

ЛИМОН

для лечения воспалений
и очищения сосудов



Мария ПОЛЕВАЯ

КЛАДОВЫЕ
ПРИРОДЫ

Мария Полевая
Лимон для лечения воспалений
и очищения сосудов
Серия «Кладовые природы»

epub предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=24537919
издательская группа «Весь»; 2017
ISBN 978-5-9573-3226-8

Аннотация

Лимон – традиционное лекарство от простуды – эффективно используется в лечении сердечно-сосудистых заболеваний и воспалений различного происхождения. Благодаря феноменальной способности связывать и выводить из организма шлаки и токсины, лимон помогает бороться с отложениями на стенках сосудов и в органах желудочно-кишечного тракта. Это свойство делает его незаменимым средством в лечении атеросклероза, варикозного расширения вен, при нарушении артериального давления, инсульте, инфаркте и других болезнях. В нашей книге вы найдете не только ценные рецепты и рекомендации по применению лимона в терапии различных болезней, но и письма людей, проверивших целебную силу этого цитруса на личном опыте. Для широкого круга читателей. *Данное*

издание не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.

Содержание

Введение	6
Глава 1	11
«Меня спас лимон»	12
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Мария Полевая
Лимон для лечения
воспалений и
очищения сосудов

Серия «Кладовые природы»

© ИГ «Весь», 2017.

* * *

Введение

Вкусное лекарство – детская фантазия или реальность? Кисло-сладкое, освежающее средство, помогающее от всех болезней. Мечта? Отнюдь! Попробуйте начать активно лечиться средствами, изготовленными из лимона, и вы убедитесь, что сказки о вкусном лекарстве – самая что ни на есть быль.

Вспомните, как в детстве, когда болело горло, мамы нам давали лимонную водичку. Вот где приятное соединяется с полезным! А ведь лекарства из лимона с добавлением различных природных компонентов способны избавить не только от болей в горле, но и от многих других болезней.

Люди издревле культивировали лимон, знали о его целебных свойствах и активно употребляли этот плод для лечения многих заболеваний.

Помните мифологический сюжет о золотых яблоках, которые росли в саду дочерей богини ночи Гесперид? А знаете, что это за золотые яблоки? Ну, конечно же, лимоны! В этот заморский сад однажды пришел Геркулес, чтобы вывести из сада Гесперид... Не стану сейчас рассказывать, как было дело. Главное для нас сейчас то, что силы для своего подвига древний эллин черпал от золотых яблок – лимонов.

Греки восхищались ароматом и цветом лимона. По легенде, ароматные плоды цвета солнца подарили на свадьбу Гере,

когда та выходила замуж за Зевса, чтобы новобрачная была вечно молода и красива: «Его аромат веселит ум, кожура и зерна полезны для сердца, мякоть – отменная пища, а сок утоляет жажду».

По римской легенде, в день праздника, когда пришло известие о бракосочетании Юпитера и Юноны, богиня Земли лакомилась лимонами. С тех самых пор лимон стал постоянным участником в брачных церемониях римлян.

В скандинавских легендах также есть упоминания о «золотых яблоках бессмертия». Согласно преданиям, кому выпадал счастливый случай полакомиться ими, тот не знал в своей жизни болезней – длительных, изнуряющих, с болью и муками в старости.

Все мы в детстве читали русские народные сказки. Часто в них говорится о молодильных яблочках. Что это за яблочки такие? На самом деле это лимоны, которые на Руси когда-то считались большой редкостью. Хотя официально история лимона на Руси началась в эпоху Петра I, я почти не сомневаюсь, что русские бояре задолго до рождения царя-реформатора «вкушали чай» с лимончиком.

Лимон имеет свою историю. Первые литературные упоминания о цитроне (это еще одно название лимона) историки находят у Теофраста, жившего приблизительно в 300 году до н. э. Он, правда, писал, что душистый плод предназначен не для еды, а для борьбы с молью (ароматные кусочки, цукаты, вкладывали в складки одежды).

Само название «лимон» происходит от китайского «*ли-мунг*», что означает «*это полезно для матери*». Думаю, подобное название неслучайно: давно известно, что лимон способен излечивать многие женские болезни... Но настоящей родиной лимонов является вовсе не Китай. Согласно одним источникам, это Италия и Греция, по другим – Индия.

Кстати, йоги во все времена называли лимоны универсальным средством поддержания здоровья. По их мнению, каждый человек должен приучить себя к тому, что нужно съедать 1 лимон в день и выпивать сок 1 лимона.

Лимоны чрезвычайно богаты витаминами и микроэлементами. Их сок содержит много калия, самое большое (из всех фруктов) количество цитрина, который в сочетании с аскорбиновой кислотой укрепляет и делает эластичными стенки мелких кровеносных сосудов. Вот почему так много «ходит» в народной среде рецептов средств против склероза, приготовляемых на основе лимонного сока.

