



ЗОЛОТОЙ, НАРОДНЫЙ ЛЕЧЕБНИК

лучшие
проверенные
рецепты

РИОН-КЛАССИК

Екатерина Геннадьевна Капранова

Золотой народный лечебник.

Лучшие проверенные рецепты

Издательский текст

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=319622

Золотой народный лечебник. Лучшие проверенные рецепты: Рипол

Классик; М.; 2009

ISBN 978-5-386-01680-7

Аннотация

Данное издание содержит большое количество народных рецептов. Из этой книги вы узнаете о секретах фито-, арома-, гидро– и металлотерапии, откроете для себя уникальные рецепты лечения продуктами пчеловодства и многими другими натуральными средствами. Книга будет интересна и полезна всем, кто интересуется народной медициной.

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	4
ФИТОТЕРАПИЯ	5
Конец ознакомительного фрагмента.	73

Екатерина Геннадьевна Капранова Золотой народный лечебник. Лучшие проверенные рецепты

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время лечение травами широко используется при многих болезнях. Возросший интерес к фитотерапии связан с тем, что применение растительных препаратов позволяет избежать многих побочных эффектов, присущих антибиотикам или другим лекарственным средствам.

Каждое растение имеет как показания к применению, так и противопоказания. Перед началом лечения травами обязательно следует проконсультироваться со специалистом, а затем строго придерживаться дозировки. Грамотно составить сбор трав может лишь врач-фитотерапевт, который учитывает симптомы основного заболевания, сопутствующие болезни, а также общее состояние организма больного и многие другие факторы.

ФИТОТЕРАПИЯ

Арония черноплодная (рябина черноплодная) противопоказана при повышенной свертываемости крови, гиперацидных гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, артериальной гипотензии.

Горчица сарептская противопоказана при туберкулезе легких и воспалении почек.

Девясил высокий противопоказан при заболеваниях почек и беременности.

Душица обыкновенная противопоказана при беременности.

Зверобой обыкновенный (продырявленный) противопоказан при гипертонии, повышении температуры.

Золотой корень (родиола розовая) – противопоказан при резко выраженных симптомах нервных заболеваний, гипертонических кризах, лихорадочных состояниях.

Кровохлебка лекарственная (аптечная, красноголовник) противопоказана при беременности.

Ламинария сахарная (морская капуста) противопоказана при беременности, нефритах, геморрагическом диатезе, хроническом рините.

Можжевельник обыкновенный противопоказан при водянке.

Пижма обыкновенная (дикая рябинка) противопоказана

беременным женщинам и маленьким детям.

Подорожник большой (поранник, порезник, чирьевая трава) противопоказан при болезнях желудка с повышенной секрецией.

Полынь горькая противопоказана при беременности и энтероколитах. При длительном употреблении этой травы может наступить интоксикация организма.

Тимьян ползучий (чабрец) противопоказан при резко выраженном кардиосклерозе, атеросклерозе сосудов головного мозга, мерцательной аритмии, предынфарктном и постинфарктном состоянии, болезнях печени и почек, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, беременности.

Щавель кислый противопоказан при заболеваниях почек, желудке, подагре, а также беременным.

Следует обратить внимание на то, что некоторые растения содержат ядовитые вещества! К наиболее токсичным растениям относятся болиголов пятнистый, вех ядовитый (цикута), волчник (дафна, волчье лыко), некоторые виды аконита. Тяжелые отравления вызывают ягоды белладонны (красавки), семена белены черной и дурмана обыкновенного. Нередки случаи отравления крушиной ломкой, чистотелом, безвременником. Также возможны поражения кожи соком борщевики и чистотела.

Недопустимо приготовление в домашних условиях настоев и отваров из крестовника плосколистного, скополии кар-

ниолийской, софоры японской, термопсиса ланцетовидного, секуринегии полукустарниковой, мордовника обыкновенного, стефании голой, ипекакуаны, физостигмы, чилибухи, живокости сетчатоплодной, паслена дольчатого.

Аллергия

* * *

При выраженных кожных проявлениях можно принимать ванны с настоем череды или обмывать тело древесным щелоком. Для этого чистую золу, оставшуюся после сжигания дров, следует залить водой, вскипятить, дать отстояться, слить чистый настой, процедить и обмываться им.

* * *

Для успокоения зуда, вызванного аллергией, показано обтирание кожи спиртовой настойкой календулы.

* * *

Настой травы эфедры двуколосковой: 15–20 г травы залить 2–3 стаканами кипятка. Проварить до испарения по-

ловины объема воды, процедить, принимать по 1 столовой ложке 2–3 раза в день при аллергодерматозах. Наружно отвар травы (1 столовую ложку сырья кипятить 5 минут в 2 стаканах воды) использовать для смачивания участков кожи, пораженных дерматозами, сопровождающимися зудом.

* * *

Настой фиалки трехцветной или фиалки полевой (1 л на ванну) применять для водных процедур при аллергических кожных заболеваниях.

* * *

Настой (или отвар) багульника болотного (1 л на ванну) применять для водных процедур при аллергических высыпаниях на коже.

* * *

Компресс из ромашки: 2–3 столовые ложки цветков залить крутым кипятком и постоянно помешивать до образования кашицеобразной массы, которую в горячем виде нужно выложить на чистую ткань и прикладывать к пораженным местам.

* * *

Спиртовая настойка березовых почек: взять 8-10 столовых ложек почек на 0,5 л водки, настаивать 1 месяц. Этой настойкой обрабатывать кожу через 1,5–2 часа после использования мази при возникновении зуда и в качестве бактерицидного закрепителя.

Ангина

* * *

Полоскание горла настоем подорожника: 4 размельченных сухих или свежих листа подорожника залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 30 минут. Полоскать горло теплым раствором 3–4 раза в день.

* * *

Полоскание горла настоем шалфея лекарственного: 4 чайные ложки измельченных листьев заварить 2 стаканами кипятка, настаивать в течение 30 минут, процедить. Полоскать горло теплым раствором 3–4 раза в день.

* * *

Полоскание горла отваром корня аира: 1 чайную ложку измельченного корня залить 1 стаканом холодной воды и оставить на 5 часов. Затем вскипятить и процедить. Полоскать горло теплым раствором 2–3 раза в день.

* * *

Полоскание горла настоем зверобоя продырявленного: 1 десертную ложку измельченной травы зверобоя залить 1 стаканом кипятка. Настоять, процедить. Полоскать горло теплым раствором 2–3 раза в день.

* * *

Полоскание горла настоем цветков календулы лекарственной: 3 чайные ложки цветков календулы заварить 1 стаканом кипятка, настоять, процедить. Полоскать горло теплым раствором 3–4 раза в день. Можно пользоваться готовой спиртовой настойкой, которую следует разводить в соотношении 1 чайная ложка настойки на 0,5 стакана теплой воды.

