

*Элен Лурье*

# ЗДОРОВЬЕ *без лекарств*

190 натуральных  
рецептов от всех  
болезней





Элен Лурье

**Здоровье без лекарств**

«Библос»

2019

УДК 613.2  
ББК 51.230

**Лурье Э.**

Здоровье без лекарств / Э. Лурье — «Библос», 2019

ISBN 978-5-905641-60-2

Самое важное в жизни каждого человека – здоровье. Его не купить ни за какие деньги, но зато можно восстановить и сохранить. В этом нам помогут рецепты народной медицины. Простые и доступные, проверенные временем, они помогли уже тысячам людей и, конечно, помогут и вам. Матушка-природа позаботилась о том, чтобы мы были здоровы без химии, без таблеток. Ведь что такое «таблетки»? Это заменители природных средств! А зачем нам подменять то, что уже дано самой природой? Травы, листья, цветы, настойки и отвары известны своими целебными свойствами с незапамятных времен. Мы же можем использовать всё сотворенное природой на благо себе и своим близким. Собранные в этой книге рецепты от многих хворей человеческих реально помогут вам исцелиться. Главное – дайте себе шанс обрести истинное здоровье с помощью натуральных природных средств. Эта книга поможет вам быть здоровыми в любом возрасте.

УДК 613.2  
ББК 51.230

ISBN 978-5-905641-60-2

© Лурье Э., 2019  
© Библос, 2019

# Содержание

От автора	6
Предисловие	11
Глава 1	13
Аденоиды	13
Аллергия	15
Альцгеймера болезнь	20
Анемия	22
Аритмия	23
Артрит	27
Артроз	29
Астма бронхиальная	30
Атеросклероз	32
Базедова болезнь	33
Бесплодие	36
Бессонница	44
Боль в пятках	46
Боль в суставах	47
Бронхит	48
Варикоз	51
Выпадение волос	52
Гайморит	55
Гастрит	56
Гематома	57
Конец ознакомительного фрагмента.	58

# Элен Лурье

## Здоровье без лекарств

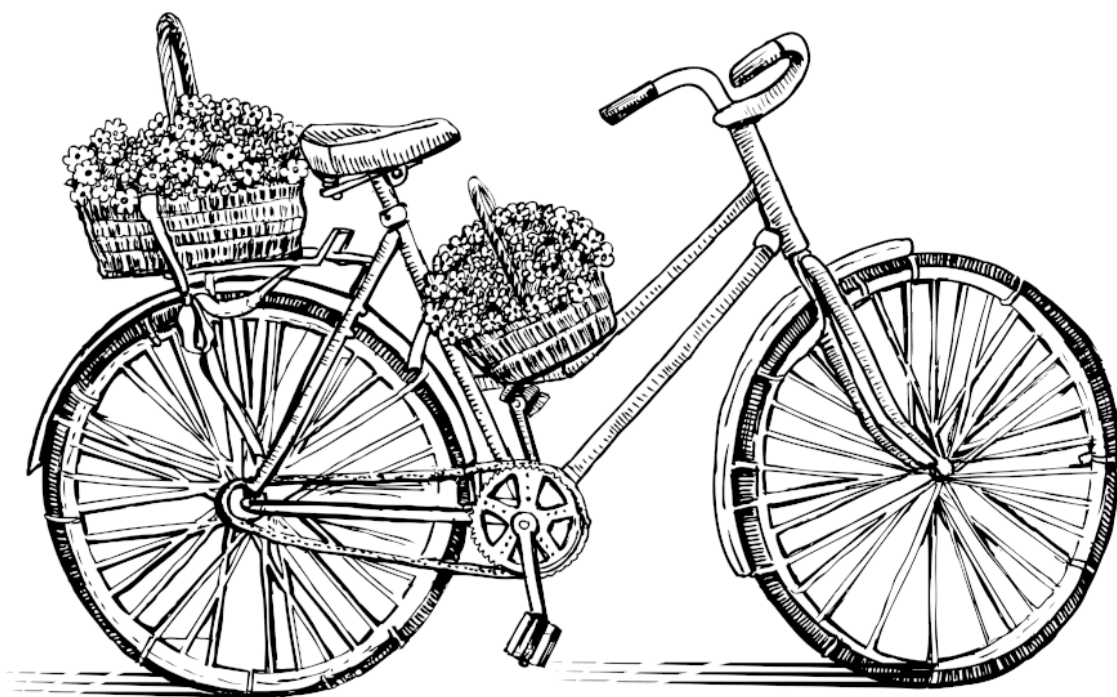
### *190 натуральных рецептов от всех болезней*

*Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав.*

© Элен Лурье, 2019.

© ООО «Библос», 2020.

\* \* \*



## От автора



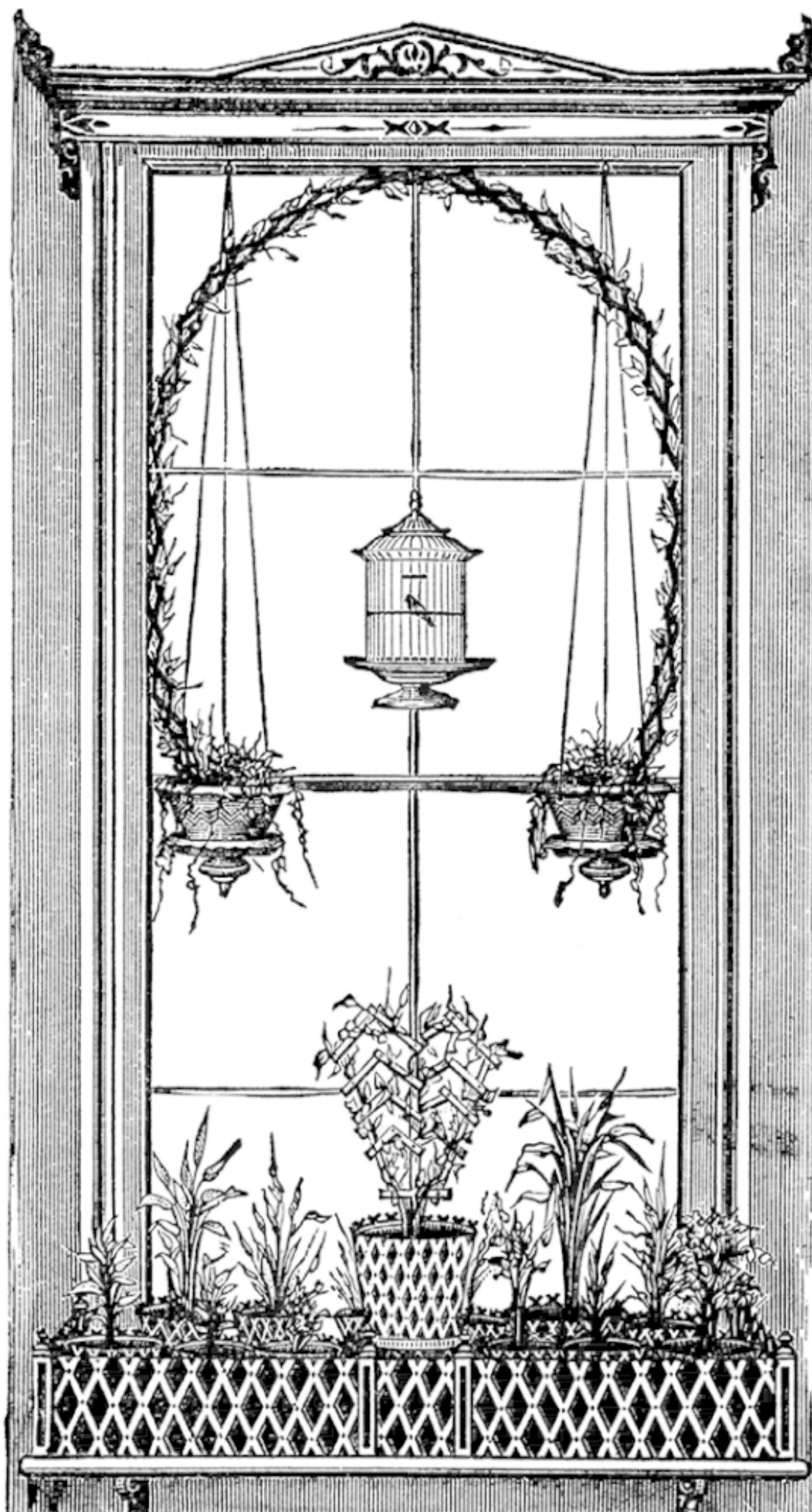
*За последнюю пару столетий медицина шагнула далеко вперед. Найдены новые методы лечения болезней, созданы лекарства, помогающие больным стать здоровыми. Здоровыми? Есть у врачей такой термин «практически здоров»... то есть вроде как здоров, но вроде как и не совсем. Или из черного докторского юмора: «Здоровых нет, есть недообследованные!» А стоит ли говорить о том, что практически все продаваемые в аптеках лекарства (таблетки, настойки, капли и т. д.) имеют множество побочных эффектов.*

*Вы читаете аннотации к покупаемым лекарствам? Нет? Очень рекомендую. Почитав аннотацию, уже можно выздороветь от одного только нежелания приобрести еще дополнительный букетик болезней к уже имеющейся проблеме. «Где же решение?» – спросит читатель. А решение есть. И оно – в старой доброй народной медицине, которая хранит свои секреты тысячелетиями, и эти знания теперь доступны и нам. Рецепты народной медицины очень просты и эффективны. Единственный момент – не стоит ждать сиюминутного результата.*

*Предлагаемые в этой книге рецепты проверены не только временем, но и людьми: моими знакомыми, друзьями, родными, близкими, соседями, знакомыми знакомых и, конечно же, многие из них – лично мной.*