От лечения серьезнейших заболеваний до питания кожи лица – таков диапазон действия лимонного сока.

Лимон укрепляет иммунную и кровеносную системы, активизирует обмен веществ, обеспечивает поступление кальция в кости и зубы, стимулирует выработку желудочной кислоты и способствует перевариванию пищи, улучшает состояние соединительной ткани, волос и ногтей, останавливает кровоточивость десен, омолаживает организм, высвобождает жиры и помогает бороться с избыточным весом... Думает

ете, это весь список целебных свойств лимона? Ошибаетесь. Это только его начало.

Лимон – лучшее среди цитрусовых профилактическое и лечебное средство против авитаминоза и атеросклероза. В средние века верили, что он предохраняет от чумы, спасает от укусов змей. Его считали незаменимым при лечении ран и легочных заболеваний, противоядием от различных отравлений.

В Африке, кстати, тоже очень ценят силу лимонов. После укусов змей, скорпионов, пауков сразу втирают в рану лимонный сок. Африканские знахари лечат лимоном цингу, боли в сердце, гипертонию и многие другие болезни.

В русскую народную медицину «лимонные» рецепты «перекочевали» в основном из Болгарии, от местных знахарей. Традиционно в наших странах к лимону обращаются при желтухе, отеках, ревматизме, мочекаменной болезни, подагре, гастритах с пониженной кислотностью, туберкулезе, астении. Благодаря большому количеству витамина С, лимон ускоряет заживление ран, способствует быстрому сращиванию переломов костей.

Перечень болезней, с которыми способен справиться лимон, практически бесконечен. Когда-то этот желтый фрукт в нашей стране относился к разряду дефицитных продуктов. Но сейчас он перестал быть экзотикой и доступен всем, а следовательно, все могут воспользоваться его замечательными целебными свойствами.

Эта книга поможет вам заново открыть для себя лимон, этот фрукт, хорошо знакомый с детства. Вы узнаете, как с его помощью можно победить многие болезни, сохранить красоту и молодость. Но помните, чтобы лимон помог, необходимо поверить в его силу. Только ваша вера и опыт народной медицины помогут вернуть утраченное здоровье или поддержать его.

Глава 1

Желтый целитель

«**Меня спас лимон**»

О целительной силе лимона говорят много. А есть ли примеры реального исцеления с его помощью? Может быть, его сила – не более чем миф?

Да нет, «лимонное лечение» реально, этот золотой фрукт действительно содержит в себе огромную силу. Об этом свидетельствуют десятки писем, пришедших от благодарных лимону людей. Вот прямо сейчас и приведу несколько таких писем. Что может быть вернее, чем личный опыт других людей? Причем, опыт успешный.

После очередной порции жалоб на боли в животе терапевт отправил мою тетку на УЗИ. Домой она вернулась расстроенная: необходимо делать операцию, диагностировали воспаление желчного пузыря. А операция, если все по-человечески делать, больших денег стоит. Да и если «бесплатно» тоже недешево обойдется: все препараты нужно покупать самим. В общем, начали подсчитывать, как дешевле родственницу вылечить. А тут соседка к ней зашла. Слово за слово, поделилась тетка с ней своей бедой, и соседка посоветовала ей лечение – без всякой операции...

Когда через назначенное время тетка принесла на прием врачу результат повторного УЗИ, врач очень удивился. Вопрос об операции уже не стоял. Камни,

правда, не исчезли, их даже больше стало, но по размеру они были меньше первоначальных.

Врач, конечно, удивился и начал расспрашивать тетку, что да как. Сначала долго не верил в помощь народного метода и даже ругался, что, дескать, могла бы спровоцировать сильный приступ, а потом расспросил про рецепт и все себе в тетрадку записал.

Вот он, этот секрет. Привожу его здесь со слов тетушки.

«В течение недели каждое утро пила я натощак яблочный уксус: 1 ч. л. разводила в стакане кипяченой воды комнатной температуры. Через полчаса – завтрак. Кушала только овощи, крупы и фрукты. От мяса и рыбы отказалась полностью. Заваривала травки желчегонные – спорыш, кукурузные рыльца. И каждый вечер клизмы ставила.

На восьмой день после обеда привязала на правый бок грелку. Приготовила стакан оливкового масла и отжала из лимонов стакан сока. Сходила в баню, пропарилась, и в 10 часов вечера выпила масло и запила соком. Осилила сначала по полстакана того и другого, а потом и все остальное допила. Все. Самое болезненное и неприятное закончилось. Легла спать. Часов в 5 утра побежала в туалет. Вышла какая-то зеленоватая грязь, и даже камешки размером с небольшой грецкий орех попадались.

