – 20 г; листья крапивы – 15 г; ромашка аптечная – 20 г; багульник, трава – 10 г; березовые почки – 15 г. Все тщательно перемешать. На один стакан кипятка одну ст. л. смеси. Заварить, настаивать, укутав на 2 часа. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день перед едой за 30 мин. Применяется при

колитах желудка .

Сбор № 4.

Плоды шиповника – 100 г; земляника – 100 г; фиалка трехцветная – 200 г; череда – 100 г; крапива глухая (яснотка) – 200 г. Все хорошо измельчить, перемешать. Две ст. л. смеси на 1 стакан воды, кипятить 10 мин. Настоять, укутав на 30 мин. Принимать по стакану в течение дня. Применяется при

колитах желудка .

Сбор № 5.

Плоды шиповника – 1 часть; корень цикория – 1 часть; трава тысячелистника – 2 части; цветы календулы – 1 часть. Смешать заварить одним стаканом кипятка две ст. л. смеси. Настоять, укутав на 1 час. Принимать 1/2 стакана перед сном. Применяется при

колитах желудка .РЕЦЕПТ 1.

Для приготовления следующего настоя вам потребуется: шиповник, плоды – 1 часть; алтей, корень – 1 часть; ромашка аптечная – 1 часть; пырей, корневище – 1 часть; солодка, корень – 1 часть. Весь этот сбор следует хорошо измельчить и смешать. Далее нужно залить 2 ст. л. получившейся смеси, одним стаканом воды. После чего кипятить 15 мин., настоять, укутав на 2 ч, процедить. Принимать настой на ночь 1/2 стакана. Данный настой применяется при

острых хронических гастритах .РЕЦЕПТ 2.

Для приготовления этого рецепта вам необходимо взять: плоды шиповника – 10 г; цветы ромашки аптечной – 10 г; травы тысячелистника – 10 г; травы полыни горькой – 10 г; листья мяты перечной – 10 г; листья шалфея. Все это смешать до однородной массы. 2 ч. л. смеси на 1 стакан кипятка, настаивать, укутав, процедить. Принимать настой следует горячим 1/2 стакана 2 раза в день за 30 мин до еды. Принимается при

гастритах и энтеритах .РЕЦЕПТ 3.

Вам нужны листья мяты перечной – 20 г, трава золототысячника – 80 г, шиповника – 40 г. Все хорошо перемешать. Заварить 2 ч. л. смеси 1 стаканом кипятка, настаивать, укутав, 30 мин, процедить. Принимать по 1 стакану 3 раза в день за 30 мин до еды. Принимается

при гастритах с жалобами на печень. РЕЦЕПТ 4.

Листья шиповника – 1 ст. л. сухого листа шиповника, 2 ст. л. сухого порошка морской капусты, залейте 2 стаканами кипятка и настаивайте, чтобы травы хорошо смешались и разбухли. Процедить и принимать по 1 ст. л. отвара 2 раза в день.

Сбор № 6.

Трава душицы – 100 г; можжевельные ягоды – 50 г; листья подорожника – 200 г; плоды шиповника – 200 г; трава хвоща полевого – 100 г. Все измельчить, смешать, 2 ст. л. сбора заварить 500 мл крутого кипятка, настаивать 5–6 ч, пить 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. Применяется при

гипоцидных и анацидных гастритах.

Сбор № 7.

Листья мяты перечной – 200 г; плоды шиповника – 200 г; трава тысячелистника – 50 г; цветы ромашки – 200 г.

Способ приготовления : все измельчить, смешать, 2 ст. л. сбора заварить 500 мл крутого кипятка, настаивать 5–6 часов.

Способ применения : пить 1/2 стакана 3 раза в день перед едой применяется при гиперацидных гастритах.

Сбор № 8.

Листья подорожника – 200 г; цветы ромашки – 200 г; трава сушеницы – 200 г; трава тысячелистника – 100 г; плоды шиповника – 100 г

Способ приготовления : все измельчить, смешать, 2 ст. л. сбора заварить 500 мл крутого кипятка, настаивать 5–6 ч.

Способ применения : пить 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. Применяется при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки .

Сбор № 9.

Листья подорожника – 100 г; цветы ромашки – 200 г; трава тысячелистника – 50 г; листья перечной мяты – 100 г; плоды шиповника – 100 г.

Способ приготовления : все измельчить, смешать, 2 ст. л. сбора заварить 500 мл крутого кипятка, настаивать 5–6 часов.

Способ применения : пить 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. Применяется при колитах.

Корневище лапчатки – 100 г; листья перечной мяты – 100 г; цветы ромашки – 100 г; трава тысячелистника – 50 г; плоды шиповника – 100 г. Способ приготовления: 2 ст. л. сбора облить 500 мл крутого кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 30 мин. Пить 1/3 стакана после еды. Применяется при

хронических энтероколитах.

Лечение

гастрита с пониженной кислотностью с помощью шиповника. Для приготовления необходим 1 стакан измельченных плодов шиповника, 1 ст. л. пиона, залейте 3 стаканами кипятка, настаивать в закрытой посуде в течение 30 мин. Процедите и принимайте по 1 ст. л. 3 раза в день, за 30 мин до еды.

Боли в желудке при язве двенадцатиперстной кишки с помощью масла шиповника. 50 мл

масла шиповника, 10 г нашинкованного сухого корня солодки и 6 г сухих корок апельсина, все залить 400 г воды, варить, сначала 1/2 объема, и процедить. Потом добавить 60 г меда. Полученную смесь разделить на две части: первую принимать утром за 30–40 мин до еды, вторую за 1,5–2 ч до сна. Курс лечения – 40–50 дней. После 7–8 дней приема отвара, боли в области желудка прекратятся.

Сборы, применяемые при заболеваниях печени и желчевыводящих путей.

1. Цветы бессмертника песчаного – 100 г; почечный чай – 100 г; трава шалфея – 100 г; плоды шиповника – 100 г.

Способ приготовления : две ст. л. сбора облить 500 мл крутого кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 30 мин. Пить 1/3 стакана после еды. Применяется при

холециститах.

2. Цветы бессмертника песчаного – 200 г; трава спорыша – 200 г; березовые листья – 100 г; трава зверобоя – 200 г; кора крушины – 100 г; листья крапивы двудомной – 100 г; плоды шиповника – 100 г. Способ приготовления: одну ст. л. смеси измельченной смеси заварить 300 мл кипятка, кипятить 5 мин, настаивать в теплом месте (термосе) 4 часа. Пить 1/2 стакана в теплом виде за 15–20 мин до еды. Применяется при заболеваниях

печени (острых и хронических гепатитах).

3. Плоды шиповника – 150 г; цветы бессмертника песчаного – 200 г; листья брусники – 100 г; трава спорыша – 200 г; цветы ромашки – 100 г.

Способ приготовления: все измельчить, смешать, 2 ст. л. сбора заварить 500 мл крутого кипятка, настаивать 5–6 ч.

Способ применения: пить 1/2 стакана 3 раза в день перед едой.

Желчегонный чай .

4. Березовые листья – 150 г; трава зверобоя -150 г; листья перечной мяты – 200 г; плоды шиповника – 200 г; почечный чай – 100 г.

Способ приготовления : все хорошо измельчить. Одну ст. л. смеси заварить 300 мл кипятка, кипятить 5 мин, настаивать в теплом месте (термосе) 4 ч. Пить 1/2 стакана в теплом виде за 15–20 мин до еды.

Желчегонный чай.

5. Плоды шиповника – 150 г; трава хвоща полевого – 100 г; почечный чай – 100 г; трава спорыша – 200 г; трава крапивы двудомной – 100 г.

Способ приготовления: все измельчить, смешать, 2 ст. л. сбора заварить 500 мл крутого кипятка, настаивать 5–6 ч, пить 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. Применяется при желчнокаменной болезни .

6. Березовые листья – 100 г; почечный чай – 100 г; можжевельниковые ягоды – 100 г; трава спорыша – 200 г; плоды шиповника – 100 г.

Способ приготовления: все измельчить, смешать, 2 ст. л. сбора заварить 500 мл крутого кипятка, настаивать 5–6 ч.

Способ применения : пить 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. Применяется как

мочегонный чай.

7. Плоды шиповника – 100 г; листья брусники – 100 г; листья толокнянки – 100 г; жостер – 150 г; трава крапивы двудомной – 100 г.

Способ приготовления : две ст. л. сбора облить 500 мл крутого кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 30 мин. Пить 1/3 стакана после еды. Применяется как

мочегонный чай.

8. Плоды шиповника – 200 г; листья толокнянки – 100 г; трава хвоща полевого – 100 г; можжевельниковые ягоды – 100 г.

Способ приготовления : все измельчить, смешать, 2 ст. л. сбора заварить 0,5 л крутого кипятка, настаивать 4–5 ч, пить по половине стакана 3 раза в день перед едой. Применяется при

циститах и уретритах.

9. Плоды шиповника – 200 г; трава хвоща полевого – 100 г; почечный чай – 100 г; трава спорыша 200 г.

Способ приготовления : все измельчить, смешать, 2 ст. л. сбора заварить 0,5 л крутого кипятка, настаивать 4–5 ч.

Способ применения : пить по половине стакана 3 раза в день перед едой. Применяется при мочекаменной болезни. Витаминные чаи с шиповником для поддержания жизненного тонуса.

1. Плоды шиповника – 1 часть; ягоды смородины – 1 часть. Одну ст. л. смеси заварить 2 стаканами кипятка, настаивать не менее 1 ч в хорошо закрытой посуде, процедить через марлю, добавить по вкусу сахар. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день. При заболевании мочекаменной болезни , а также в качестве профилактики.

2. Плоды шиповника – 1 часть; плоды рябины – 1 часть. Одну ст. л. смеси заварить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 4 ч в хорошо закупоренной посуде (в прохладном и темном помещении), процедить через марлю, добавить по вкусу сахар. Пить 1/2 стакана 3 раза в день.

3. Плоды шиповника – 1 часть; плоды брусники – 1 часть. Одну ст. л. смеси заварить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 4 ч в плотно закупоренной посуде (в прохладном и темном месте), процедить через марлю, охладить. Пить 1/2 стакана 3 раза в день.

4. Плоды шиповника – 2 части; листья крапивы – 3 части; плоды рябины – 7 частей. Одну ст. л. смеси заварить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 4 ч в плотно закупоренной посуде (в прохладном, темном помещении), процедить через марлю. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день.

5. Плоды шиповника – 3 части; плоды брусники – 1 часть. Одну ст. л. смеси заварить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 4 ч в плотно закупоренной посуде (в прохладном, темном помещении), процедить через марлю. Пить 1/2 стакана 3 раза в день.

6. Плоды шиповника – 3 части; ягоды смородины – 1 часть; листья крапивы – 3 части; корень моркови – 3 части. Одну ст. л. сбора заварить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 мин, настаивать в хорошо закрытой посуде 4 ч (в прохладном, темном помещении), процедить

через марлю. Пить 1/2 стакана 3 раза в день.

7. Плоды шиповника – 1 часть; плоды малины – 1 часть. Одну ст. л. смеси залить стаканом кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 3 часа, процедить через марлю. Пить 1/3 стакана 2–3 раза в день.

8. Плоды шиповника – 1 часть; листья малины – 1 часть; листья смородины – 1 часть; листья брусники – 1 часть. Две ст. л. смеси залить стаканом кипятка, кипятить 10 мин, настаивать в плотно закрытой посуде до охлаждения, процедить через марлю, добавить по вкусу сахар. Пить 1/2 стакана 2 раза в день.

2.3. ГИПОТОНИЯ

1. Татарник колючий – 20 г (сухие цветочные листья и корзинки); шиповник – 10 г. Залить всю смесь одним стаканом воды. Кипятить 10 мин на малом огне, настоять, укутав на 30 минут, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3–4 раза в день для

поднятия тонуса и повышения кровяного давления.

2. Настойка лимонника с добавлением небольшого количества сока шиповника. Принимать по 20–30 капель 2 раза в день натощак перед завтраком и обедом за 30 мин до еды. Принимать на 1 ст. л. воды.

3. Сок шиповника и левзея сафлоровидная (маралий корень), настойка. Принимать по 20–30 капель 3 раза в день натощак, перед завтраком и обедом за 30 минут до еды.

4. Плоды шиповника – 10 г; бессмертник – 10 г заварить одним стаканом кипятка, настоять, укутав на 30–40 минут, процедить. Принимать по 1/2 стакана 2–3 раза в день за 30 мин до еды, в охлажденном виде.

5. Плоды шиповника 200 г и сушеная ягода малины 200 г заваривают кипятком 1 л и дают настояться (пока не остынет). Употреблять по 1 стакану в теплом или горячем виде, можно добавлять мед или выжимать в стакан настой лимона (приблизительно 1/3). Употребляется данный отвар всякий раз как опускается кровяное давление.

2.4. ВАРИКОЗНОЕ РАСШИРЕНИЕ ВЕН. ФЛЕБИТЫ И ТРОМБОФЛЕБИТЫ

Возникновению

варикозного расширения вен способствует застой венозной крови, возникающий при работе, связанной с длительным стоянием на ногах и т. п. причинам. Застой крови способствует оседанию микробов в стенке вены и таким образом вызывает развитие

флебита и

тромбофлебита. В связи с этим нетрадиционное лечение должно быть направлено на восстановление движения крови в венах и оживление общего периферического кровообращения. Для лечения данной болезни существует несколько рецептов в народной медицине. РЕЦЕПТ 1.

Трава тысячелистника – 50 г;

Цветы бессмертника песчаного – 200 г;

Листья брусники – 100 г;

Плоды шиповника – 200 г;

Кора крушины – 100 г;

Березовые листья – 100 г.

Способ приготовления : все измельчить, смешать, ст. л. смеси заварить 300 мл, кипятка, 5 мин кипятить, настаивать в теплом месте (можно в термосе) 4 ч, пить в теплом виде 1/2 стакана 3 раза в день за 15–20 мин перед едой.РЕЦЕПТ 2.

Плоды шиповника – 150 г;

Цветы боярышника – 150 г;

Трава душицы – 150 г;

Трава пустырника – 200 г;

Трава зверобоя – 200 г.

Способ приготовления : листья, плоды, траву и цветы измельчить, все смешать, 2 ст. л. сбора заварить 500 мл крутого кипятка, настаивать не менее 5–6 ч, пить по полстакана 3 раза в день перед едой в теплом виде.РЕЦЕПТ 3.

Плоды шиповника – 100 г;

Трава душицы – 100 г;

Листья мяты перечной – 200 г;

Цветы ромашки – 100 г;

Трава пустырника – 200 г;

Почечный чай – 100 г.

Способ приготовления : все смешать, 2 ст. л. сбора заварить 500 мл крутого кипятка, настаивать не менее 5–6 ч. Пить 1/2 3 раза в день перед едой в теплом виде.

2.5. ЗАБОЛЕВАНИЯ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

БРОНХИТ

Помогут следующие рецепты от заболевания бронхита:

1. Мать-и-мачеха, листья – 5 г; шиповник, плоды – 10 г; черная бузина, цветы – 5 г; спорыш, трава – 10 г.

Эту смесь заварить 1ст. кипятка, настоять, укутав, 1 час, процедить. Пить 3 раза в день.

2. Почки сосновые – 1 часть; подорожник, листья – 1 часть; шиповник, листья – 1 часть;

мать-и-мачеха, листья – 1 часть.

4 ч. л. смеси настоять 2 часа в стакане холодной воды. Кипятить 5 мин, процедить. Принимать 1 стакан в течение дня за три приема.

3. Шиповник, плоды – 1 часть, мать-и-мачеха, листья – 2 части; душица, трава – 1 часть; ромашка аптечная – 2 части.

2 ст. л. измельченной смеси на 500 г крутого кипятка. Настоять, укутав, 5–6 ч, процедить. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде. Применяется при сухом бронхите и при хроническом бронхите.

4. Шиповник, плод – 2 части; багульник, трава – 4 части; березовые почки – 1 часть; душица, трава – 2 части; крапива двудомная, листья – 1 часть.

Все измельчить, хорошо смешать. 2 ст. л. смеси на 500 г крутого кипятка. Кипятить 10 мин, настоять, укутав на 30 мин, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Применяется при хроническом бронхите.

5 Мать-и-мачеха, листья – 2 части; шиповник, плоды – 1 часть; березовые листья – 1 часть; ромашка аптечная – 2 части; багульник, трава – 2 части; душица, трава – 1 часть.

Все измельчить, хорошо смешать. 2 ст. л. смеси на 500 г крутого кипятка. Кипятить 10 мин, настоять, укутав на 30 мин, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Применяется при хронической пневмонии. АСТМА

Помогут следующие рецепты от насморка:

1. Багульник – 25 г; крапива жгучая малая – 15 г; шиповник плоды – 10 г. На все это литр кипятка. Настоять, укутав, 3 часа, процедить. Принимать по половине стакана 5–6 раз в день. Применяется при бронхиальной астме, простуде, ревматизме, кашле. В народе считают, что после двухнедельного приема этого состава проходит

начинающаяся астма, при коклюше детям принимать ч. л. 3–5 раза в день.

2. Шиповник плоды 20 г; эфедра (трава) – 40 г; ромашка аптечная – 200 г; березовые почки – 60 г; багульник (трава) – 200 г. Все измельчить, хорошо смешать, 2 ст. л. смеси на 500 г кипятка настоять, укутав на 5–6 ч, процедить. Принимать по половине 3 раза в день до еды, в теплом виде. Применяется при

астматических бронхитах.

3. Плоды шиповника – 2 части; почки сосновые – 1 часть; листья подорожника – 1 часть; листья мать-и-мачехи – 1 часть. Четыре ч. л. смеси на стакан холодной воды. Настоять 2 часа, затем кипятить 5 мин, настоять 15 мин. Процедить, выпить эту дозу в течение дня в 3 приема. Применяется при

бронхиальной астме, коклюше, бронхоэктазии .

4. Плоды шиповника – 10 г; чабрец (богородская трава) – 10 г; мать-и-мачеха, листья – 10 г; фиалка трехцветная, трава – 10 г; девясил, корни – 10 г; анис, плоды – 10 г. На стакан холодной воды 4 ч. л. смеси. Настоять 2 ч, прокипятить 5 мин, настоять 15 мин. Процедить,

выпить все в течение дня в три приема. Применяется при

бронхиальной астме.

5. 100 г плодов шиповника; 4 лимона; 1/2 стакана меда; скорлупа 2-х яиц; 1/2 стакана сока алоэ; 0,5 л марочного кагора. Все смешать, настаивать 7 дней. Пить по 30 г натошак в течение 3–6 месяцев.

6. Плоды шиповника, трава багульника по 1 ч. л... Травы пустырника, фиалки трехцветной, крапивы, листья мяты, подорожника, эвкалипта, цветы ноготков, ромашки лекарственной, кукурузных столбиков, ветрогонный сбор, мочегонный чай, льняного семени, корня девясила по 1 десертной ложке. Смешать, настаивать на 1 л кипятка 2 часа. Принимать по стакану 4 раза в день (один раз перед сном). При

бронхиальной астме, астматическом бронхите.

7. Травы зверобоя, травы пустырника, травы крапивы, травы полевого хвоща, травы тысячелистника, листьев шалфея, листьев подорожника, почек подорожника, почек березы, цветов ноготков по 1 десертной ложке. Смешать, настоять на 1 л воды сутки. Настой принимать по 3–4 раза в день с 1 ч. л. меда. ТУБЕРКУЛЕЗРЕЦЕПТ 1.

Плоды шиповника – 100 г; мед пчелиный, липовый – 100 г; сало свиное нутряное – 100 г; масло сливочное, несоленое – 100 г; сок алоэ (или агавы) – 15 г; какао в порошке – 50 г. Алоэ, перед срезанием, не поливать две недели. Растопить в эмалированной кастрюле свиное сало, масло, мед. Когда все растопится снять и добавить остальные компоненты. Хорошо все размешать. Хранить в стеклянной банке в холодильнике. Принимать по 1 ст. л. состава, растворять в стакане горячего молока. Пить утром и вечером. Принимать длительное время. Применяется при

туберкулезе легких и упорном бронхите. РЕЦЕПТ 2.

Смола-живица (сосна, кедр, пихта, ель). Очистить от примесей. Если смола густая, настоять на спирте 96 %. Смолу кладут в баночку, заливают спиртом так, чтобы он на 1 см покрывал смолу-живицу. Через несколько дней, смола растворится. Одна часть смолы-живицы на 2 части свиного нутряного сала. Все вместе перетопить. Снять с огня, когда остынет до 60 г, не выше, добавить меда, лучше липового. Если нет, то любого другого. На одну часть смолы-живицы и сала надо 1 часть меда (по весу). Все это хорошо перемешать. К полученному составу добавить 1/10 часть (по весу) кости жженой животной белой, 1 часть плодов шиповника и все перемешать. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день. Курс от 3 до 6 месяцев. В народе считают хорошим средством при

туберкулезе, бронхитах, плевритах. РЕЦЕПТ 3.

Мед липовый – 1200 г; лист алоэ мелко нарезанный – 1 стакан; плоды шиповника – 100 г; оливковое масло – 100 г; березовые почки – 25 г; липовый цвет – 10 г; вода – 2 стакана.

Способ приготовления . Мед растопить в эмалированной кастрюле, не давая кипеть. Добавить алоэ и дать докипеть 5-10 мин на малом огне. Отдельно от этого в 2 стакана воды заварить березовые почки, плоды шиповника и цвет липы. Кипятить 3 мин, настоять, укутав на 15–20 мин, процедить, отжать. Когда мед остынет, влить в него отвар почек, шиповника и липы, хорошо размешать. Смесь разлить по бутылкам (темным). Добавить в каждую бутылку поровну оливкового масла. Перед употреблением взбалтывать. Принимать по одной ст. л. 3 раза в день.

Помогут следующие рецепты при туберкулезе и болезнях легких:

1. Плоды шиповника – 100 г; брусника – 100 г; вероника – 100 г; женьшень – 100 г; кизил – 100 г; кровохлебка – 200 г; дымянка – 100 г; живучка – 200 г; крыжовник – 100 г; мать-и-мачеха – 200 г. Все составляющие тщательно измельчить и хорошо смешать. Две ст. л. смеси залить одним стаканом воды. Довести до кипения, прокипятить 10 мин. После чего настоять, укутав 2–3 ч. Процедить через марлю. Принимать по половине стакана 6 раз в день в теплом виде.

2. Плоды шиповника – 200 г; лимонник – 200 г; белая горчица – 100 г; сосна – 100 г; сирень – 10 г; полынь обыкновенная – 20 г; чабрец – 100 г; медуница – 200 г. Все составляющие измельчить и смешать. Заварить одним стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав 30 мин в темном месте. Принимать по стакану утром и вечером. Сборы, применяемые при сильном кашле.

Сбор № 1.

Плоды шиповника – 1 часть; алтей – 2 части; багульник – 1 часть; синий василек – 1 часть; душица – 2 части; донник лекарственный – 1 часть; калина – 1 часть; малина – 2 части; можжевельник обыкновенный – 2 части; паслен черный – 1 часть. Все смешать. Залить одним стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав на 1 ч. Процедить. Принимать в горячем виде. Применяется при

сухом кашле и как отхаркивающее средство.

Сбор № 2.

Три ст. л. плодов шиповника и три ст. л. высушенной крапивы. Залить всю смесь двумя стаканами воды. Настоять немного. После чего поставить кипятиться на медленный огонь. Прокипятить 10–15 мин. Настоять, укутав на 4–5 ч. Остудить. Принимать по стакану 4 раза в день в теплом виде.

Сбор № 3.

Плоды шиповника, малина, морковь, мыльнянка, ромашка непахучая, синюха голубая, пырей ползучий, мох кукушкин лен. Всех составляющих по 100 г. Насыпать все в литровую банку. Залить 60 % спиртом. Зарыть плотно крышкой. Поставить настаиваться в темное место. Настаивать следует не менее месяца. Принимать настойку по одной ч. л. 3–4 раза в день. Запивая при этом кипяченой водой или чаем.

Сбор № 4.

Плоды шиповника – 100 г; сушеница – 200 г; черника – 100 г; смолка – 100 г; синяк – 100 г; просвирник лесной – 200 г; иссоп – 100 г; конопля – 100 г; клюква – 200 г; латук – 100 г; липа – 200 г. Все составляющие тщательно измельчить и хорошо перемешать. Две ст. л. смеси залить одним стаканом кипятка. Довести до кипения, прокипятить 10–15 мин на малом огне. Настоять, укутав на 4–5 ч. Принимать 1/2 стакана 2 раза в день: утром и вечером после еды. Применяется при

туберкулезном, бронхиальном и простудном кашлях .