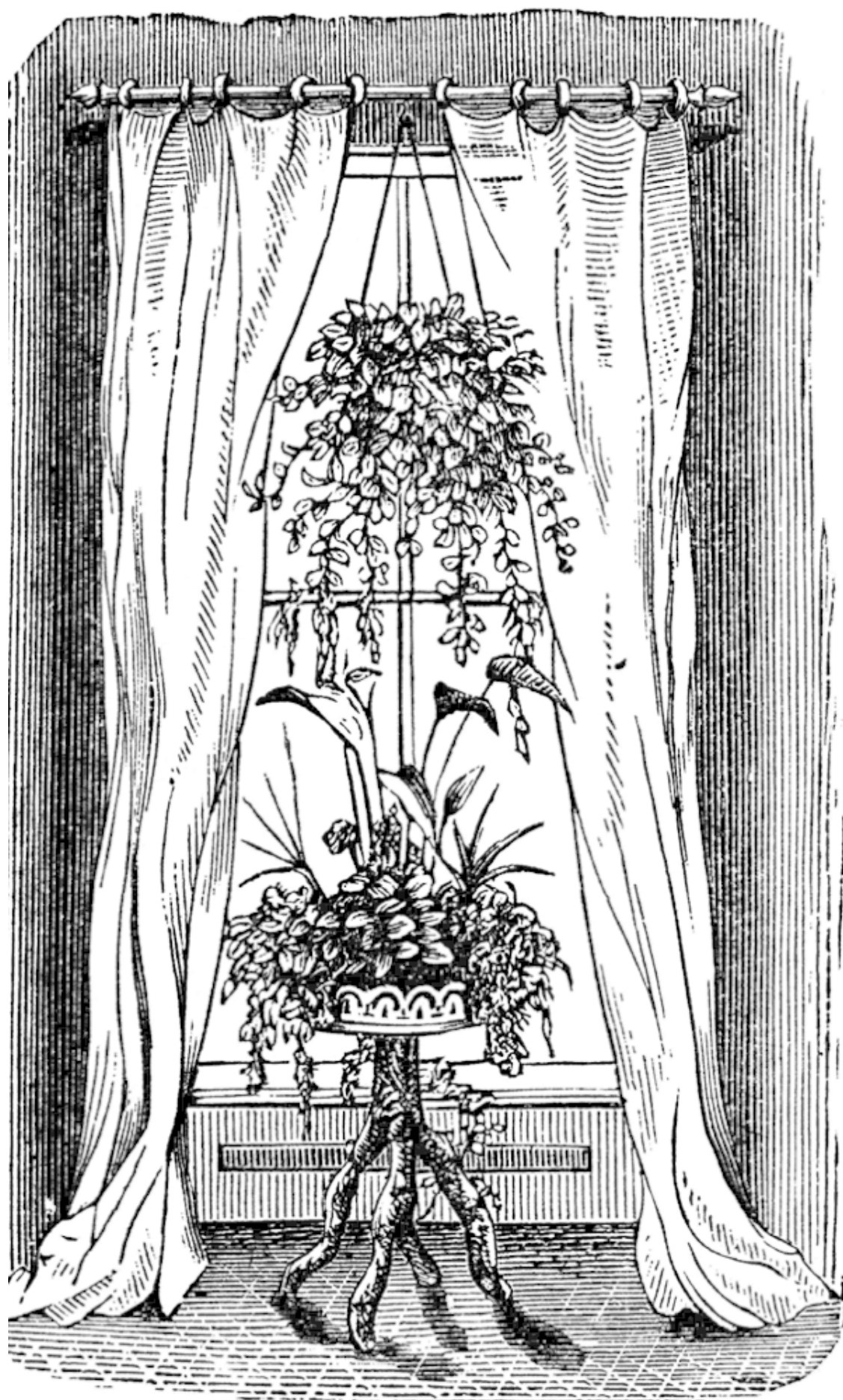
*Выбирайте, применяйте и будьте здоровы!*

*Элен Лурье*









## Предисловие

Рецепты народной медицины, которые собраны в этой книге, имеют одну особенность – любой оздоровительный или профилактический курс должен продолжаться минимум 40 дней, в течение которых лучше всего придерживаться постной пищи и исключить алкоголь.

Кроме рецептов народной медицины, в книге вы найдете простые рецепты приготовления натуральных кремов в домашних условиях. К счастью, существует масса способов прекрасно выглядеть, даже не покупая дорогие крема от раскрученных брендов. Все, что вам нужно, – это желание себя побаловать и немножко времени на приготовление собственных кремов. Зато это будет не только настоящий, абсолютно натуральный крем, но и то самое волшебное «средство Макропулоса», которое поможет вам прекрасно выглядеть в любом возрасте.

Не верите? Не нужно верить, просто попробуйте!







## **Глава 1**

### **Рецепты народной медицины от всех болезней от А до Я**



#### **Аденоиды**

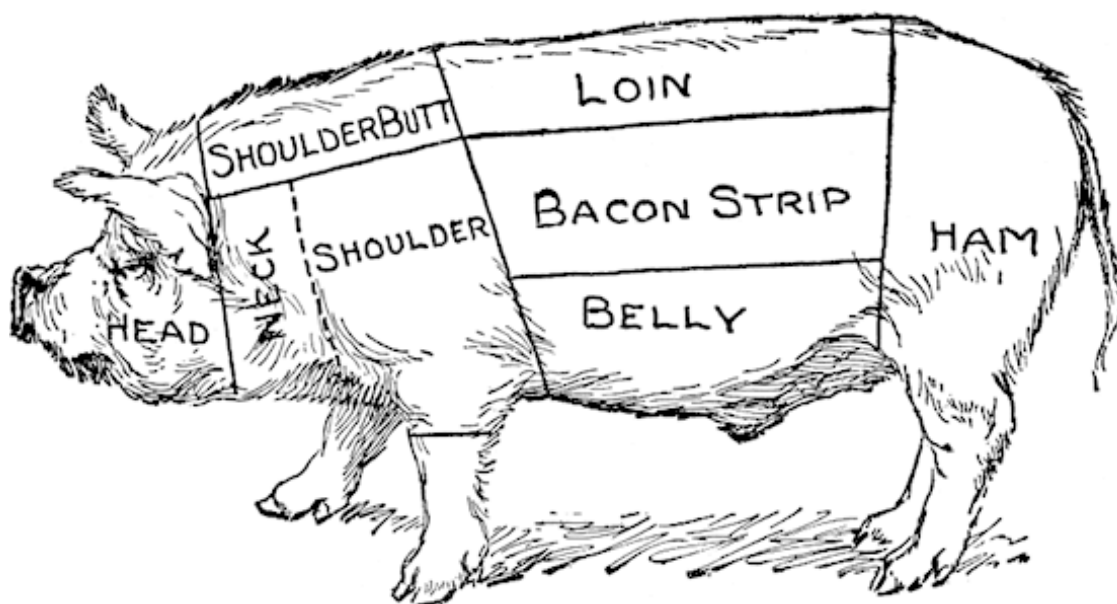
##### **Гвоздика**

В сезон возьмите 10 цветков ярко-красной гвоздики, залейте одним стаканом кипятка и дайте настояться до тех пор, пока вода не станет насыщенно-коричневого цвета. Затем настой процедите и закапывайте в каждую ноздрю по 2 капли 4-5 раз в день.



### Свиной жир

Растопите нутряной свиной жир, чтобы его получилось примерно полстакана, и перемешайте его с отваром ромашки. Подержите 1 час в духовке этот состав, у вас должно получиться лекарство средней густоты. Остывшее средство держите в холодильнике. Возьмите 1 ч. л. приготовленного состава и прибавьте к нему 2 капли чистотела, перемешайте. Промокните кусочки ваты в этом лекарстве и положите их в нос. Держите так по 5-7 минут, повторяя процедуру 2-3 раза в день.



## **Аллергия**

### **Одуванчик**

Нарвите одуванчиков, обрежьте корни. Саму траву помойте и пропустите через мясорубку. Заверните в плотную ткань и отожмите. Полученный сок наполовину разбавьте водой и доведите до кипения. Данный сок принимают по 3 ст. л. утром и днем за 20 минут до еды. Но так как одуванчик является у некоторых людей аллергеном, в первые 3 дня рекомендуем пить по 1 ст. л., дабы проверить, есть ли у вашего организма аллергия на него. Курс лечения – 1,5 месяца.

### **Одуванчик и лопух**

Для приготовления этого отвара разотрите корень одуванчика и корень лопуха в ступке, смешайте вместе. Возьмите 3 стакана воды, добавьте 2 ст. л. приготовленной ранее смеси. Оставьте на ночь. Утром прокипятите настой в течение 10 минут, дайте остыть. Пить следует по полстакана до еды и перед сном, то есть 4-5 раз в день.



### **Шиповник**

Шиповник обладает множеством полезных свойств, он поможет не только избавиться от аллергии, но и значительно укрепить иммунную систему. Для приготовления отвара используют плоды и другие части растения. 100 г шиповника залейте 500 мл воды, доведите до кипения и кипятите на медленном огне 10 минут. Процеживать и пить следует в теплом виде.



## Забрус



Однажды мне посоветовали купить забрус, то есть попробовать народное лечение аллергии. Забрус – это крышечки от сот, которыми пчелы закрывают мед. Мне ничего не оставалось, как поверить в этот рецепт лечения аллергии. Начала употреблять забрус, добавляя его в чай и просто жуя его, как жвачку. Постепенно аллергия и вправду начала проходить. Примерно через 6-7 месяцев вылечила аллергию полностью.

## Мумиё

Перед употреблением удостоверьтесь, что мумиё высокого качества! Разведите 1 г мумиё в 1 л воды. Качественное мумиё растворяется только в воде, а окрас раствора становится однородно темным, непрозрачным. Принимайте 100 мл утром 1 раз в день, запивая теплым молоком. Детям в возрасте 1-3 лет следует принимать по 50 мл, в возрасте 4-7 лет – по 70 мл. Старше 8 лет – по 100 мл. Курс лечения – 2 раза в год, весной и осенью, по 40 дней.

## Пустырник

Пустырник – это самое эффективное средство от аллергии на кошек. Необходимо полоскать горло четырежды в день, также рекомендуется промывать нос пустырником. Чтобы приготовить отвар, следует залить измельченную траву пустырника кипятком и настаивать в закрытой посуде до 2 часов. Все компоненты смешиваются в пропорции 1:5.



## **Полынь**

В качестве средства от солнечной аллергии (фотодерматоза) рекомендуется применять полынь. Для приготовления настойки полыни достаточно 12 молодых веточек растения.

Промойте их и сложите в стеклянный сосуд, затем залейте 40 %-ной водкой, настаивайте в темном месте в течение 3 дней. Хранить следует в холодильнике. Смазывайте пораженные места на ночь.

## Альцгеймера болезнь



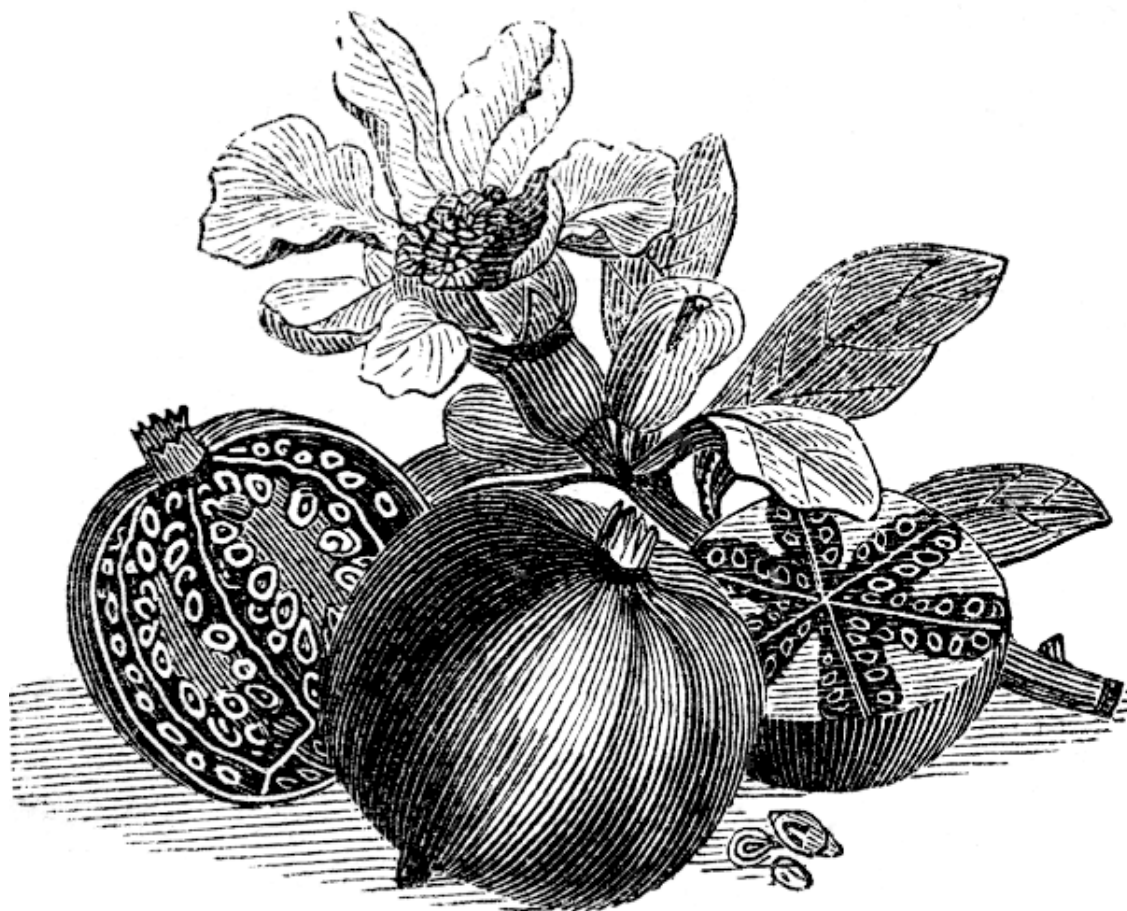


### **Кокосовое масло**

Болезнь Альцгеймера – трудноизлечимое заболевание. Но для его профилактики и замедления прогрессирования следует принимать по 30 г кокосового масла на ночь, запивая водой. Кроме того, следует тренировать мозг: разгадывать кроссворды, учить иностранные языки, читать, учить что-то наизусть.