* * *

Полоскание горла настоем семян подорожника: 2 столовые ложки семян залить 1 стаканом кипятка, взболтать. После того как настой остынет, процедить. Полоскать горло теплым настоем 2–3 раза в день.

* * *

Полоскание горла отваром плодов черники: 100 г сухих ягод залить 0,5 л воды и кипятить на слабом огне до тех пор, пока объем воды не уменьшится наполовину. Процедить. Полоскать горло теплым отваром 2–3 раза в день.

* * *

Полоскание горла настоем щавеля обыкновенного: 1 полную столовую ложку свежих измельченных листьев заварить 1 стаканом кипятка, настоять, процедить. Полоскать горло теплым настоем 3–4 раза в день.

* * *

Полоскание горла отваром из цветков календулы лекар-

ственной (1 часть), листьев подорожника (1 часть): 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить на слабом огне (лучше – на водяной бане) в течение 10–15 минут, дать настояться, процедить. Полоскать горло теплым отваром через каждые 3 часа. Этот же отвар можно принимать и внутрь по 1 столовой ложке 3 раза в день.

* * *

Полоскание горла отваром цветков ромашки аптечной (1 часть), листьев эвкалипта (1 часть), цветков календулы лекарственной (1 часть): все составляющие измельчить, тщательно перемешать, 1 столовую ложку смеси залить 1,5 стакана кипятка, прокипятить в течение 2 минут, настоять под крышкой 30 минут, процедить. Полоскать горло теплым отваром через каждые 3 часа.

* * *

Полоскание горла отваром листьев эвкалипта (2 части), семян льна (1 часть), цветков ромашки аптечной (2 части), цветков липы (2 части): все составляющие измельчить, тщательно перемешать, 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка. Затем, настояв под колпаком 30 минут, процедить. Полоскать горло теплым отваром через каждые 3 часа.

* * *

Полоскание горла настоем зверобоя (2 части), семян льна (1 часть), цветков календулы лекарственной (2 части), цветков ромашки аптечной (2 части): все ингредиенты измельчить, тщательно перемешать, 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка. Затем, настояв под колпаком 30 минут, процедить. Полоскать горло теплым настоем через каждые 3 часа.

* * *

Ингаляция отваром цветков ромашки аптечной (2 части), листьев шалфея (4 части), листьев эвкалипта (3 части), травы мяты перечной (2 части), корней девясила (4 части): 3 столовые ложки смеси положить в чайник, залить 0,5 л кипятка, кипятить 3—4 минуты. Затем снять чайник с огня, надеть на его носик бумажную воронку и дышать горячим паром ртом и носом.

* * *

Полоскание горла раствором сока каланхоэ: сок развести пополам с водой. Полоскать горло несколько раз в день. При-

нимать свежесжатый сок репчатого лука по 1 чайной ложке 3–4 раза в день.

* * *

Для лечения воспалительного процесса следует обложить шею листьями свежей капусты и обвязать сверху теплым шарфом. Листья менять каждые 2 часа.

Аппетита отсутствие

* * *

Настой корней одуванчика лекарственного: 2 чайные ложки измельченного корня залить 1 стаканом холодной воды, настаивать в течение 8 часов. Пить по 0,25 стакана 4 раза в день перед едой. Применяется как средство для улучшения пищеварения и возбуждения аппетита.

* * *

Настой травы полыни горькой: 1 чайную ложку сухой травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 30 минут. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15–20 минут

до еды.

* * *

Настой плодов малины обыкновенной: 4 чайные ложки плодов заварить 2 стаканами кипятка и оставить на несколько часов в термосе. Пить теплый настой по 0,5 стакана 4 раза в день.

* * *

Настой травы мелиссы лекарственной: 8 чайных ложек сухой измельченной травы залить 2 стаканами горячей воды, настаивать в течение 4 часов. Пить по 0,5 стакана 4 раза в день перед едой.

* * *

Настой плодов аниса обыкновенного: 1 чайную ложку измельченных плодов залить 1 стаканом кипятка, настоять, остудить и пить по 0,5 стакана за 30 минут до еды.

* * *

Настой травы полыни (1 часть), корневища аира (1 часть),

листьев вахты (1 часть), плодов тмина (1 часть): 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипящей воды, настаивать в течение 20 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке настоя за 15–20 минут до еды.

* * *

Настой травы полыни горькой (75 г), травы тысячелистника обыкновенного (25 г): 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипящей воды, настаивать в течение 20 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке настоя за 15–20 минут до еды.

* * *

Настой лепестков цветков подсолнечника обыкновенного (однолетнего): 1 столовую ложку лепестков заварить как чай в 1 стакане кипятка. Пить по 0,5 стакана за 30 минут до еды.

* * *

Сок сельдерея пахучего: принимать по 1–2 чайные ложки за 30 минут до еды 2 раза в день. Можно использовать также настой свежих корней сельдерея.

* * *

Сок тысячелистника обыкновенного: пить по 1 чайной ложке 3 раза в день. Можно добавить мед для улучшения вкуса.

Артрит

* * *

Отвар листьев брусники обыкновенной: 2 чайные ложки листьев залить 1 стаканом воды, кипятить в течение 15 минут, охладить, процедить. Пить в течение дня небольшими глотками. Можно применять также настой листьев брусники: взять 20 г сухих листьев на 1 стакан кипятка, настаивать в течение 20 минут, принимать по 1 столовой ложке 2–3 раза в день.

* * *

Настой травы первоцвета весеннего: 10 г сухой измельченной травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 15–20 минут. Пить по 0,25 стакана 3–4 раза в день.

* * *

Настой травы крапивы двудомной: 7 г сухой измельченной травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 10–20 минут. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

* * *

Настой листьев смородины черной: 3–5 г сухих листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 10–20 минут. Пить по 1 стакану 2–3 раза в день.

* * *

Отвар листьев толокнянки обыкновенной (1 часть), травы хвоща полевого (1 часть), травы горца птичьего (1 часть), почек березы бородавчатой (1 часть), кукурузных рылец (1 часть), цветков василька синего (1 часть), стручков фасоли обыкновенной (1 часть): 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить на водяной бане в течение 10 минут. Настаивать 30 минут, затем тщательно процедить. Пить по 0,25 стакана 2–3 раза в день через 30–40 минут после еды.

* * *

Отвар листьев березы белой (1 часть), листьев крапивы двудомной (1 часть), травы фиалки трехцветной (1 часть), корней петрушки огородной (1 часть): 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить на водяной бане в течение 10 минут. Настаивать 30 минут, процедить. Пить по 0,25 стакана 2–3 раза в день.

* * *

Отвар травы вереска обыкновенного (5 г), листьев ежевики сизой (5 г), листьев березы бородавчатой (20 г): 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить в течение 10–15 минут, процедить. Пить по 1 стакану 2–3 раза в день.

Отвар корня лопуха большого: 10 г сухих измельченных корней залить 1 стаканом воды, кипятить в течение 15–20 минут. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды. Свежие листья лопуха применяют наружно для обертываний.