2.6. Заболевания лор-органов

НАСМОРК

Помогут следующие рецепты от насморка:

1. Смешать ментоловое масло с небольшим количеством сока шиповника. Закапать в каждую ноздрю по 2–3 капель получившегося состава. Делать подобную процедуру следует 2 раза в день. При этом смажьте также области лба, висков, за ушами, затылок, крылья носа. Можно ментоловое масло смешать с камфорным маслом. Те же процедуры, хорошо помогают при начинающемся насморке.

2. При начинающемся насморке может помочь и сок каланхое (домашнее средство), смешанный с соком шиповника. Достаточно смазать 2–3 раза в день в носу и

насморк быстро прекратиться. Можно закапывать по 3–5 капель.

3.

Настойка . На 100 г подсолнечного масла или оливкового масла берут ст. л. с верхом измельченного багульника и примерно 1/2 ст. л. плодов шиповника, настаивают 21 день в темном месте, ежедневно взбалтывая. Затем процедить, отжать, потом закапывать по 1 капле 3–4 раза в день. Лечение не более недели.

Насморк проходит через несколько дней.

4. При

хроническом насморке . Приготовить слегка теплую, чуть подсоленную воду. Добавить ч. л. любой из перечисленных настоек (календулы, софоры, эвкалипта), ст. л. плодов шиповника. Воды брать по 0,5 л. Этой водой промывать нос. Процедура выполняется так: наклониться над водой под углом 45°, носом втянуть её и выпустить изо рта. Так пропустить весь раствор, не поднимая головы. Отсморгаться попеременно через каждую ноздрю. Делать при

хроническом насморке дважды в день, утром и вечером.

5. Бузина лекарственная – 10 г; рута, трава – 10 г; копытень, корень – 20 г; шиповник плоды – 10 г. Все это тщательно стереть в порошок и хорошо смешать. При

хроническом насморке нюхать этот порошок 3 раза в день.АНГИНА

Это острое инфекционное заболевание, сопровождающее воспалением глотки и миндалин. Если Вам больно глотать или горло начало «першить», поднялась температура, то пора бить тревогу, потому что ангина очень заразное заболевание, к тому же она опасна осложнениями. Для лечения этого сложного и столь распространенного заболевания в нашей книге вы найдете несколько рецептов из народной медицины. РЕЦЕПТ 1.

Ромашка – 2 части; эвкалипт – 1 часть; шиповник – 1 часть; ноготки, цветы – 1 часть.

Все измельчить и хорошо смешать, 1 ст. л. смеси на 1,5 стакана кипятка. Кипятить 2 мин, настоять, укутав, 30 мин, процедить, полоскать 2 раза в день, утром и вечером, разделив раствор пополам. Начинать полоскание раствором с 26°, постепенно убавляя по 1° в день до 16°, затем месяц полоскать при 15–16° таким раствором. Такое полоскание позволяет снять

воспаление горла и закалить его.РЕЦЕПТ 2.

В бутыл 0,5 л положить до половины плодов шиповника и засыпать сверху сахарным песком. Обвязать горло марлей, настоять 3 дня, затем налить туда водки до верха, завязать марлей. Снова настоять 3 дня, процедить, отжать. Получится сладко-горький ликер. Принимать до полного выздоровления. РЕЦЕПТ 3.

Листья черники и шиповника по столовой ложке каждого. Заварить одним стаканом кипятка.

Настоять, укутав на 30–40 мин, процедить. Принимать по одному стакану настоя 3 раза в день в охлажденном виде небольшими глотками. Применяется при

начальной стадии диабета . Пить до 3-х месяцев и более. Хорошо помогает в начальной стадии диабета. **ФАРИНГИТРЕЦЕПТ 1.**

Необходимо взять 100 г плодов шиповника, 200 г багульника, 100 г листьев мать-и-мачехи, 150 г березовых почек. Все это хорошо смешать. Одну ст. л. смеси залить одним стаканом кипятка. Кипятить 2–3 мин. Настоять, укутав 5–6 ч, процедить принимать по полстакана 3 раза в день до еды, в теплом виде. **РЕЦЕПТ 2.**

Плоды шиповника – часть; трава тысячелистника – 2 части; трава шалфея – 1 часть; полынь горькая трава – 1 часть; чабрец – 1 часть. Все хорошо смешать. Одну ст. л. смеси на стакан воды. Кипятить 10 мин. Настоять, укутав на 1 ч. Принимать по стакану перед едой в горячем виде.

2.7. ДРУГИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

АЛЛЕРГИЯ

Аллергия на пыль, в том числе книжную:

Золототысячник – 5 ст. л. без верха; зверобой – 4 ст. л.; одуванчик, корень – 3 ст. л.; хвощ полевой – 2 ст. л.; кукурузные рыльца – 1 ст. л.; ромашка аптечная – 1 ст. л.; шиповник, плоды толченые – 2 ст. л... Шиповник и корни одуванчика растолочь в ступе или провернуть через мясорубку, весь сбор хорошо смешать. Одну ст. л. сбора на 1/4 стакана воды, можно сделать сразу на 2–3 дня, в эмалированной кастрюле залить этот сбор холодной водой вечером и настоять ночь. Утром поставить на огонь, довести до кипения (не кипятить). Укутать на 4 ч, процедить, принимать 1 стакан в течение дня в 3 приема до еды (т. е. 1/2 стакана на прием). Хранить в холодильнике. Аллергия начнет выходить, вначале будут затвердения в носу, потом на подбородке, на руках, ниже до ног с сильным зудом. Смазывать анестезирующей жидкостью «меновазин». Через месяц начнется выздоровление. Лечиться 6 месяцев. Спиртного не принимать. Этот сбор хорош и для детей, когда у них аллергия, уходит внутрь, и дети становятся сильно возбужденными. Бывает эта аллергия от нарушения обмена веществ из-за неправильного питания.

Толченые плоды шиповника – 2 ст. л.; травы фиалки трехцветной – 4 ст. л.; паслена сладко-горького – 1 ст. л.; череды – 4 ст. л. Все смешать, измельчить, одну ст. л. смеси заварить стаканом кипящей воды, настаивать до охлаждения, процедить, принимать 1/2 стакана на ночь.

Шиповник – 3 ст. л.; солодка – 5 ст. л.; девясил – 2 ст. л.; аир – 2 ст. л.; одуванчик – 3 ст. л.; череда – 5 ст. л.; ромашка – 3 ст. л.; тысячелистник – 1 ст. л.; душица – 2 ст. л.; крапива – 5 ст. л.; подорожник – 2 ст. л.; фиалка – 2 ст. л. Две ст. л. смеси на 1 л кипятка, настаивать 2 ч, принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды.

От вазомоторного насморка, Сеной лихорадки – жевать медовые соты, из которых отжат мед. Еще лучше для этого подходит забрус (восковые крышечки медовых сотов, которые срезают перед откачкой меда). Если крышечки будут твердыми для жевания, можно добавить к ним немного меда. Для получения наиболее лучшего эффекта вы можете так же добавить и плоды шиповника. **АНЕМИЯРЕЦЕПТ 1.**

Шиповник плоды. Пять ст. л. измельченных плодов на 1 л. воды. Кипятить все это 10 мин. Укутать на ночь. Пить, как чай, в любое время суток с чем угодно. Прекрасно очищает

кровеносную систему, улучшает обмен веществ. Настой богат витамином «С» и применяется при

малокровии, цинге, болезнях почек и мочевого пузыря, больной печени, как тонизирующее средство .РЕЦЕПТ 2.

Натереть на терке отдельно морковь, свеклу, редьку. Отжать сок от корнеплодов, слить в темную бутыл в равных количествах, добавить немного плодов шиповника. Бутыл обмазать тестом, но так, чтобы она не была плотно закупоренной и жидкость могла выпариться из нее. Поставить бутыл в духовку на 3 ч томления, на малый газ. Принимать по одной ст. л. 3 раза в день до еды. Курс лечения 3 месяца. Это радикальное средство от

малокровия .РЕЦЕПТ 3.

Взять 400 г – свиного, нутряного, несоленого жира, 6 больших антоновских зеленых яблок и плоды шиповника. Яблоки мелко нарезать вместе с плодами шиповника, положить в сало, все это хорошо перемешать и поставить в духовку для томления, на небольшой огонь. Пока сало томится, сделать следующее: взять 12 яичных желтков и растереть их добела со стаканом сахарного песка. Туда же натереть на мелкой терке 400 г шоколада (4 плитки высших сортов). Когда сало с яблоками перетопится, хорошо перемешать, дать смеси остынуть. Полученный продукт намазать на хлеб, принимать 3–4 раза в день с каждой едой и обязательно запивать теплым, почти горячим молоком. Действие хорошее, человек избавляется от

малокровия, заметно

прибавляет в весе, улучшается самочувствие ,

укрепляются легкие, проходить истощение. РЕЦЕПТ 4.

Плоды шиповника – 2 ст. л.; зверобой – 3 ст. л.; крапива глухая – 2 ст. л.; яснотка, цветы – 2 ст. л.; ежевика лист – 2 ст. л. Все измельчить, хорошо перемешать, залить 3 стаканами кипятка. Настоять, укутав на 3 ч. Процедить. Принимать по одному стакану 3 раза в день, горячим. Применяется при

малокровии .САХАРНЫЙ ДИАБЕТРЕЦЕПТ 1.

Осина, кора и плоды шиповника. Одну ст. л. сухой измельченной коры осины и одну ст. л. плодов шиповника кипятить 30 мин на малом огне в 2-х стаканах воды. Настоять, укутав на 2–3 ч, процедить. Принимать по 1/5-1/4 стакана 3 раза в день до еды. РЕЦЕПТ 2.

Лист черники – 1 часть; сухие створки стручков фасоли – 1 часть; плоды шиповника – 1 часть; семена льна – 1 часть; солома овсяная – 1 часть. На 3 стакана воды 3 ст. л. сбора: кипятить 20 мин. Настоять, укутав на 30–40 мин, процедить. Принимать 1/4 стакана 6–8 раз в день. РЕЦЕПТ 3.

Корни лопуха – 1 часть; плоды шиповника – 1 часть; сухие створки стручков фасоли – 1 часть; лист черники – 1 часть. В литре холодной воды настаивать 60 г сбора 12 часов. Затем кипятить 5 мин, настаивать, укутав на 1 ч, процедить. Принимать 3/4 стакана 5 раз в день, через час после еды. АВИТАМИНОЗРЕЦЕПТ 1.

Шиповник, плоды. Одну ст. л. плодов на стакан кипятка. Кипятить 10 мин в закрытой посуде. Настоять не менее 12 ч, процедить. Принимать 1/2 стакана 2–3 раза в день до еды. Для улучшения вкуса добавить мед или сахар. РЕЦЕПТ 2.

Ель, сосна, шиповник, пихта, лиственница, кедр. Водные отвары из данной смеси применяют для приема внутрь и для полоскания рта при цинге. Из смеси с добавлением сахара варят

варенье и пьют чай с ним от цинги. Четыре стакана смеси залить 3 стаканами остуженной кипяченой воды, подкислить 3 дня в темном месте, процедить. Принимать 1/2 стакана 2 раза в день, подсластив по вкусу, как витаминный настой. РЕЦЕПТ 3.

Осина, почки, кора, шиповник. Одну ст. л. смеси на 500 г кипятка. Кипятить 10–15 мин. Настаивать 3 ч, укутав. Принимать как чай по чашке 3 раза в день, подсластив медом. Можно из данной смеси сделать настойку на водке или спирте. Принимать 20–40 капель 3 раза в день.

Для укрепления вашего организма и поддержания жизненного тонуса в этой книге вы найдете несколько рецептов:

1. Плоды шиповника – 1 часть; ягоды смородины, черной – 1 часть. Смесь заваривают 1 стаканом кипятка. Кипятить 10 мин, настоять, укутав на 4 ч. Принимать 1/2 стакана 2–3 раза в день.

2. Плоды шиповника – 1 часть; плоды малины – 1 часть.

Способ приготовления: кипятить 10 мин, настоять, укутав на 4 ч.

Способ применения: принимать 1/2 стакана 2–3 раза в день.

3. Плоды шиповника – 1 часть; ягоды брусники – 1 часть.

Способ приготовления: кипятить 10 мин, настоять, укутав на 4 ч: плоды шиповника – 3 части; ягоды брусники – 1 часть; листья крапивы – 3 части.

Способ применения: заваривать и пить как чай 2–3 раза в день.

4. Плоды шиповника – 1 часть; плоды рябины – 1 часть. Заварить и принимать в течение дня как чай.

5. плоды шиповника 200 г, плоды сушеные малины 200 г, трава фенхеля 50 г, залить 3 л. Кипятка, дать настояться и процедить. Употреблять можно как в горячем, так и в холодном виде, но до еды, по 1–2 стакана в день.

2.8. ПЕРЕУТОМЛЕНИЕ

Очень часто мы, не жалея себя работаем без передышки, нагружаем себя домашними хлопотами. И совсем забываем о небольшом отдыхе. Для начала переутомление кажется нам незначительным, но в дальнейшем это очень серьезно сказывается на деятельности многих жизненноважных органах. И если только вчера вы могли до 12 ч ночи просидеть за целой кипой бумаг, то уже сегодня чувствуете усталость уже после обеда. Иногда причиной частого переутомления могут оказаться такие заболевания как увеличенная щитовидная железа. Для того чтобы чувствовать себя всегда бодрым и энергичным люди с древних времен используют всяческие сборы из растений. Наш организм всегда нуждается в поддержании его витаминами. «А», как нам известно, в шиповнике содержится очень большое количество полезных веществ. В сочетании с некоторыми другими растениями он имеет еще больший эффект. О приготовлении некоторых сборов поведает вам эта книга.

1. Шиповник две ст. л. измельченных плодов на 0,5 л воды. Кипятить на малом огне,

настоять, укутав на ночь, процедить. Принимать с медом в течение дня, как чай, и вместо воды. Это можно применять не только от переутомления, но и как средство,

ослабляющее развитие атеросклероза, повышающее сопротивляемость организма при инфекционных заболеваниях и как витаминное средство .

2. Крапива – 200 г и плоды шиповника – 100 г. Все хорошо смешать и залить 0,5 л водки или 50 %-60 % спирта. Горло завязать марлей или тряпочкой. Первые сутки держать на окне. А остальные 5 суток в шкафу, в темноте. Процедить, отжать. Принимать ч. л. натошак за 30 мин до еды. Это придаст вам бодрости и здоровья. Ваше сердце улучшит свою работу, улучшится состав крови. Помогает при

склерозе.

Настойка радиолы розовой с плодами шиповника. Принимать по 20–40 капель 2 раза в день, утром и в обед, за 30 мин до еды. Применяется при

упадке сил, переутомлении, общей слабости, болезнях почек, печени (воспалительные процессы). А также

одышки, диабете, туберкулезе, женских болезнях, импотенции, улучшает аппетит и сон, снимает усталость, приводит в норму кровяное давление, снимает головные боли, действуя главным образом

на нервную систему, удаляет неприятные ощущения в области сердца, активизирует работу щитовидной железы. Также применяется

наружно при ранах, ушибах, ревматизме, радикулите, экземе. Противопоказано при резко выраженных симптомах повышенной нервной возбудимости и истощении корковых клеток, лихорадочных состояниях, гипертонических кризисах.

Настойка аралии маньчжурской с плодами шиповника. Принимать по 30–40 капель 2 раза в день, утром и в обед, за 30 мин до еды. Применяется как средство, стимулирующее центральную нервную систему при половой слабости, нервном истощении, депрессивных состояниях, остаточных явлениях после воспаления мозговых оболочек, контузий и сотрясений головного мозга.

Настойка лимонника китайского с плодами шиповника. Принимать по 20–40 капель 3 раза в день. Принимать натошак или спустя 4 часа после еды. Применяется как стимулирующее и тонизирующее нервную систему не только при переутомлении и понижении работоспособности практически здоровых состояний у психических и нервных больных. Противопоказано при нервном возбуждении, бессоннице, нарушении сердечной деятельности и повышенном кровяном давлении.

Все выше перечисленные настойки принимать 2–3 недели, а затем сделать перерыв в месяц. Потом курс повторить. Длительное время принимать не желательно. Людям с повышенным давлением не принимать. Тонизирующие средства желательно принимать в холодное время года.

Плодам шиповника можно найти еще одно полезное применение. Шиповник, совместно с другими травами и медом можно использовать в качестве средства для омоложения организма. Для этого можно взять по 100 г каждой из трав: березовых почек, зверобоя, бессмертника и ромашки аптечной. Каждую из этих трав необходимо перемешивать в приблизительно одинаковом количестве (брать по 1 ст. л.) и заваривать приблизительно 1,5 л кипятка, дать настояться не менее 2-х часов. Помимо этого отвара, необходимо заварить (чем более концентрации будет плодов шиповника, тем лучше) плоды шиповника. Отвар

можно сделать в неограниченном количестве (т. е. можно и 1,5 л, а можно и больше). Но, цвет отвара должен быть темно-коричневого цвета и из плодов, которые были собраны до заморозков. Применять эти два отвара в сочетании друг с другом следует следующим образом: утром перед завтраком (не менее чем за 20 мин. до еды) следует в теплом или горячем виде (чтобы растворить не менее 1 ч. л. любого меда) употребить вместе с растворенным медом отвар из четырех трав. Уже в обед (до еды) или на ночь (так же до еды), необходимо выпить стакан (любой дозы, это не приведет к побочным эффектам) отвара шиповника (уже без меда). Так необходимо продолжать каждый день, в течение одного месяца и раз в год. Такое сочетание употребляемых трав приведет к тому, что в организме значительно ускорится обмен веществ, если у человека есть симптомы каких-либо сердечно-сосудистых заболеваний на ранней стадии, то они пройдут. Употребление таких настоев приведет улучшению состояния стенок сосудов (сделает их более эластичными), значительно повысит иммунитет. В целом произойдет довольно устойчивый эффект омоложения организма. Более того, употребление таких настоев позволит очистить кишечник, и будет способствовать нормальному ходу процессов пищеварения. Есть лишь одно ограничение для использования таких настоев, если у человека уже довольно давно развивается гипертоническая болезнь (не на ранней стадии), поскольку, присутствующий в указанном отваре бессмертник будет способствовать повышению давления.

Помимо шиповника в данный отвар (который пьется следом за первым) можно добавлять сушеные плоды малины (красной, если человек страдает от гипотонии или черной, если от гипертонии), цветы календулы. Отвар из календулы, шиповника и малины, можно использовать и помимо первого отвара из 4х трав (березовых почек, бессмертника, зверобоя и цветов ромашки) с медом. Его использование не ограничено и можно применять любые дозировки сочетания данных трав. Наиболее рекомендуема следующая форма:

Взять 200 г плодов шиповника, 100 г цветов календулы, 200 г малины (можно добавлять и рябину или облепиху из расчета 200 г либо траву тысячелистника из расчета 100 г) и залить это 3 л горячей воды, укутать и дать постоять около 12 ч, затем данный отвар можно применять по 1 стакану в день до или после еды (не имеет значения). Желательно использовать данный отвар во время авитаминозов или после получения человеком травм, которые сопровождались большой потерей крови. Поскольку, содержащийся в отваре шиповник будет действовать как средство, способствующее крововосстановлению. Данный отвар также хорошо повышает иммунитет.

Шиповник совместно с мятой, можно использовать и в качестве средства от опьянения. До того, как человек уйдет в гости, где будет застолье, можно выпить крепкий чай (зеленый или черный) с добавлением в чай сиропа шиповника и листьев мяты (горячий чай), после прихода домой процедуру нужно повторить и опьянение очень быстро проходит, кроме того, голова болеть не будет, быстро пройдут и другие симптомы сильного опьянения (и его последствия).

РАЗДЕЛ II. ЦЕЛИТЕЛЬНАЯ РЯБИНА

ГЛАВА 1. ВСЕ О РЯБИНЕ, ПОЛЕЗНЫЕ И ЦЕЛИТЕЛЬНЫЕ СВОЙСТВА РЯБИНЫ

Не дай Бог Вам захворать, но если это все же случилось, не спешите открывать свою аптечку и доставать лекарства. Вспомните о наших зеленых лекарях, в частности о простой русской

рябине.

В народе считается, что природа наградила рябину огромной жизненной силой, и если прислониться к этому дереву, то оно «поделится» с вами частью своей силы.

На самом же деле, чтобы укрепить свое здоровье, вам потребуется приложить гораздо больше усилий, но результат стоит того.

С помощью рябины можно исцелить не только взрослого человека, но даже и детей, которые, как известно, не любят горьких лекарств. Из рябины вы сможете приготовить своему малышу немало целебных сладостей.

Дерево высотой 4–6 м, реже кустарник. Кора ствола серая, гладкая. Листья очередные, непарноперистые, с 4–7 парами листочков; листочки продолговатые или продолговато-ланцетные, в нижней части цельнокрайние, в верхней – пильчатые, сверху – матово-зелёные, снизу – серо-зелёные. Соцветие – густая, щитовидная метелка диаметром до 10 см. Цветки со своеобразным горько-миндальным запахом, правильные, диаметром 8–10 мм; чашечка пятираздельная, венчик свободнолепестный из пяти белых округлых лепестков. Плод сочный, ярко-оранжево-красный или желтовато-оранжевый, диаметром 8–10 мм, с 2–7 семенами. Цветёт в мае – июне. Плоды созревают в августе – сентябре.

Рябина обыкновенная распространена в лесной и лесостепной зоне европейской части России, на Урале и в горно-лесном поясе Кавказа. Растёт в подлеске хвойных и смешанных лесов, по лесным опушкам, прогалинам, вырубкам, по берегам рек и озёр. Разводится в садах, парках и палисадниках. В условиях культуры достигает более крупных размеров и более урожайна. Хороший урожай рябины обычно наблюдается раз в 2–3 г.

Зрелые плоды рябины собирают, обрывая щитки с плодами в период их полного созревания.

В плодах рябины содержится аскорбиновая кислота (до 200 мг %), b-каротин-эпоксид (до 10 мг %) – криптоксантин, глюкоза, фруктоза, сахароза, l-сорбоза, l-идит (сорбирит), l-яблочная, d-винная и лимонная кислоты, цианин хлорид, горькие дубильные вещества и эфирное масло (до 22 %) и гликозид-амигдалин. Плоды рябины входят в состав поливитаминного чая, применяются в качестве профилактического и лечебного средства при цинге и других авитаминозах.

Полिवитаминный чай представляет собой смесь равных частей плодов рябины и плодов шиповника.

Чай готовится следующим образом: 1/2 ст. л. залить двумя стаканами кипятка, кипятить 10 мин, оставить в закрытом сосуде на сутки и по вкусу прибавить сахара. Принимать 1/4 стакана 2–3 раза в день.

В народной медицине плоды рябины употребляются при желудочных заболеваниях, как мочегонное и кровоостанавливающее средство.

Плоды рябины также широко используются в пищевой и кондитерской промышленности для приготовления витаминных изделий (пастилок, желе-сиропа и др.).

Особенно ценными для этой цели являются сорта с крупными и сладкими плодами.

Существует также и дикорастущая рябина (пижма).

Встречается среди кустарников, по канавам, вдоль дорог, по полям, пустырям, мусорным местам, близ жилья, по лугам, и луговым степям. Пижма – многолетнее травянистое растение до 1 м. высотой. Корни стержневые, ветвящиеся. Стебли прямостоячие, высокие, ветвящиеся в верхней части. Листья очередные, продолговатые в очертании, рассеяно волосистые,

перисто-рассеченные, сверху темно-зеленые, снизу серовато-зеленые. Цветки желтые, мелкие, трубчатые в корзинах, собранные в щитковидное соцветие. Цветоложе голое, плод-семянка без хохолка. Цветет в июне-августе.

Лекарственным сырьем являются корзинки без цветоножек. Собираются корзинки во время цветения и высушиваются в тени на воздухе или чердаках. Не допускается пересушивание корзинок, чтобы не осыпались цветы.

Готовое сырье не должно содержать потемневших цветков, листьев, цветоносов и цельных соцветий более 5–6 %, посторонних примесей: органических и неорганических – более 1 %

Упаковывается сырье в тюки 75– 100 кг.

В пижме содержатся горькое вещество танацетин и эфирное масло, в составе которого имеется левовращающая камфара, борнеол и кетон-туйон.