После лечения еще неделю без мяса и рыбы обходилась, да и сейчас стараюсь меньше жирного кушать. Лечиться-то я еще буду – с перерывом в

месяц сделаю 3 такие процедуры и приурочу их к полнолунию».

Петр М., г. Златоуст

Двадцать лет я страдала хроническим бронхитом. Задыхалась, не могла подниматься по лестнице. Тяжело было вообще выходить из дома: от любого запаха задыхалась... И вот уже 6 лет чувствую себя хорошо. Бронхи очистились, не задыхаюсь, и мокроты нет. А спас меня соус из хрена и лимона.

Натирала 150 г очищенного хрена на мелкой терке, отжимала в полученную кашицу сок двух лимонов и перемешивала. Хранила соус в холодильнике, а принимала по 1 ч. л. утром перед завтраком. И так до тех пор, пока весь соус не съела. Пила снадобье весной и осенью: в это время у меня обострения случались чаще. Понадобилось всего три курса этого соуса, чтобы забыть про приступы.

В. Миронова, г. Донецк

У меня в холодильнике может не быть мяса, колбасы, яиц, но лимоны там лежат постоянно. А все потому, что я их использую в качестве домашнего лечебного средства. При насморке отжимаю в ладонь немного лимонного сока и несколько раз втягиваю в нос. Через несколько минут промываю носовые ходы слабым раствором поваренной соли. В течение дня процедуру повторяю 2–3 раза.

У моей мамы стенокардия, поэтому я готовлю лекарство из лимонов и для нее. Отжимаю сок из

10 лимонов, добавляю килограмм меда и кашлицу из пропущенных через мясорубку 10 головок чеснока. Смесь хорошо перемешиваю и оставляю в закрытой стеклянной банке на 7–10 дней. Мама принимает 1 раз в день 4 ч. л. Причем каждую ложку смеси, прежде чем проглотить, нужно немного подержать во рту.

Когда у меня болит голова, я очищаю от белой мякоти корку лимона и прикладываю ее внутренней стороной к виску. Держу до тех пор, пока не появится красное пятно. Часть лимона с кожурой натираю на терке и полученной кашлицей смазываю лоб и виски.

Для удаления мозоли распариваю ногу в горячей воде и прикладываю к мозоли кожицу лимона с небольшим количеством мякоти. Процедуру повторяю в течение 4–5 дней.

Н. К. Калинин, г. Бердянск

От бронхиальной астмы я вылечилась в 1983 году. А до этого буквально жила на теофедрине. Одна женщина дала мне рецепт.

Взять 1 кг лимонов, 1 кг меда, 1 кг сахара, 0,5 л водки. Лимоны пропустить через мясорубку. Все перемешать деревянной веселкой – пусть сахар растворится. И смесь поместить в трехлитровую банку, поставив ее в погреб или холодильник.

Я пила эту смесь, когда у меня начинался приступ. Брала в рот и держала, понемногу глотая. Так я выпила три банки за полтора года.

И вот уже двадцать лет не страдаю ни удушьем, ни

даже кашлем. Лекарство это в моем доме есть всегда. Если кто-то из родных начинает кашлять, то сразу это лекарство пьет – очень хорошо помогает. А я вот уже три года мою ноги холодной водой и дома хожу босая.

Чтобы вылечиться от кашля надо один лимон варить на слабом огне 10 минут. Затем остудить, срезать кожуру, выдавить сок в стакан. Добавить 2 ст. л. глицерина и доверху наполнить стакан медом. После тщательного перемешивания пить по 1 ч. л. до восьми раз в сутки, желательнее за час до или через два часа после еды, утром – натощак. Можно давать детям.

Микстура эта вкусная и безвредная, легко очищает легкие и бронхи.

М. В. Валеева, г. Минск

Вот уже 3 года, как я избавилась от гипертонической болезни при помощи сырой гречки. Гречку надо измельчить в кофемолке до состояния пудры и принимать 1 раз в день утром натощак. Дозу приема каждый определяет индивидуально.

Нужно измерить артериальное давление, а затем съесть 1 ст. л. гречневой пудры, ничем не запивая. Через час давление проверить снова. Мне достаточно было 1 ч. л., чтобы давление нормализовалось, а знакомой понадобилось съесть 3 ст. л. гречневой пудры.

Только не рассчитывайте вылечиться за месяц. Лечение гречкой длится годами. Прием сырой гречки снижает также содержание сахара в крови. Но для этого нужно съедать не менее 2–3 ст. л.