* * *

Отвар корня и травы одуванчика лекарственного: 6 г су-

хого измельченного сырья залить 1 стаканом воды, кипятить в течение 10 минут, настаивать 30 минут. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды. Свежая трава одуваника лекарственного применяется наружно для компрессов.

* * *

Настой цветков ромашки аптечной: 10 г сухих цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 30 минут. Принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день. Этот же настой можно применять и наружно для натираний.

* * *

Настой травы зверобоя продырявленного: 1 столовую ложку сухой измельченной травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 20–30 минут. Принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день. Этот же настой можно применять наружно для натираний.

* * *

Отвар почек и листьев березы белой: 3–4 г сухих почек или 6–8 г сухих листьев залить 0,5 л воды, кипятить в течение 15–20 минут. Пить по 0,5 стакана 2–3 раза в день.

* * *

Настой травы тимьяна ползучего: 15 г сухой измельченной травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 30–40 минут. Принимать по 1 столовой ложке 2–3 раза в день. Этот же настой можно применять наружно для натираний.

* * *

Настой листьев багульника болотного: 1 чайную ложку сухих измельченных листьев и молодых побегов залить 2 стаканами кипятка, настаивать в течение 20–30 минут. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день. Для наружного применения: 3–4 чайные ложки сухого измельченного сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20–30 минут, использовать для натираний.

Для наружного применения

* * *

Уменьшают боль и воспалительный процесс компрессы из

эвкалиптового масла, а также компрессы с мазью из цветков донника лекарственного, шишек хмеля или цветков зверобоя продырявленного. Для приготовления мази 2 столовые ложки свежесушеннх и истолченнх в порошок частей растений смешать с 50 г вазелина и растереть. Мазь рекомендуется хранить в темном прохладном месте.

* * *

Больные суставы рекомендуется обертывать на ночь листьями лопуха или капусты.

* * *

Настой еловой хвои: свежесобранную еловую хвою залить кипятком, настоять. Настой перелить в подходящую емкость. Погрузить кисти рук или стопы с пораженными суставами в настой, охлажденный до 37–38 °С на 30 минут. Затем укутать их чем-нибудь теплым и лечь в постель на 1 час. Процедуру повторять каждые 2 дня.

* * *

Кашица из корней хрена применяется для компрессов и натираний.

* * *

Кашица из редьки применяется для компрессов и натираний.

* * *

Кашица из репы применяется для прикладывания компрессов.

* * *

Отвар хвои ели, сосны, пихты, кедра: 10 г хвои залить 0,5 стакана воды, кипятить в течение 20–40 минут. Применяется для компрессов.

* * *

Настой травы полыни горькой: 1 столовую ложку сухой измельченной травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 2–3 часов. Применяется для компрессов.

* * *

Настой листьев черники обыкновенной: 15 г сухих листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 20–30 минут.

* * *

Настой цветков ромашки аптечной: 300 г цветков залить 5 л кипятка, настаивать в течение 2 часов, затем процедить и влить в ванну с водой температурой 34–36°. Принимать ванны через день по 15–20 минут.

* * *

Настой травы спорыша: 300 г травы залить 5 л кипятка, настаивать в течение 2 часов, процедить и влить в ванну с водой температурой 34–36°. Принимать ванны через день по 15–20 минут.

* * *

Настой побегов папоротника: 300 г свежих побегов залить 5 л кипятка, настаивать в течение 2 часов, процедить и влить

в ванну с водой температурой 34–36°. Принимать ванны через день по 15–20 минут.

Астма бронхиальная

*** * ***

Отвар листьев подорожника (1 часть), цветков бузины травянистой (1 часть), росянки (1 часть), листьев фиалки трехцветной (1 часть): 4 чайные ложки измельченной смеси залить 1 стаканом кипятка, держать на водяной бане в течение 5 минут, затем остудить и процедить.

Отвар пить в 3 приема в течение дня.

*** * ***

Настой подорожника большого: 1 столовую ложку сухих или свежих листьев подорожника залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 15 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4 раза в день перед едой.

*** * ***

Настой корня имбиря: вымыть и очистить от кожуры 400 г

корня имбиря, натереть на терке, высыпать в бутылку и залить спиртом. Настаивать в теплом месте в течение 14 дней, периодически встряхивая бутылку. Настойка должна приобрести желтый цвет. Процедить, отжать и дать отстояться. Пить 2 раза в день по 1 чайной ложке, запивая 3 глотками воды, после еды.

* * *

Отвар багульника: 1 столовую ложку измельченной травы залить 1 стаканом кипятка, кипятить в течение 10 минут, остудить и принимать по 1 столовой ложке 2–3 раза в день.

* * *

Настой плодов аниса обыкновенного, травы тимьяна ползучего, плодов фенхеля обыкновенного и семян льна посевного: смешать все составляющие в равных частях, 4 чайные ложки сбора залить 1 стаканом воды комнатной температуры, настаивать в течение 2 часов. Затем кипятить 5 минут и процедить. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день.

* * *

Настой плодов фенхеля обыкновенного, плодов аниса

обыкновенного, корня солодки голой, почек сосны обыкновенной и травы тимьяна ползучего: все составляющие смешать в равных частях, 10 г сбора залить 1 стаканом воды, нагревать на водяной бане в течение 15 минут, охладить до комнатной температуры. Затем процедить и довести количество настоя до первоначального объема. Принимать по 0,25-0,3 стакана 3 раза в день.

* * *

Настой травы тимьяна обыкновенного, листьев мать-и-мачехи, травы фиалки трехцветной, корня девясила высокого, плодов аниса обыкновенного: все составляющие смешать в равных частях, 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 30 минут. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день после еды.

* * *

Настой корня алтея лекарственного и травы тимьяна ползучего: 2 столовые ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 30 минут. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день после еды.

* * *

Настой листьев мать-и-мачехи, листьев подорожника и почек сосны: все составляющие смешать в равных частях, 4 чайные ложки смеси настаивать 2 часа в холодной воде. Затем кипятить в закрытой посуде в течение 5 минут. Процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

* * *

Настой корня аира (50 г), корня девясила (50 г), листьев мать-и-мачехи (100 г), травы багульника (100 г) и травы фиалки трехцветной (100 г): все травы измельчить, смешать, 1 столовую ложку сбора заварить на ночь в термосе 1 стаканом кипятка. Утром настой процедить и принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день перед едой.

* * *

Отвар листьев крапивы двудомной: 1 чайную ложку сухих листьев залить 1 стаканом кипятка, дать вскипеть и немного настояться. Пить по 0,5 стакана 2–3 раза в день.

* * *

Настой травы маргаритки многолетней: 2 чайные ложки травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в закрытом сосуде в течение 2 часов, процедить. Пить по 0,5 стакана 2–3 раза в день.