Цветы рябины и эфирное масло из неё обладают глистогонным действием. Особенно эффективно при аскаридозе и острицах. С этой целью высушенные цветы можно принимать в виде порошка, в виде настоя (1:10), а также в клизмах из экстракта пижмы.

В народной медицине соцветия рябины в виде настоя 20 г цветов на 1 л воды, рекомендуется при поносах, как жаропонижающее, потогонное, при мигренях, ломоте в суставах, при обильных менструациях и геморрое для остановки кровотечений.

Настойки пижмы также рекомендуются для борьбы с насекомыми в помещении (клопы, тараканы, мухи).

Рябина благодаря своим лечебным свойствам очень широко используется для лечения простудных заболеваний. Эта ягода применяется как одно из лучших средств, восстанавливающих иммунную защиту организма за счет широкого спектра имеющихся в ее химическом составе витаминов и органических кислот. А также обладает бактерицидным, антимикробным средством за счет большой концентрации аскорбиновой кислоты в своем составе.

Еще совсем недавно были времена, когда наши бабушки исцеляли близких от простуд, ангины и насморков с помощью обыкновенных средств и своих добрых рук, не используя таблеток. Почему же сейчас люди забыли о том, что справиться с простудой могут другие, более безопасные и экологически чистые средства? Традиция лечения растениями настолько древняя, что сомневаться в эффективности и продуманности такого лечения нет оснований.

Природа разумна, и это не раз проявлялось и доказывалось на практике. Нужно только суметь правильно воспользоваться тем, что вполне доступно и эффективно при правильном употреблении. Но многие секреты лечения рябиной простудных заболеваний забыты. Но в этой главе вы найдете сохранившиеся народные рецепты лечения ангины, насморка и других простудных заболеваний.

Вместе с холодами и осенними дождями в нашу жизнь бесцеремонно врываются различные заболевания, связанные с простудой, гриппом, и заканчиваются простудные «страдания» только тогда, когда окончательно потеплеет. Такой в России климат, что россиянин подвержен простудным заболеваниям в течение полугода. Инфекция поражает нос, носоглотку, горло, верхние дыхательные пути, простуда может даже затронуть уши. Вам следует быть готовыми ко всему и принять самые решительные меры, которые не позволят болезни развиваться. И даже более того, вы можете добиться не только полного выздоровления, но и общего иммунного укрепления организма, которое не позволит болезни вас «одолевать».

При простудном заболевании верхних дыхательных путей и носоглотки лучшим народным средством являются ингаляции и полоскания лекарственными растениями. Очень эффективны и полезны лекарственные смеси с рябиной, которая убивает микробов, очищает слизистую и препятствует развитию болезни в организме. Кроме этого, рябина обладает вяжущим и бактерицидным свойством, что позволяет избавиться от излишней мокроты и проведет основательную дезинфекцию органов дыхания.

Для

ингаляции приготовьте отвар из свежих или сушеных плодов рябины, листьев шалфея лекарственного и зверобоя обыкновенного. Травы берутся в равной пропорции и составляют 1/2 массы сбора. Вторая половина – это спелые промытые плоды рябины. Залейте приготовленную смесь кипятком и поварите на умеренном огне около 4 мин, после чего проведите необходимые приготовления и «подышите» лечебным паром в течение 5–7 мин. Через несколько часов повторите процедуру.

Для полоскания горла, пораженного простудной инфекцией – ангиной, используется эффективное средство на основе рябины. Растворите в свежем рябиновом соке некоторое количество пищевой соды и соли, смешанных в равных количествах. После этого подогрейте сок до температуры 38° и прополощите им горло. Повторяйте процедуру через каждый час в начальной стадии заболевания и через каждые полчаса, если болезнь успела развиваться.

При насморке используйте специально приготовленный лечебный раствор для промывания носовой полости. Для этого используйте свежий сок рябины. В него добавьте морскую соль. На треть рябинового сока вам понадобится 1 ч. л. морской соли (без горки). Применение соли для промывания носовой полости объясняется ее очищающей способностью. Пораженные инфекцией носовые пазухи увеличены в объеме, слизистая жидкость выделяется в большом количестве, и это мешает воздуху свободно проходить через носовую полость. Дыхание больного затруднено. При очищении солью носовые пазухи уменьшатся, слизистая жидкость смешается с используемым раствором и легко удалится из носа при резком выдохе.

Рябиновый сок в этом случае снимет возможное раздражение и окажет успокаивающее воздействие на слизистую оболочку носовой полости, а также окажет антибактериальное воздействие на ослабленный орган обоняния. Для этого немного подогрейте рябиновый сок и растворите в нем морскую соль. После чего хорошенько размешайте и резким вдохом втяните раствор в себя. После этого задержите дыхание, выдержите паузу на 20–30 с и резко выдохните, склонившись над раковиной.

Процедуру очищающего дыхания вы можете повторять 3–4 раза в день. Курс лечения продолжайте в течение 3 дней, после чего желателен небольшой перерыв в лечении. Людям с особо чувствительной кожей следует избегать кожных раздражений из-за соли, поэтому концентрацию соли в растворе сделать меньше на 5 % или добавить в солевой раствор 1/2 ч. л. орехового или облепихового масла.

Промывание носовой полости лечебными растворами занимает особое место в лечении, а также профилактике инфекционного заражения. Большинство растворов готовятся с применением противовоспалительных лекарственных растений. У рябины такое свойство достаточно явно выражено, ведь она обладает противовоспалительным и дезинфицирующим свойством.

Часто в зимний период насморк превращается в явление хроническое, от него невозможно избавиться без эффективных лекарственных средств. Основные медицинские препараты против насморка, капли, имеют кратковременный и поверхностный эффект, не уничтожая причину заболевания. Привычными в холодное время становятся кашель и различные

воспаления, они ставят ваше здоровье под серьезную угрозу. Но нельзя постоянно «пичкать» организм антибиотиками на химической основе. Они, убивают бактерии, разрушают микрофлору кишечника, делают слабым и уязвимым весь организм.

Вам нужно укрепить

иммунную систему, насытить организм витаминами и необходимыми для нормальной жизнедеятельности кислотами, а также обезвредить уже попавшие в организм бактерии. В таких случаях мы рекомендуем вам пить лечебный отвар из рябиновых плодов и сбора лекарственных антисептических трав, которые используются при простудных заболеваниях верхних дыхательных путей и носоглотки. Также названный отвар обеспечит ваш организм необходимыми силами, и вы перенесете зиму без болезней.

Для отвара возьмите свежие или сушеные плоды рябины черноплодной или обыкновенной, промойте и переберите их. Засыпьте в кастрюлю. Свежие или сушеные листья мать-и-мачехи, девясила шершавого измельчите и добавьте к рябине. Залейте приготовленную смесь кипятком и отваривайте на умеренном огне 5–7 мин. После чего кастрюлю снимите с огня и плотно накройте. Дайте настояться отвару в течение 1–1,5 ч. Процедите его через мелкое сито и добавьте в него гранатовый сок, который окажет благоприятное влияние на весь ваш организм. Целебное воздействие на инфицированную простудным заболеванием носовую полость и верхние дыхательные пути окажет отвар, компоненты которого содержат большое количество органических кислот, экстрактивных и бактерицидных веществ, органических масел, которые смягчат дыхание, и витамин «С», который стимулируют нервные окончания и чувствительную слизистую оболочку носа.

Народная медицина отмечает, что люди, которые в течение зимы пьют чай с рябиной и шиповником, едят варенье из черноплодной рябины и пьют лекарственные травы, более стойко переносят холода и остаются стойкими по отношению к простудным инфекциям. Поэтому сделайте рябину частью своего каждодневного меню, и вы забудете, что такое насморк и простуда. Подобные средства очень хороши для малышей. Витаминный чай с рябиной

Витаминный чай представляет собой смесь равных частей плодов рябины и плодов шиповника. Чай готовится следующим образом: 1/2 ст. л. залить двумя стаканами кипятка, кипятить 10 мин, оставить в закрытом сосуде на сутки и по вкусу прибавить сахара. Принимать 1/4 стакана 2–3 раза в день.

ГЛАВА 2. ЛЕЧЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПРИ ПОМОЩИ РЯБИНЫ

2.1. ГИПЕРТОНИЯ

Для лечения

гипертонической болезни применяют плоды черноплодной рябины в виде экстрактов и сока.

При I и II стадии гипертонии сок рябины применяют по 50 мл 3 раза в день в течение 4–5 недель. При улучшении уменьшаются головные боли, сон, настроение, повышается трудоспособность, артериальное давление входит в норму. Хороший лечебный эффект от применения сока черноплодной рябины сохраняется в течение двух лет. Для получения

свежего натурального сока рябины добывают из мезги путем прессования плодов. Если нет возможности приготовить свежий сок можно пользоваться плодами черноплодной рябины. Их применяют по 100 г на прием 3 раза в день за полчаса до еды. Сок и плоды хранят при температуре + 3–5° в защищенном от солнца месте. Сок хорошо хранится в стеклянной или деревянной посуде, плоды в корзинах и в деревянных ящиках, обязательно рассыпая их тонким слоем. При несоблюдении этих правил хранения сок может сбраживаться и терять лечебные свойства. Сброженный сок применять нельзя, он может вызвать расстройство функций желудочно-кишечного тракта.

2.2. ГАСТРИТ. ЯЗВА ЖЕЛУДКА

Гастрит

Многие люди в наше время встречаются с подобной болезнью. Как правило, она возникает из-за неправильного питания. И зачастую мы прибегаем к использованию химических лекарств, но существуют и народные средства лечения этой болезни, которыми пользовались еще наши бабушки. Они несколько не вредят нашему здоровью и доступны.

В этой книге вы найдете пару советов:

1. Для приготовления следующего настоя вам потребуется: рябина, плоды – 1 часть; фенхель, плоды – 1 часть; алтей, корень – 1 часть; ромашка аптечная – 1 часть; пырей, корневище – 1 часть; солодка, корень – 1 часть. Весь этот сбор следует хорошо измельчить и смешать. Далее нужно залить 1 ст. л., получившейся смеси, одним стаканом воды. После чего кипятить 10 мин, настоять, укутав на 3 ч, процедить. Принимать настой на ночь по 1 стакану. Данный настой применяется при

острых хронических гастритах.

2. Для приготовления этого рецепта вам необходимо взять: плоды рябины – 10 г; цветы ромашки аптечной – 10 г; травы тысячелистника – 10 г; травы полыни горькой – 10 г; листья мяты перечной – 10 г; листья шалфея. Все это смешать до однородной массы. 2 ч. л. смеси на 1 стакан кипятка, настаивать, укутав, процедить. Принимать настой следует горячим 1/2 стакана 2 раза в день за 30 мин до еды. Принимается

при гастритах и энтеритах. Язва желудка

1. Сбор, применяемый при

язве желудка и двенадцатиперстной кишки : цветы ромашки аптечной – 10 г; плоды фенхеля – 10 г; плоды рябины – 10 г; корень алтея – 10 г; корень пырея – 10 г; корень солодки – 10 г. 2 ч. л. смеси заварить одним стаканом кипятка. Настоять, укутав, процедить. Принимать на ночь по стакану настоя.

2. Сбор, применяемый при

язве желудка и двенадцатиперстной кишки : листья кипрея – 20 г; липовый цвет – 20 г; цветы ромашки аптечной – 10 г; плоды фенхеля – 10 г. 2 ч. л. смеси на стакан кипятка. Настоять, укутав, процедить. Принимать от 1 до 3 стаканов в течение дня.

3.

Язва желудка с болями : раковые шейки, корни – 1 часть; подорожник, лист – 1 часть; хвощ полевой – 1 часть; плоды рябины – 1 часть; ромашка аптечная – 1 часть. Одну ст. л. смеси на стакан кипятка. Парить час. Принимать 3 раза в день до еды.

4.

Язва желудка : череда – 100 г; плоды рябины – 100 г; чистотел – 100 г; зверобой – 100 г; подорожник – 200 г. Одну ст. л. смеси на стакан кипятка. Настоять, укутав 2 ч, процедить. Принимать ст. л. 3–4 раза в день, за час до или за 1,5 ч после еды.

2.3. БОЛЕЗНИ СЕЛЕЗЕНКИ

1. Для приготовления данного настоя вам необходимо взять корень цикория – 20 г и плоды рябины – 10 г. залить одним стаканом кипятка и настаивать, укутав, 30–40 мин. Не забудьте процедить. Принимать следует по 1–2 ст. л. 3 раза в день. Этот настой применяется при

увеличении селезенки, как укрепляющее, успокаивающее, обезболивающее, и ликвидирующее опухоль средство . На опухоль следует прикладывать, заваренные кипятком рябину и цикорий, как припарку.

2. Настой из рябины хмеля обыкновенного (т. е. шишек). В пропорции 10 г хмеля и 10 г рябины на 1 стакан кипятка. Настаивать, укутав на 30 мин, процедить. Принимать по 1–2 ст. л. 3 раза в день. Применяется при

болезнях селезенки, как отхаркивающее, уменьшающее опухоль.

3. Рябина и полынь горькая серебристая: 1 ч. л. смеси на 2 стакана кипятка, настоять, укутав на 30–40 мин. Процедить. Принимать как чай с медом или сахаром 1/4 стакана 3 раза в день, за 30 мин, до еды при

болезни селезенки .

4. Тысячелистник – трава, цветы. Рябина – плоды. Календула – цветы. Смешать поровну, 20 г., смеси на 0,5 л кипятка. Настоять, укутав, 40 мин, процедить. Принимать 1/3 стакана 2 раза в день. Применяется для лечения

увеличенной селезенки .

5. Мыльнянка – корень. Вербка – кора. Рябина – плоды. Взять каждого по 20 г. Хорошо измельчить и перемешать. Залить, полученную смесь, 1 л холодной воды и кипятить 15 мин, настоять, укутав, 1 час, процедить, принимать по 1 стакану 3 раза в день при болезни селезенки.

6. Плоды рябины – 1 часть; листья подорожника – 1 часть; листья шалфея – 1 часть; листья крапивы жгучей – 1 часть. Все это измельчить в мелкий порошок, тщательно перемешать. Принимать 3 раза в день получившийся порошок на кончике ножа

при опухоли селезенки .

7. Рябина – 1 часть; крапива глухая (яснотка), все растение – часть; фиалка трехцветная – 1 часть; череда – 1 часть; земляника – 1 часть. Все растения измельчить, хорошо перемешать. 30 г смеси на 0,5 л кипятка. Настоять, укутав, 1 ч, процедить. Принимать как чай в течение дня 3 стакана, при болезни селезенки.

В этой книге вы можете найти и несколько желчегонных рецептов:

Сбор № 1.

Рябина – 1 г; корни одуванчика – 10 г; корень стальника – 10 г; кора крушины – 10 г; листья мяты перечной – 10 г. Одну ст. л. смеси заварить в стакане кипятка, поставить на 1 ч, процедить. Принимать по 1–2 стакана в день перед едой.

Сбор № 2 .

Плоды рябины – 10 г; листья вахты (трифоли) – 10 г; трава полыни горькой – 10 г; листья мяты перечной – 10 г. 2 ст. л. смеси заварить в стакане кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по 3 ст. л. настоя за полчаса до еды 3 раза в день.

Сбор № 3.

Плоды рябины – 10 г; трава зверобоя – 10 г; цветки бессмертника – 15 г. 2 ст. л. смеси настаивать 12 ч в 0,5 л воды, кипятить 5 мин, процедить. Принимать 1/2 стакана 4 раза в день через час после еды.

Сбор № 4 .

Плоды рябины – 10 г; трава льнянки – 10 г; цветы бессмертника – 15 г. 20 г смеси настаивать 2 ч в 0,5 л кипятка, процедить, принимать 1/2 стакана 4 раза в день через час после еды.

Сбор № 5.

Плоды рябины – 100 г; цветы бессмертника – 200 г; листья брусники – 100 г; трава спорыша – 200 г; цветы ромашки – 100 г. 2 ст. л. смеси сбора заварить 500 г. кипятка, настаивать, укутав не менее чем на 5–6 ч. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде.

Сбор № 6 .

Плоды рябины – 100 г; березовые листья – 150 г; трава зверобоя – 150 г; листья мяты перечной – 200 г; почечный чай – 100 г; плоды шиповника – 100 г. Одну ст. л. смеси заварить 300 г. кипятка, 5 мин кипятить, настаивать в теплом месте 4 ч. Принимать в теплом виде 1/2 стакана 3 раза в день за 15–20 мин до еды.

Сбор № 7 .

Плоды рябины – 20 г; цветы бессмертника – 40 г; лист вахты трехлистной – 30 г; лист мяты – 20 г; плоды кориандра – 30 г. 2 ст. л. сбора облить 2 стаканами воды, кипятить 10 мин. Процедить, принимать 1/2 стакана 2–3 раза в день за 15 мин до еды при

желтухе и воспалении желчных путей .

Если у вас камни в желчных протоках и печени, то вам помогут следующие рецепты:

1. Рябина красная. От камней в печени и протоках надо есть в течение полутора месяцев лесную, но не садовую рябину. Есть её можно с чем угодно: медом, хлебом, сахаром и т. д. В течение дня съедать 2 стакана свежей рябины.

А также можно предложить несколько сборов:

Сбор № 1.

Плоды рябины – 1 часть; цветы ромашки аптечной – 1 часть; трава чистотела – 1 часть; листья вахты трехлистной – 1 часть. Все хорошо измельчить и смешать. Одну ст. л. сбора на стакан кипятка. Настоять, укутав на 1 ч, процедить. Принимать 1/2 стакана 2 раза в день, утром и вечером через час после еды.

Сбор № 2 .

Плоды рябины – 10 г; трава хвоща полевого – 10 г; почечный чай – 10 г; трава спорыша – 20 г; трава крапивы двудомной – 10 г... 2 ст. л. заварить 50 г кипятка. Настоять, укутав не менее чем на 5–6 ч. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде.

Сбор № 3 .

Трава чистотела – 10 г; плоды рябины – 10 г; листья мяты перечной – 10 г; трава володушки золотистой – 10 г. Одну ст. л. сбора на стакан кипятка. Настоять, укутав на час, процедить. Принимать по стакану настоя утром и вечером за полчаса до еды. (данное средство можно применять только в косметических целях, употребление настоя вовнутрь (пить его) нельзя, он ядовит и может привести к отравлению!!! таким настоем можно протирать лицо после того, как его «распарить» в бане горячей водой. Настой применяют в холодном виде, протирают ватой, смоченной в настое, лицо уже после того, как выйдешь из бани. Отвар приготавливают из расчета по 10 г травы чистотела, 50 г плоды рябины (причем желательно черноплодной) и 10 г листья мяты перечной, заливают одним литром кипятка и уже его используют в косметических целях для ухода не только за кожей лица, но можно и за уходом для кожи ног, спины, рук.

Сбор № 4.

Плоды рябины – 1 часть; спорыш, трава – 1 часть; рыльца кукурузные – 1 часть; стручки фасоли (карликовых форм) – 1 часть; грыжник гладкий, трава – 1 часть; медвежьи ушки (трава) – 1 часть. 15 г смеси на стакан кипятка. Настоять, укутав на 1 ч, процедить. Навар выпивают теплым и в течение дня.

Сбор № 5.

В качестве желчегонного средства можно применять следующий отвар. Фенхель – 100 г; семена сушеного укропа – 100 г; плоды рябины – 150 г; залить 1 л кипятка, дать настояться (пока не остынет) и процедить. Употреблять по 1 стакану в день (не чаще) в теплом виде не позднее, чем за 40 минут до еды (желательно с утра). При использовании данного отвара результат будет наблюдаться уже через 3–5 дней со дня первого употребления, однако, использование данного отвара приводит к тому, что у человека может подняться давление (поэтому он не рекомендуется гипертоникам) и даже может подняться температура, будет наблюдаться обильная потливость.

2.4. МОЧЕПОЛОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ. ЦИСТИТ

Воспаление яичников (придатков)

1. Плоды рябины – 1 часть; донник желтый, цветы – 1 часть; золототысячник, трава, цветы – 1 часть; мать-и-мачеха, цветы – 1 часть. Все хорошо измельчить, перемешать. 1 ст. л. смеси на 1 стакан кипятка настоять, укутав, 1 ч, процедить. Принимать по 1/3 стакана 6 раз в день в течение 3–4 недель. При этом рекомендуется полное воздержание от половой жизни во время лечения.

2. Грушанка круглолистная и рябина. 1–2 ч. л. смеси на 1 стакан кипятка. Настоять, укутав, 2 ч, процедить. Принимать 1/4 стакана 3 раза в день.

3. Мочеиспусканию хорошо помогает рябина. 1 ст. л. сока рябины, 2 ст. л. измельченных метелок с семенами амаранта, все это необходимо залить 1 стаканом кипятка, выдерживать полчаса в термосе и дать настояться до остывания. Пьют 1/4 стакана 3 раза в день до еды и четвертый раз перед сном. Детям до 7 лет дозу надо уменьшить вдвое. Курс лечения 2–3 недели.

4. Настойка. 50 г смеси грушанки и рябины на 0,5 л водки, настоять 2 недели в темном месте. Принимать по 30–40 капель 3 раза в день. Данный препарат применяется при

воспалении придатков, воспалении предстательной железы, при бесплодии, непроходимости труб, при воспалительных заболеваниях матки, при хроническом воспалении мочевого пузыря и мочевых путей с наличием гноя в моче. Задержка месячных

1. Душица, трава и рябина, плоды. Две ст. л. смеси на 0,5 л кипятка. Настоять, укутав на 40 мин, процедить. Принимать по стакану 3 раза в день. Или 20 г смеси рябины и душицы на стакан кипятка, настоять, укутав на 30 мин, процедить. Принимать по 1–2 ст. л. 4–5 раз в день.

2. Петрушка, плоды (семена) и рябина, плоды. Растолочь до однородной массы. Употреблять по 0,5–1,5 г смеси 3–4 раза в день, или пол-ложки смеси на стакан холодной воды. Настоять 8 ч. Принимать 1/2 стакана 4 раза в день. 30 г смеси на стакан кипятка. 10–15 мин, отваривать. Принимать по 2 ст. л. 3 раза в день.

3. Пижма и рябина. 10 г смеси на стакан кипятка, настоять, укутав на 30–40 мин, процедить. Принимать 1/3 стакана 3 раза в день.

4. Прострел луговой и рябина, сон-трава. 10 или 15 г смеси на стакан кипятка, настоять, укутав. Когда остынет, процедить. Принимать ст. л. через 2–3 часа. Кровотечения маточные.

1. Тысячелистник, лист, цвет – 25 г; крапива, лист – 25 г, рябина, плод – 25 г все мелко порезать, хорошо перемешать. Одну ст. л. смеси на стакан кипятка. Настоять, укутав, 1,5–2 ч. Принимать по 100 г 3 раза в день, за час до еды. Применяется при

маточных, легочных, почечных кровотечениях.

2. Огуречные плети, огурины и рябина. Огурины и плети собирают после уборки урожая огурцов, сушат. 50 г смеси на 0,5 л воды. Довести до кипения, кипятить 5 мин, настоять, укутав час, процедить. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день. В первые дни, кровотечения останавливаются, наступает улучшение. Недержание мочи.

1. Зверобой, цветы и трава; плоды рябины. 40 г смеси на 1 л кипятка. Настоять, укутав на 2–3 ч. Принимать без нормы вместо чая и воды. Стакан чая и смеси, принятый перед сном, хранит ребенка и взрослого от мочеиспускания (непроизвольного) во сне.

2. Шалфей лекарственный и рябина. 40 г смеси на 1 л кипятка, настоять, укутав на 1–2 часа. Принимать от 100 до 200 г кипятка 3 раза в день.

3. Тысячелистник и рябина. 20 г смеси на стакан воды. Кипятить 10 мин, на малом огне. Настаивать, укутав на час, процедить. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день.

4. Укроп огородный, рябина. Одну ст. л. смеси на стакан кипятка. Настоять, укутав на 2–3 ч, процедить. Выпить весь стакан за один прием. Кстати в народе считается, что данным средством лечения можно за короткое время излечиться от болезни людям любого возраста.

Цистит

Сбор № 1.

Плоды рябины – 10 г; лист березы – 10 г; лист толокнянки – 10 г; кукурузные рыльца – 10 г; корень солодки – 10 г; корневища пырея – 10 г. 1 ст. л. смеси настаивать 6 ч в стакане холодной воды, кипятить 10 мин, процедить. Выпить в течение дня, несколько приемов.