## Анемия



### Фруктово-овощной настой

В чистую литровую банку налейте по 100 мл свежавыжатых соков: граната, моркови, лимона, свеклы и яблок (местных!!!). К этой смеси добавьте 100 г меда. Плотно закройте и дайте настояться в течение 3 суток. Готовить соки следует вручную, не используя соковыжималку, а именно: натереть фрукты и овощи на терке и выжимать сок указанных плодов через марлю. А гранат лучше истолочь и тоже отжать через марлю. Далее смесь следует хранить в холодильнике. Принимайте по 2 ст. л. за 10 минут до еды. Повторяйте курс по необходимости.

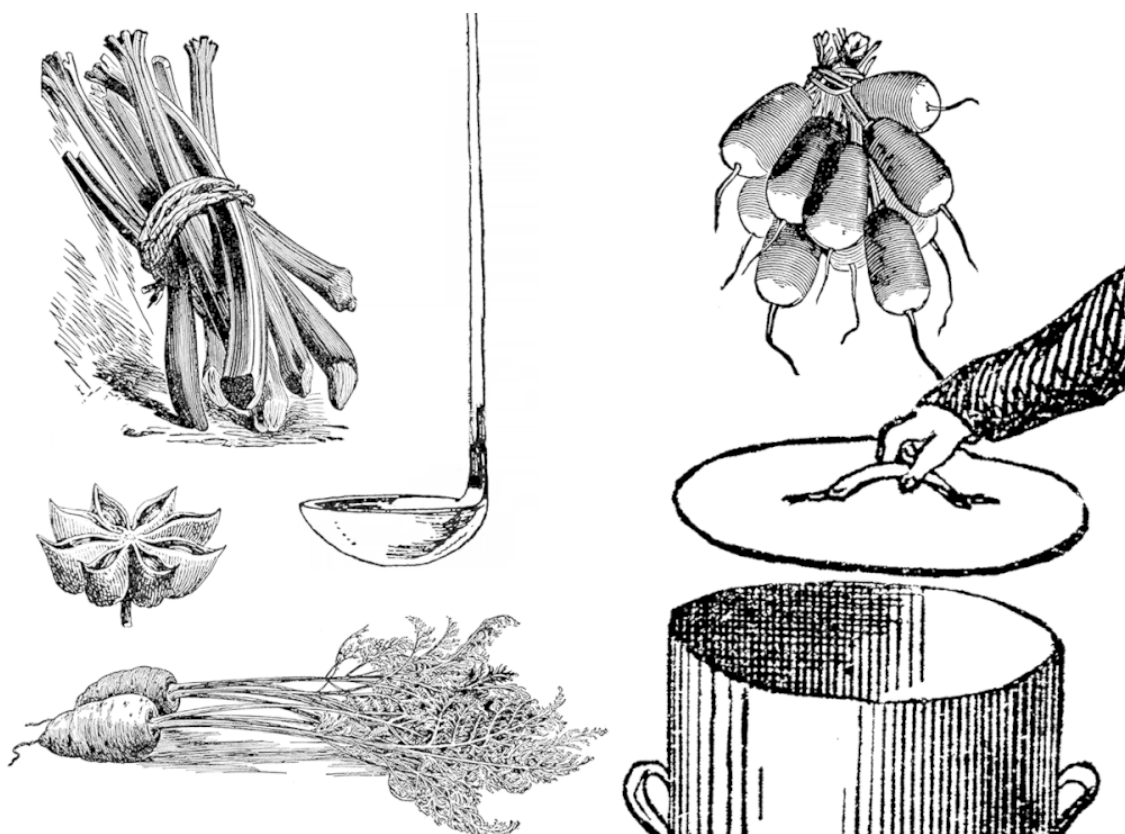
## Аритмия

*Выбор лечения будет зависеть от типа аритмии. Народные методы лечения аритмии сводятся к увеличению или снижению частоты сердечных сокращений.*

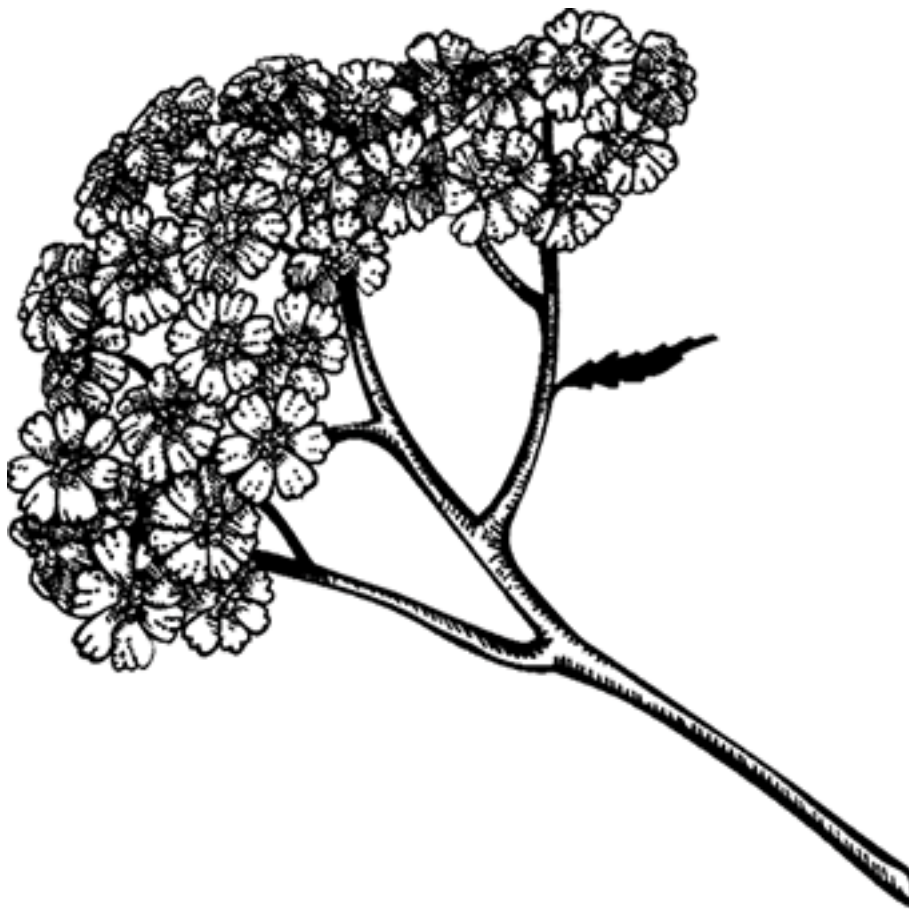
### Смесь грецких орехов, кунжутного масла, сахара и лимона

При снижении частоты сердечных сокращений может помочь следующий рецепт. Возьмите 0,5 кг очищенных грецких орехов, кунжутное масло и сахар (по 250 г). Тщательно перемешайте компоненты. Понадобится еще одна емкость, в которой необходимо залить кипятком 4 нарезанных лимона.

После этого добавьте ранее приготовленный раствор в кипяток и всё перемешайте. Данное «снадобье» принимают за полчаса до еды 3 раза в день.



### Тысячелистник



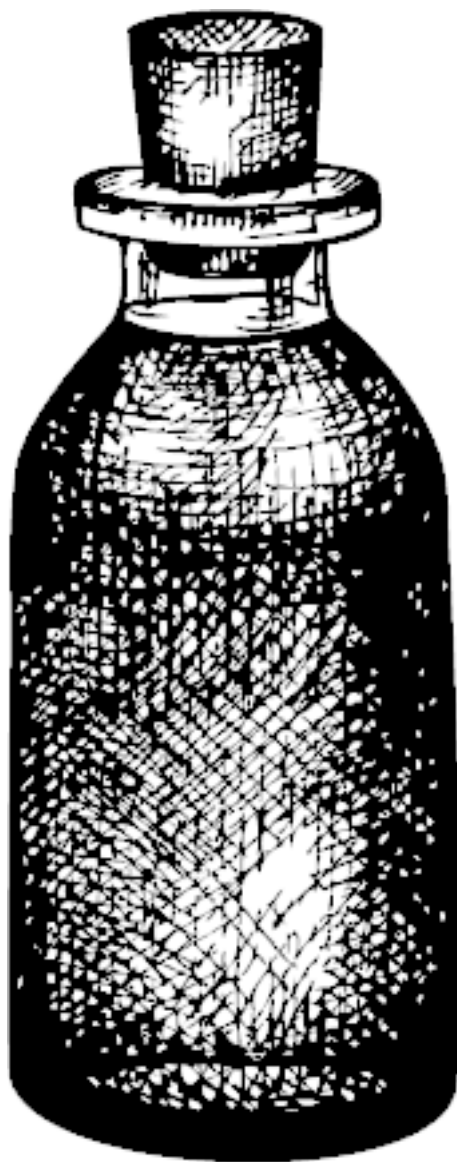
Если у больного брадикардия – замедление частоты ритма, то можно использовать тысячелистник, который помогает нормализовать работу сердца. На 200 г воды используют 15 г сухой травы, которую заливают водой и кипятят в течение 15 минут.

После чего раствор необходимо оставить на час и затем можно использовать. Принимают такой настой 3 раза в день по 1 ст. л. Лечение длится, пока не исчезнут симптомы брадикардии.

### Валериана

Приступы сердцебиения можно снять валерианой. Для этого можно принимать растение не только внутрь, но и использовать его и для приготовления ванны.





### **Календула**

При учащенном сердцебиении (тахикардии) применяют настой из цветков календулы.

Для его приготовления понадобится 1 дес. л. сухих цветков, которые необходимо залить двумя стаканами кипятка, после чего нужно настаивать смесь в течение часа. Принимают такое средство 4 раза в день по 100-150 г зараз.