* * *

Настой листьев земляники лесной: 2 столовые ложки листьев залить 2 стаканами кипятка, настаивать в течение 30 минут. Пить по 0,5 стакана 2–3 раза в день.

* * *

Настой плодов боярышника: 3 столовые ложки плодов залить 3 стаканами кипятка, настаивать 20 минут. Пить по 0,5 стакана 2–3 раза в день.

* * *

Отвар репы огородной: 2 столовые ложки измельченного корнеплода залить 1 стаканом кипятка, варить в течение 15 минут, процедить. Пить по 0,25 стакана 2–3 раза в день или

по 0,5 стакана на ночь. Можно также пить кипяченый сок репы.

* * *

Настой листьев и семян полыни обыкновенной: 1 чайную ложку измельченного сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 3–4 часов. Пить по 0,25 стакана 3 раза в день.

* * *

Отвар травы фиалки трехцветной (10 г), листьев подорожника большого (10 г), травы багульника болотного (10 г), корня девясила высокого (10 г), корня солодки голой (15 г), цветков календулы лекарственной (15 г), листьев мяты перечной (10 г), цветков ромашки аптечной (15 г), плодов аниса обыкновенного (10 г): 2 столовые ложки сбора залить 1 стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 минут. Охладить до комнатной температуры. Процедить и довести количество настоя до первоначального объема. Пить по 0,25 стакана 2–3 раза в день.

Атеросклероз

* * *

Отвар листьев земляники лесной: 20 г измельченных листьев залить 1 стаканом кипящей воды, кипятить 5-10 минут, настаивать в течение 2 часов, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3—4 раза в день. Листья земляники обладают мочегонным действием, таким образом, из организма вместе с солями выводится избыток холестерина.

* * *

Сок подорожника большого: хорошо промытые листья мелко нарезать, растолочь в ступке и выжать из них сок. Смешать сок с равным количеством меда и варить 20 минут. Принимать по 2—3 столовые ложки в день. Хранить в хорошо закрытой посуде в прохладном темном месте.

* * *

Настой листьев подорожника большого: 1 столовую ложку сухих измельченных листьев залить 1 стаканом кипятка,

настаивать в течение 10 минут. Пить по 0,5 стакана 2 раза в день.

* * *

Отвар корня хрена: 250 г корня хрена вымыть, обсушить салфеткой, натереть на крупной терке, залить 3 л кипяченой воды, кипятить в течение 20 минут, затем процедить. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день.

* * *

Отвар плодов боярышника (20 г), плодов аронии черноплодной (10 г), плодов земляники лесной (20 г): 2 столовые ложки сбора залить 0,5 л воды, нагревать на кипящей водяной бане 30 минут. Охладить в течение 10 минут, процедить и разбавить отвар кипяченой водой до первоначального объема. Пить по 0,5 стакана 2–3 раза в день.

* * *

Отвар травы тысячелистника обыкновенного (30 г), цветков боярышника кроваво-красного (15 г), травы хвоща полевого (15 г): 10 г сбора залить 1 стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане 15 минут, охладить в течение 45

минут, процедить и долить кипяченой воды до первоначального объема. Пить 2–3 раза в день по 0,5 стакана.

* * *

Отвар корня одуванчика (10 г), корневища пырея (10 г), травы тысячелистника (10 г): 1 столовую ложку смеси заварить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 1 часа. Пить по 0,3 стакана перед завтраком.

* * *

Отвар плодов боярышника кроваво-красного (15 г), плодов аронии черноплодной (15 г), листьев брусники обыкновенной (10 г), травы пустырника пятилопастного (10 г), цветков ромашки аптечной (10 г), морской капусты (10 г), рылец кукурузы обыкновенной (10 г), коры крушины ломкой (10 г): 10 г сбора залить 1 стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане 15 минут. Охладить в течение 45 минут, затем процедить и долить кипяченой воды до первоначального объема. Пить по 0,25 стакана 2–3 раза в день после еды.

* * *

Отвар плодов шиповника (15 г), травы сушеницы болот-

ной (10 г), листьев березы повислой (10 г), травы мяты перечной (15 г), плодов моркови посевной (10 г), корня элеутерококка колючего (15 г), травы почечного чая (10 г), корня лопуха большого (10 г): 10 г сбора залить 1 стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане 15 минут. Охладить в течение 45 минут, процедить и долить кипяченой воды до первоначального объема. Пить по 0,25 стакана 2–3 раза в день после еды.

Бессонница

*** * ***

Отвар листьев мяты перечной (30 г), травы пустырника (30 г), корневища валерианы лекарственной (20 г), шишек хмеля обыкновенного (20 г): взять 10 г смеси, залить 1 стаканом кипятка, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 минут. Охладить, процедить и добавить кипяченой воды до первоначального объема. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день при нервном возбуждении и бессоннице.

*** * ***

Настой сельдерея пахучего: 35 г сельдерея залить 1 л хо-

лодной кипяченой воды и настаивать в течение 8 часов, затем процедить. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день.

* * *

Настойка шишек хмеля: 1 часть измельченных шишек настаивать в течение 2 недель в 4 частях 40 %-ного спирта, затем процедить и отжать. Принимать по 5 капель настойки на 1 столовую ложку воды 2 раза в день перед едой.

* * *

Отвар корня валерианы: измельченные корни валерианы (1 столовая ложка) залить 1 стаканом горячей воды, кипятить 15 минут на слабом огне, настаивать в течение 10 минут, затем процедить. Принимать по 1 столовой ложке отвара 3 раза в день.

* * *

Настой ромашки аптечной: 1 столовую ложку цветков ромашки залить 1 стаканом кипятка и настаивать в течение 30 минут. Пить по 70 мл за 1 час до еды.

* * *

Настой укропа: 2 чайные ложки семян укропа залить 0,4 л кипятка, настаивать 10 минут, принимать 3 раза в день.

* * *

Настой корневища валерианы (15 г), пустырника (15 г), цветков боярышника (10 г), мяты перечной (10 г): 1 столовую ложку смеси настаивать в течение 30 минут в 1 стакане кипятка, пить по 30 мл утром и на ночь.

* * *

Отвар травы душицы (10 г) и корня валерианы (15 г): 10 г сбора кипятить 10–12 минут в 0,5 стакана воды. Настаивать в течение 1 часа. Пить по 0,5 стакана на ночь. Беременным принимать настой душицы категорически запрещается!

* * *

Отвар пустырника (10 г), чабреца (5 г), цветков календулы (5 г): 10 г сбора кипятить 10–15 минут в 1 стакане воды, настаивать в течение 1 часа. Пить по 0,5 стакана с медом пе-

ред сном.

* * *

Настой зверобоя продырявленного: 3 столовые ложки травы залить 1 стаканом кипятка и настаивать в течение 2 часов. Принимать по 0,25 стакана 3 раза в день перед едой.