Плоды рябины – 20 г; трава хвоща полевого – 15 г; корневища лапчатки – 15 г; листья подорожника – 20 г. Одну ст. л. смеси залить 2 стаканами кипятка. Настоять, укутав на 1 ч, процедить. Выпивать вечером за один прием стакан теплого настоя.

2.5. ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ. ЛЕЧЕНИЕ ПРОСТУДЫ

При простуде – лечение с помощью рябины.

Боярышник, цвет и плоды черноплодной рябины . Две ст. л. смеси на 1 стакан воды. Кипятить 10 мин, когда остынет, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3–4 раза в день. Настойка. 10 г смеси на 100 г водки. Настоять 21 день в темном месте, процедить, отжать. Принимать по 20–25 капель 3 раза в день. Еще лучше принимать так, чтобы все рассосалось во рту. Полезно пить

чай из плодов боярышника и рябины : 1 ст. л. плодов на стакан воды. Кипятить 10–15 мин, настоять, укутав, 2 часа. Принимать по стакану 3 раза в день как чай. Некоторые с успехом применяют варенье из плодов боярышника и черноплодной рябины. Пользуются этим вареньем всю зиму. И проявления простуды навсегда пропадут.

Для лечения гриппа, простуды ангины или даже бронхита, может помочь следующий способ. Сразу следует отметить, что использовать только его один для лечения указанных заболеваний может оказаться не эффективным, следует чередовать данный способ и ряд других. Каждый день до еды (минут за 30 до еды) желательно на ночь, подогреть на огне (но не доводить до кипения) любое красное вино. После того, как оно нагреется до горяча (но не до кипятка) его необходимо налить в кружку из которой будете пить до половины (т. е. не полностью). Затем в данную кружку надо добавить 1-2 чайных ложки меда и размешать и влить теплым (или горячим, но не кипятком) крутой отвар из плодов рябины и шиповника (вместо шиповника можно использовать малину или сироп шиповника). Отвар из плодов рябины и шиповника (или малины) следует делать как можно более крутым из расчета 1:1. Если отвар будет разбавляться сиропом шиповника, то отвар делается исключительно из плодов рябины. Отвар готовится заранее, до подогрева вина, перед тем, как влить теплый отвар в горячее вино, туда желательно выжить 1/2 лимона. Использование данного отвара ограничительно для лиц, страдающих от гипертонии, т. к. повышает давление. С другой стороны, использование регулярное настоящего отвара с использованием вина позволит лечить грипп (особенно «застарелый», который лечится уже не первую неделю и дал осложнение на дыхательные пути). После употребления отвара лучше лечь спать, будет наблюдаться резкое смягчение кашля (даже при «застарелом» бронхите), будет обильное потоотделение. Лечение простуды

Рябина благодаря своим лечебным свойствам очень широко используется для лечения простудных заболеваний. Эта ягода применяется как одно из лучших средств, восстанавливающих иммунную защиту организма за счет широкого спектра имеющихся в ее химическом составе витаминов и органических кислот. А также обладает бактерицидным, антимикробным средством за счет большой концентрации аскорбиновой кислоты в своем составе.

При

простудных заболеваниях, особенно с потерей голоса, хорошо и быстро помогает

настой травы рябины и шандра: 20 г плодов облепихи, 1–2 ст. л. травы шандра залейте 2 стаканами кипятка, настаивайте 2 ч в закрытой посуде. Принимайте в течение дня небольшими порциями 7–8 раз в день. Для лечения детей в настой можно добавлять мед

Еще совсем недавно были времена, когда наши бабушки исцеляли близких от простуд, ангин и насморков с помощью обыкновенных средств и своих добрых рук, не используя таблеток. Почему же сейчас люди забыли о том, что справиться с простудой могут другие, более безопасные и экологически чистые средства? Традиция лечения растениями настолько древняя, что сомневаться в эффективности и продуманности такого лечения нет оснований.

Несколько рецептов лечения растениями: РЕЦЕПТ 1.

Сабельник, сухие стебли – 10 г; девясил корни – 25 г; свежие плоды рябины – 10 г. Все хорошо измельчить, засыпать в 0,5 л бутыл, залить водкой. Настоять 21 день в темном месте, процедить. Принимать по 1 ст. л. 1 раз в день. Утром натощак, запивая водой. Первое время боли заболевание простудой будут продлеваться, надо терпеть. При приеме настойки от простуды нельзя есть соленого, кислого, острого, не пить спиртного. РЕЦЕПТ 2.

Багульник, трава – 2 части; брусника, лист – 1 часть; можжевельник, ягоды – 1 часть; подорожник, лист – 2 части; ромашка, аптечная – 2 части; череда трава – 2 части; плоды рябины – 1 часть. Все измельчить и хорошо смешать. Две ст. л. сбора на 500 г кипятка. Настоять, укутав на 5–6 ч, процедить. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде. Применяется при

обострениях простуды. РЕЦЕПТ 3.

Плоды рябины – 1 часть; вереск, трава – 2 части. Все измельчить и хорошо смешать. Две ст. л. смеси на 1 л воды. Кипятить 10–15 мин на малом огне. Настоять, укутав на ночь. На следующее утро процедить и пить как чай или воду в любое время суток. Пить с чем угодно. Курс лечения составит 3 месяца, перерыв 2–3 недели и снова повторный курс. Настойка применяется при

простуде, и

остром проявлении гриппа особенно необходимо, а также лекарство можно принимать в качестве

профилактики при появлении простуды или при смене погоды в особенности. РЕЦЕПТ 4.

Мед, натуральный – 200 г; рябинное масло – 100 г. Масло поставить на паровую баню. Как только масло станет теплым вытащить его. Принимать с молоком масло рябины по 1 ч. л. После чего разведите 2 ст. л. меда с молоком и выпейте. В результате, вы увидите как проявится эффект, не оставит знать о себе простуда. Этот способ очень эффективен. Делать такой чай лучше всего на ночь. Самое главное использовать натуральный мед, иначе эффект от лечения будет маловажным.

В этой книге вы также можете найти еще несколько сборов.

Сбор № 1.

Плоды рябины – 100 г; багульник – 200 г; тысячелистник – 200 г; ромашка обыкновенная – 200 г. Все измельчить и хорошо перемешать. На 2 ст. л. смеси 1 стакан воды. Кипятить 10 мин. Настоять, укутав на 1 ч. Принимать 1/3 стакана каждый день перед едой.

Сбор № 2.

Плоды рябины – 1 часть; плоды шиповника – 1 часть; сабельник – 2 части. Все хорошо перемешать. На 2 ст. л. 1 стакан воды. Поставить на паровую баню и довести до кипения. Принимать по 1 ст. л. в течение дня перед едой. От простуды с проявлением гриппа.

Сбор № 3.

Шалфей – 2 коробки; плоды рябины – 200 г. Две ст. л. смеси на 6 л воды. Кипятить 10 мин. Когда остынет кипятить до горячей, как терпит рука, температуры, можно кипятить в течение 15–20 мин на малом огне. Парить от 30 мин до часа. Перед этим отвар лить и держать горячим, подливая его время от времени в таз или ведро. Делать это раз в сутки перед сном в течение месяца.

Убирает простуду в быстрые сроки,

снимаются боли . После процедуры одеться теплее и стараться продержаться в течение 2 мин, и лечь в кровать. Следить, чтобы не было холодного воздуха. Делать лучше перед сном.

Сбор № 4.

Растопить свежее коровье несоленое масло в посуде над огнем. Когда масло начнет закипать, надо снять с него пенку. Добавить столько же очищенного винного (медицинского) спирта и плодов и масла облепихи, все хорошо размешать. Затем зажечь эту смесь и дать спирту выгореть. Оставшаяся масса – лучшее лечебное средство от

подагры. Втирать в больные места обязательно вблизи жаркого огня: печи, камина, костра, плиты.

Сбор № 5.

Ромашка аптечная, свежие плоды рябины, цветы черной бузины. Смесь слегка залить кипятком, подогреть на огне в кастрюле, процедить. Наполнить подушечки из материи и прикладывать на больное место, обвязать. Применяется при простуде, которая может выражаться в

головной боли или в

опухоли щеки ,

простудой на сквозняках , когда

болит голова , при

болях и прострелах в пояснице .

Сбор № 6.

Сирень майская, цветы (не мичуринская), плоды черноплодной рябины. Цветы сирени, плоды черноплодной рябины насыпать рыхло в пол-литровую бутылку до верха, залить водкой или спиртом. Настоять 21 день в темном месте, процедить. Принимать по 30 капель 3 раза в день до еды. Курс лечения 3 месяца. Этой же настойку можно пить, а также смочить марлю и прикладывать на проблемные больные места в области головы.

При простуде вам помогут следующие сборы.

Сбор № 7.

Плоды черноплодной рябины – 100 г; тысячелистник, трава – 100 г. Все хорошо перемешать на 1 ст. л. смеси 1 стакан воды. Кипятить 10 мин. Настоять, укутав на 1 час. Этим составом промывать горло. Применять как

профилактическое и антибактериальное средство.

Сбор № 8.

Свежие плоды рябины – 100 г; листья подорожника – 100 г; смола живица хвойных пород – 100 г; натуральный пчелиный мед – 100 г. Все хорошо перемешать. Положить полученную смесь в кастрюлю. Кипятить на малом огне 10 мин, при этом помешивая состав. Все сложить в банку. Тонким слоем намазать тряпочку приготовленной смесью, наложить на больное место. Предварительно на горло или место, которое продуло. Повязку следует менять через 1–2 дня. Данное средство применяется при простуде, которая может дать осложнения.

Сбор № 9.

Трава арника – 100 г; герань – 100 г; плоды черноплодной рябины – 200 г; зверобой – 200 г; кориандр – 200 г; шиповник – 100 г; золотая розга – 100 г. Все хорошо измельчить и перемешать. На 1 ст. л. смеси 1 стакан воды. Прокипятить 10 мин. Настоять, укутав на 1 ч. Данным составом прополоскать горло. Применять как

восстанавливающее средство .

Сбор № 10.

Алоэ – 1 часть; вяз – 1 часть; трава, чихотная – 2 части; плющ – 1 часть; свежие плоды рябины – 2 части; подорожник – 1 часть; череда – 2 части; окопник – 1 часть; девясил растопыренный – 1 часть; зверобой – 1 часть; ежевика – 2 части; живучка – 2 части; спорыш – 1 часть; ольха – 1 часть. Все хорошо измельчить и перемешать. Залить 1 л воды. Довести до кипения и прокипятить 10–15 мин. Настоять, укутав на 2–3 ч. Полоскать горло данным раствором или же принимать по 1 ст. л. 1 раз в день этот раствор. Данное средство обладает

останавливающим средством против простуды, а также при осложнениях.

Сбор № 11.

Калина – 10 г; ива – 10 г; зверобой – 10 г; апельсин – 10 г; буквица – 10 г; женьшень – 10 г; рябина – 15 г; плоды рябины – 15 г; виноград – 15 г; герань – 15 г; клен – 15 г; клоповник – 15 г; физалис – 15 г; сушеница – 10 г. Все хорошо измельчить и перемешать. Положить смесь в кастрюлю и прокипятить 10 мин на малом огне, помешивая. Полученную смесь намазать на марлю или тряпочку. Приложить на больное место. Данное средство обладает противовоспалительными свойствами.

ГЛАВА 3. КОСМЕТИКА И РЯБИНА

3.1. УХОД ЗА ВОЛОСАМИ

Ни для кого не секрет, что волосы – это важная деталь вашего облика. Каждый мечтает быть красивым, а потому готов экспериментировать со своей внешностью и волосами, подбирая всевозможные прически, подчеркивающие вашу индивидуальность.

Как часто когда вы смотрели на себя в зеркало, и ваше настроение портилось оттого, что с волосами что-то не так: они капризничают, не слушаются и все попытки как-то уложить их, терпят неудачу? Но огорчаться не стоит.

Посещение парикмахерской, безусловно, приносит облегчение. Но надолго ли? Конечно,

понаблюдать за работой парикмахера не повредит. Но и самим следует подумать о том, как научиться делать прическу.

Тонкие волосы можно укладывать с помощью мусса, который наносят на корни перед сушкой и укладкой. Следует уделять пристальное внимание корням волос, а концы лишь слегка приглаживать расческой из щетины. Чтобы волосы были красивыми.

Если природа не наградила вас роскошными волосами, то ничего не остается, как самим добиться желаемого результата.

Шампунь, конечно, должен быть с кондиционером. Следует иметь под рукой пенку или мусс, чтобы придать волосам нужный объем, а также гель для моделирования прически.

Если вы заметили, что в волосах появилась перхоть, то следует поменять шампунь. Нанося на волосы гель или лак, старайтесь не переборщить. Во время мытья головы, когда шампунь будет смыт, следует нанести кондиционер на кончики волос, а после этого втереть в корни еще влажных волос пенку, спрей – объем или гель. Втирая средство, приподнимайте волосы, и тогда объем прически увеличится.

Хотите, чтобы ваши волосы стали мягкими, блестящими и слегка волнистыми? Тогда запомните, что волосы не следует накручивать на бигуди, использовать электра щипцы и сушить феном. Чтобы добиться желаемого результата, просушивайте волосы только естественным способом. Смешайте на ладонях немного геля с несколькими каплями силиконовой жидкости, затем полученную смесь нанесите на волосы. Хорошенько расчешите их расческой и руками уложите так, как бы вам хотелось.

Кудри можно сделать так: после того, как вы вымоете волосы и высушите их естественным способом на 95 %, на каждую прядь нанесите гель и накрутите на крупные бигуди. Затем феном высушите волосы, снимите бигуди и пальцами уложите волосы в прическу. Конечно, время от времени хочется чего-то новенького. И это вполне естественно. Но если вы хотите сделать новую стрижку, посоветуйтесь со специалистом, будет она вам к лицу. Короткие волосы украсят ту девушку, у которой шея достаточно длинная и тонкая, а линия роста волос красивая. Крупные девушки должны отказаться от такой стрижки.

Проблемы со здоровьем волос чаще всего возникают после химической завивки, когда волосы теряют свои жизненные силы, но существует множество других причин: общее состояние организма, болезни, неправильный уход и т. д.

Конечно, всевозможные бальзамы для укрепления волос, могут оказать какое-то действие. Но не лучше ли воспользоваться теми средствами, которые были известны нашим бабушкам?

1. Сухие и ломкие волосы полезно мыть яйцом, в состав которого входит лецитин и почти все аминокислоты со свежими мелко нарезанными плодами рябины, что предохраняет волосы от повреждения и способствующие устранению перхоти. Яйцо и рябину взбивают и смешивают с небольшим количеством воды. Смоченные волосы поливают полученной кашицей и втирают ее в корни волос. Мыло при этом не используют вообще. Голову тщательно споласкивают сначала теплой водой, а затем подкисленной.

2. Народное

средство от перхоти и для ращения волос . Взять корни репейника и пару листьев черноплодной рябины, положить в кастрюльку наполнить водой по усмотрению. Поставить на газ, кипятить до увара, чтобы корни потомились с листьями, а вода немного выкипела. Остудить отвар и, процедить его через марлю, слить, а корни и листья черноплодной рябины выбросить. Этим отваром примачивают голову каждый день, что ведет к смягчению волос.

Перхоть уничтожается, и волосы растут довольно быстро. Краска для волос.

Краски, как известно, делятся на: растительные и химические. К растительным краскам относятся: хна, басма, ромашка и другие. Эти краски не только безвредны, но даже полезны волосам. Если вы регулярно пользуетесь ими, это значительно улучшает рост волос, укрепляет корни, прекращает образование перхоти, волосы приобретают красивый оттенок и живой блеск.

Если волосы сухие и ломкие или имеют кожные заболевания, то в таком случае мы рекомендуем пользоваться исключительно растительными красками.

Для окраски волос используют хну и басму. Хна имеет желто-зеленый цвет, а испорченная хна приобретает красноватый оттенок. Басма – серовато-зеленый порошок из листьев, индиго, почти не имеющий запаха.

Чтобы привести жирные волосы в порядок, нужно регулярно мыть голову черным хлебом с отваром из плодов рябины, заварите 1 л кипятка, через 12 ч хорошо размешайте и добавьте еще 1 л воды. Вотрите эту кашицу в кожу головы, прочешите сначала редким, а потом частым гребнем и смойте теплой водой.

Хна дает рыжие тона, а в сочетании с басмой – оттенки русого вплоть до черного. Нужно помнить, что хна не может изменить цвет черных волос. При окраске волос в русый цвет смесью хны и басмы краски берут в соотношении 1:2. Продолжительность окрашивания зависит от желаемого оттенка и может быть изменена.

1. Если ваши

волосы тусклые и им не хватает после окрашивания или химии свежести и блеска, то в этом вашим волосам может помочь замечательное средство, которое восстановит не только здоровый цвет и естественный блеск, но и поврежденные луковицы: для этого вам понадобится 25 ягод спелых плодов черноплодной рябины растолочь до каши, затем процедить, оставив только сок и добавить смесь, которую необходимо настаивать 3 дня в прохладном месте и подальше от света для нее вам понадобится 100 г корней репейника замочить в 1/2 л белого вина и поварить в алюминиевой кастрюльке в течение 20–25 мин, затем полученную смесь налить в банку по вашему выбору и плотно закрыть ее. После того как вы смешаете полученную смесь с соком черноплодной рябины, хорошенько перемешайте их, затем, когда будете мыть голову, воспользуйтесь данным лекарством вместо шампуня.

2. Если ваши

волосы секутся и после 30 мин того, как вы их причесали, становятся свалявшимися и грубыми то вам поможет такое замечательное средство, как прокрутить на мясорубке 350 г рябины, 150 г корней репейника, и смешать все это с 240 г сметаны при получении данной смеси, применяют ее после того, как помойте голову, в качестве маски для волос, которую в течение 15 мин необходимо смыть.

3. Если у вас

выпадают волосы, как в больших количествах, так и в малых для этого вам понадобится 150 г сока рябины обыкновенной, 500 г масла шиповника, отвар из 250 г корня репейника, смешать данные травы и ополаскивать голову, после того как вы ее помоете. Применять в течение 3 недель (2 раза в неделю). До ожидаемого эффекта с каждым разом старайтесь уменьшать пропорции, пока не придет все в норму.

Для того чтобы волосы всегда были здоровыми, и быстрее росли, необходимо установить режим мытья, и делать специальные маски и питательные лосьоны для, этого есть одно

средство, которое можно воспользоваться для поддержки здоровья, а также уходом за волосами. Для этого вам понадобится засушенные плоды рябины, отмоченные в молоке, применяют в течение мытья волос, добавляя в шампунь, который вы предпочитаете, хорошенько размешивают и моют этим волосы.

Маска для волос из рябины, для поддержки витаминов, и чтобы волосы были пышными и шелковистыми.

Маска из рябины и корня репейника. 10 свежих плодов рябины и 5 сухих листочков, 4 корня репейника. Необходимо залить 4 стаканами воды, на медленном огне доведите до кипячения, после сего необходимо процедить. Применяют при мытье головы с шампунем, используя отвар нанести на 20–25 мин, после чего продолжайте мыть голову как обычно.

Маска из черноплодной рябины и натуральных витаминов ягод 1/2 стакана свежего сока черноплодной рябины, 6 среднего размера вишен, заварить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 20–25 мин. Применять перед мытьем, нанесите на корни волос легким массажем, чтобы витамины смогли быстрее впитаться, затем смойте с головы теплой водой.

Еще один рецепт, который можно использовать для ухода за кожей головы, также он плодотворно влияет на луковицу волоса. Необходимо взять 1/2 л красного сухого вина, пропустить на мясорубке свежие плоды черноплодной рябины (200 г) и 300 г листа алоэ. При этом алоэ следует брать тот, который растет уже не менее 5 лет. Все это смешать в холодном виде, дать настояться 7 дней в плотно закрытом состоянии в темном и прохладном месте. Затем процедить. Полученный настой, также, следует хранить в прохладном и теплом месте, плотно закрытым. Использовать следующим образом: после мытья головы наносить данную жидкость на кожу головы, массируя волосы у корней. Держать это на своих волосах следует около 20 мин, затем следует смыть теплой водой.

3.2. УХОД ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА

Уход за жирной кожей лица.

Усиленное действие сальных желез приводит к повышению жирности кожи. Это происходит по разным причинам: заболевание желез внутренней секреции, расстройство нервной системы, расстройство желудочно-кишечного тракта, злоупотребление жирной пищей, нарушение правил косметического ухода. Жирная кожа хорошо переносит умывание с мылом. Известны разные лосьоны для очистки жирной кожи. Многие из них можно приготовить в домашних условиях.

Травяной лосьон : 2 ст. л. смеси трав (сушеные цветы рябины, мать-и-мачеха, календула, тысячелистник, эвкалипт, полевой хвощ, ромашка) залить 1/2 л кипятка и прокипятить в течение 15 мин, 3–4 часа настоять. Отцедить, добавить столовый уксус (1 ч. л. уксуса на 1 стакан настоя), а также 30 мл спиртовой настойки календулы или 30 мл водки.

Цветочный лосьон : 2 ст. л. смеси лепестков рябины роз, васильков, ромашки календулы маргариток залить 1 стаканом кипятка и 10 мин нагревать на водяной бане. Добавить 4 ч. л. борного спирта и ч. л. уксуса.

Лосьон из рябины : 1 ст. л. из сушеных плодов рябины и листьев петрушки залить 1 стаканом кипятка, в течение 20 мин прокипятить на водяной бане, настоять 1 ч, процедить, добавить 1/4 стакана белого вина.

Рябина с мятой : 3/4 ложки со свежими листьями рябины, 2 ст. л. сушеной мяты залить 1/2 л кипятка, в течение 10 мин прокипятить на маленьком огне, процедить, добавить 4 ч. л.

борного спирта, 2 ст. л. настойки календулы, 1 ч. л. столового уксуса или лимонного сока.

Лицо моют водой с мылом, а затем делают теплый

компресс из настоя трав . Для этого берут 2 ст. л. высушенных трав (черноплодная рябина, зверобоя, тысячелистника, полевого хвоща, календулы, аира, эвкалипта) заливают 1/2 л. кипятка и настаивают в течение 15 мин. Смесь процеживают и в ней смачивают махровое полотенце. На лицо компресс накладывают следующим образом: середина компресса находится на подбородке, а оба конца закрывают лицо, кроме носа. После этой процедуры лицо протирают кусочками льда.

На жирную кожу также следует наносить маски, но их состав нужно чередовать. Можно порекомендовать такие стягивающие маски.

Сок рябины и белок : взбить яичный белок с соком нанести на кожу кисточкой и держать до образования тонкой пленки, повторять процедуры до полного стягивания. Продолжительность маски 20 мин. Маску смывают теплой водой, а затем протирают лицо льдом. Смягчающие маски

Маска из черноплодной рябины и огурца : 1 ст. л. натертых плодов черноплодной рябины размешать с 2 натертыми огурцами, выложить на лицо на 10–20 мин. В маску можно добавить несколько капель лимонного сока или 1 ч. л. разбавленного уксуса.

Маска из рябины и смородины : 5 листков смородины залить полным стаканом кипятка. Через 20 мин процедить, и добавить ст. л. свежего рябинного сока. Настоем смочить марлю из 3 слоев и наложить на лицо на 20–30 мин. Затем ополоснуть лицо водой комнатной температуры, и протереть его полотенцем.

Маска из рябины и растительного масла : Растительное масло (15 г) подогреть, затем добавить стакан воды и почки рябины, подогревать на медленном огне и довести до кипячения. Остудите и смочите в нем слой марли, наложите на лицо, сверху покрыть свежими листьями черной смородины, затем полотенцем. Через 20 мин маску смыть и лицо промокнуть сухим полотенцем.

Маска из черноплодной рябины и дрожжей : 25 г дрожжей растереть с 1 ст. л. растительного масла, затем добавить 1 стакан черноплодной рябины и размять его до каши. Маску нанести на лицо на 15–20 мин.

Маска из рябины и геркулеса : 3 ст. л. хлопьев «Геркулеса», залить 50 мл соком рябины, настоять 20 мин, проварить на водяной бане 10 мин, остудить, добавить ложку меда. Теплую кашу нанести на 20 мин, затем смыть теплой водой.

Рябина айвовая : айву или рябину мелко нарезать и залить 1 стаканом водки, настоять в течение 8 дней и процедить. Настоем пропитать тонкий слой ваты, наложить на лицо на 15 мин. Лицо промокнуть или протереть марлевой салфеткой. Питательные маски

Кефирно-рябиновая : 1 ст. л. кефира смешать с 1 ст. л. мелко нарезанного рябинового плода, добавить щепотку соли. Маску нанести на 15 мин, а затем смыть теплой водой.