Кроме того, 1 раз в 3 месяца надо выпивать 1 л напитка из лимона с чесноком. Для его приготовления в эмалированной кастрюле вскипятите 1 л воды, добавьте 4 лимона, нарезанных дольками вместе со шкуркой, 3 нарезанных головки чеснока и сразу выключите. Закройте крышкой, и пусть сутки настоится. Процедите. Пить натошак, начиная с 1 ст. л. и постепенно увеличивая до 50 г за прием. Этот напиток очищает сосуды и суставы. Держать в холодильнике.

Ю. В. Вершиловская, г. Одесса

Каждый год в наш городок приходит грипп. В эту зиму им заболели несколько моих друзей, а вылечились они благодаря моему рецепту. Решила, подскажу-ка я его и другим.

Для профилактики делаю так. Половинку лимона и 7–8 зубчиков чеснока мелко нарезаю на блюде, чтобы сохранить сок. Помещаю все это в пол-литровую банку. Заливаю холодной кипяченой водой, накрываю марлей и выдерживаю 4 дня в темном месте. Затем ставлю в холодильник. Принимаю это средство обычно за 20 минут до еды по 1 ст. л. Детям нужно давать по 1 дес. л.: очень ядреный напиток.

М. Р. Леонова, Архангельская обл.

Если вы с утра злы на весь свет, то вам явно не хватает витамина С. Поэтому срочно бегите на кухню и готовьте «Антихандрин».

Кладем в чашку целый лимон, заливаем крутым кипятком, даем постоять 1–2 минуты, затем режем

пополам, выжимаем сок (прогретый плод легче его отдает), разбавляем водой 1: 1 и быстренько выпиваем.

Чувствуете, как поднялось настроение? То-то. А если в этот напиток добавить 1 ч. л. меда, получится напиток «Гидромель». Его весьма уважали жены римских патрициев, у которых находилась масса поводов для слез. Их благоверные плели интриги, пили вино сверх всякой меры, да еще и изменяли супругам с гетерами. Жизненную стойкость и бодрость духа бедняжки жены черпали именно в «Гидромели». Последуйте их примеру и через пару месяцев «лимонной» терапии вашей выдержке позавидуют укротители тигров!

Ирина К., г. Великий Устюг

Помню, как в 60-е годы моя сестра готовила своим детям целебные ириски от кашля.

Брала 100 г воска пчелиного, 2–5 капель мятного масла, 50 г пчелиного меда, 1–2 г аскорбиновой кислоты и 7–9 капель свежесжатого лимонного сока.

Затем в эмалированной мисочке на медленном огне растапливала воск. И, не снимая с огня, добавляла мятное масло, мед, аскорбинку и лимонный сок (все тщательно перемешивала до получения однородной массы). Снимала с огня, остужала и лепила небольшие конфетки.

Кстати состав целебной жвачки можно варьировать в зависимости от вашего вкуса или заболевания. Например, при кашле полезно не только мятное масло,

но и пихтовое, гвоздичное, облепиховое. А вместо лимонного сока можно добавить любой другой сок (по вкусу). Ну, а если вам покажется трудным это занятие, то просто чаще покупайте на рынке себе и ребенку сотовый мед, который очень полезен. К тому же воск, попавший в желудок, не усваивается, а превращается в эластичную массу, благотворно влияющую на микрофлору кишечника.

М. А. Колесова, г. Одесса

Приятный рецепт для лечения бронхолегочных заболеваний.

1 стакан кагора, 1–2 ч. л. сахарного песка, 1–2 ломтика лимона, щепотка корицы и 1–2 штуки гвоздики смешать, довести до кипения и выпить маленькими глотками.

Р. М. Косая, г. Харьков

100 мл сока алоэ (трех и более лет), 100 г майского меда, 100 мл чистого спирта, 50 г лимона смешать и поставить на 15–20 дней в темное место. Затем процедить и хранить в холодильнике. Пить 2 раза в день по 1 ст. л. или 3 раза в день по 1 дес. л. за 30 минут до еды не менее двух месяцев.

Применять это средство можно при любых внутренних воспалениях желудка, кишечника, женских органов, легких, ангине и т. д. Можно делать компрессы с добавлением этого ликера и святой воды в теплую воду (на стакан воды – 3 ст. л. ликера и 3 ст. л. святой воды). Рассасывает шишки после уколов, мастопатию и другие

уплотнения.

При лечении бронхов я вместе с прикладыванием компресса пью на ночь теплую воду с ликером. Алоэ растет у меня дома, а лекарство я делаю сразу для всей нашей семьи.

Е. П. Серова, Крым

Не так давно, изучая старинные книги на чердаке дома своей прабабушки, я нашла истертую брошюру, выпущенную в начале прошлого века. Брошюра посвящалась лимонному соку, и в конце ее приводились письма благодарных пациентов. Так я получила возможность «услышать» голоса живших когда-то людей. Но не думала я, что придется непосредственно воспользоваться этими рецептами.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.