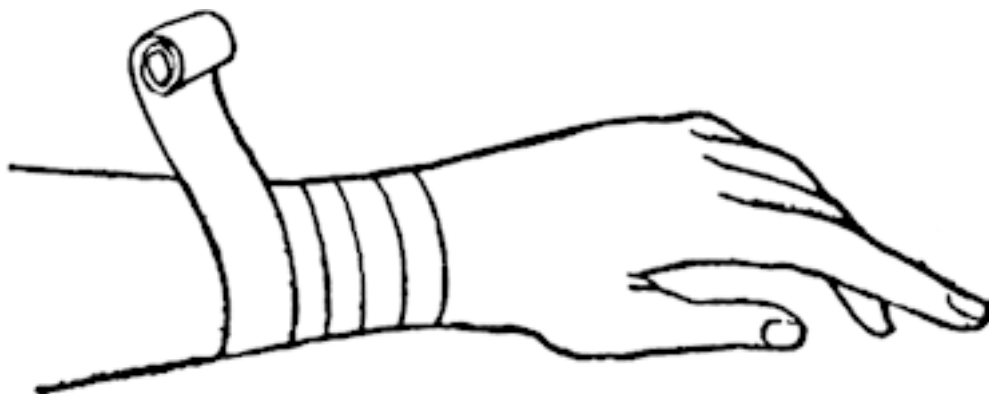


### **Отвар репы**

Снижает сердцебиение отвар репы. Репу измельчите и залейте крутым кипятком (на 2 ст. л. растения необходим 1 стакан воды). Варите 15 минут, после чего готовый отвар процедите. Раствор принимают 4 раза в день по полстакана.

## Артрит

*Курс лечения артрита составляет 2 месяца. Боли от артрита уходят довольно надолго, но со временем могут вернуться, поэтому 1-2 раза в год нужно проводить профилактику, осенью – обязательно.*



### Компресс из цветков лютика

Возьмите горсть цветков лютика и разотрите их, чтобы они дали сок. Приложите их к больному месту, сверху накройте полиэтиленом и закрепите повязкой. Компресс следует держать 1-2 часа, в зависимости от тяжести артрита. Компресс оставит небольшой ожог на коже, и на этом участке через сутки должны появиться волдыри. Волдыри безболезненны, пусть они вас не пугают. Они пройдут сами, ни в коем случае не прокалывайте их. В последующие несколько дней обвязывайте кожу марлей, так как волдыри будут мокнуть. Как волдыри пройдут, так и артрит исчезнет. Если на следующий день после компресса волдыри не появились, то повторите компресс.



## Артроз

### Капустный сок

Вам понадобится капустный сок. Возьмите кочан капусты средних размеров и полностью порубите его на части ножом. Затем возьмите эмалированную посуду (можно и металлическую, но тогда эта емкость должна быть сделана из металла, который не окисляется). Поместите нарезанную капусту в эту емкость и затем руками или ступкой как следует перемните ее. После этого переместите капустную массу в соковыжималку и получите из нее капустный сок. Лекарство готово!



Теперь возьмите чистую шерстяную ткань, но проследите за тем, чтобы в ней не было синтетических добавок. Как следует смочите шерстяную ткань капустным соком, чтобы материя хорошо пропиталась ею. После этого наложите полученный компресс на больной сустав. Наложение компресса из капустного сока можно повторять каждый вечер.

## **Астма бронхиальная**

### **Смесь меда, масла и смальца**

Смешайте 1 ч. л. меда, 1 ч. л. настоящего сливочного масла, 2 ч. л. смальца (нутряного свиного вытопленного сала) и 1 ч. л. сахара.

Поставьте эту смесь на медленный огонь, сильно нагрейте, но не кипятите. Дайте немного остыть и добавьте туда 1 ст. л. спирта, 50 г кагора, 50 г любой минеральной воды без газа и половину ч. л. соды.

Пить следует в течение месяца 2 раза в день, перед завтраком и перед ужином, каждый раз готовя свежую смесь. Начинать этот курс лучше всего во второй лунный день.





## Атеросклероз

### Чабрец

Чай из чабреца. Возьмите 2 ст. л. сухой травы чабреца, залейте стаканом кипятка. Дайте настояться 10 минут. Процедите и пейте по полстакана 4 раза в день.



## Базедова болезнь

*При гиперфункции щитовидной железы, когда в кровь выбрасывается слишком много гормонов, рекомендуется пить настои из трав при ущербной Луне, тогда они обязательно окажут полезное воздействие.*

*При молодой Луне можно пить ежедневно по чашке чая из жерухи.*

*Лучше исключить из рациона мясо, употреблять больше сырой растительной пищи.*

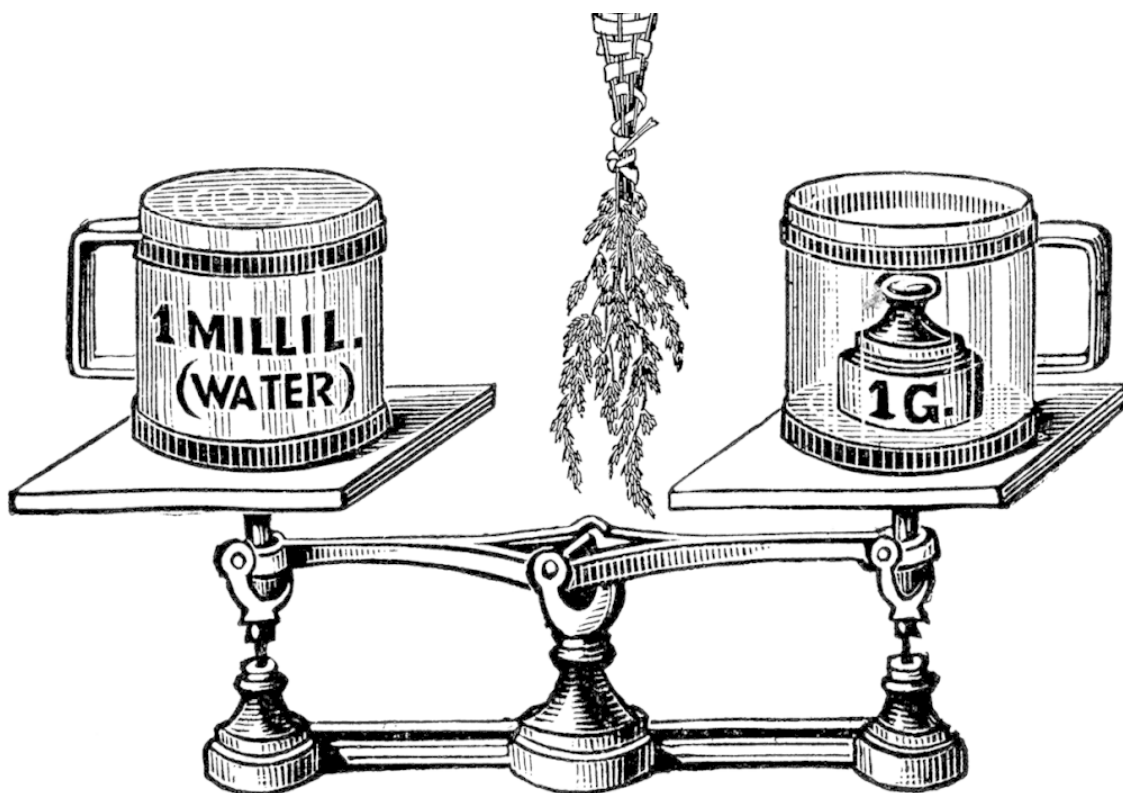
*При гипотиреозе – снижении функции щитовидной железы – все лекарства и травяные настои нужно употреблять при ущербной Луне. Следует есть как можно больше капусты, а также использовать при приготовлении пищи очищенную пшеничную муку мелкого помола.*

*Помогают отвары и настои из календулы, крапивы, ревеня, герани, валерианы, тысячелистника.*



## Раствор яблочного уксуса с йодом

Применение йода и яблочного уксуса: при весе до 65 кг – 1 капля йода на 1 ч. л. яблочного уксуса на 1 стакан воды. Полученный раствор выпивают за день глотками во время еды; при весе больше 65 кг разводят 2 капли йода.

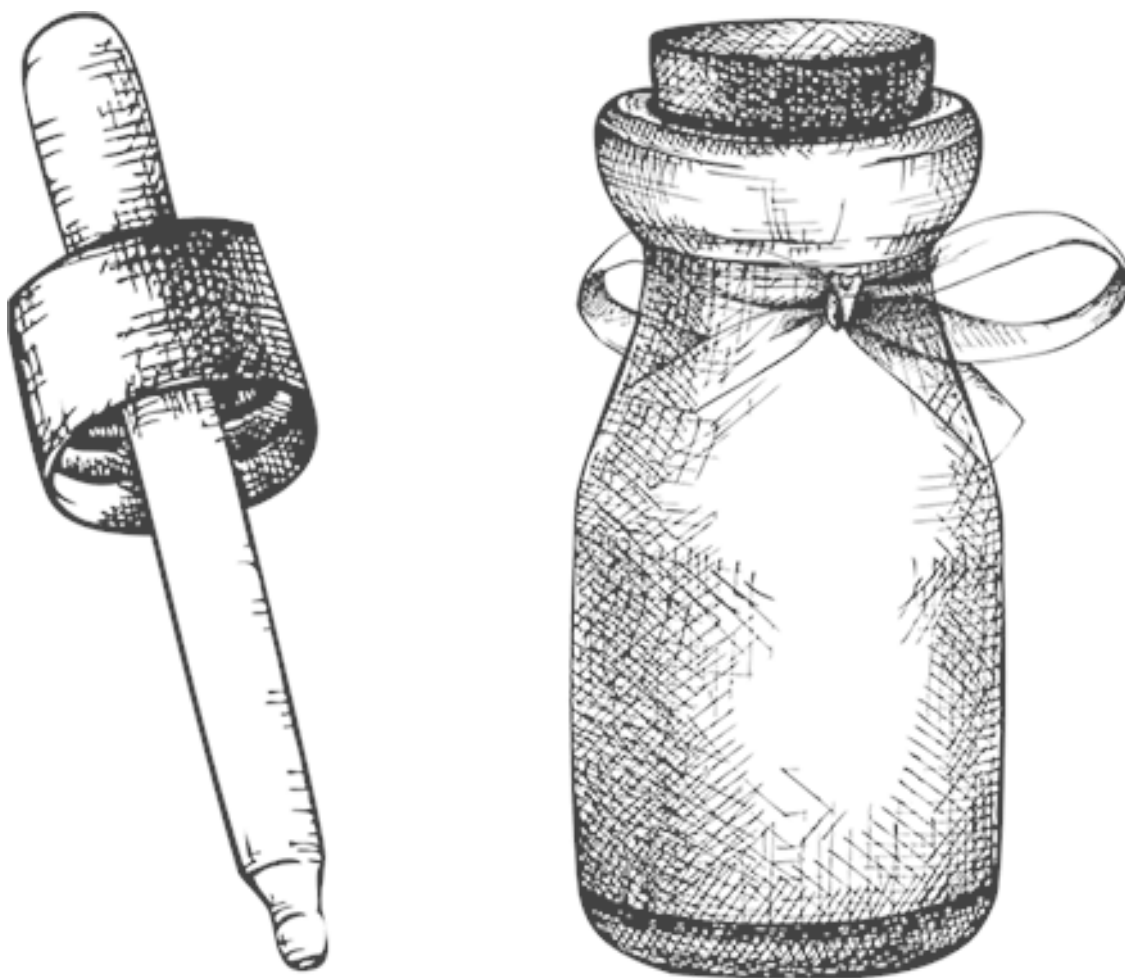


### **Настойка йода**

5 %-ную настойку йода, как одного из катализаторов окисления в организме при заболеваниях щитовидной железы, принимают внутрь каплями.