* * *

Настой тимьяна ползучего: 15 г травы залить 1 стаканом крутого кипятка, настаивать 30 минут. Принимать по столовой ложке 2–3 раза в день.

* * *

Настой пустырника пятилопастного: 15 г травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 30–40 минут. Принимать по 1 столовой ложке 2 раза во второй половине дня.

* * *

Отвар цветков ромашки аптечной, листьев мяты перечной, плодов фенхеля обыкновенного, корневища валерианы лекарственной, плодов тмина обыкновенного: все составля-

ющие смешать в равных пропорциях, 10 г смеси залить 1 стаканом кипятка. Нагреть на кипящей водяной бане 30 минут. Охладить в течение 10 минут, процедить, сырье отжать и довести отвар кипяченой водой до первоначального объема. Принимать по 0,3 стакана 2 раза в день.

* * *

Настой плодов боярышника кроваво-красного: 2 столовые ложки сухих, мелко растертых плодов залить 1,5 стакана кипятка. Выпить в 3 приема за 30 минут до еды.

* * *

Настой корня валерианы (2 части), цветков ромашки аптечной (3 части), плодов тмина (5 частей): 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипящей воды, настаивать в течение 30 минут. Принимать по 0,3 стакана утром и на ночь.

* * *

Настой мяты перечной: 2 столовые ложки измельченной травы залить 2 стаканами кипятка. Остывший настой процедить. Выпить в течение дня. Применять в качестве успокаивающего и снотворного средства.

* * *

Настой пустырника: 2 чайные ложки измельченной травы залить 1 стаканом холодной воды и настаивать в течение 8 часов. Выпить в течение дня.

* * *

Настой корней и травы полыни обыкновенной: 15–20 г сухих измельченных корней и травы залить 1 стаканом кипятка, настоять, процедить. Пить по 0,25 стакана настоя 3 раза в день перед едой.

* * *

Настой корня валерианы (10 г), листьев мяты перечной (20) г, листьев трилистника (20 г), шишек хмеля (10 г): 1 столовую ложку сбора залить 0,4 л кипятка, настаивать в течение 30 минут, процедить. Принимать по 0,5 стакана 2 раза в день в качестве успокаивающего средства при бессоннице.

Бронхит

* * *

Отвар корня солодки голой (30 г), листьев подорожника (30 г), листьев фиалки трехцветной (20 г), листьев мать-и-мачехи (20 г): 2 столовые ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, нагревать на водяной бане в течение 15 минут. Охладить, процедить и довести объем жидкости до 1 стакана. Пить по 0,25 стакана 3 раза в день.

* * *

Настой листьев тимьяна (5 г), плодов фенхеля (5 г), листьев мяты (5 г), листьев медуницы (20 г), листьев мать-и-мачехи (20 г), листьев донника (5 г), листьев подорожника (10 г), корня алтея (10 г), корня солодки голой (10 г): 1 столовую ложку смеси заварить 2 стаканами кипятка. Пить по 0,25 стакана 3 раза в день.

* * *

Отвар травы багульника (4 части), почек березы (1 часть),

листьев крапивы двудомной (1 часть): 2 столовые ложки измельченной смеси залить 0,5 л крутого кипятка, кипятить 10 минут. Настаивать, укутав, в течение 30 минут, затем процедить. Пить по 0,25 стакана в день после еды.

* * *

Отвар корня девясила (10 г), корня первоцвета (10 г), листьев мать-и-мачехи (10 г): 2 чайные ложки смеси залить 1 стаканом кипящей воды и кипятить в течение 5 минут, затем остудить. Пить настой следует при бронхитах небольшими глотками в 3 приема в течение дня.

* * *

Отвар травы багульника болотного, листьев мать-и-мачехи, травы фиалки трехцветной, листьев подорожника большого, цветков ромашки аптечной, травы и корня первоцвета весеннего, плодов аниса обыкновенного, корня солодки голой (все по 1 части), корня алтея лекарственного (2 части): 2 чайные ложки смеси залить 1 стаканом кипящей воды и кипятить в течение 5 минут. Затем остудить. Пить после еды по 0,3 стакана 3 раза в день.

* * *

Настой корня алтея лекарственного (2 части), корня солодки голой (2 части), почек сосны обыкновенной (1 часть), листьев шалфея лекарственного (1 часть), плодов аниса обыкновенного (1 часть): 1 столовую ложку смеси залить на ночь в термосе 1 стаканом кипятка. Утром процедить. Принимать по 1 столовой ложке 2–3 раза в день.

* * *

Отвар корневища первоцвета весеннего: 1 столовую ложку сухого измельченного корневища залить 1 стаканом кипятка, нагревать 30 минут на кипящей водяной бане, периодически помешивая. Охладить при комнатной температуре в течение 30 минут, затем процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой.

* * *

Настой почек сосны обыкновенной (40 г), листьев подорожника большого (30 г), листьев мать-и-мачехи (30 г): 1 столовую ложку смеси залить на ночь в термосе 1 стаканом кипятка, утром процедить. Пить по 0,25 стакана 3 раза

в день.

* * *

Отвар тимьяна: 10 г травы залить 1 стаканом кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут. Охладить в течение 45 минут, процедить, отжать и довести объем жидкости до 1 стакана. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза 1 в день.

* * *

Настой хвоща полевого: 1 столовую ложку измельченной травы заварить 2 стаканами кипятка, настаивать в течение 2–3 часов. Принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

* * *

Настой травы маргаритки многолетней: 2 чайные ложки травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в закрытом сосуде в течение 2 часов, процедить. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день.

* * *

Настой корня алтея лекарственного: 6 г измельченного в

порошок корня залить 1 стаканом холодной воды, настаивать в течение 8-10 часов. Применять при острых и хронических бронхитах.

* * *

Настой корня девясила высокого: 2 чайные ложки сырья залить в термосе 1 стаканом кипятка. Пить по 0,25 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Применяется как сильное отхаркивающее средство при хронических бронхитах.

* * *

Настой репы: 2 столовые ложки измельченного корнеплода залить 1 стаканом кипятка. Настаивать, укутав, в течение 1-2 часов. Принимать по 0,25 стакана 2-3 раза в день.

* * *

Отвар плодов калины обыкновенной: 100 г плодов варить в 200 г пчелиного меда в течение 5 минут. Принимать по 1-2 столовые ложки 2-3 раза в день, запивая теплой водой.

*** * ***

При хронических бронхитах рекомендуется чай из плодоножек вишни: 1 чайную ложку высушенных и измельченных плодоножек заварить 1 стаканом крутого кипятка, дать настояться и пить несколько раз в день.

Варикозное расширение вен

*** * ***

Отвар шишек хмеля обыкновенного: 1 столовую ложку измельченных шишек залить 1 стаканом кипятка и нагревать на водяной бане в течение 15 минут. Отвар пить по 0,25 стакана перед едой.