Дрожжи с рябиной и соком лимона : 15 г дрожжей размешать со свежими натертыми плодами рябины в соке лимона до густоты сметаны. Маску нанести на 15 мин, а затем смыть теплой водой.

Сок рябины с томатным соком : в 30 мл помидорного сока добавить сок рябины 25 мл и добавить 1 ст. л. толока. Маску нанести на 20 мин, а затем смывают прохладной

водой.Рассасывающие маски

Маска из подорожника и рябины : мелко нарезать свежие листья подорожника с листьями рябины, растереть до получения сока. Массу нанести на 20 мин, сполоснуть лицо водой и протереть борным спиртом.

Маска из маргариток и тертых листьев рябины : горсть цветков и листьев залить 1/2 стакана кипятка, поместить на 15 мин в водяную баню. Кашицу нанести на 20 мин. Сполоснуть лицо оставшимся настоем.

Маска из картофеля и почек рябины : очищенный сырой картофель натереть и растолочь с почками рябины, добавить щепотку соли, половину взбитого белка, 1 ч. л. толокна. Маску нанести на 20 мин, смыть водой комнатной температуры.Уход за сухой кожей лица

Есть множество причин, которые вызывают сухость кожи – нарушение функции желудочно-кишечного тракта, напряжение нервной системы, изменение в деятельности желез внутренней секреции, недостаток витаминов и полезных веществ в организме.

Сухая кожа матовая, упругая, хорошо натянута на подкожной жировой клетчатке, поры, на ней закрыты. Однако при прикосновении в такой коже ощущается сухость. Чаще всего сухой бывает кожа на щеках и висках.

Если у вас сухая чувствительная кожа, то вместо традиционного умывания водой лучше протереть лицо подогретым рафинированным подсолнечным маслом, избыток которого следует снять салфеткой.

Сухую кожу можно протереть специально приготовленной смесью: для этого разотрите рябину с желтком со 100 мл сливок, добавить 1 ч. л. водки, 10 капель сока лимона и нанести на лицо тампоном.

Благотворно влияет на кожу

отвар овсяных хлопьев с засушенными плодами рябины: на 1 л кипятка берут 2 ст. л. хлопьев и 7 среднего размера засушенных плодов рябины. Остудив отвар, его процеживают.

Можно умываться

раствором крахмала и соком черноплодной рябины : для этого заваривают 1 ч. л. крахмала с 1/2 л сока рябины на 1 л воды. Для очистки и смягчения сухой кожи можно приготовить кремы в домашних условиях.Кремы:

Рябино-сливочный : рябину смешать с 100 мл сливок, добавить 1/4 стакана водки, перемешать, добавить сок половины лимона.

Цветочный : 2 ст. л. лепестков роз, жасмина, рябины, ромашки, липы залить 20 мл кипятка, настоять в течение часа и процедить.

После очистки кожи можно сделать горячий

компресс из настоя трав . Настой готовят в эмалированной посуде. Для этого 2 ст. л. лепестков роз и рябины, мяты, шалфея, липы нужно залить 1/2 л кипятка. Через 15 мин настой процедить. Куски марли смочить в теплом настое и наложить на лицо и на шею. Чтобы кожа прогрелась, процедуру повторяют несколько раз, как только компресс остынет. После компресса на кожу следует нанести питательный жирный крем, а перед сном излишки крема снять салфеткой. Для сухой кожи рекомендуется питательные маски, которые лучше всего смывать рябиновым настоем комнатной температуры.

Рябина с желтком и медом : рябиновый сок, желток, 1 ч. л. меда и столько же подсолнечного масла смешать, растереть и нанести на лицо на 15 мин. Смыть маску можно теплой водой пополам с молоком. Можно добавить в маску 10 капель лимонного сока.

Рябина с растительным маслом: натереть на мелкой терке плоды рябины и смешать с растительным маслом (30 г) подогреть. Смочить в нем тонкий слой ваты, наложить на лицо, сверху покрыть пергаментной бумагой, затем полотенцем.

Черноплодная рябина с медом : 1/4 стакана отвара из рябины, 1 ст. л. меда смешивается с 1 ст. л. толочка, 2 ст. л. свежего молока. Маска наносится на 15 мин.

Если на вашем лице появляются несовершенства, с которыми трудно справиться, или же процедура лечения затягивается надолго, тогда вы можете попробовать одно замечательное средство, которое выведет в короткий срок изъяны на вашей коже и при этом не оставит никаких шрамов и последствий на аллергию, для этого вам понадобится: 200 г свежего сока рябины с 12 капельками подсолнечного масла, в этот раствор добавьте размоченные листья крапивы, данное травяное лекарство, следует настоять в течение 30 мин, а затем равномерно нанесите на лицо.

Сок рябины с творогом : 1 ст. л. творога растереть и смешать с соком рябины, затем смешать с 1 ст. л. сметаны, добавить щепотку соли. Кашицу нанести на лицо на 15 мин.

Желток с рябиной: желток смешать с кашей, полученной из плодов рябины и с 1 ч. л. сливок. Маску нанести на лицо на 15 мин

3.3. УХОД ЗА ТЕЛОМ

Как уже известно, здоровье организма – это важно для каждого человека в любом возрасте. Но мы также понимаем, что если не поддерживать форму и уход за телом, тогда наш организм может ослабеть. Кроме того, зачехнуть, что приведет к различным заболеваниям, и наше тело начинает терять свои прежние свойства, которые раньше можно было преодолеть без стараний и различных спортивных упражнений. Таким образом, вы разрушаете не только физическую подготовку тела к преодолению поставленного перед ней барьера, но и сам организм подвергается опасности. Для решения столь проблемного вопроса люди подолгу размышляли, как же им уберечь свое тело и организм, от болезней и износа, чтобы на него можно было любоваться и не скрывать все лето под жаркими и неудобными одеждами. Ведь приятно когда можно надевать свои любимые вещи, и знать, что они прекрасно на вас сидят, и что вы выглядите как те безупречные фотомодели, которые смотрят на нас с обложки журналов. Да, но ведь не все добиваются столь замечательного тела за короткий срок за счет спорта, как вы знаете, что есть и те, кому некогда заниматься собой, так как у них расписан весь день по часам. Для этого есть тоже простое решение – в древности девушки принимали процедуры умывания, по нескольким часам достигая ожидаемого результата, а теперь вам нужно всего несколько минут на данный результат.

Для этого нам понадобятся старинные рецепты, которые укрепят ваше тело.

Один из таких методов который поможет вам сбросить ваши годы за счет подтяжки кожи на лице и в области живота. Для этого вам понадобится соблюдать такие правила: необходимо установить точное время питания организма и постараться соблюдать его. Также необходимо следить за применением и пользованием различных косметических средств по уходу за телом, чтобы тело рано не постарело необходимо меньше нервничать и пользоваться косметикой, старайтесь заменить ее травами и натуральными витаминами так для подтяжки

кожи в капризных местах принимают ванны из прохладного молока листьев рябины.

Рябину с чистотелом можно применять и для ухода за кожей ног (особенно это касается мужчин при излишней потливости ног). Для этого можно поочередно ноги, после их распаривания в тазу с горячей водой опускать поочередно в холодный крутой отвар чистотела и рябины, уже после первого применения такой процедуры, ступни ног будут потеть значительно меньше. Можно не распаривать ноги, а перед сном протирать ноги таким отваром (холодным).

РАЗДЕЛ III. ЦЕЛИТЕЛЬНАЯ ОБЛЕПИХА

ГЛАВА 1. ОБЛЕПИХА И ЕЕ ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА

Что вы знаете об облепихе? Например, известно ли вам, что целебные свойства этого растения были оценены человеком еще в Древнем Египте, древнеримские войны залечивали им свои раны, Авиценна рекомендовал применять облепиховое масло при ожогах, а мореплаватели обязательно брали его с собой в длительные плавания, используя как источника витаминов? Со временем, спектр применения облепихи значительно расширился, и теперь облепихой и препаратами на ее основе можно лечить кожные поражения, заболевания желудочно-кишечного тракта, респираторные и гинекологические заболевания. А в косметологии облепиха просто незаменима: с ее помощью можно ухаживать не только за кожей и волосами, но даже за ногами.

А расскажет вам о столь широком применении этого удивительного растения этот раздел, который так и называется – «Целительная облепиха».

На внешний вид облепиха представляет собой колючий кустарник или небольшое дерево высотой 1,5–6 метров. Кора старых ветвей и стволов буро-зелёная, жёлто-бурая, тёмно-бурая, иногда почти чёрная. Молодые побеги серебристые, покрыты чешуевидными и звездчатыми волосками. Листья простые, очерёдные, сближённые, короткочерешковые, линейные или линейно-ланцетовидные, цельнокрайние. Растение двудомное: мужские и женские цветки расположены на разных особях облепихи. Цветки мелкие, невзрачные, раздельнополые. Плод – сочная жёлтая или оранжевая (до тёмно-красной) костянка овальной или эллипсоидной формы. Околоплодник сочный и ароматный.

Облепиха цветёт в апреле-мае до распускания листьев или одновременно с ними. Плоды созревают в августе-сентябре. Растёт.

Основные заросли дикорастущей облепихи находятся на Алтае, в Тувинской АССР, в южной части Бурятской АССР, в юго-восточном Казахстане, в Средней Азии, на Северном Кавказе и в Закавказье. Образует куртины различной величины или труднопроходимые заросли, приуроченные чаще всего к речным поймам и берегам озера. Для увеличения сырьевой базы созданы и продолжают создаваться крупные плантации облепихи на Алтае, в Бурятской АССР и других районах. Сбор облепихи.

Сбор плодов начинают в период созревания, когда они приобретают свойственную им окраску, упругие и при срывании не раздавливаются.

Собирают только в сухую погоду путём «ошмыгивания» плодов в лукошко или таз. В

Бурятской и Тувинской АССР, где сухая осень и ранние сильные морозы замораживают плоды на ветвях, заготавливают замороженные плоды в ноябре-декабре путём отряхивания их с веток. Хранение.

Собранное растение тщательно перебирают, очищают от случайно попавших других частей растения, загнивших, завядших и потерявших окраску, комочков земли и затем переносят к месту сушки. Собранные, во избежание согревания, укладывают в корзины рыхло, не уминая, и перекладывают отдельные слои сухими веточками. Нельзя надолго оставлять собранную облепиху в корзинах и кучах: это может губительно отразиться на качестве сырья, вызвать его самонагревание.

Сушка является весьма важной и ответственной операцией, от которой во многом зависит ценность лекарственного сырья. При неправильном выполнении сушки количество лечебных веществ в сырье может резко уменьшиться, иногда они утрачиваются полностью. Облепиху сушат на открытом воздухе в тени, под навесом или на хорошо проветриваемом чердаке здания, особенно на чердаках с железной крышей. Плоды раскладывают тонким слоем на ряд стеллажей (полок), расположенных друг над другом. В процессе сушки плоды необходимо переворачивать несколько раз в день. В зависимости от погоды сушка растения занимает от 3–5 дней. Хорошо высушенный плод при сжатии в руке не должен слипаться в комок.

Высушенные плоды помещают для хранения в бумажные или матерчатые мешки, хорошо закрытые ящики, коробки или в стеклянные банки с пробками. Лекарственное сырье хранят в сухом месте не более 1–1,5 лет. Химический состав.

Витамин «С» (аскорбиновая кислота до 450 мг): один из наиболее важных для жизнедеятельности организма. Отсутствие его ведёт к заболеванию тяжёлой болезнью-цингой. Аскорбиновая кислота способствует излечению лёгочных заболеваний, заживлению ран, и более благоприятному течению различных инфекционных заболеваний, повышает сопротивляемость организма инфекции. Особенно эффективное действие она оказывает в сочетании с другими витаминами. Витамин «С» теряет биологическую активность при высокой температуре, в присутствии небольших количеств железа и меди. Поэтому плоды облепихи нельзя варить в металлической незмазированной посуде. Потребность человека в витамине «С» меняется в зависимости от его возраста, характера работы, веса тела, физиологического состояния организма и ряда внешних условий. Суточная доза 50-100 мг, для взрослых 1000 мг, применяется при рахите.

Витамин «В1» (тиамин до 0,035 мг %): суточная норма 2–2,5 мг. Отсутствие его ведёт к тяжёлой болезни «бери-бери», которая выражается судорогами, параличом и кончается смертью. Тиамин обуславливает хорошее усвоение углеводов и жиров. Потребность в нём увеличивается при низкой температуре, инфекционных заболеваниях, усиленной физической и умственной работе. Применяется «В1» при авитаминозе, при переутомлении и нервном истощении, невритах и кожных заболеваниях нервного происхождения.

Витамин «Е» (токоферол до 145 мг. %): при нехватке данного витамина нарушается нормальный процесс беременности и наступает самопроизвольный аборт. Токоферол также необходим для деятельности скелетных мышц и мышц сердца.

Витамин «В2» (рибофлавин до 0,056 мг. %): требуется в сутки 2,5–3 мг. Недостаток его в организме вызывает болезненные изменения: замедляется рост, падает вес, появляется слабость, нарушается целостность слизистой оболочки рта, снижается острота зрения, появляется слезотечение, сильная краснота, а иногда и помутнение роговицы. Применяется при воспалении слизистой оболочки рта (стоматите), трещинах сосков у кормящих женщин и при длительно не заживающих язвах.

А также, плоды облепихи содержат каротиноиды – каротин (до 60 мг. %), криптоксантин,

зеаксантин, физальен, органические кислоты (до 2,64 %), яблочную и виннокаменную, сахара (до 3,56 %), дубильные вещества, изорамнетин, фиолетовую кислоту (до 0,79 %) и жирное масло (до 8 мг. %), в состав которого входят глицериды олеиновой, стеариновой, линолевой, и пальмитиновой кислот. Плоды облепихи содержат разнообразные витамины и являются одним из лучших натуральных витаминосителей. Листья облепихи содержат свыше 10 % танина. Так как облепиха богата витамином «С» и каротином может быть использовано для получения препарата каротина.

В народной медицине употребляют как

противоцинготное средство .

Из плодов облепихи получают облепиховое масло. Масло состоит из смеси глицеридов, олеиновой, и пальмитиновой кислот, содержит витамин «Е» (до 165 мг %), «В», каротин (до 100 мг %), (каротиноиды 250 мг %). Представляет собой красно-оранжевую жидкость с характерным запахом и вкусом.

Масло применяют наружно для лечения лучевых повреждений кожи. При лечении кольпитов и эндоцервицитов смазывают стенки влагалища шейки матки облепиховым маслом. При лечении эрозий шейки матки применяют ватные тампоны, обильно смоченные маслом. Тампоны меняют ежедневно.

Облепиховое масло применяется также для лечения язвенной болезни желудка.

Масло облепихи также используется наружно для лечения

экзем, дерматозов, трофических язв, пролежней.

1. 1 ст. л. облепихового масла смешайте с 80 г топленого внутреннего свиного, куриного или гусиного жира, вазелина или растительного масла.

Полученную мазь наносите на поврежденную кожу 2 раза в сутки.

2. При

экземе можно использовать не только облепиховое масло, но и отвары из листьев облепихи с добавлением ромашки, лимонного или морковного сока. Для отвара вам понадобится небольшое количество сушеных листьев облепихи. Залейте их кипятком, накройте крышкой и поставьте настояться на 30 мин, после этого настой процедите через марлю и поставьте остывать. Перед тем как настой использовать, добавьте в него 1 ст. л. свежеприготовленного лимонного сока и настой из ромашки. Если нет лимонного сока, не стоит переживать по этому поводу, вы можете воспользоваться морковным соком. Для этого натрите морковь на крупной терке и отожмите сок через марлю. Если есть соковыжималка, будет намного проще получить морковный сок.

ГЛАВА 2. ЛЕЧЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПРИ ПОМОЩИ ОБЛЕПИХИ

2.1. ЭКЗЕМА

Экзема – воспалительное заболевание кожи, протекающее с зудом, шелушением и другими симптомами, характерными для всех форм экземы. Вместе с медикаментозным лечением также назначают фитотерапевтическое, т. е. траволечение.

В большинстве случаев это кожное заболевание связано с нарушениями пищеварительного тракта и заболеваниями печени. Рекомендуются специальные настои и отвары трав, включающие облепиху.

Сбор № 1.

Вам понадобятся: листья шалфея – 15 г, травы фенхеля – 15 г, листья облепихи – 10 г, березовые почки – 50 г. 1 ст. л. сбора залить 1 стаканом кипятка и настаивать в течение 30 мин. Затем настой процедить, сырье отжать. Настой принимать по 1 стакану 3 раза в день до еды.

Сбор № 2.

Вам понадобятся: листья крапивы – 10 г, трава череды – 10 г, листья малины черной – 10 г, корень облепихи – 10 г. Сбор заваривают в эмалированной посуде на медленном огне в течение 20 мин. Принимают по 1/3 стакана отвара 3 раза в день до еды.

Сбор № 3.

Вам понадобятся: трава зверобоя – 15 г, трава хвоща полевого – 15 г, трава бессмертника – 15 г, листья облепихи – 15 г. 1 ст. л. сбора заливают 1 стаканом кипятка и настаивают в течение 20–30 мин, затем процеживают. Принимают настой по 1/3 стакана 2–3 раза в день.

2.2. РОЖА

1. Мел, красное сукно и немного протертой облепихи. Утром до восхода солнца, пораженное рожей место, присыпать сверху чистой, мелко просеянной смесью (мела и облепихи) сверху наложить чистощерстяное красное сукно и все это перебинтовать. На следующее утро снова повторить такую же процедуру, сменив смесь. Через несколько дней рожа проходит. Процедуру проводить по несколько раз и обязательно с восходом солнца.

2. Мед пчелиный натуральный, немного облепихи и лоскут красного шелка. Лоскут натурального шелка, красного цвета, величиной с ладонь, разорвать на мелкие кусочки. Смешать со смесью меда и облепихи. Разделить смесь на 3 части. Утром за час до восхода солнца наложить её на пораженное рожей место и перевязать. На следующее утро процедуру повторить, и так до выздоровления.

3. Порошок мела – 1 часть; порошок цветов ромашки – 1 часть; порошок красного кирпича – 1 часть; порошок листьев облепихи – 1 часть; порошок листьев шалфея – 1 часть. Все хорошо смешать. Насыпать смесь на хлопчатобумажную ткань и прижать на пораженное место. Менять 4 раза в сутки, в полутемном месте, чтобы не попали прямые лучи солнца.

4. Ржаная мука и немного облепихи. Смесь присыпается на больное место. Сверху обкладывается хлопчатобумажной тканью. Делать рано утром, за час до восхода солнца. Менять повязку раз в сутки до восхода солнца.

5. Икра лягушачья. Весной набрать икры лягушачьей. Расстелить ее тонким слоем на чистую

тряпочку, высушить в тени. При воспалении рожи, икру снова размочить в кипяченой воде, комнатной температуры с добавлением 100 г облепихи. Намазать на чистую тряпку и наложить на больное место на ночь. От 3–4 процедур рожа проходит. В народе это средство считается наиболее полезным. Хранить икру в прохладном месте 6 месяцев, не более.

2.3. ОЖОГИ И ОБМОРОЖЕНИЯ

Сборы, применяемые при ожогах и обморожениях.

Сбор № 1.

Плоды облепихи – 100 г; авран – 100 г; береза – 100 г; водосбор – 100 г; донник, лекарственный – 100 г; девясил иволистный – 200 г; ель – 200 г; клевер луговой – 100 г; крапива – 100 г; липа – 200 г; лютик многоцветковый – 100 г. Все составляющие тщательно измельчить и хорошо перемешать. Положить в кастрюлю. Прокипятить на малом огне несколько минут. Остудить, чтобы смесь стала немного холодной, но не замороженной. Мазать полученной смесью больное место. Или можете нанести эту смесь на марлю и перебинтовать больное место.

Данное средство хорошо помогает при

ожогах.

Сбор № 2.

Плоды облепихи – 1 часть; верблюжья колючка – 2 части; дымянка – 1 часть; конский щавель – 2 части; ячмень – 2 части; репешок – 1 часть; осина – 1 часть; осока – 2 части; плющ – 1 часть. Все составляющие измельчить и хорошо перемешать до получения мелкой рассыпчатой смеси. Весь полученный раствор положить в кастрюлю. Добавить туда немного воды, так, чтобы она не залила всю смесь. Прокипятить, помешивая при этом раствор. Кипятить следует до получения кашицы. После чего, полученную мазь следует остудить. Наносить мазь на больное место. При долго не заживающей ране следует делать компрессы из данной смеси. Применяется при обморожениях и ожогах.

Сбор № 3.

Плоды облепихи – 15 г; кислица – 20 г; вахта – 15 г; горох – 15 г; жабник полевой – 20 г; крапива – 20 г; морковь – 20 г; мать-и-мачеха – 20 г; ива – 20 г. Все тщательно измельчить и хорошо перемешать. Четыре ст. л. засыпать в стакан залить стакан водой до верха. Довести до кипения на малом огне, прокипятить 20 мин. Настоять, укутав на 4 ч. Промывать данным раствором больное место. Хорошо помогает при ожогах, обморожениях, других кожных заболеваниях.

2.4. МОЗОЛИ

Для лечения столь распространенного недуга мы можем предложить вам, дорогие читатели, несколько способов приготовления мазей.

1. Ягоду инжира смешать с плодами облепихи. Распарить ногу, вытереть досуха, на мозоль наложить приготовленную смесь. Делать ежедневно на ночь. Можно смесь приложить на мозоль и перебинтовать, менять раз в день.

2. Разварить чернослив в молоке, вынув из него косточки, добавить измельченные плоды облепихи. Прикладывать к мозоли в горячем виде, а когда остынет снова приложить горячим. Продолжать делать так столько, сколько необходимо. Мозоли быстро сойдут.
3. Существует очень старинный способ лечения мозолей потертостей сбитых мест с болями. Надо накапать на медные пятики свечного сала (берутся старые медные пятики). Оставляют так на три дня, отчего образуется зеленая мазь. Эту мазь прикладывают на мозоли, перевязывают и исцеляют.
4. Плоды облепихи – 100 г; физалис – 100 г; живучка – 200 г; клевер, луговой – 100 г; куколь – 100 г; малина – 200 г; нивяник – 100 г; кровохлебка – 100 г. Все измельчить и перемешать. Высыпать, полученную смесь в кастрюлю. Прокипятить до получения однородной массы. Остудить, применять как мазь на мозоли.
5. Плоды облепихи – 1 часть; дуб – 2 части; пижма – 1 часть; вех – 2 части; крапива – 2 части; лен, посевной – 1 часть; лопух – 1 часть; подорожник – 1 часть. Все хорошо измельчить и перемешать, залить полученную смесь одним стаканом воды. Прокипятить до тех пор, пока вода не выкипит полностью. Кипятить следует на малом огне. Должна получиться каша. Полученную мазь наносить на мозоли, можно делать компрессы.

2.5. НАРЫВЫ, ФУРУНКУЛЫ, ЧИРЫ

1. Нарезать мелко мыло, чтобы оно покрыло дно кружки, добавить немного измельченных плодов облепихи. Налить туда молока в два раза больше. Кипятить смесь на малом огне, чтобы молоко не убежало. Кипятить следует 1–1,5 ч, перемешивая, пока не будет густая масса в виде сметаны. Наложить на больное место и перевязать, менять ежедневно.
2. Две части печеного лука смешать с 100 г натертого мыла и 100 г измельченных плодов облепихи. Растереть и хорошо смешать. Прикладывать пластырь на больное место. Менять один раз в сутки. Очень хорошо очищает, помогает быстрому созреванию и очищает нарывы и фурункулы.
3. Столетник, агава – 2 части; плоды облепихи – 1 часть. Листья столетника и облепиху мелко измельчить и растолочь. Наложить на больное место и перевязать. Менять ежедневно. Хорошо вытягивает гной и способствует созреванию.
4. Смешать плоды рябины, листья столетника с льняным, миндальным, персиковым или оливковым маслом. Добавить сок алоэ. Намочить марлю в этой смеси, положить на больное место и перевязать. Менять раз в сутки. Хорошее бактерицидное и заживляющее средство.
5. 10 г корней одуванчика и 10 г плодов облепихи на 1 стакан кипятка. Настоять, укутав, 3 ч, процедить. Принимать по 1 ст. л. 5–6 раз в день. Кровоочистительное и улучшающее обмен веществ, средство.