1 каплю йода разведите в 1 стакане фруктового сока или чая, принимайте в понедельник и четверг каждую неделю.

Область щитовидной железы смазывайте настойкой йода.



### **Лапчатка**

Весной, во время цветения, собирают лапчатку белую или лапчатку гусиную.

Для приготовления 10 %-ной настойки используйте свежее растение целиком: на 50 г измельченной травы возьмите 0,5 л водки.

Принимайте по 5 капель 4 раза в день.

## **Бесплодие**

### **Марьин корень**

Выкапывать марьин корень лучше в мае. Промойте, высушите и немного соскоблите верхнюю часть, но не чистите. Измельчите 50 г корня и залейте 0,5 л водки. Дайте настояться 2 недели в холодильнике. Принимайте по 1 ст. л. 3 раза в день. Курс лечения женского бесплодия – 1 месяц. После 10-дневного перерыва курс возобновите. И так до полного выздоровления.

### **Мумиё**

Для лечения бесплодия у мужчин и женщин хорошо помогает мумиё.

Принимайте 2 раза в день по 0,2 г мумиё утром натощак и вечером перед сном, запивая либо морковным или черничным соком, либо соком облепихи.

Курс лечения – 28 дней.

Для более мощного эффекта можете смешивать мумиё с желтками яиц и соками некоторых лекарственных растений – например, шалфея или айвы. Усиление половой функции заметно чувствуется уже через неделю.

### **Сода**

Возможно, некоторые женщины слышали о том, что спринцевание содой помогает забеременеть. Только в старый бабушкин метод не все верят, однако эффективность таких процедур можно объяснить с научной точки зрения. Как известно, во влагалище кислая среда, которая губительно действует на сперматозоиды. Чтобы проникнуть в матку и оплодотворить яйцеклетку, мужским половым клеткам приходится проделать довольно длинный путь, во время которого половина из них погибает.

При спринцевании содой pH влагалища меняется в щелочную сторону, поэтому создаются оптимальные условия для жизни клеток эякулята. Спринцевание проводят из расчета: половина ч. л. гидрокарбоната на 0,5 л воды. Процедуру лучше делать перед половым актом, примерно за полчаса. В слабощелочной среде сперматозоиды сохраняют свою подвижность, срок их жизни удлинится. Однако, чтобы не разрушить микробиологическую среду влагалища, проводить спринцевание следует не чаще 2-3 раз в месяц.

### **Масло черного тмина**

Масло черного тмина является полезнейшим продуктом, который лечит многие заболевания. Пророк Мухаммед называл его «средством от всех недугов, кроме смерти». Как было установлено, масло положительно влияет на вилочковую железу, отвечающую за иммунную защиту. В его составе обнаружены фитостеролы, необходимые для выработки гормонов в организме. Масло используется при нарушениях репродуктивной системы как у мужчин, так и у женщин.

В восточной медицине средство издавна применялось для восстановления эрекции и поддержания мужских способностей. Масло улучшает количество и подвижность сперматозоидов, повышает их способность к зачатию. У женской половины оно восстанавливает нару-

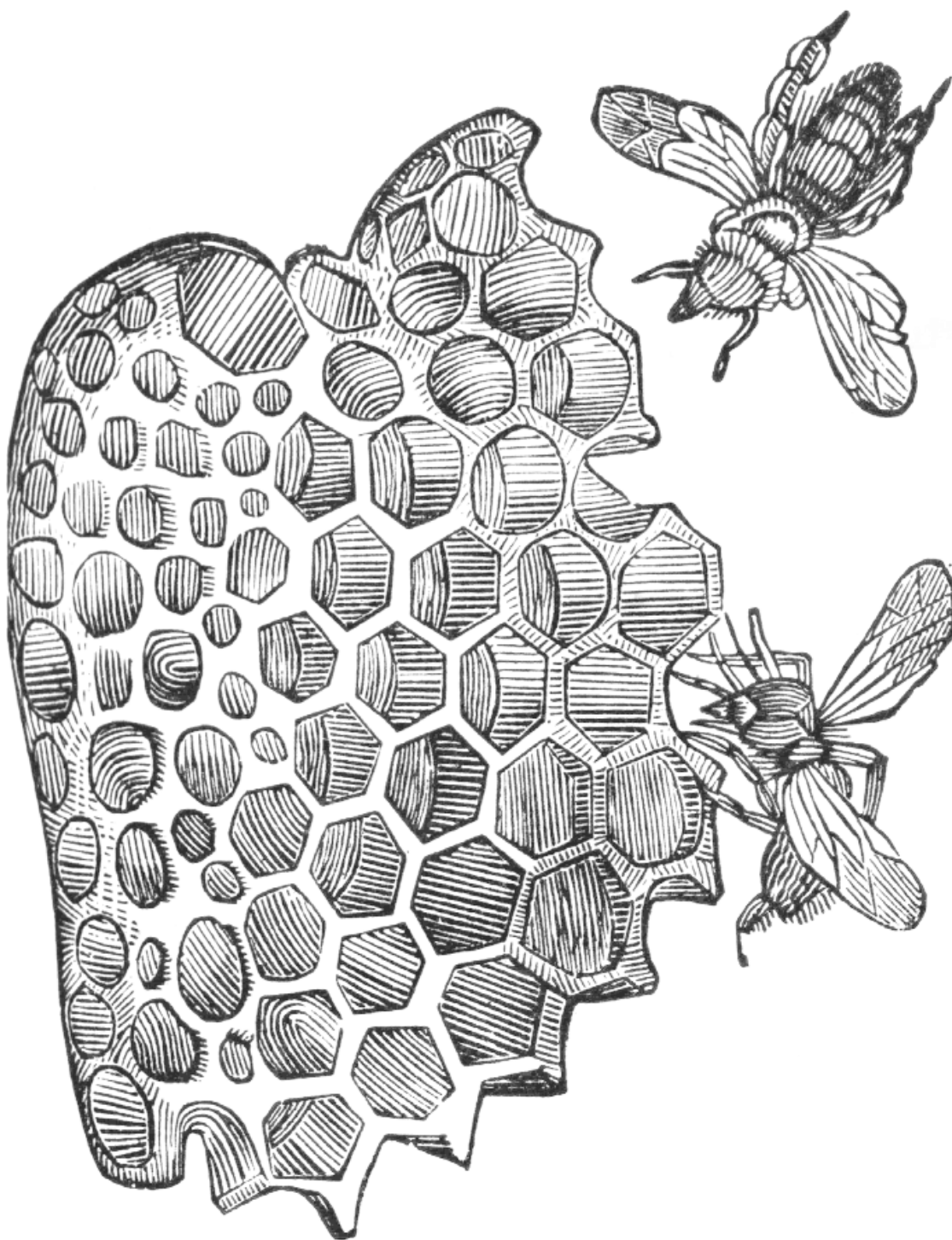
шенный гормональный фон, нормализует месячный цикл, помогает в лечении воспаления и предотвращает появление опухолей. Принимают масло черного тмина по 1 ч. л. вместе с медом 2 раза в день.

### **Маточное молочко и перга**

Эти продукты пчеловодства повышают вероятность зачатия, улучшают гормональный баланс, подготавливают яйцеклетку к оплодотворению, усиливают кровообращение в малом тазу. Для мужчин прием перги и маточного молочка необходим в целях повышения потенции, улучшения качества спермы.

### **Маточное молочко с медом**

Маточное молочко (0,5 ч. л.) размешайте с медом, положите под язык и держите до полного растворения во рту 2-3 раза в день. Лечатся таким способом 2-3 недели.



### **Маточное молочко с водкой**

Маточное молочко добавляют к водке в соотношении 1:2, в течение суток настаивают. Разовая доза приема – 10-15 капель, принимают за полтора часа до еды.

### **Перга**

Лечебная доза перги составляет 32 г в сутки, которую разделяют на 2-3 приема. Пергу лучше запивать медовой водой, принимают средство в течение 30 дней.