*** * ***

Отвар коры лещины обыкновенной (орешника): 1 столовую ложку измельченной коры залить 0,5 л кипятка, кипятить в течение 10 минут, процедить. Пить по 0,3 стакана 2–3 раза в день перед едой.

* * *

Настой листьев лещины обыкновенной (орешника): 2 столовые ложки измельченных листьев залить 0,5 л кипятка, настаивать в течение 2 часов. Пить по 0,3 стакана 3 раза в день перед едой.

* * *

Настойка цветков или плодов каштана конского: 50 г цветков или измельченных плодов залить 0,5 л водки. Настаивать в течение 2 недель в теплом темном месте, ежедневно взбалтывая. Принимать по 30 капель 1 раз в день в течение 3—4 недель.

* * *

Отвар плодов каштана конского (20 г), коры березы пушистой (20 г), коры дуба обыкновенного (20 г), травы хвоща полевого (50 г), корня ежевики сизой (50 г), корня ревеня тангутского (30 г), цветков бессмертника песчаного (30 г): 2 столовые ложки смеси варить в течение 5 минут в 2 стаканах кипятка, настаивать до охлаждения. Процедить и пить по 0,3 стакана 2 раза в день при варикозном дерматите.

Для наружного применения

* * *

Отвар коры ивы белой: 2 столовые ложки измельченной коры залить 2 стаканами горячей воды, довести до кипения и кипятить в течение 15–20 минут на слабом огне. Применяется для ножных ванн (до колена) при болях в ногах и мышечной усталости. Продолжительность процедуры – 20 минут. После ванны надеть на ноги эластичные чулки и отдохнуть. Также для ванны можно использовать смесь коры ивы с корой дуба.

* * *

Компресс с полынью серебристой: только что сорванные листья и цветочные головки полыни тщательно растереть в ступке, 1 столовую ложку полученной кашицы соединить с таким же количеством кислого молока. Размешать смесь и нанести ровным слоем на марлю, которую наложить на участки с расширенными венами. Лечение проводить в течение 2–3 дней.

Гастрит

Лечение гастрита с повышенной кислотностью

* * *

Отвар корня солодки: 10 г измельченного корня залить 1 стаканом кипятка, нагревать на водяной бане 20 минут. Охладить в течение 45 минут, процедить, отжать и довести объем до 1 стакана. Принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день. Солодка нормализует кислотность.

* * *

Отвар листьев мяты перечной (15 г), листьев вахты трехлистной (2 г), соцветий тысячелистника (15 г), семян укропа (15 г), зверобоя продырявленного (30 г): 2 столовые ложки приготовленной смеси залить 2 стаканами кипятка и выпаривать в течение 2 часов, затем процедить. Отвар пить в течение дня. Курс лечения – 2 недели.

* * *

Настой травы чистотела (1 часть), цветков ромашки (2 части), травы тысячелистника и зверобоя (по 2 части): 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипящей воды, настаивать в течение 20 минут. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день за 20–30 минут до еды.

* * *

Настой травы зверобоя (8 частей), листьев подорожника (8 частей), травы сушеницы (8 частей), травы золототысячника (4 части), листьев мяты (2 части), травы спорыша (4 части), корневища аира (2 части), плодов тмина (3 части), травы тысячелистника (1 часть): 2 столовые ложки сбора заварить 1 л кипятка. Настаивать в течение 12 часов, процедить. Пить по 0,5 стакана 4 раза в день через 1 час после еды.

* * *

Настой измельченных семян льна (10 г), травы тысячелистника (20 г), цветков ромашки (20 г): 4 столовые ложки смеси залить 1 стаканом кипятка и настаивать в течение 20 минут. Пить по 0,5 стакана настоя 3–4 раза в день.

* * *

Настой травы зверобоя продырявленного: 3 столовые ложки измельченной травы залить 1 стаканом кипятка. Настаивать в течение 2 часов. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день до еды для регуляции деятельности желудочно-кишечного тракта.

* * *

Настой цветков ромашки аптечной, листьев мяты перечной, травы зверобоя продырявленного, травы тысячелистника обыкновенного: все составляющие взять в равных пропорциях, 2 столовые ложки смеси залить на ночь в термосе 1 стаканом кипятка, процедить. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день.

* * *

Отвар травы подорожника большого: 10 г травы залить 1 стаканом кипятка и кипятить в течение 10 минут. Принимать по 1 столовой ложке 1 раз в день натощак.

* * *

Настой сушеных листьев подорожника: 2 чайные ложки измельченных листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 6–8 часов. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

* * *

Настой травы мяты перечной: 10 г травы залить 0,5 стакана кипятка и настаивать в течение 30 минут. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой.

* * *

Отвар плодов фенхеля обыкновенного, листьев мяты перечной, травы тысячелистника обыкновенного и золототысячника обыкновенного: все смешать в равных частях, 2 чайные ложки смеси залить 1 стаканом воды, кипятить в течение 7-10 минут, процедить. Принимать по 0,5 стакана за 30 минут до еды.

* * *

Настой цветков липы сердцевидной (1 часть), семян льна посевного (2 части), корня солодки голой (2 части), корневища аира болотного (2 части), листьев мяты перечной (1 часть), плодов фенхеля обыкновенного (2 части): 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом крутого кипятка, оставить на ночь в термосе, утром процедить. Принимать по 0,3 стакана 2–3 раза в день за 30 минут до еды.

* * *

Настой листьев мяты перечной (40 г), травы золототысячника обыкновенного (10 г): 2 чайные ложки смеси залить 1 стаканом крутого кипятка, настоять, тщательно процедить. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

* * *

Отвар цветков ромашки аптечной (2 части), травы зверобоя продырявленного (2 части), корня алтея лекарственного (1 часть): 20 г сбора залить 1 стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане 30 минут. Охладить в течение 10 минут, процедить и долить кипяченой водой до первоначального объема.

чального объема. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день при остром гастрите.

* * *

Отвар цветков ромашки аптечной, цветков календулы лекарственной, листьев подорожника большого, травы тысячелистника обыкновенного и череды трехраздельной: все составляющие взять в равных частях, 10 г сбора залить 1 стаканом воды, нагревать на кипящей водяной бане в течение 15 минут. Охладить, процедить. Кипяченой водой довести количество настоя до первоначального объема. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день.

* * *

Настой травы зверобоя продырявленного и травы тысячелистника обыкновенного: смешать составляющие в равных частях, 2 столовые ложки сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать в течение 30 минут, процедить. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день.

* * *

Настой липового цвета, семян льна, корня солодки, кор-

невища аира и листьев мяты перечной: все составляющие взять в равных частях, 1 столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 1 часа. Процедить. Настой пить по 0,5 стакана 2 раза в день.

Лечение гастрита с пониженной кислотностью

*** * ***

Настой листьев мяты перечной (20 г), травы сушеницы болотной (15 г), травы спорыша (15 г), цветков тысячелистника (15 г), цветков ромашки аптечной (10 г), семян укропа (10 г), корня валерианы (10 г), семян тмина (10 г), шишек хмеля (5 г): все смешать, залить 1 л кипятка и настаивать в духовом шкафу в течение 10–12 часов, затем настой процедить. Пить утром натощак по 0,5 стакана.