2.6. РАНЫ, ПОРЕЗЫ, ЦАРАПИНЫ, ЯЗВЫ

1. Плоды рябины и свежее растение тысячелистника. Отжать сок нанести на рану. Останавливает кровотечение и заживляет рану. Хорошо лечит старые раны, гноящиеся язвы. Зимой такое же действие оказывает навар из сухих плодов облепихи и тысячелистника с

добавлением 1/3 по весу цветов ромашки аптечной.

2. Долго не заживающие раны, язвы, порезы: смола живица хвойных пород – 100 г; сало свиное нутряное несоленое – 100 г; плоды рябины – 100 г; воск пчелиный натуральный – 100 г, все положить в кастрюлю. Если смола сухая, растереть в порошок. Кипятить на малом огне 10 мин, все время, мешая состав. Снимать пену с поверхности. Снять с огня, когда станет теплой. Все сложить в стеклянную банку. Хранить в холодильнике. Рану промыть известковой водой – 1 ст. л. негашеной извести на 1 л воды, дать настоять 5–6 ч. Воду слить, этой водой промыть рану. Тонким слоем намазать тряпочку приготовленной смесью, наложить на больное место, перевязать. Через 1–2 дня повязку менять. Раны быстро заживают.

3. Мед пчелиный, натуральный – 80 г; рыбий жир – 20 г; ксероформ – 20 г; плоды рябины – 10 г. Все это тщательно перемешать. Мазь накладывается на очищенную рану или язву в виде повязки. Менять раз в сутки. Применяется для

лечения долго не заживающих ран, язв, свищей . Хранить в прохладном месте.

4. Сок крапивы жгучей и сок из плодов рябины. Смочить получившимся соком тряпку и перевязать рану.

Обладает быстро заживляющим свойством .

5. Плоды облепихи – 1 часть; девясил – 2 части; зверобой – 1 часть; ноготки – 1 часть; окопник – 2 части; сушеница – 2 части; плоды шиповника – 2 части. Все хорошо измельчить и перемешать, 2 ст. л. смеси залить 1 стаканом воды, довести до кипения на малом огне. Прокипятить 20 мин. Настоять, укутав 2 ч. Принимать 6 раз в день в теплом виде в любое время.

Обладает ранозаживляющим свойством .

2.7. ЛЕЧЕНИЕ ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Гайморит

1. Ментол сухой в крупинках растворить в кастрюле с кипятком, добавить мелко истолченной облепихи. Укутав голову дышать, носом над этой кастрюлей. Процедура длится до тех пор, пока идет испарение из кастрюли.

2. Вскипятить воду в кастрюле, влить туда 1/2 ч. л. настойки прополиса и добавить 100 г плодов облепихи. Укутаться и подышать над этой кастрюлей.

3. При заболевании гайморитом вам поможет: облепиха, алоэ, мед, они способствуют улучшению общего самочувствия, аппетита и сна, уменьшению слабости одышки. Чтобы приготовить лекарство против гайморита: 100 г сока облепихи, 2 листа алоэ, 1 ст. л. меда. Смешайте и настаиваете в течение 2 ч. После чего применяйте 2 раза в день по 2 ст. л. Простуда

1.

Облепиха. Сухие ягоды растолочь, 5 ст. л. ягод на 1 л холодной воды. Поставить на огонь, как закипит, дать прокипеть 10 мин, настоять, укутав на 8-10 ч, процедить. Пить рано с утра по стакану через каждые 2–3 ч в течение суток. Пить с медом, вареньем, сахаром. Можно заварить погуще, желательнее в этот день ни есть. После каждого приема полоскать рот теплой водой, так как кислота разъедает зубы.

2. Цветы липы – 1 часть; плоды облепихи – 1 часть; плоды малины -1 часть. Две ст. л. смеси на два стакана кипятка, кипятить 5-10 мин. Процедить. Пить горячим на ночь по 1–2 чашки. Применяется при

ревматизме, гриппе, и других простудных заболеваниях.

3. Плоды облепихи – 40 г; плоды малины – 40 г; листья мать-и-мачехи – 40 г. 2 ст. л. смеси на 2 стакана кипятка, кипятить 10 мин, процедить. Принимать на ночь по 1–2 чашки.

4. Цветы липы – 1 часть; цветы черной бузины – 1 часть; плоды облепихи – 1 часть. 2 ст. л. смеси на стакан кипятка. Кипятить 5-10 мин, процедить. Выпить горячим в один прием при гриппе и

простудных заболеваниях.

5.

Облепиха и голубика :100 г – ягод голубики; 40 г – плодов облепихи, заварите на 1 стакан воды, прокипятите, настаивайте, укутав. Биологически активные компоненты, содержащиеся в облепихи оказывают,

общеукрепляющее противовоспалительное действие ,

укрепляет иммунитет организма, повышает сопротивляемость простуды, служит профилактикой .

Рекомендуемый прием настоя облепихи: взрослым по 2 ч. л. 2 раза в день во время еды, Курс приема 2 месяца, можно повторять 2 раза в год.

6. Требуется: 60 г сушеных плодов облепихи; 150 г плодов малины; 3 стакана кипятка.

Способ приготовления : плоды обдайте кипятком, кипятите 10 мин, после чего настой оставьте настаиваться на сутки в темном месте в хорошо закрытой посуде. Затем настой процедите.

Способ применения : пейте по 1/3 стакана 2 раза в день перед едой.

7. Требуется: 250 г плодов облепихи; 10 г плодов малины; 20 г измельченных листьев крапивы двудомной; 3 стакана кипятка. Способ приготовления: плоды облепихи измельчите деревянной ступкой, смешайте с остальными компонентами. 1 ст. л. сбора залейте кипятком, посуду плотно закройте и настаивайте смесь в течение 15 мин. Способ применения: принимайте как чай, по 1 стакану 2 раза в день в качестве профилактического средства.

8. Требуется: 30 г лепестков облепихи; 2 стакана воды.

Способ приготовления: цветки заварите крутым кипятком, потомите на водяной бане 5–7 мин, дайте настояться.

Способ применения : используйте для полоскания горла не менее 3 раз в день.

9. Требуется: 40 г лепестков облепихи; 30 г цветков липы; 3 стакана кипятка.

Способ приготовления : заварите смесь кипятком, кипятите 7-10 мин, после чего процедите.

Способ применения : пейте как чай, в качестве потогонного и жаропонижающего средства по 1–2 стакана в горячем виде.

2.8. БОЛЕЗНИ СИСТЕМЫ ПИЩЕВАРЕНИЯ

Лечение гастрита

1. 1 ст. л. сухого измельченного корня солодки голой и 1 ст. л. плодов облепихи. Залить все это 1 стаканом кипятка, настоять в закрытой посуде на кипящей водяной бане 30 мин, охлаждать при комнатной температуре 10 мин, процедить. Принимать по одной ст. л. 3 раза в день. При повышенной кислотности желудка.

2. Цветы бессмертника песчаного – 100 г; почечный чай – 100 г; трава шалфея – 100 г; плоды шиповника – 100 г.

Способ приготовления : 2 ст. л. сбора облить 500 мл крутого кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 30 мин. Пить по 1/3 стакана после еды. Применяется при

холециститах.

3. Цветы бессмертника песчаного – 200 г; трава спорыша – 200 г; березовые листья – 100 г; трава зверобоя – 200 г; кора крушины – 100 г; листья крапивы двудомной – 100 г; плоды облепихи – 100 г.

Способ приготовления: 1 ст. л. смеси измельченной смеси заварить 350 мл кипятка, кипятить 5 мин, настаивать в теплом месте (термосе) 4 ч. Пить 1/2 стакана в теплом виде за 15–25 мин до еды. Применяется при заболеваниях

гастрита с пониженной кислотностью (острых и хронических гастритов).

4.

Лечение гастрита с пониженной кислотностью с помощью облепихи. Для приготовления необходимо измельченные свежие плоды облепихи 1 стакан, 1 ст. л. пиона, залейте 2 стаканами кипятка, настаивать в закрытой посуде в течение 30 мин. Процедите и принимайте по 1 ст. л. 3 раза в день, за 30 мин до еды.

5. Боли в желудке при пониженной кислотности гастрита лечения с помощью масла облепихи. 30 мл масла облепихи; 20 г нашинкованного сухого корня солодки и 6 г сухих корок апельсина, все залить 400 г воды, варить, сначала 1/2 объема, и процедить. Потом добавить 60 г меда. Полученную смесь разделить на две части: первую принимать утром за 30–40 мин до еды, 2 за 1,5–2 ч до сна. Курс лечения 40–50 дней. После 7–8 дней приема отвара боли в области желудка прекратятся.

6. Плоды облепихи – 150 г; цветы бессмертника песчаного – 250 г; листья брусники – 150 г; трава спорыша – 250 г; цветы ромашки – 100 г.

Способ приготовления : все измельчить, перемешать, 2 ст. л. сбора заварить 500 мл крутого кипятка, настаивать 4–5 ч, пить 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. Чай против гастрита.

7. Березовы листья – 100 г; трава зверобоя -100 г; листья перечной мяты – 250 г; плоды облепихи – 100 г; почечный чай – 100 г.

Способ приготовления : все хорошо измельчить. Одну ст. л. смеси заварить 200 мл кипятка, кипятить 10 мин, настаивать в теплом месте (термосе) 4 часа. Пить 1/2 стакана в теплом виде за 15–20 мин до еды. Хорошо помогает при

хронических гастритах .

8. Плоды облепихи – 100 г; трава хвоща полевого – 100 г; почечный чай – 100 г; трава спорыша – 150 г; трава крапивы двудомной – 100 г.

Способ приготовления: все измельчить, перемешать, 2 ст. л. сбора заварить 300 мл крутого кипятка, настаивать 4–5 ч, пить 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. Применяется при начальной стадии гастрита.

9. Березовые листья – 100 г; 3 свежих лимона выжить гастритный чай – 100 г; можжевельниковые ягоды – 100 г; трава спорыша – 200 г; плоды облепихи – 150 г.

Способ приготовления: все измельчить, перемешать, 2 ст. л. сбора заварить 300 мл крутого кипятка, настаивать 4–5 ч, пить 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. Применяется как чай от гастрита с пониженной кислотностью.

10. Отвар овса с добавлением облепихи способствует улучшению обмена веществ в организме. Можно употреблять для лечения

хронического гастрита независимо от кислотности. Существует два способа приготовления.

Способ № 1: на 1 стакан промытого овса 20 г плодов облепихи. Залить все это 1 л воды комнатной температуры, настоять 10–12 ч, затем довести до кипения на слабом огне и варить 30 мин в плотно закрытой посуде, снять с огня, настоять, укутав на 12 ч, процедить, отвар довести до 1 л. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день за 30 мин до еды.

Способ № 2: ту же смесь облепихи и овса залить 2 л молока и томить в течение 1,5–2 ч в печи или духовке, затем процедить. Принимать по одному стакану на ночь после еды в течение 2 месяцев.

11. Плоды облепихи – 10 г; корни валерианы – 10 г; кожура апельсина – 10 г; трава тысячелистника – 15 г; трава золотысячника – 15 г. Все хорошо измельчить и перемешать. На 2 ст. л. смеси залить 1 стакан воды. Довести до кипения и прокипятить 10 мин. Настоять, укутав, 1–2 ч. После чего процедить. Принимать 1/2 стакана на голодный желудок 3 раза в день в течение 2–3 месяцев перед едой. Применяется при

гастритах с жалобами на печень.

12. Плоды облепихи – 1 часть; ромашка аптечная – 1 часть; трава полыни горькой – 1 часть; листья шалфея – 2 части; корни вахты трехлистной – 1 часть. Все хорошо измельчить и тщательно перемешать. Одну ст. л. смеси заварить одним стаканом кипятка. Кипятить 10–15 мин. После чего настоять, укутав в темном месте 2 часа. Процедить. Принимать 1/2 стакана каждый день в течение месяца утром и вечером перед едой на голодный желудок. Применяется при

гастритах и энтеритах. Очень эффективное средство.

Еще есть несколько сборов, применяемые при лечении этой болезни.

Сбор № 1.

Плоды облепихи – 1 часть; ива – 2 части; одуванчик – 1 часть; капуста – 1 часть; можжевельник – 1 часть; пижма – 1 часть; пастернак – 2 части; шиповник – 2 части. Все тщательно измельчить и хорошо перемешать. Две ст. л. смеси залить одним стаканом кипятка. Прокипятить 10–15 мин. Настоять, укутав на 2 ч. Процедить. Принимать по стакану 3 раза в день перед едой на голодный желудок.

Сбор № 2.

Плоды облепихи – 200 г; анис – 100 г; бадан – 1 часть; душица – 2 части; дягиль – 1 часть; зверобой – 1 часть; иссоп – 2 части; эфедра – 1 часть. Все хорошо измельчить и перемешать, 3 ст. л. смеси залить одним стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав 2 ч. Процедить через марлю. Принимать 2 раза в день: утром и вечером на голодный желудок.

Сбор № 3.

Плоды облепихи – 15 г; подорожник – 20 г; истод – 20 г; мать-и-мачеха – 20 г; полынь горькая – 10; молочай – 15 г; чистотел – 20 г; щавель конский – 20 г. Все тщательно измельчить и хорошо перемешать. Две ст. л. смеси залить одним стаканом воды. Прокипятить 20 мин. Настоять, укутав на 4 ч. После чего процедить через марлю. Принимать в теплом виде 3 раза в день перед едой.

ГЛАВА 3. КОСМЕТОЛОГИЯ

3.1. МАСКИ ДЛЯ НОРМАЛЬНОЙ И СУХОЙ КОЖИ ЛИЦА

В период весеннего авитаминоза организму не хватает большинства витаминов, в том числе и витамина «Е», отсутствие или недостаточное содержание которого в организме человека приводит к сухости кожи и ее преждевременному старению. Витамин «Е» содержится в облепихе, в киви, в огурцах, в клубнике. Есть множество причин, которые вызывают сухость кожи: нарушение функции желудочно-кишечного тракта, напряжение нервной системы, изменение в деятельности желез внутренней секреции, недостаток витаминов и полезных веществ в организме.

Сухую кожу можно протереть специально приготовленной смесью: для этого заготовить кашицу из плодов облепихи. Смешать ее в таком же количестве в пропорции 1/1 с клубникой. Нанести на лицо на 15 мин. Затем смыть водой. Можно умываться отваром из чистотела и соком свежих плодов облепихи: для этого заваривают 1 ч. л. крахмала с 1/2 литра сока облепихи на 1 л воды. Для очистки и смягчения сухой кожи можно приготовить кремы в домашних условиях. А протирать лицо можно настоем чистотела на спирту или водке с добавлением сока облепихи, в пропорции 1/1.

Облепиха – сливочный : свежие натертые плоды облепихи смешать с 100 мл сливок, добавить четверть стакана водки, перемешать, добавить сок половины лимона.

Цветочный : 2 ст. л. лепестков роз, жасмина, свежие плоды облепихи и мелкие листочки, ромашки, липы залить 20 мл кипятка, настоять в течение часа и процедить.

После очистки кожи можно сделать горячий компресс из настоя трав. Настой готовят в эмалированной посуде. Для этого 2 ст. л. лепестков роз и свежих плодов облепихи, мяты, шалфея, липы нужно залить 1/2 л кипятка. Через 15 мин настой процедить. Куски марли смочить в теплом настое и наложить на лицо и на шею. Чтобы кожа прогрелась, процедуру повторяют несколько раз, как только компресс остынет. После компресса на кожу следует нанести питательный жирный крем, а перед сном излишки крема снять салфеткой. Для сухой кожи рекомендуется питательные маски, которые лучше всего смывать облепиховым настоем комнатной температуры.

После принятия ванн процедур необходимо воспользоваться следующим рецептом. Кожу

лица распариваем.

Фруктово-ягодный. Мякоть киви без кожуры – 50 г; огурец перетертый в кашицу – 50 г; сок облепихи – 50 г. Нанести на лицо, 15 мин подержать, затем смыть водой (не горячей) без мыла.

Для нормальной кожи лица. Собираются листья мать и мачехи и сушатся. Отвар из листьев смешиваем с соком облепихи в пропорции 1/3. Протираем полученной смесью лицо перед сном.

Еще одна очень эффективная маска: 200 г свежих плодов натертых на терке облепихи; 150 г свежего огурца нарезанного колесиком; 120 г малины, данные смеси растереть в тарелочке и настоять в течение 20–30 минут, затем нанесите на лицо на 15–20 мин, а потом смыть теплой водой.

Если ваша кожа сухая тогда вам необходимо для начала налить в тазик проточную холодную воду, затем, не вытирая лицо необходимо нанести маску: в состав которой входит лепестки китайской розы, киви нарезанный колесиком, поперек разрезанная свежая клубника, мелкие листочки облепихи, все это необходимо залить водой на 15–20 мин и процедить, после чего нанести на лицо. Через 30–40 мин лицо необходимо помыть повторно и вытереть мягким полотенцем излишки воды.

Маска из облепихи : для нее вам понадобится: масло облепихи, которое является витаминизированной маской для лица, замедляет старение кожи. Маска заметно разглаживает мимические и возрастные морщины. Она содержит комплекс питательных веществ (натурального масла облепихи и ее витаминов), которое эффективно питают сухую и зрелую кожу. Данная маска делает кожу более упругой и мягкой. Помогают сократить проявления мимических и возрастных морщин уже после 2-х недель регулярного применения. Защищает кожу от негативного воздействия окружающей среды. Делает кожу более гладкой и свежей.

Способ применения : для результата данную маску необходимо наносить на ночь, так как учеными было доказано, что кожа днем не стареет, а во время сна ее необходимо питать, кончиком пальца равномерно нанести на очищенную кожу лица (за исключением области вокруг глаз) и шею. Используйте ее как дополнительное средство ухода за сухой кожей лица.

Маска из облепихи и масло румянки : 1/2 стакана свежего сока облепихи; 1 ст. л. румянки; 1 стакан воды, подогрейте на медленном огне до кипячения, на маленьком огне перемешайте, настаиваете, укутав. Ночная маска для успокоения. Защищает и смягчает кожу. Наносите каждый вечер на очищенную, тонизированную кожу лица и шеи.

Так же эффективно протирать лицо

настойкой после применения маски, которая нормализует его, одна такая настойка состоит из: 200 г помидорного сока; 150 г сливок; сок облепихи, данные продукты необходимо перемешать в одну массу, и наносить сразу после того, как вы смыли маску с лица.

Для более сухой кожи лица, чтобы привести ее в порядок вам необходимо не только делать питательные маски, но и увлажнять его с помощью разнообразных процедур: всего их более 100, но самые эффективные которые помогут вам приобрести здоровую кожу через естественные витамины.

1 Процедура: как уже доказано многими косметологами на здоровье кожи человека отражается: его настроение, напряжение, волнение, сами органы, и в особенности от того насколько часто вы переживаете или нервничаете. В результате чего появляются морщины, от которых трудно избавиться. Сухость кожи можно победить за счет поправления своего

здоровья, но этого будет недостаточно т. к. коже необходима поддержка и забота. Ее вы можете проявить за счет маски, которая не только придаст здоровый цвет вашей коже, но и оставит на долгое время приятный аромат свежего мандарина и румяного персика, заполняя каждую клеточку вашего лица и наполняя ее соком облепихи. В состав входит: 3 мандарина протереть на терке вместе со шкуркой; 1 персик нарезать ломтиком, смешать данную смесь в фарфоровой тарелочке и при этом добавить свежий сок облепихи из плодов. Данную смесь нанести на лицо на 20–30 мин, после чего смыть проточной прохладной водой.

2 Процедура помогает за короткий срок избавиться от мелких недостатков на лице. Для этого вам понадобится вымочить плоды облепихи в проточной воде, затем процедить, оставив плоды в неглубокой тарелочке и залить соком лимона, после чего данную смесь необходимо поставить в холодильник на 10–15 мин. Данная маска готова к употреблению, наносить на 15–20 мин, после чего протрите лицо проточной водой.

3.2. МАСКИ ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

Для жирной кожи лица необходимо подобрать средства, которые не повредят вашей коже, это очень важно, так как может нарушаться его обмен веществ. Для того чтобы здоровую кожу лица и приобрести вам также может помочь облепиха. РЕЦЕПТ 1.

Для получения

здорового цвета вам необходимо – 200 г бананов прокрутить на мясорубке; 350 г лимона со шкуркой натереть на терке; 5 свежих листов облепихи засахарить и залить сливками, после получения данных смесей необходимо слить их в миксер и взбивать в течение 5 мин. Затем данную смесь наносят на лицо. РЕЦЕПТ 2.

Для очищения кожи вам понадобится – 150 г огурца нарезанного колесиком; 2 ст. л. сока облепихи; 3 головки чеснока мелко нарезать; 2 яйца отделить от желтка и взбить белок вручную, после получения данных полуфабрикатов, смешайте их в тарелке и нанесите на лицо на 10–15 мин. Смыть теплой водой. РЕЦЕПТ 3.

Для того чтобы избавиться от жирной кожи, так же поможет маска. В состав которой, входит: 100 г водки; 7 вымоченных плодов облепихи, которые необходимо мелко нарезать; стакан малины, все это следует хорошенько смешать и дать постоять 20–25 мин. После чего вымойте лицо и наложите маску на 10–15 мин. РЕЦЕПТ 4.

Вам понадобится: 100 г огурца натереть на терке, пару веточек алоэ растолочь до каши, пару листьев облепихи растереть с лимоном. Смешайте в одной посуде данные продукты и дайте постоять в течение 5-10 мин, после чего нанесите на лицо, и накройте полотенцем, для улучшения эффекта, затем данную маску необходимо тщательно смыть с лица теплой водой. РЕЦЕПТ 5.

Для него вам понадобится: 200 г бананов, настоянных на спирту; 3 ст. л. лимонного сока; 5 свежих плодов облепихи, натертых на терке; 2 зубчика чеснока необходимо, натереть до каши, после чего смешайте полученное, и взбейте на миксере до густой массы. Теперь вы можете наложить на лицо на 20–25 мин и смыть теплой водой. РЕЦЕПТ 6.

Для него вам потребуется: 100 г водки; свежее натертое яблоко; 3 мандарина растереть с листьями облепихи, после чего смешайте и настаивайте, в течение дня, при этом через каждые 2 часа ставьте в холодильник на 30 мин для того, чтобы данная маска не потеряла витамины, которые питают вашу кожу лица, нанести на лицо на 10–20 мин и промыть теплой

водой. РЕЦЕПТ 7.

Для него вам потребуется: вареная свекла, которую необходимо нарезать тонкими ломтиками; 2 ст. л. сока облепихи взбить с белком; натолочь 4–3 грецкого ореха; натереть свежий огурец; добавить 1 стакан малины, данное необходимо смешать и настаивать в течение 30 мин, после чего нанести на вымытое лицо, на 20–25 мин. Затем смойте проточной водой. РЕЦЕПТ 8.

Маска из облепихи и подорожника : мелко нарезать свежие листья подорожника и растереть его с почками облепихи, растереть до получения сока. Массу нанести на 20 мин, ополоснуть лицо водой и протереть борным спиртом.РЕЦЕПТ 9.

Маска из облепихи и картофеля : очищенный сырой картофель натереть, добавить 1 ст. л. сока облепихи; половину взбитого белка; 1 ч. л. толокна. Маску нанести на 35 мин, смыть водой комнатной температуры.

3.3. МАСКИ ДЛЯ УВЯДАЮЩЕЙ, ДРЯБЛОЙ КОЖИ ЛИЦА

Усиленная работа организма, которому не хватает витаминов, приводит к повышению увяданию кожи и появлению дряблости в области щек. Это происходит по разным причинам: заболевание желез внутренней секреции, расстройство нервной системы, расстройство желудочно-кишечного тракта, злоупотребление жирной пищей, нарушение правил косметического ухода. Дряблость и увядание кожа хорошо переносит умывание с мылом. Известны разные лосьоны для очистки и подтяжки кожи лица. Многие из них можно приготовить в домашних условиях.

Травяной: 2 ст. л. смеси трав (сушеные цветы облепихи, мать-и-мачеха, календула, тысячелистник, эвкалипт, полевой хвощ, ромашка) залить 1/2 л кипятка и прокипятить в течение 15 мин, 3–4 ч настоять. Отцедить, добавить столовый уксус (1 ч. л. уксуса на один стакан настоя), а также 30 мл спиртовой настойки календулы или 30 мл водки.