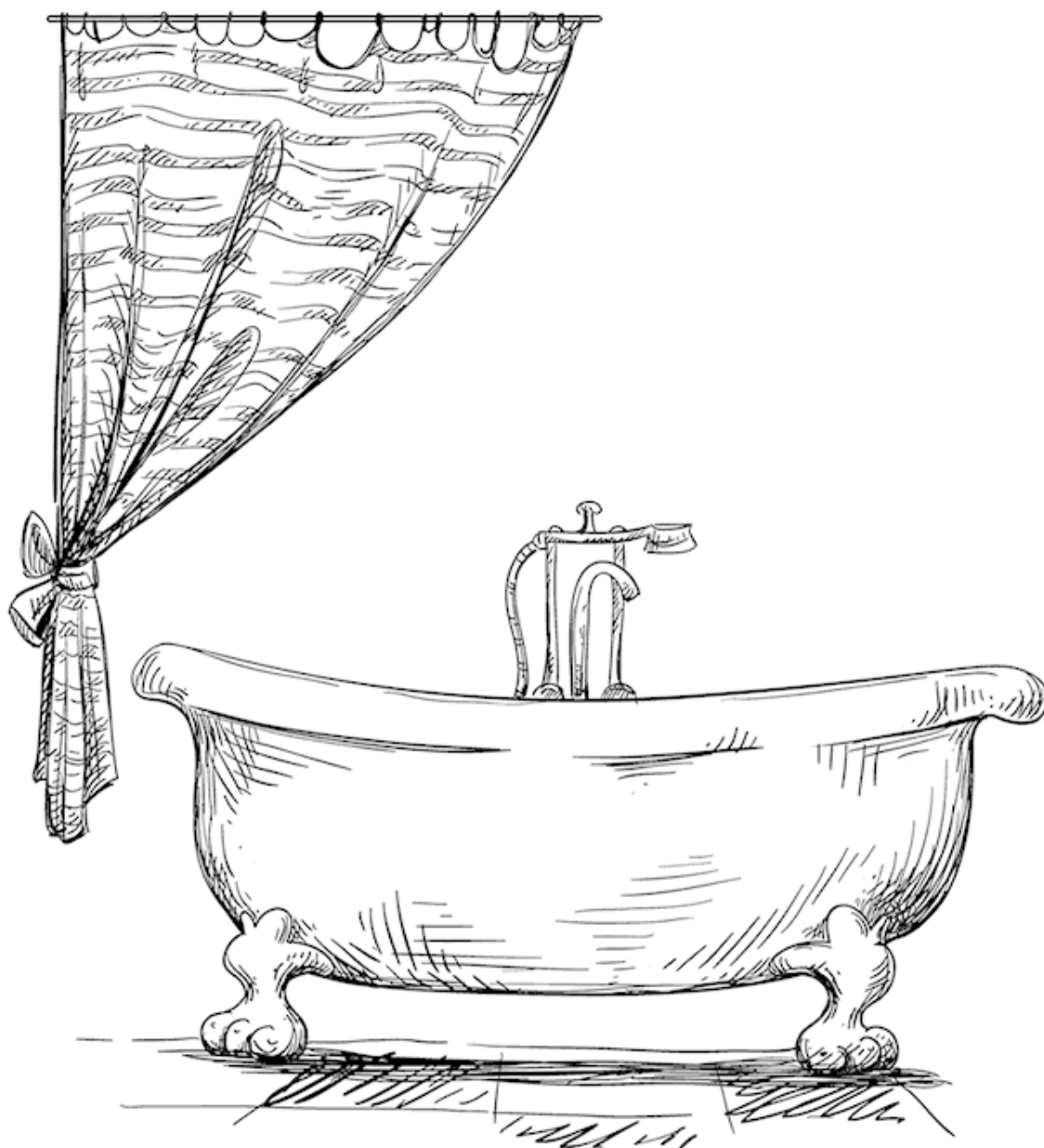


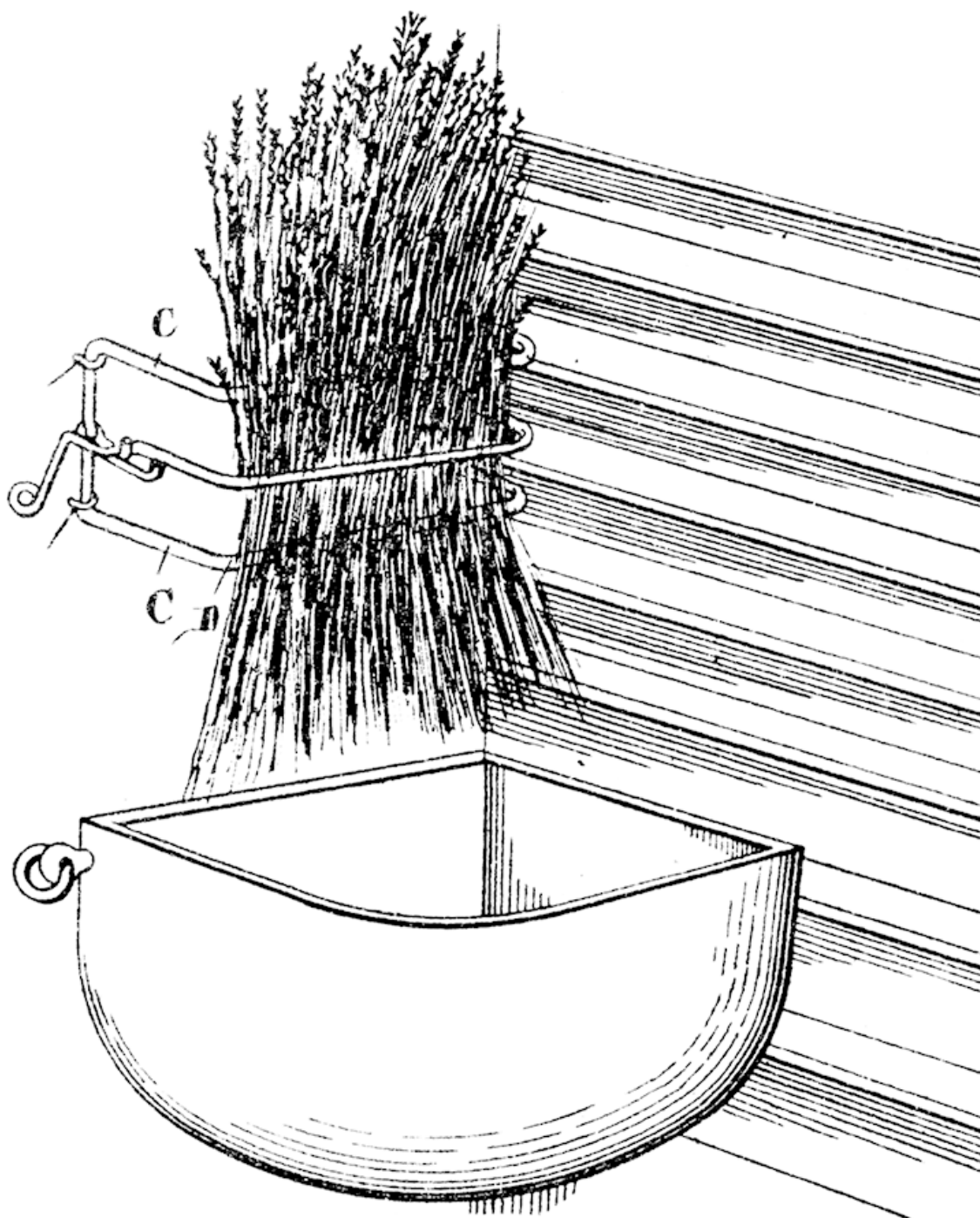
Затем лучше прерваться на 10 дней и продолжить лечение.

### **Ванны с подорожником**

Также полезно принимать лечебные ванны с подорожником. Для приготовления ванны возьмите 50 г корней и листьев подорожника и залейте литром кипятка. Дайте настояться в течение 45 минут, после процедите и вылейте в ванну с водой.

На одну водную процедуру необходим 1 л такого настоя. Курс лечения – 15 дней каждые 3 месяца.



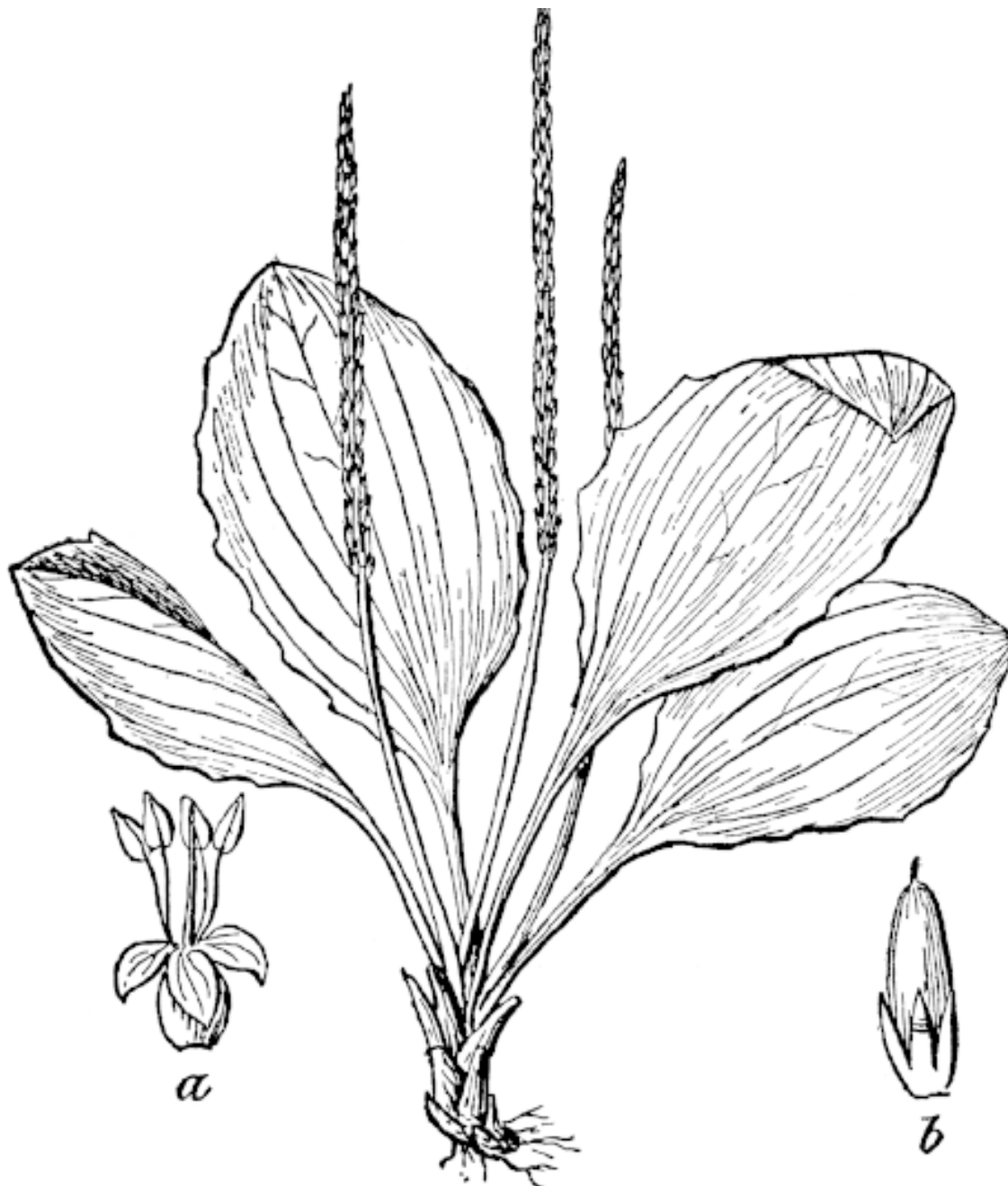




### **Отвар из семян подорожника**

Женщинам отвар из семян подорожника хорошо помогает при обильных менструальных кровотечениях, которые сопровождаются сильными болями, плохим настроением и депрессией. Также этот отвар лечит бесплодие – при условии, что оно вызвано воспалительным процессом в трубах.

Мужчинам отвар из семян подорожника хорошо поможет при лечении неподвижности сперматозоидов. Для приготовления этого отвара возьмите 1 ст. л. семян подорожника и залейте стаканом кипятка. Кипятите в течение 2-5 минут. Дайте настояться, после процедите. Принимать отвар надо в теплом виде по 2 ст. л. 4 раза в день. Срок хранения отвара в холодильнике – 2-3 дня. Курс лечения – 3 месяца.



**Шалфей**

Настой и отвар шалфея помогают как мужчинам, так и женщинам. Но у женщин вдобавок повышается «присасывающий» рефлекс шейки матки, а также значительно уменьшается или полностью исчезает фригидность. Все эти проблемы исчезают полностью, если к настою шалфея прибавить липу.

В связи с тем что шалфей содержит много гормонов, одни из которых являются аналогом женских половых гормонов, настой шалфея профилактически рекомендуют пить женщинам после 35 лет – 1 стакан ежедневно по утрам. Для его приготовления возьмите 1 ч. л. шалфея и залейте стаканом кипятка. Настаивайте до охлаждения, это примерно 40 минут. Пить следует за полчаса до еды. Для вкуса можно добавить лимон или мед. Этот омолаживающий курс для женщин длится месяц. Между курсами перерыв 3 месяца.

Для лечения бесплодия возьмите 1 дес. л. семян шалфея и залейте стаканом кипятка. Для усиления эффекта добавьте липы. Подождите, пока не заварится, и можете пить. Начинают принимать сразу после того, как заканчивается менструация, 11 дней подряд, 2 раза в день, утром и вечером. И так в течение 3 месяцев. Если беременность не наступает, то курс повторяют после 2 месяцев перерыва.



## **Бессонница**

*Наверное, это на самом деле проблема столетия. Но мы успешно справимся с ней с помощью нехитрых рецептов народной медицины.*

### **Лавандовое масло**

Купите лавандовое масло. Перед сном накапайте 5 капель его на кусочек сахара. Рассасывайте этот кусочек до полного растворения во рту. Если не едите сахар, то возьмите 1 ч. л. меда. И также по капельке лавандового масла вотрите в виски и смажьте ноздри. Уснете очень быстро.

### **Сонная подушка**

Сделайте себе «сонную» подушку. Для этого нужно в наволочку набить смесь сухих трав в равных долях: лепестки роз, листья черной смородины, листья вишни, листья боярышника, хвою сосны, мяту, валериану. Днем эту подушку лучше хранить в целлофане, чтобы не выветрился запах.