*** * ***

Настой корневища аира: 1 чайную ложку измельченного корневища залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 20 минут, процедить. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

* * *

Отвар корневища девясила: 20 г измельченного корневища залить 1 стаканом горячей кипяченой воды, кипятить в течение 30 минут. Отвар принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день между приемами пищи.

* * *

Отвар листьев одуванчика лекарственного: листья промыть, вымачивать в течение 20–30 минут в концентрированном растворе поваренной соли, вновь промыть в холодной воде, ошпарить кипятком, пропустить через мясорубку и отжать через плотную ткань. Затем сок разбавить водой (1:1) и кипятить 2–3 минуты. Принимать по 0,25 стакана 2 раза в день за 20 минут до еды.

* * *

Настой травы зверобоя продырявленного, листьев подорожника и листьев черники: взять составляющие в равных частях, 4 столовые ложки смеси заварить 1 стаканом кипятка и настаивать в течение 20 минут. Принимать по 1 столовой ложке настоя 3 раза в день.

* * *

Настой полыни: 2 столовые ложки измельченной полыни залить 0,5 л кипятка в термосе, настаивать в течение 1–2 часов, процедить и пить по 0,25 стакана 3–4 раза в день за 20 минут до еды.

* * *

Полынный чай: 1 чайную ложку мелко нарезанной полыни залить в чайнике 0,5 л крутого кипятка, дать настояться в течение 20 минут и пить по 0,25 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Полынь также возбуждает аппетит и стимулирует пищеварение.

* * *

Отвар ягод или цветков калины обыкновенной: 1 столовую ложку ягод или цветков залить 1 стаканом воды, кипятить 5 минут, настаивать в течение 1 часа, процедить. Отвар комнатной температуры принимать по 1–2 столовые ложки 3 раза в день после еды.

* * *

Отвар корня одуванчика лекарственного, корня цикория обыкновенного, корневища пырея ползучего (по 3 части), семян фенхеля обыкновенного (1 часть): 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом воды, варить 15 минут, настаивать в течение 20 минут, процедить. Принимать по 0,25 стакана 2 раза в день.

* * *

Настой цветков ромашки аптечной, травы полыни горькой, листьев мяты перечной, листьев шалфея лекарственного, травы тысячелистника обыкновенного: все составляющие взять в равных частях, 2 чайные ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 30 минут. Процедить. Выпить теплый настой в течение дня в 3 приема.

* * *

Настой травы золототысячника, листьев вахты трехлистной и мяты перечной: все составляющие смешать в равных пропорциях, 1 столовую ложку смеси залить 0,5 стакана кипятка, настаивать в течение 30 минут, процедить. Выпить в

3 приема в течение дня перед едой.

* * *

Настой корня алтея: измельченный корень (2–3 столовые ложки) залить в термосе 0,5 л кипятка и настаивать в течение 10–12 часов. Выпить в течение дня в 3 приема по 0,5 стакана перед едой.

* * *

Отвар травы золототысячника зонтичного (1 часть) и тысячелистника обыкновенного (1 часть): 3 чайные ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, кипятить в течение 15 минут, процедить. Принимать в течение дня в 3–4 приема.

* * *

Настой травы полыни горькой (4 части) и травы тысячелистника обыкновенного (1 часть): 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 30 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

* * *

Сок измельченных листьев молодой белокочанной капусты: пить сок в теплом виде по 0,3 стакана 2–3 раза в день за 1 час до еды в течение 2 недель. Капустный сок можно хранить в холодильнике не более 2 суток.

* * *

Настой листьев мяты перечной, травы полыни горькой, травы зверобоя продырявленного, цветков ромашки аптечной, плодов тмина обыкновенного: все смешать в равных частях, 2 столовые ложки смеси залить на ночь в термосе 1 стаканом кипятка, утром процедить. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день.

* * *

Настой корневища аира болотного (1 часть), листьев вахты трехлистной (1 часть), кожуры апельсина (1,5 части), травы полыни горькой (1 часть): 1 столовую ложку смеси залить на ночь в термосе 1 стаканом кипятка, утром процедить. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день до еды.

* * *

Сок подорожника: пить 3 раза в день по 1 столовой ложке за 20 минут до еды. На зиму можно приготовить настой свежего сока, залив его с таким же количеством водки или спирта.

* * *

Настой цветков яблони: 1 чайную ложку сухих цветков залить 1 стаканом кипятка. Выпивать 1 стакан настоя в течение дня маленькими глотками.

Геморрой

* * *

Настой полыни: 4 столовые ложки измельченной травы залить 1 л кипятка и варить на слабом огне 5–7 минут. Настаивать, укутав, в течение 6 часов, затем процедить. С этим отваром делать клизмы. Можно чередовать процедуры: 1-й день – свекольную клизму, 2-й – полынную. Через неделю шишки геморроя должны уменьшиться.

* * *

Налить в таз 1 л холодной воды и принимать сидячую ванну в течение 3–5 минут. Проводить эту процедуру 2 раза в день — утром и вечером. Желательно бросить в воду несколько крупинок марганцовокислого калия, так, чтобы вода приобрела бледно-розовый цвет.

* * *

Настой листьев крапивы (1 часть) и коры крушины (1 часть): все смешать, 8 г смеси залить 1 л кипятка. Кипятить 10 минут на слабом огне, настаивать, укутав, в течение 30 минут, процедить. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день при сильных болях.

* * *

Настой цветков календулы, травы тысячелистника, листьев шалфея, травы мяты перечной, цветков ромашки, почек тополя черного (по 2 части), корня девясила и травы крапивы (по 3 части) и 1 части травы пастушьей сумки: 2 столовые ложки смеси залить 0,5 л кипятка и настаивать в течение 10 часов. Пить по 50–75 мл настоя 3 раза в день перед едой.

* * *

Чай из ботвы моркови: 40 г ботвы залить 1 л воды. Вскипятить. Пить по 1 стакану 3 раза в день в течение 2 недель.

* * *

Настой листьев малины лесной: 2 столовые ложки измельченного сырья залить 1 стаканом горячей воды. Настаивать в течение 30 минут. Пить по 0,3 стакана 3 раза в день перед едой.

* * *

Для ванн и компрессов можно использовать настой семян каштана конского и ромашки (по 30 г), коры дуба (50 г), листьев шалфея (30 г). Настаивать в течение 3–4 часов в 2 л кипятка. Применять для сидячих ванн.

* * *

Живичный скипидар деревьев хвойных пород (20 капель) растворить в 50–70 мл воды. Делать примочки 3 раза в день. Курс лечения – 3 недели. Через полгода рекомендуется по-

вторить.