Цветочный: 2 ст. л. смеси лепестков облепихи, роз, васильков, ромашки календулы маргариток залить 1 стаканом кипятка и 10 мин нагревать на водяной бане. Добавить 4 ч. л. борного спирта и чайную ложку уксуса.

Лосьон из облепихи : 1 ст. л. из сушеных плодов облепихи и листьев петрушки залить 1 стаканом кипятка, в течение 20 мин прокипятить на водяной бане, настоять 1 ч, процедить, добавить 1/4 стакана белого вина.

Облепиха с мятой : 3/4 ложки со свежими листьями облепихи, 2 ст. л. сушеной мяты залить 1/2 литра кипятка, в течение 10 мин прокипятить на маленьком огне, процедить, добавить 2 ч. л. борного спирта, 2 ст. л. настойки календулы, 1 ч. л. столового уксуса или лимонного сока.

Лицо моют водой с мылом, а затем делают теплый компресс из настоя трав. Для этого берут 1 ст. л. высушенных трав (свежих плодов облепихи, зверобоя, тысячелистника, полевого хвоща, календулы, аира, эвкалипта) заливают 1/2 л кипятка и настаивают в течение 15 мин. Смесь процеживают и в ней смачивают махровое полотенце. На лицо компресс накладывают следующим образом: середина компресса находится на подбородке, а оба конца закрывают лицо, кроме носа. После этой процедуры лицо протирают кусочками льда.

Уход за дряблой и увядающей кожей лица

Есть множество причин, которые вызывают сухость кожи, нарушение функции желудочно-кишечного тракта, напряжение нервной системы, но для этого необходимо просто следует питать кожу лица в особенности на ночь, так как учеными было доказано что наша кожа стареет во время сна, поэтому кожу в основном необходимо питать на ночь. В основном увядание и сухость кожи происходит летом под действием солнца, которое сушит кожу и для этого ее каждый день необходимо питать натуральными витаминами. Для этого и следует применять данные маски и лосьоны.

Для увядающей, сухой кожи лица необходимо делать маски, которые будут питать ее витаминами и уберут проблемные места.

Чтобы кожа лица не была сухой необходимо приготовить специальную маску, которая сделает ее подтянутой, существует несколько способов для определенных типов кожи.

1. Для более увядающей кожи необходимо как можно больше витаминов, которые питают кожу и обновляют ее клетки, за счет чего кожа становится более упругой: для этого вам понадобится 1 стакан свежей клубники растолочь в стакане; 2 натертых яблока; настойка репейника; 1/2 стакана. Данное сырье необходимо смешать, при этом, добавить сок облепихи. После чего наложите на лицо на 20–25 мин, затем данную маску следует хорошо смыть теплой водой.

2. Для него необходимо: 200 г огурца натереть на терке; 2 ст. л. сметаны, 1 сырая картофелина, нарезанная тоненькими колесиками. Полученное, необходимо смешать и настаивать в течение 20 мин, после чего нанести на лицо на 10–15 мин. Смывать данную маску следует молоком, после чего проточной водой не вытирая лицо.

3. Для него вам потребуется: нарезать мелко киви; после чего залейте его соком облепихи; натереть свежий помидор; размешайте данную маску и настаиваете в течение 20–25 мин. Нанесите на лицо на 15–20 мин, и смойте молоком, затем проточной водой.

Облепиховая – сметанная маска, для нее вам понадобится: 2 ст. л. сметаны взбить с яйцом, в данную смесь необходимо добавить размятые плоды облепихи. Наложите на чистое лицо и накройте полотенцем, затем смойте проточной водой.

Творожено – облепиховая маска для нее вам понадобится: морковное пюре смешать с 3 ст. л. сока облепихи, 200 г растертого творога, данную маску следует наносить на мокрое лицо на 20–30 мин, после чего смойте проточной водой.

Травяная – облепиховая маска для нее вам понадобится: 2 ст. л. заварки зеленого чая смешать с почками облепихи, добавить тертый огурец, и 1 ст. л. сока алоэ. Данную маску нанести на 30–35 мин, смывать теплой водой.

Облепиха с ягодами . Размять свежий плод облепихи и смешать с 2 ягодами клубники, растереть и смешать с 1 ст. л. творога или сметаны. Вместо клубники можно использовать, персики, яблоки, свежие овощи, которые эффективнее воздействуют на кожу, чем кремы.

Облепиха с медом и белком . 1 стакан свежего сока облепихи смешайте с 1 ст. л. муки, и добавить 1/2 взбитого белка, добавить 1 ч. л. меда, нанести на 20–25 мин, после чего хорошо смойте теплой водой.

Маска из облепихи и персика : 4 плода облепихи мелко нарезать, затем размять персик и добавить 1 ч. л. крахмала. Кашицу нанести на 20 мин, а затем смыть теплой водой.

Маска из облепихи и яблок . Очищенное яблоко натереть на терке, смешать с 1 ч. л. сока облепихи, и добавить 1 ч. л. сметаны. Затем нанесите данную маску на 30 мин, после чего смойте ее проточной водой.

Маска из облепихи и огурца . 1 ст. л. натертых плодов облепихи размешать с натертым огурцом, выложить на лицо на 20 мин. В маску можно добавить несколько капель лимонного сока или 1 ч. л. разбавленного уксуса.

Маска из облепихи и смородины . 5 листков смородины залить полным стаканом кипятка. Через 20 мин процедить, и добавить 1 ст. л. облепихового сока. Настоем смочить марлю из 2 слоев и наложить на лицо на 20 мин. Затем ополоснуть лицо водой комнатной температуры

Маска из облепихи и растительного масла . Растительное масло (20 г) подогреть, затем добавить туда стакан воды и почки облепихи, подогревать на медленном огне и довести до кипячения. Остудите и смочите в нем слой марли, наложите на лицо, сверху покрыть пергаментной бумагой, затем полотенцем. Через 20 мин маску смыть и лицо промокнуть сухим полотенцем.

Маска из облепихи и дрожжей. 25 г дрожжей растереть с 1 ст. л. растительного масла, затем добавить 1 стакан облепихи и размять его до каши. Маску нанести на лицо на 15 мин.

Маска из облепихи и геркулеса . 2 ст. л. хлопьев (геркулеса) залить 60 мл соком облепихи, настоять 20 мин, проварить на водяной бане 10 мин, остудить, добавить ложку меда. Теплую кашку нанести на 20 мин, затем смойте теплой водой.

3.4. УХОД ЗА ВОЛОСАМИ

Есть несколько народных советов по укреплению волос.

Как известно при выпадении волос и облысении, очень хороший помощник – это облепиха. Вам необходимо систематически употреблять в пищу ягоды облепихи или пить отвар молодых веток, и этим отваром мыть голову, хорошо после мытья головы втирать в голову облепиховое масло, 2 раза в неделю.

Можно использовать несколько полезных сборов, которые способствуют укреплению волос.

Сбор № 1.

Облепиха – 20 г; чабрец – 20 г; кора ивы – 20 г; кора дуба – 20 г. 4 ст. л. смеси кипятить 15 мин в 1 л воды, остудить, процедить. Втирать в кожу головы при

облысении.

Сбор № 2.

Плоды облепихи – 30 г; листья крапивы – 30 г; листья мать-и-мачехи – 30 г; корневище аира – 20 г. 6 ст. л. смеси кипятить 10 мин в 1 л воды, укутав на час потеплее. Когда остынет, процедить. Отваром мыть голову 3 раза в неделю

при перхоти и выпадении волос.

А также вы можете воспользоваться следующими рецептами:

1. В кипяченую воду, слегка теплую, но не выше 40–50°, добавить 100 г плодов облепихи и 2 ст. л. меда, примерно на 1 л воды. Этой водой смачивать голову или втирать в кожу головы 2 раза в неделю. Этим способом вы

укрепите свои волосы и поспособствуете их быстрому росту.

2. Плоды облепихи хорошо смешать с черноголовкой обыкновенной. 3 ст. л. травы кипятить 10 мин в закрытом литровом сосуде. Настоять, укутав, 4 ч, процедить. Употреблять для мытья головы при перхоти и для ванн и обмывании при

воспалительных процессах кожи. Отвар считается эффективным средством при перхоти кожи головы.

Чтобы улучшить рост волос и укрепить луковицы, возьми березовые почки и листья облепихи, а также тополевыe почки, приготовь отвар (1 стакан сырья на 1 л воды) и дайте ему отстояться. После этого вымойте отваром голову.

Средство для удаления перхоти. Берут траву, и свежие листья облепихи из них делают отвар. Этим отваром, в теплом виде, моют голову два-три раза в день. После мытья не протирают голову, но оставляют ее влажной

Средство от перхоти для сухих волос. Для приготовления этого средства берутся следующие вещества: хинной корки – 10 г; винного спирта – 100 г; розового масла – 2–3 капли; касторки – 1 ч. л.; плоды свежей облепихи натрите на терке на – 250 г. Состав втирается в кожу головы раз в день. Лечение продолжается до исчезновения перхоти.

Средство от перхоти для жирных волос. В состав этого лекарства входят следующие вещества: сернокислый хинин – 2 г; молочная сера – 1 г; шиповник – 30 г; мякоть плодов облепихи -10капель. Способ употребления этой мази тот же самый, что и в предыдущем рецепте.

Народное средство от выпадения волос и для ращения их. Необходимо втирать луковый сок с коньяком, с парой свежих плодов облепихи и отваром корней репейника. Очень хорошее средство. На одну часть коньяка следует брать четыре части лукового сока, два не крупных свежих плодов облепихи и шесть частей отвара корней репейника.

Шампунь для волос. Взбить свежей белок с соком облепихи и с небольшим количеством воды, прибавить щепотку царской буры. Этим мыть волосы.

Для ухода за волосами вам также хорошо поможет облепиха. Интенсивное средство для профилактики выпадения волос, как у мужчин, так и у женщин. Благодаря оптимально подобранному комплексу экстрактов целебных растений, витаминов, и аминокислот, маска обладает уникальными целебными свойствами. Облепиха издавна применяется в народной медицине для решения лечения волос, экстракт облепихи, эфирное масло грейпфрута, активно питают, укрепляют и реставрируют структуру волос по всей длине, предупреждают процесс их сечения и ломкости, предотвращение выпадения и стимулируют рост волос. Экстракт красного перца усиливает микроциркуляцию крови, что обеспечивает адресное проникновение целебных добавок, питающих волосяные луковицы. Подходит для регулярного пользования.

Способ приготовления и использования : для приготовления данной маски для волос вам понадобится – 200 г красного перца, 150 г – грейпфрута, 2 ст. л. облепихи, сироп шиповника, 3 ст. л. сушеной ромашки, все это необходимо натереть на терке, затем настоять в течение 5 часов. Способ применения – нанести на влажные волосы, помассировать и оставить на 20–30 мин. Смыть водой. Далее тщательно вымыть волосы, используя укрепляющий термошампунь против заболевания волос. Подходит для регулярного использования.

Рекомендация – применение маски полезно при различных видах облысения.

4.1. ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Артриты и полиартриты возникают под влиянием самых различных причин: вследствие разнообразных инфекций (дизентерии, скарлатинозные, ревматоидные, геноррейные, сифилические и т. п.), в результате подножного и внутривенного введения различных сывороток (аллергические), из-за нарушения обмена веществ (подагрические) и в связи с нарушением питания суставов вследствие дегенеративных изменений в сосудах, питающих суставы. Таким образом, развитие полиартритов и артритов может быть вызвано тремя основными причинами: 1) изменением иммунологической активности организма (аллергические и инфекционные полиартриты), 2) нарушением периферического кровообращения, в том числе в сосудах, питающих суставы (дистрофические артриты), 3) и нарушением обменных процессов (подагрические полиартриты). В связи с вышесказанным при лечении полиартритов и артритов различного происхождения основное внимание необходимо направить на очищение организма больных от ядовитых продуктов обмена и аутоинтоксикации (самоотравление), на восстановление периферического кровообращения и нормализацию обменных процессов. Некоторые рецепты очищения и лечения болезней опорно-двигательного аппарата при помощи плодов облепихи вы найдете в этой книге.

Сбор № 1.

Плоды облепихи – 200 г; трава багульника -100 г; листья брусники – 200 г; ягоды можжевельника – 100 г; листья подорожника – 200 г; цветки ромашки – 200 г; трава череды – 200 г. Все измельчить, хорошо перемешать. Две ст. л. сбора залить 500 мл крутого кипятка, 10 мин кипятить, настоять, укутав 30 мин. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Применяется при

инфекционном полиартрите .

Сбор № 2.

Плоды облепихи – 200 г; трава Иван-чай – 200 г; жостер – 100 г; трава зверобоя – 200 г; почечный чай – 100 г; березовых почек – 100 г; трава хвоща полевого – 200 г. Все измельчить, хорошо перемешать. На две ст. л., получившейся смеси 0,5 л крутого кипятка. Настаивать не менее 5–6 часов. Пить 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде. Применяется при

обменных полиартритах .

Сбор № 3.

Плоды облепихи – 100 г; трава багульника – 200 г; листья брусники – 100 г; можжевельниковые ягоды – 100 г; листья подорожника – 200 г; цветы ромашки – 200 г; трава череды – 200 г. Все хорошо измельчить и перемешать. Две ст. л. смеси заварить 0,5 л кипятка. Кипятить в течение 10 мин. Настоять, укутав на 5–6 ч. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. Применяется при

инфекционных полиартритах .

Сбор № 4.

Плоды облепихи – 100 г; трава багульника – 200 г; жостер – 100 г; трава зверобоя – 200 г; почечный чай – 100 г; трава тысячелистника – 100 г; трава чага – 200 г. Все измельчить, тщательно перемешать. На одну ст. л. смеси один стакан крутого кипятка. Кипятить 10 мин, настоять, укутав на 1 ч. Принимать 1/2 стакана на ночь и утром перед едой. Применяется при

обменных полиартритах .РЕЦЕПТ 1.

Замесить тесто из ржаной муки. Добавить в него при этом немного свежего сока из плодов облепихи. Тесто следует месить без дрожжей. Как тесто станет кислым, взять тряпочку или марлю, сложенную вчетверо, наложить на поясницу, а сверху наложить тесто в 1–2 см толщиной. Делать ежедневно на ночь. Применяется данный рецепт для лечения радикулита. Достаточно до десяти процедур, и радикулит проходит. Некоторые добавляют в тесто 30 капель скипидара. РЕЦЕПТ 2.

Плоды облепихи и плоды каштана конского вместе с коричневой коркой размолоть в муку. Нарезать черный хлеб тонкими ломтиками, сверху намазать камфорным или сливочным несоленым маслом, сверху на масло посыпать, получившуюся муку плодов облепихи и каштана. Наложить на больное место и завязать теплым шарфом. Помогает при

радикулите. РЕЦЕПТ 3.

Редька черная и плоды облепихи. Очистить, натереть на терке редьку. Выжать сок из свежих плодов облепихи. Все это хорошо смешать в таком соотношении, чтобы получилась немного густоватая однородная масса. Намазать небольшой слой, получившейся смеси на хлопчатобумажную тряпочку или можно взять льняную. Сверху покрыть другой тряпочкой. Наложить на больное место сверху кальку и завязать теплым шарфом. Держать такой компресс, пока хватит терпения. При этом создается впечатление медленного и глубокого разогревания. Иногда достаточно сделать несколько раз, и болезнь отступает.

4.2. РЕВМАТИЗМ

РЕЦЕПТ 1.

Сабельник, плоды облепихи. Сухие стебли сабельника нарезать длиной 1–2 см. Плоды облепихи тщательно истолочь. Все хорошо перемешать. Насыпать в бутылку на 1/2 -1/3 и залить водкой или спиртом. Настоять 21 день в темном месте. Принимать от 1 ч. до 1 ст. л. 3 раза в день до еды. В особо тяжелых случаях принимать по небольшой рюмке 3 раза в день. Пить желательно в холодное время года. Этой же настойкой растирают усталые и делают компрессы. В народе считают, что для того, чтобы был результат от лечения, надо выпить 1 л бутылки этой настойки. РЕЦЕПТ 2.

Сабельник, сухие стебли – 10 г; девясил корни – 25 г; плоды облепихи – 10 г. Все хорошо измельчить, засыпать в 0,5 л бутылку, залить водкой. Настоять 21 день в темном месте, процедить. Принимать по 1 ст. л. 1 раз в день. Утром натошак, запивая водой. Первое время боли могут обостряться, надо терпеть. При приеме настойки от ревматизма нельзя есть соленого, кислого, острого, не пить спиртного. РЕЦЕПТ 3.

Спирт 90–96 % – 1 часть; плоды облепихи – 2 части; сок крапивы жгучей – 1 часть; мед натуральный – 1 часть. Только что отжатый сок крапивы смешать со спиртом и плодами облепихи. Добавить туда мед. Всех частей поровну, хорошо размешать. Поставить в холодильник вниз, настоять две недели. После этого принимать по 30 г 3 раза в день за 30 мин до еды. Принимать 6 месяцев, а при полиартрите пить, пока не будет осадков в моче и движения не будут свободными и раскованными. Хранить в прохладном месте. Этот настой

применять при ревматизме, полиартрите, камнях в почках и в мочевом пузыре. РЕЦЕПТ 4.

Багульник, трава – 2 части; брусника, лист – 1 часть; можжевельник, ягоды – 1 часть; подорожник, лист – 2 части; ромашка, аптечная – 2 части; череда трава – 2 части; плоды облепихи – 1 часть. Все измельчить и хорошо смешать. Две столовые ложки сбора на 500 г кипятка. Настоять, укутав, 5–6 часов, процедить. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде. Применяется при обменных полиартритах. РЕЦЕПТ 5.

Плоды облепихи – 1 часть; вереск, трава – 2 части. Все измельчить и хорошо смешать. Две ст. л. смеси на 1 л воды. Кипятить 10–15 мин на малом огне. Настоять, укутав на ночь. На следующее утро процедить и пить как чай или воду в любое время суток. Пить с чем угодно. Курс лечения составит 3 месяца, перерыв 2–3 недели и снова повторный курс. Настойка применяется при

ревматизме, подагре, камнях в почках и мочевом пузыре, кашле, атеросклерозе, нервных расстройствах, бессоннице, головокружениях, нарушениях кровообращения сосудов головного мозга, болезнях мочевых органов.

4.3. ОСТЕОХОНДРОЗ

Для лечения этой болезни вы можете использовать один очень хороший рецепт.

Мед, натуральный – 200 г; облепиховое масло – 100 г. Масло поставить на паровую баню. Как только масло станет теплым вытащить его. Нанесите масло на позвоночник. После чего легкими массажными движениями нанесите мед от верхних отделов позвоночника к нижним отделам. В результате чего вы увидите, как выделяются соли. Этот способ очень эффективен. Делать массаж лучше всего на ночь. Самое главное использовать натуральный мед иначе эффект от лечения будет маловажным.

В нашей книге вы также можете найти еще несколько сборов.

Сбор № 1.

Плоды облепихи – 100 г; багульник – 200 г; тысячелистник – 200 г; ромашка обыкновенная – 200 г. Все измельчить, хорошо перемешать. На две ст. л. смеси один стакан воды. Кипятить 10 мин. Настоять, укутав на 1 ч. Принимать 1/3 стакана каждый день перед едой.

Сбор № 2.

Плоды облепихи – 1 часть; плоды шиповника – 1 часть; сабельник – 2 части. Все хорошо смешать. На две ст. л. 1 стакан воды. Поставить на паровую баню и довести до кипения. Принимать по 1 ст. л. в течение дня перед едой.

Подагра, отложение солей.

Сбор № 3.

Шалфей – 2 коробки; плоды облепихи – 200 г. Две ст. л. смеси на 6 л воды. Кипятить 10 мин. Когда остынет, кипятить до горячей, как терпит рука, температуры, можно парить больные руки или ноги в этом отваре. Парить от 30 мин до 1 ч. Перед этим отвар лить и держать горячим, подливая его время от времени в таз или ведро. Делать это раз в сутки перед сном в течение месяца. Рассасываются шишки рук и ног, снимаются боли. После процедуры необходимо одеть, теплые перчатки или носки и лечь в кровать. Следить, чтобы не было

холодного воздуха. Делать лучше перед сном.

4.4. СТЕНОКАРДИЯ

1. Боярышник, цвет и плоды облепихи. Две ст. л. смеси на стакан воды. Кипятить 10 мин, когда остынет, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

2. Настойка. 10 г смеси на 100 г водки. Настоять 21 день в темном месте, процедить, отжать. Принимать по 20–25 капель 3 раза в день. Еще лучше принимать так, чтобы все рассосалось во рту. Полезно пить чай из плодов боярышника и облепихи: столовую ложку плодов на стакан воды. Кипятить 10–15 мин, настоять, укутав, 2 ч. Принимать по стакану 3 раза в день как чай. Некоторые с успехом применяют варенье из плодов боярышника и облепихи. Пользуются этим вареньем всю зиму. Приступов не бывает.

4.5. ГИПЕРТОНИЯ

Сбор № 1.

Астрагал пушистоцветковый – 1 часть; плоды облепихи – 2 части; боярышник – 2 части; гармала – 2 части; донник лекарственный – 2 части; земляника – 2 части; кровохлебка – 2 части; пустырник – 1 часть; спорыш – 2 части. Все хорошо измельчить и перемешать. На 2 ст. л. смеси 1 стакана кипятка. Прокипятить 10 мин. Настоять, укутав на 2–3 ч. Принимать ежедневно 5–6 раз в день по стакану в теплом виде. Принимать до тех пор, пока не наступят улучшения. Очень эффективный сбор. В состав данного сбора входят все те лекарственные формы, способствующие не только скорейшему выздоровлению, но и поддерживающие иммунитет.

Сбор № 2.

Плоды облепихи – 100 г; буквица – 100 г; девясил высокий – 100 г; желтушник – 100 г; лук репчатый – 100 г; ноготки – 200 г; почечный чай – 100 г; череда – 100 г; фасоль – 10 г; сушеница – 200 г. Все хорошо измельчить и перемешать. Две ст. л. смеси заварить 1 стаканом кипятка. Дать настояться 4 ч, при этом, укутать. После чего процедить. Принимать 3 раза в день перед едой.

Сбор № 3.

Свекла – 100 г; плоды облепихи – 200 г; укроп – 100 г; чайный грипп – 100 г; полынь горькая – 100 г; магнолия – 200 г; маслина – 100 г; лук репчатый – 100 г; кровохлебка – 100 г. Все измельчить и перемешать. На 1 ст. л. смеси 1 стакан воды. Довести до кипения. Кипятить 10 мин на малом огне. Настоять, укутав на 2–3 ч. Процедить. Принимать утром и вечером в теплом виде по полстакана.

Сбор № 4.

Плоды облепихи – 1 часть; буквица – 1 часть; виноград – 2 части; грейпфрут – 1 часть; желтушник – 1 часть; полынь обыкновенная – 1 часть; черноголовка – 2 части; чистец лесной – 1 часть; шелковица – 2 части; эвкоммия – 2 части. Все измельчить и хорошо перемешать. Заварить крутым кипятком 3 ст. л. смеси. Настоять, укутав на 30 мин. Процедить. Принимать

по стакану каждый день перед едой. Сборы, применяемые при гипотонии.

Сбор № 1.

Букашник горный – 100 г; плоды облепихи – 200 г; татарник – 100 г; эфедра – 200 г; чайный куст – 200 г; пижма – 100 г; лимонник – 100 г; левзея – 100 г. Все хорошо перемешать. Две ст. л. смеси залить одним стаканом воды. Довести до кипения, прокипятить 10 мин. Настоять, укутав на 3 ч. Процедить. Принимать по стакану 2 раза в день перед едой.

Сбор № 2.

Розмарин – 200 г; плоды облепихи – 200 г; переступень – 100 г; стальник – 100 г; виноград – 200 г; элеутерококк – 100 г; заманиха – 100 г. Все хорошо измельчить и перемешать. Одну ст. л. смеси заварить одним стаканом кипятка. Настоять, укутав на 3 ч. После чего процедить, полученный раствор. Принимать по стакану три раза в день перед едой.

Сбор № 3.

Плоды облепихи – 200 г; буквица – 100 г; женьшень – 100 г; копытень европейский – 100 г; переступень – 100 г; пижма – 200 г. Хорошо смешать. Одну ст. л., полученной смеси заварить одним стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав на 2 ч. Принимать 6 раз в течение дня.