### **Шишки хмеля**

Заварите крутым кипятком (пол стакана) 1 ч. л. порошка из шишек хмеля и выпивайте этот завар перед сном в течение не менее 3 недель для закрепления результата.





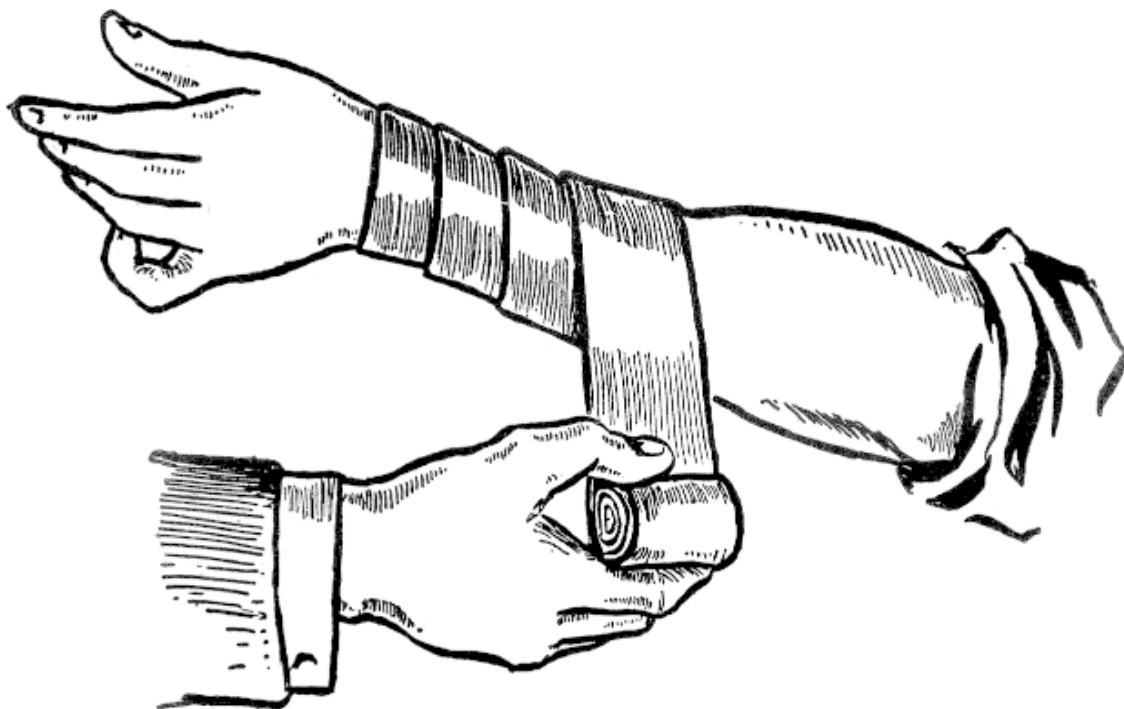
## Боль в пятках



### Неочищенный овес

В большую кастрюлю объемом 2 ведра залейте чистую (желательно родниковую или колодезную) воду, которую нужно вскипятить, а затем засыпьте туда 1 кг неочищенного овса. Эту смесь остудите до комфортной температуры, погрузите туда ноги (по косточки) и держите, пока вода не остынет. Кастрюлю при этом надо укутать так, чтобы процедура длилась как можно дольше. Процедуру надо повторять каждый вечер в течение 5 дней, разогревая эту смесь. При необходимости через месяц процедуру можно повторить.

## Боль в суставах



### Свиное сало

Свежее свиное сало нарежьте полосками толщиной 1 см, а длина полоски должна быть такой, чтобы она могла охватить больной сустав по кругу.

Укутайте всё полиэтиленом и сверху хлопчатобумажной тканью. Держать следует 48 часов.

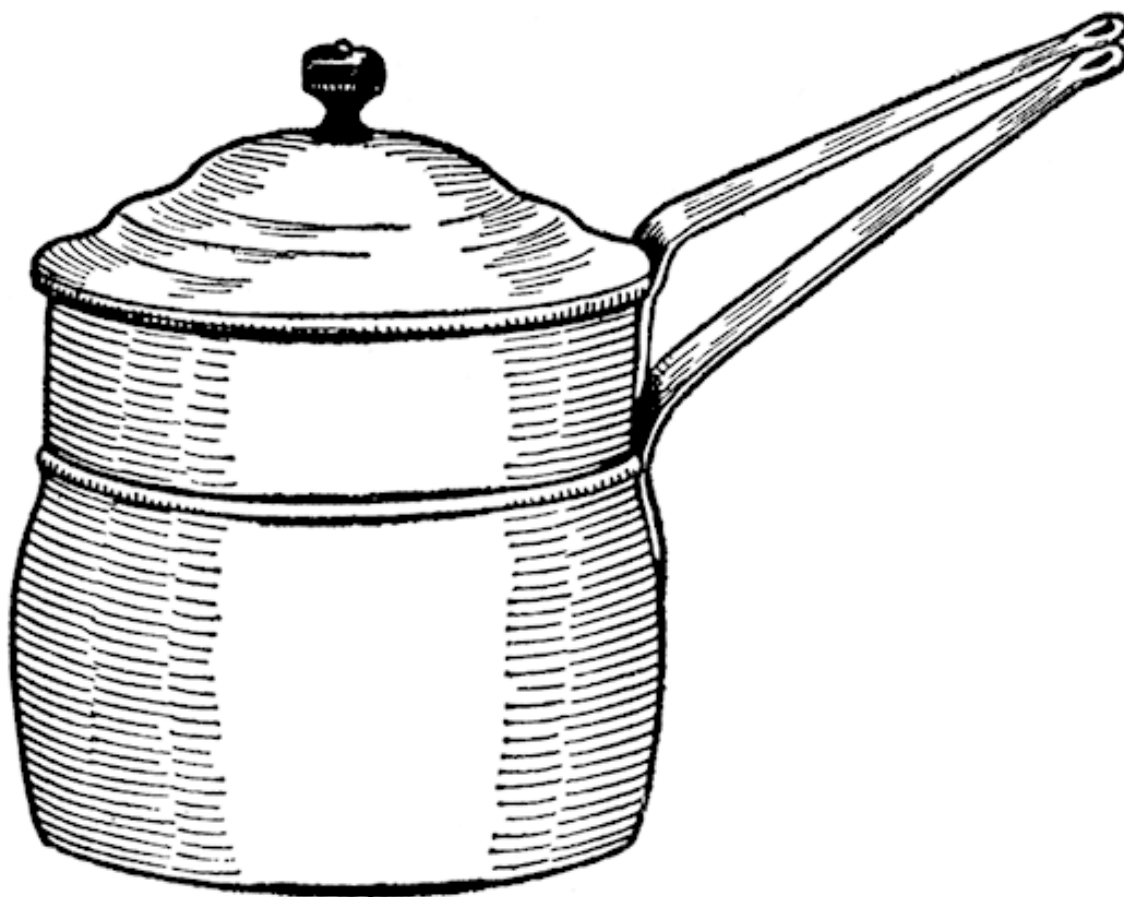
## Бронхит

### Астра

Возьмите 1 ст. л. измельченных цветов астры, залейте стаканом кипятка, дайте настояться 15 минут. Принимать настой следует по 1 ст. л. каждый час в течение 3 дней.

### Рецепты для детей

- Масло растительное нерафинированное – четверть стакана – прокипятите на водной бане. Найдите полотенце, желательно шерстяное, такой длины, чтобы его хватило обвязать ребенка вокруг. Пропитайте полотенце теплым маслом (не горячим и не холодным!) и оберните малыша. (Кстати, если полотенце сразу же после окончания процедуры постирать, то следов не останется.) Поверх полотенца надо положить целлофан и укутать ребенка теплым одеялом.





- Возьмите 1 стакан измельченного воска, 1 стакан меда цветочного, 1 стакан масла подсолнечного, 1 стакан сосновой смолы.

Всё это вылейте в кастрюлю и поставьте на плиту, варите, перемешивая, пока всё тщательно не перемешается, но не доводите до кипения. Получится литровая банка смеси.

Нужно поставить ее в холодильник. Поите ребенка этой смесью по 1 ч. л. за полчаса до еды, давая запить 0,5 стакана горячего молока.

Хранить смесь следует в холодильнике.



- Сварите картошку, не очищая, превратите ее в пюре и добавьте 3 ч. л. соды. Из полученной массы нужно слепить две лепешки. Заверните их в полотенце и положите ребенку на спину между лопаток. Но лепешки не должны обжигать кожу. Надо укутать ребенка как следует. После того как лепешки остыли, необходимо снять их, вытереть насухо тело, надеть майку.
- Пол-литра сока алоэ смешайте с 1 кг меда и 0,5 л свиного жира. Добавьте шоколад и перемешайте. Полученную массу давайте ребенку до еды. Хранить ее следует в холодильнике.

## **Варикоз**

### **Ванночки с содой**

Через день принимайте ванночки с обычной пищевой содой (полпачки соды на ведро воды). Результат появится в течение месяца, а облегчение от боли буквально сразу.

### **Шишки хмеля**

Приготовьте отвар из шишек хмеля. Измельчите вручную 4-5 шишек хмеля, затем залейте их стаканом кипятка и подержите на водяной бане 15 минут. Такой отвар следует готовить и принимать ежедневно по 1 стакану 1 раз в день в течение 3 месяцев.

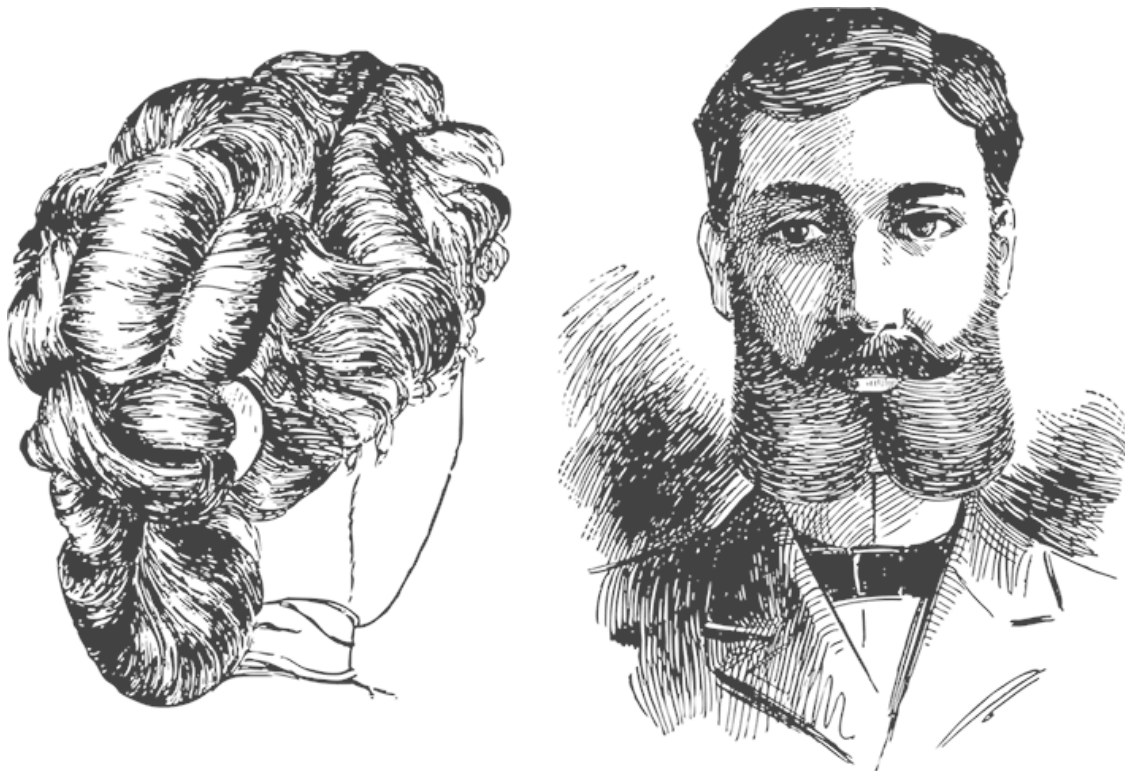
## **Выпадение волос**

### **Соки лука и алоэ**

Втирайте, слегка массируя, в кожу головы сок лука (1 ст. л.), через 10 минут такими же массирующими движениями втирайте сок алоэ (1 ст. л.).