* * *

Настой листьев сенны, травы тысячелистника, коры крушины, плодов кориандра, корня солодки: все компоненты взять в равных частях, 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 0,5 стакана настоя на ночь.

* * *

Настой коры дуба (3 части), семян льна (3 части), цветков ромашки (4 части): смесь (2 столовые ложки) залить 0,5 л кипятка, настаивать в течение 10 часов, процедить. Пить по 0,5 стакана настоя 3 раза в день после еды.

* * *

Настой корня одуванчика лекарственного: 2 чайные ложки измельченного корня залить 1 стаканом холодной кипяченой воды и настаивать в течение 8 часов. Принимать по 0,25 стакана 3 раза в день перед едой.

* * *

Отвар листьев крапивы двудомной: 1 столовую ложку сухих листьев залить 1 стаканом кипятка, кипятить в течение 10 минут на слабом огне, остудить, процедить. Пить по 1 столовой ложке 2–3 раза в день.

* * *

Отвар травы горца почечуйного: 2 чайные ложки сухой травы залить 0,5 л воды, кипятить 15 минут на слабом огне, настаивать в течение 2 часов, процедить. Принимать по 0,5 стакана 2–3 раза в день за 30 минут до еды как мягкое слабительное и кровоостанавливающее средство.

* * *

Настой чистотела: 2 чайные ложки измельченной травы залить 1 стаканом холодной кипяченой воды и настаивать в течение 8 часов. Принимать по 0,25 стакана 3 раза в день перед едой.

* * *

Настой листьев земляники лесной: 1 столовую ложку измельченных листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 20 минут, процедить. Настой применять для клизм и обливаний при кровоточащих и воспаленных геморроидальных шишках.

* * *

Отвар зверобоя продырявленного: 1 столовую ложку измельченной травы залить 1 стаканом кипятка, кипятить 15 минут на слабом огне, процедить. Принимать по 0,25 стакана 2–3 раза в день.

* * *

Сок ягод рябины красной: из зрелых ягод рябины выжать сок. Принимать по 50–75 мл сока 3 раза в день, можно добавить в него мед или сахар. Запивать холодной водой.

* * *

Сок тысячелистника: выжать из растения свежий сок,

смешать пополам с медом. Принимать 3 раза в день по 1 чайной ложке.

* * *

Сок лука репчатого: свежий сок лука принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

* * *

Рассол квашеной капусты: пить в теплом виде по 0,3–0,5 стакана 2 раза в день.

* * *

Настой травы тысячелистника: 15 г травы вместе со стеблями залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 1 часа. Принимать по 1 столовой ложке 2–3 раза в день до еды. Применяется в качестве эффективного кровоостанавливающего средства на начальных стадиях геморроя.

* * *

Настойка тысячелистника на водке или спирте: принимать по 20 капель 2–3 раза в день.

* * *

Настойка травы хвоща полевого: 2 чайные ложки измельченной травы заварить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Выпить в течение дня.

* * *

Настой листьев крапивы двудомной: 2 столовые ложки сухих листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 1 часа, процедить. Пить по 0,3 стакана 3 раза в день.

* * *

Отвар листьев крапивы двудомной и коры крушины ломкой: взять по 1 столовой ложке измельченного сырья, залить 1 л кипятка, кипятить на слабом огне в течение 10–15 минут, процедить. Пить по 0,25 стакана 3 раза в день.

* * *

Настой почек осины: 1 чайную ложку почек залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 40 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

* * *

Настой ячменного солода: семена ячменя поместить в теплую влажную среду. Когда они прорастут, высушить их. Взять 2 столовые ложки измельченных сухих проростков ячменя, залить 1 л кипятка, настаивать в течение 3 часов. Пить по 0,25 стакана 3—4 раза в день.

* * *

Отвар корня кровохлебки лекарственной: 1 столовую ложку измельченных корней залить 1 стаканом воды, кипятить 30 минут на слабом огне, настаивать в течение 2 часов, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3—4 раза в день перед едой.

* * *

Отвар коры крушины ломкой: 1 столовую ложку измельченной коры залить 1 стаканом воды, кипятить на слабом огне в течение 20 минут, тщательно процедить, долить воды до первоначального объема. Пить по 0,5 стакана утром и на ночь.

* * *

Отвар коры калины обыкновенной: 4 чайные ложки измельченной коры залить 1 стаканом воды, кипятить в течение 30 минут, отвар тщательно процедить горячим, долить воды до первоначального объема. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой.

* * *

Отвар листьев костяники каменистой: 1 столовую ложку листьев залить 1 стаканом горячей воды, кипятить в течение 10 минут на слабом огне, охладить, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 2–3 раза в день.

Гипертония

* * *

Сок свеклы обыкновенной: пить по 0,30,5 стакана 3 раза в день в течение 2 недель.

* * *

Смесь из 2 стаканов свекольного сока, 250 г цветочного меда, 1,5 стакана клюквенного сока, 1 лимона, 0,5 стакана водки. Принимать по 1 столовой ложке 2–3 раза в день за час до еды.

* * *

Смешать 0,5 стакана натертой сырой свеклы с 0,5 стакана цветочного меда. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 1 час до еды.

* * *

Сок кресс-салата посевного: принимать 3 раза в день по 2 чайные ложки.

* * *

Настой листьев салата посевного: 1 столовую ложку листьев заварить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение 1–2 часов. Пить по 0,3 стакана 2 раза в день.

* * *

Отвар створок фасоли обыкновенной: 20 г измельченных створок залить 1 л воды, кипятить в течение 3–4 часов, охладить, процедить. Пить по 0,3 стакана 3–4 раза в день.

* * *

Отвар хрена обыкновенного.

Рецепт 1. Промытый и очищенный хрен (250 г) натереть на крупной терке, залить 3 л холодной кипяченой воды, кипятить в течение 20 минут. Пить по 0,3 стакана 3 раза в день.

Рецепт 2. Тщательно промыть 800 г хрена, обсушить салфеткой, не очищая, мелко нарезать, залить 1 л холодной воды, довести до кипения и томить 3 часа на слабом огне. Отвар процедить, добавить 100 мл водки, принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

* * *

Настойка календулы лекарственной (2: 100 на 40 %-ном спирте): принимать по 20–30 капель 3 раза в день.

* * *

Сок хурмы: пить по 1–2 стакана густого сока ежедневно.

* * *

Отвар плодов аронии черноплодной (15 г), плодов моркови посевной (10 г), плодов фенхеля обыкновенного (10 г), корневища валерианы лекарственной (15 г), травы хвоща полевого (10 г), цветков василька синего (10 г), плодов боярышника кроваво-красного (15 г): 10 г смеси залить 1 стаканом кипятка. Нагревать на кипящей водяной бане в течение 30 минут, охладить до комнатной температуры, процедить. Объем полученного отвара довести кипяченой водой до 1 стакана. Пить по 0,25 стакана 3 раза в день.

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.