1. Пустырник, трава, – 3 части; сушеница, трава – 3 части; багульник – 2 части; шиповник плоды – 1 часть; почечный чай – 1 часть.

1 ст. л. сбора заварить 300 г кипятка, кипятить 5 мин, настоять, укутав на 4 ч, процедить. Принимать в теплом виде 3 раза в день 1/2 стакана, за 20 мин до еды. Применяется при гипертонической болезни I и II стадии и при

симптоматических гипертониях без сердечной недостаточности.

2. Адонис, трава – 1 часть; шиповник, цвет – 2 части; березовые листья – 1 часть; пустырник, трава – 2 части, сушеница, трава – 2 части, хвощ полевой, трава – 1 часть, боярышник, цвет – 2 части.

2 ст. л. измельченной смеси на 500 г кипятка. Настоять, укутав на 5–6 ч, процедить. Принимать 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде. Применяется при гипертонической болезни 1 и 2 стадиях и при

симптоматических гипертониях ,

осложненных сердечной недостаточностью 1 и 2 степени в стадии компенсации и субкомпенсации.

3. Плоды шиповника – 200 г; трава пустырника – 300 г; трава сушеницы – 300 г; трава багульника – 200 г; почечный чай – 100 г. Одну ст. л. измельченной смеси заварить в 300 мл кипятка, 5 мин кипятить, настаивать в теплом месте (можно в термосе) 4 ч, пить в теплом виде по полстакана за 15–20 мин перед едой.

4. Плоды шиповника 300 г и сушеная ягода черной малины (можно заменить на ежевику) 300 г. Всю смесь залить 1,5 л кипятка и дать настояться (не менее 2 часов). Данный настой необходимо употреблять в теплом виде, можно добавлять в чай. Использование такого отвара не ограничено и не нанесет вреда здоровью. Наиболее подходящий вариант,

употреблять данный настой 2–3 раза в день вместо чая по стакану.

Следует также добавить, что использование абсолютно любого средства из приведенных, в данной книге, для лечения гипертонии или гипотонии с использованием шиповника не обязательно сразу же резко принесет оздоровительный результат. Скорее всего, данные средства и настои могут помочь человеку на ранней стадии развития гипертонической или гипотонической болезней сердца. Не рекомендуется лечиться одними только настоями и отварами в период хронического обострения болезни, например, во время гипертонического кризиса, когда одним только настоем (отваром) достичь резкого результата падения кровяного давления не получится. После снятия всех острых форм развития болезни обычным медикаментозным способом, можно прибегать к лечению травами для длительного лечения.

Конечно же, лечение отварами и настоями, в данном случае, принесет результат не ранее, чем через недели три регулярного использования, однако результат от лечения отварами и настоями наиболее длительный, чем при лечении медикаментами и другими фармацевтическими препаратами.

Обращаем ваше внимание и на то, что со временем организм «привыкает» к определенному воздействию конкретного настоя, поэтому время от времени отвары и настои следует чередовать, а не пользоваться на протяжении многих лет одним единым способом.

4.6. ДРУГИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Сборы, применяемые для поднятия общего тонуса при сердечнососудистых заболеваниях.

Сбор № 1.

Гвоздика пышная – 100 г; плоды облепихи – 200 г; боярышник – 100 г; володушка – 100 г; дымянка – 100 г; земляника – 200 г; лимонник – 100 г. Все тщательно измельчить и хорошо смешать. Заварить две ст. л. смеси одним стаканом кипятка. Настоять, укутав на 3 ч. Принимать вместо чая в течение всего дня.

Сбор № 2.

Плоды облепихи – 100 г; бессмертник однолетний – 100 г; заманиха – 100 г; калина – 200 г; шафран – 200 г. Все измельчить и хорошо смешать. Две ст. л. смеси заварить одним стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав на 3 ч. Процедить. Принимать 1/2 стакана настоя 2 раза в день: утром и вечером в теплом виде. Очищение организма при помощи облепихи.

Сбор № 1.

Плоды облепихи – 100 г; ежевика, листья – 100 г; земляника – 100 г; ромашка аптечная – 200 г. Все хорошо смешать. Залить одним стаканом кипятка. Настоять, укутав на 1–2 ч. Принимать 1/2 стакана утром и вечером.

Сбор № 2.

Листья мяты – 1 часть; плоды тмина – 1 часть; плоды фенхеля – 1 часть; плоды облепихи 1 часть. Все тщательно смешать. На две ст. л. смеси один стакан кипятка. Настоять, укутав 4–5 ч. Процедить. Принимать в течение дня вместо чая и т. п. Этот сбор обладает не только

очищающим свойством, но и успокаивающим .

Сбор № 3.

Плоды облепихи – 15 г; плоды шиповника – 10 г; трава пустырника – 20 г; трава донника – 15 г; листья алтея – 15 г; багульник – 25 г. Залить все это 1 л кипятка. Настоять, укутав на 3 ч, процедить. Принимать по половине стакана 5–6 раз в день.

Сбор № 4.

Почки сосновые – 1 часть; плоды облепихи – 1 часть; эвкалипт – 1 часть; трава тысячелистника – 2 части; трава багульника – 2 части; листья мать-и-мачехи – 2 части. Все это хорошо измельчить и перемешать. Залить 3 ст. л. смеси двумя стаканами кипятка. Поставить на огонь. Довести до кипения. Дать прокипеть 2–3 мин. Настоять, укутав на 1 ч. Принимать по стакану три раза в день перед едой. Лечение мочеполовых заболеваний с помощью облепихи.

Для лечения мочевых заболеваний хорошо помогает облепиха, в качестве дополнительного источника витамина с, флавоноидов, гликозидов, органических кислот, фитостероидов, пигментов, полисахаридов.

Сбор № 1.

Облепиха и спорыш . 15 г (2 ст. л.) спорыша смешать с 10 г сухих листьев облепихи, данное поместите в эмалированную посуду, заливают 200 мл (1 стакан) воды комнатной температуры, закрывают крышкой и нагревают на водяной бане в течение 20 мин, охлаждают при комнатной температуре в течение 30 мин, процеживают. Оставшееся сырье отжимают. Объем полученного настоя доводят кипяченой водой до 200 мл. Принимают перед едой 1/2 - 1/3 стакана 2–3 раза в день.

Сбор № 2.

Облепиха и копытень , цветы и листья. 20 г сушеных листьев с цветами на 1/2 литра кипятка. Настоять, укутав, 1–2 ч. Принимать без нормы вместо чая и воды. Стакан чая и настойки облепихи с копытнем принимать перед сном.

Облепиха и зверобой. 30 г сухих плодов облепихи, 40 г сухой травы зверобоя, заварите на 1 л кипятка, настоять, укутав на 30 мин – 1 ч. Принимать от 100 до 150 г кипятка 2 раза в день.

Сбор № 3.

Облепиха и шалфей . 2 ст. л. сухих листьев облепихи, 10 г травы с цветами шалфея, следует залить 1 стаканом воды. Кипятить 20 мин на малом огне. Настаивать, укутав, час, процедить. Принимать 1/3 стакана 2 раза в день.

Сбор № 4.

Облепиха и тысячелистник . Одну ст. л. листьев облепихи, 20 г сухих листьев тысячелистника, на стакан кипятка. Настоять, укутав на 1–2 ч, процедить. Выпить весь стакан за 1 прием, раз в день.

Сбор № 5.

Облепиха укроп . 15 г семян укропа, 20 г сухих листьев облепихи, на стакан кипятка. Настоять, укутав, процедить, час. Принимать 2/3 - 3/4 стакана 2 раза в день, 15 мин до еды. При возможности добавлять мед. Применяется при

недержании мочи, особенно ночном.

Сбор № 6.

Облепиха и шиповник . Отваром из листьев шиповника и плодов облепихи, лечит ночное недержание мочи, которое довольно часто, иногда в обременительной форме, бывает у детей и пожилых. Невзирая на то, что листья действуют мочегонно, в этих случаях наблюдается известный эффект. В таких случаях употребляют смесь из ягод шиповника и облепихи. Эту смесь кипятят 10 мин, в 3-х стаканах воды. Принимают 1 раз в день.

Сбор № 7.

Облепиха и брусника . Плоды необходимо натолочь, 4 ст. л. облепихи и 5 ст. л. брусники, 1 ст. л. ягод костяники, кипятить в 1 л воды 30 мин, на малом огне. Перед снятием с огня добавить 2 полные ст. л. цветков облепихи. Дать слегка вскипеть, снять с огня, процедить. Принимать холодным по 1 стакану 2 раза в день.

Сбор № 8.

По 1 ст. л. ягод облепихи (свежих или сухих) и черники кипятить на малом огне 10–15 минут в 0,5 л воды. Принимать по стакану 3 раза в день.

Сбор № 9.

Настоять свежих листьев облепихи с водой несколько часов, раза 2 меняя воду. Когда настоится, то воду слить и принимать по рюмке этой воды, насыпая в нее по 1 г порошка из корня калгана. Мочегонные сборы

Сбор № 1.

Айва – 100 г; барбарис – 100 г; девясил шершавый – 100 г; плоды облепихи – 200 г; клен – 100 г; плющ – 100 г; рябина – 100 г; спорыш – 100 г; липа – 100 г; осина – 100 г. Все хорошо перемешать. Залить 2ст. л. смеси одним стаканом воды. Довести до кипения прокипятить 10 мин на малом огне. Принимать по полстакана 5–6 раз в день.

Сбор № 2.

Вязель – 1 часть; плоды облепихи – 1 часть; зверобой – 1 часть; береза – 1 часть; грыжник – 1 часть; почечный чай – 1 часть; репа – 2 части; татарник – 2 части. Все тщательно измельчить и хорошо перемешать. Одну ст. л. смеси заварить одним стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав на 1 ч. Принимать по полстакана 3–4 раза в день.

Сбор № 3.

Душица – 10 г; грыжник – 15 г; плоды облепихи – 20 г; инжир – 20 г; липа – 10 г; осина – 10 г; морковь – 20 г; цикорий – 20 г; черемуха – 10 г; чистотел – 15 г; шафран – 15 г; шиповник – 20 г; хрен – 15 г. Все тщательно измельчить и хорошо перемешать. На 2 ст. л. смеси один стакан воды. Кипятить 10–15 мин. Настоять, укутав 2–3 ч. Принимать по стакану утром и вечером перед сном.

Сбор № 4.

Плоды облепихи – 100 г; тмин – 100 г; молочай – 100 г; маслина – 200 г; паслен черный – 200 г; пихта – 100 г; почечный чай – 200 г; пастушья сумка – 200 г; плющ – 200 г; редька – 100 г; резак – 200 г. Все хорошо перемешать. Две ст. л. смеси заварить одним стаканом кипятка. Настоять, укутав на 1 ч. Принимать по стакану перед сном каждый день.

Сбор № 5.

Вьюнок полевой – 100 г; плоды облепихи – 200 г; бузина черная – 100 г; брусника – 100 г; верблюжья колючка – 100 г; бальзамин – 200 г; аир – 100 г; адонис – 100 г; айва – 200 г. Все

измельчить, хорошо перемешать. На 2 ст. л. смеси один стакан крутого кипятка. Довести до кипения прокипятить 2–3 мин. Настоять, укутав в темном месте на 2 ч. После чего процедить через марлю. Принимать по стакану утром перед едой каждый день в течение месяца.

Сбор № 6.

Плоды облепихи – 200 г; толокнянка – 100 г; тыква – 100 г; тростник – 200 г; тысячелистник – 100 г; фиалка полевая – 200 г; хвощ полевой – 100 г; цикорий – 200 г; ярутка – 100 г; ясенник – 100 г; ястребинка волосистая – 100 г. Все измельчить и хорошо перемешать. Весь состав залить 1 л спирта. Настоять в течение месяца при комнатной температуре в темном месте. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день после еды. Противогеморройные сборы.

Сбор № 1.

Плоды облепихи – 100 г; амарант колосистый – 100 г; бальзамин – 100 г; барбарис – 200 г; галега лекарственная – 200 г; девясил высокий – 100 г; каштан конский – 100 г; кровохлебка – 100 г; черника – 200 г; чистотел – 200 г. Все составляющие хорошо измельчить и перемешать. Три ст. л. смеси заварить одним стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав на 2–3 ч. Процедить. Принимать по стакану каждый день утром натощак.

Сбор № 2.

Бодяк полевой – 1 часть; водяной перец – 2 части; гвоздика травяная – 2 части; липа – 2 части; дуб – 2 части; нивяник – 1 часть; осот – 2 части; паслен черный – 1 часть; порезник – 2 части. Все измельчить и хорошо перемешать. Две ст. л. смеси залить одним стаканом воды. Довести до кипения прокипятить 10–15 мин. Настоять, укутав на 5 ч в темном месте. Процедить через марлю. Принимать по полстакана 3 раза в день после еды.

Сбор № 3.

Зверобой – 15 г; плоды облепихи – 20 г; чистяк – 10 г; сабельник – 15 г; стальник – 20 г; тысячелистник – 15 г; черника – 10 г; тополь черный – 10 г; таволга шестилепестная – 20 г; ячмень – 20 г; малина – 20 г. Все измельчить, хорошо смешать. Заварить 1 ст. л. полученной смеси одним стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав на 1 ч. Принимать по стакану утром вечером.

Сбор № 4.

Льнянка – 100 г; плоды облепихи – 100 г; дымянка – 100 г; паслен черный – 200 г; кровохлебка – 200 г; крапива – 200 г; лен посевной – 100 г. Весь состав положить в кастрюлю, довести до кипения, помешивая при этом. Прикладывать полученную смесь к больному месту на 20 мин 2–3 раза в день. Фибромиома

Сбор № 1.

Плоды облепихи – 100 г; вяз – 200 г; герань – 100 г; василисник – 100 г; зверобой – 200 г; душица – 200 г; клещевина – 100 г; копытень – 200 г; лимонник – 100 г; мелисса – 100 г; пастушья сумка – 200 г. Все измельчить и хорошо смешать. Две ст. л. смеси заварить 1 стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав на 2 ч, после чего процедить. Принимать по стакану 5–6 раз в день. Обладает

рассасывающим свойством .

Сбор № 2.

Плоды облепихи – 200 г; крапива – 100 г; полынь морская – 100 г; спорыш – 100 г; черноголовка – 100 г; шиповник – 200 г; яснотка белая – 100 г; сельдерей – 100 г; сусак

зонтичный – 100 г; чеснок – 100 г эвкалипт – 100 г. Все составляющие хорошо смешать. Одну ст. л. смеси залить одним стаканом воды. Прокипятить до кипения 15 мин. Настоять, укутав 3 ч в темном месте. Принимать 5–6 раз в день по полстакана в теплом виде.

Сбор № 3.

Плоды облепихи – 200 г; синеголовник – 100 г; фенхель – 100 г; шандра – 100 г; петрушка – 100 г; осока – 200 г; пижма – 200 г; медуница – 200 г; лимонник – 200 г; красный стручковый перец – 100 г. Все хорошо измельчить и смешать. Две ст. л. смеси заварить одним стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав на 4 ч. Процедить. Принимать по стакану 6 раз в день в горячем виде.

Сбор № 4.

Плоды облепихи – 100 г; лагохилус – 100 г; ноготки – 100 г; пион уклоняющийся – 100 г; повилика – 100 г; порезник – 100 г; полынь обыкновенная – 100 г; пупавка – 100 г; марена – 200 г; маргаритка – 200 г; спорыш – 100 г. Все измельчить и смешать. Две ст. л. смеси залить одним стаканом воды. Довести до кипения на малом огне, прокипятить 15 мин. Настоять, укутав на 4 ч в темном месте при комнатной температуре. Процедить. Принимать по стакану сбора 3 раза в день в теплом виде перед едой. Сборы, принимаемые для лечения миомы.

Сбор № 1.

Плоды облепихи – 200 г; аистник – 100 г; барвинок – 100 г; грибы дождевики – 100 г; ежевика – 200 г; ольха – 100 г; омела белая – 100 г; медуница – 200 г; плакун – 100 г; плаун – 200 г; физалис – 100 г; пустырник – 200 г. Все составляющие тщательно измельчить и хорошо смешать. Одну ст. л. смеси залить одним стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав 2–3 ч пока смесь не осядет на дно стакана. После чего процедить смесь. Принимать по половине стакана 5–6 раз в день.

Сбор № 2.

Плоды облепихи – 200 г; щавель кислый – 200 г; шиповник – 200 г; смородина красная – 200 г; черника – 100 г; череда – 100 г; хвощ полевой – 100 г; физалис – 100 г; чистец лесной – 100 г; незабудка – 200 г. Две ст. л. смеси заварить одним стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав в темном месте на 2–3 ч. Процедить. Принимать по стакану настоя 2 раза в день утром и вечером. Обладает

кровоостанавливающим свойством .

Сбор № 3.

Плоды облепихи – 100 г; девясил – 100 г; герань – 200 г; татарник – 200 г; тысячелистник – 200 г; пузырчатая головня кукурузы – 100 г; стальник – 100 г; тмин песчаный – 100 г; сабельник – 100 г. Все хорошо перемешать. Две ст. л. смеси залить одним стаканом кипятка. Довести до кипения, прокипятить до образования осадка. Настоять, укутав 4 ч. Принимать 6 раз в день.

Сбор № 4.

Плоды облепихи – 100 г; дуб – 100 г; водосбор – 10 г; женьшень – 100 г; кукольник – 200 г; кошачья лапка – 200 г; манжетка – 200 г; лимон (без цедры) – 100 г; морощка – 200 г; рогоз – 100 г; пырей ползучий – 100 г. все измельчить и хорошо смешать. Высыпать полученную смесь в литровую стеклянную банку. Залить все спиртом. Настаивать в темном месте в течение месяца. Принимать ст. л. 3 раза в день во время еды.

Сбор № 5.

Плоды облепихи – 100 г; ольха – 100 г; пастушья сумка – 100 г; чихотная трава – 200 г; шиповник – 100 г; калина – 200 г; каштан конский – 200 г; кровохлебка – 10 г; рябина – 200 г. Все тщательно измельчить, хорошо смешать. Залить 3ст. л. смеси стаканом воды. Прокипятить 10 мин. Настоять, укутав на 1 ч. Принимать 1/2 стакана 2 раза в день утром и вечером. Помогает

при миоме и

при нарушении менструального цикла, а также при обильных кровотечениях. Сборы, применяемые при запорах.

Сбор № 1.

Плоды облепихи – 1 часть; алоэ – 2 части; брусника – 1 часть; лиственница – 2 части; лопух – 1 часть; маргаритка – 1 часть; осока – 1 часть; пазник – 2 части; жеруха – 1 часть; кориандр – 2 части; крыжовник – 1 часть. Все тщательно измельчить и хорошо перемешать. Две ст. л. смеси залить 1 стаканом воды. Довести до кипения. Прокипятить на малом огне 15–20 мин. Настоять, укутав на 3–4 ч в темном месте. Принимать 1/2 стакана 2 раза в день: утром и в обед после еды.

Это средство обладает очень хорошими

слабительными свойствами .

Сбор № 2.

Плоды облепихи – 100 г; кориандр – 200 г; грецкий орех – 100 г; персик – 100 г; осот – 100 г; подорожник – 100 г; репчатый лук – 100 г; черный паслен – 100 г; молочай – 100 г; мелисса – 100 г; морская капуста (или морской лук) – 50 г; клевер – 100 г. Все составляющие хорошо перемешать. Залить 1 ст. л. смеси стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав на 3–4 ч. Принимать по стакану утром и в обед перед едой. Обладает очень хорошим

слабительными свойством и противобактериальным .

Сбор № 3.

Плоды облепихи – 100 г; кассия остролистная – 200 г; первоцвет – 200 г; миндаль – 200 г; лен слабительный – 200 г; латук – 100 г; лиственничная губка – 100 г; подсолнечник – 200 г; сафлор – 200 г; рябина – 200 г... Все смешать, залить 2 ст. л. смеси 1 стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав на 2 ч. Процедить. Принимать по стакану 4–5 раз в день это средство помогает

при более длительных запорах .Сборы, применяемые при диарее.

Сбор № 1.

Плоды облепихи – 100 г; алтей – 100 г; белая акация – 100 г; бобы конские – 100 г; грыжник – 100 г; пихта – 200 г; брусника – 100 г; черемуха – 200 г; тимьян обыкновенный – 100 г; тысячелистник – 200 г. Все составляющие тщательно измельчить и хорошо перемешать. Две ст. л. смеси залить одним стаканом воды, довести до кипения, прокипятить на малом огне 15–20 мин. Настоять, укутав на 2 ч в темном месте при комнатной температуре. После чего процедить. Принимать 6 раз в день по стакану настойки до тех пор, пока не наступит улучшения самочувствия.

Сбор № 2.

Плоды облепихи – 1 часть; плоды шиповника – 2 части; ольха – 1 часть; пшеница – 2 части;

татарник – 1 часть; чеснок – 1 часть; терн – 1 часть; яснотка белая – 1 часть; ремерия – 1 часть. Все измельчить и хорошо смешать, 1 ст. л. смеси заварить 1 стаканом крутого кипятка. Настоять, укутав на 2 ч. Процедить. Принимать 3 раза в день после еды в теплом виде. Принимать до получения видимого эффекта. Обладает

противобактериальным и вяжущим свойствами. Наиболее эффективное средство при диарее.

4.7. СОВЕТЫ ПО НАИБОЛЕЕ РАСПРОСТРАНЕННЫМ БОЛЕЗНЯМ

При ранах, порезах, царапинах и язвах вам помогут следующие сборы.

Сбор № 1.

Плоды облепихи – 100 г; тысячелистник, трава – 100 г. Все хорошо смешать на 1 ст. л. смеси один стакан воды. Кипятить 10 мин. Настоять, укутав на 1 ч. Этим составом промывать рану. Применять как

кровоостанавливающее и антибактериальное средство.

Сбор № 2.

Плоды облепихи – 100 г; листья подорожника – 100 г; смола живица хвойных пород – 100 г; натуральный пчелиный мед – 100 г. Все хорошо смешать. Положить полученную смесь в кастрюлю. Кипятить на малом огне 10 мин, при этом помешивая состав. Все сложить в банку. Тонким слоем намазать тряпочку приготовленной смесью, наложить на больное место. Предварительно порез или рану необходимо промыть известковой водой. Повязку следует менять через 1–2 дня. Данное средство применяется при

долго не заживающих ранах, язвах, порезах.

Сбор № 3.

Трава арника – 100 г; герань – 100 г; плоды облепихи – 200 г; зверобой – 200 г; кориандр – 200 г; шиповник – 100 г; золотая розга – 100 г. Все хорошо измельчить и перетереть. На 1 ст. л. смеси 1 стакан воды. Прокипятить 10 мин. Настоять, укутав на 1 ч. Данным составом промыть рану. Применять как

восстанавливающее средство.

Сбор № 4.

Алоэ – 1 часть; вяз – 1 часть; трава, чихотная – 2 части; плющ – 1 часть; плоды облепихи – 2 части; подорожник – 1 часть; череда – 2 части; окопник – 1 часть; девясил растопыренный – 1 часть; зверобой – 1 часть; ежевика – 2 части; живучка – 2 части; спорыш – 1 часть; ольха – 1 часть. Все хорошо измельчить и смешать. Залить 1 л воды. Довести до кипения и прокипятить 10–15 мин. Настоять, укутав на 2–3 ч. Промывать раны или порезы этим раствором. Данное средство обладает

кровоостанавливающим ранозаживляющим восстанавливающим средством.

Сбор № 5.

Калина – 10 г; ива – 10 г; зверобой – 10 г; апельсин – 10 г; буквица – 10 г; женьшень – 10 г; рябина – 15 г; плоды облепихи – 15 г; виноград – 15 г; герань – 15 г; клен – 15 г; клоповник –

15 г; физалис – 15 г; сушеница – 10 г. Все хорошо измельчить и перемешать. Положить смесь в кастрюлю и прокипятить 10 мин на малом огне, помешивая. Полученную смесь намазать на марлю или тряпочку. Приложить на больное место. Данное средство обладает кровоостанавливающим, восстанавливающим и противовоспалительным свойствами

Заключение

В книге читатель узнал о весьма интересных данных и практических советах по применению растений в народной медицине при лечении гипертонии, почечнокаменной болезни, подагры, туберкулеза и т. д., больше о некоторых лекарственных растениях, которые наиболее распространены в использовании при лечении болезней. В книге написано немало об их обработке, сушке и хранении. Надеемся, что знания, полученные после прочтения книги, помогут вам в излечении ваших болезней.