### **Травяной отвар**

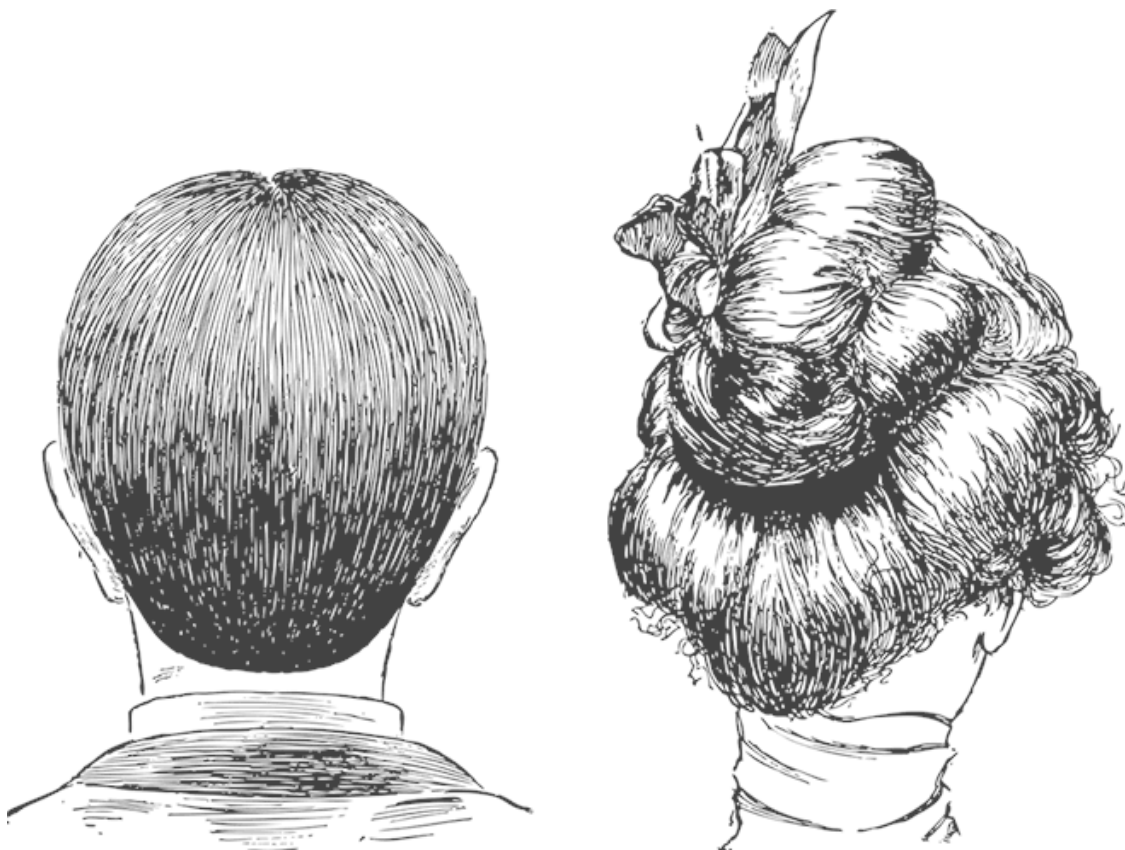
Приготовьте отвар – 1 ст. л. мяты перечной либо мелиссы, 1 ст. л. травы тысячелистника, 2,5 ст. л. травы крапивы на 1 л крутого кипятка. Посуду с содержимым укутайте и дайте настояться 10 минут. Отстоявшийся настой процедите, остудите и ополосните им волосы.



### **Отвар из лопуха, хмеля и аира**

Корни лопуха (20 г), шишки хмеля (20 г), корневище аира (10 г) залейте 1 л воды, доведите до кипения и кипятите 15 минут. Отвар процедите и мойте им голову 3 раза в неделю.





### **Медовая вода**

Растворите в 1 л воды 2 ст. л. меда. Медовой водой смачивайте волосы и втирайте в кожу головы. Процедуру повторяйте 2 раза в неделю.

### **Молочная сыворотка**

Мойте голову молочной сывороткой, после мытья ополаскивайте чистой водой.

### **Березовые листья**

Заварите в 0,5 л кипятка 6 ст. л. березовых листьев, дайте настояться. Теплым настоем ополаскивайте волосы.

### **Смесь коньяка, сока лука и отвара лопуха**

Возьмите 1 часть коньяка, 4 части сока лука (сок процедите), 6 частей отвара корней лопуха большого, всё хорошо перемешайте. Смесь следует втереть в кожу головы, затем накрыть голову полотенцем для согревания на 2 часа. После процедуры ополосните волосы настоем березовых листьев. Применяйте это средство 1 раз в неделю. Данный способ используют при выпадении волос для улучшения их роста.

### **Отвар из календулы, хмеля и лопуха**

Смешайте цветки календулы, шишки хмеля, корни лопуха (по 2 ст. л.). Залейте всё 1 л холодной воды, доведите до кипения и кипятите на медленном огне четверть часа. Отвар процедите. Мыть голову следует 3 раза в неделю.

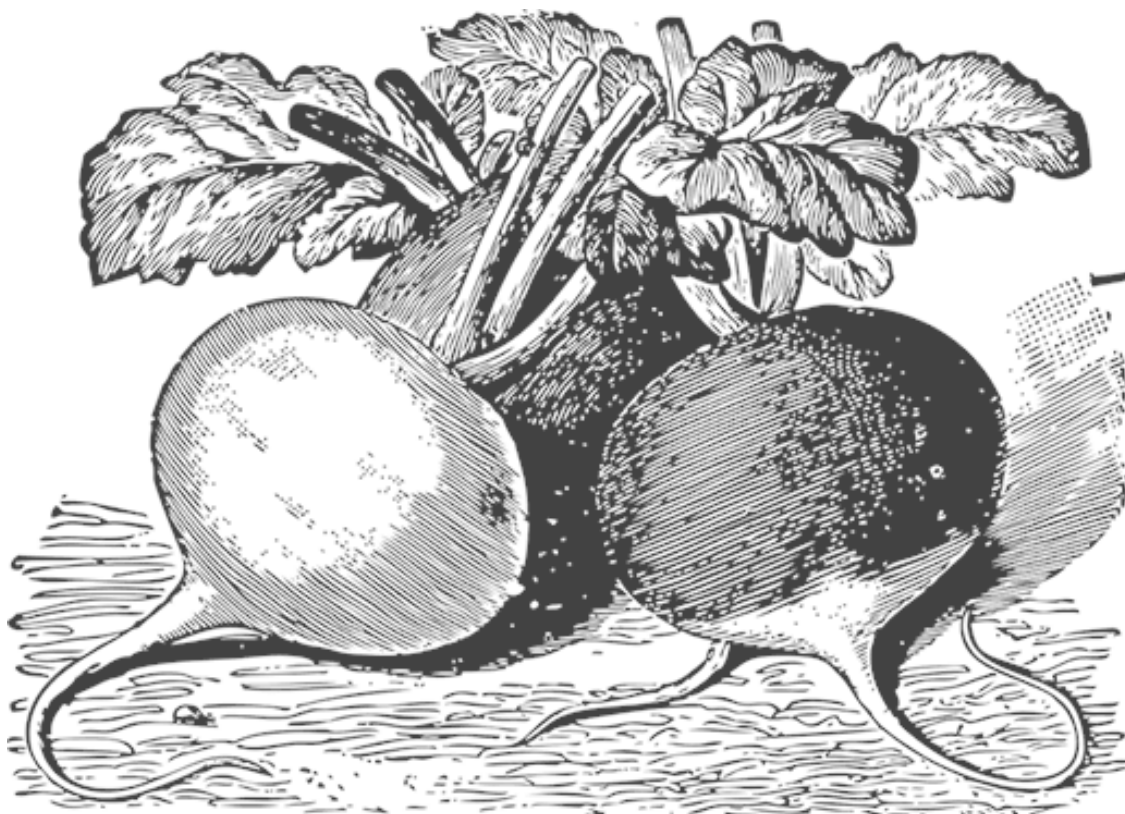
### **Овсяные хлопья**

Замочите в небольшом количестве кипяченой воды овсяные хлопья. Эту смесь втирайте в кожу головы.

### **Луковая шелуха**

Для укрепления волос и придания им золотистого оттенка используйте настой луковой шелухи. Залейте 50 г шелухи 2 стаканами воды, кипятите на медленном огне 20 минут, затем посуду с отваром тепло укутайте и дайте час настояться. Смочите настоем волосы. Когда они высохнут, расчешите их и вновь смочите по всей длине, дайте волосам высохнуть. Процедуру следует повторять несколько раз в неделю.

## Гайморит



## Черная редька

Натрите на мелкой терке черную редьку средней величины и отожмите из нее сок. Возьмите 1 ч. л. этого сока, добавьте 1 ч. л. спирта аптечного. Вырежьте из льняной ткани (именно льняной – это важно!) полоски размером 6×1,5 см.

Эти льняные полоски смочите в полученной смеси, отожмите и приложите к лицу чуть ниже подглазной впадины (на кость) на 15 минут. Верх «утеплите» полотенцем. Делать эту процедуру следует на ночь в течение 10 дней, потом 10 дней перерыв и опять повторите.

## Гастрит

### Облепиха

Принимайте в течение 7 недель сок или масло облепихи. Сок – по ¼ стакана 3 раза в день за час до еды. Масло – по 1 ч. л. также 3 раза в день за час до еды.

### Смесь из сухофруктов

Пропустите через мясорубку по 500 г изюма, урюка, ядер грецких орехов, 1 лимон. К смеси добавьте 0,5 кг меда и хорошо размешайте. Храните в холодильнике. Принимайте до еды по 1 ст. л. 3 раза в день.

### Белокочанная капуста

Пейте по 100 мл в день свежеприготовленный сок белокочанной капусты. Сок следует хранить в холодильнике не более 24 часов. Курс лечения – 21 день.



## **Гематома**

### **Компрессы и ванны**

Немногие знают, что холод рекомендуется держать на ушибленном месте только сразу после травмы, тогда, возможно, вы не допустите появления синяка. Если же гематома уже образовалась, то на место повреждения лучше прикладывать горячие компрессы или, если синяк образовался не на лице, а на другой части тела, принимайте горячие ванны с английской солью.

## **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.