

# **НОВЕЙШИЙ НАРОДНЫЙ ЛЕЧЕБНИК**

**ЛЕЧЕНИЕ НАИБОЛЕЕ  
РАСПРОСТРАНЕННЫХ БОЛЕЗНЕЙ**



**чудо-рецепты**

Коллектив авторов

**Новейший народный  
лечебник. Лечение наиболее  
распространенных болезней**

«РИПОЛ Классик»

2006

## **Коллектив авторов**

Новейший народный лечебник. Лечение наиболее распространенных болезней / Коллектив авторов — «РИПОЛ Классик», 2006

В этой книге в доступной форме представлен уникальный опыт народной медицины по лечению и профилактике наиболее распространенных заболеваний. Воспользовавшись предлагаемыми рецептами, вы убедитесь в высочайшей эффективности средств, данных самой природой. Для широкого круга читателей.

© Коллектив авторов, 2006

© РИПОЛ Классик, 2006

## Содержание

Лечение болезней сердечно-сосудистой системы	5
Болезни сердца	5
Атеросклероз	6
Гипертоническая болезнь	8
Стенокардия	10
Инфаркт миокарда	12
Лечение болезней горла и носа	15
Ангина	15
Конец ознакомительного фрагмента.	20

# **Новейший народный лечебник**

## **Лечение наиболее распространенных болезней**

### **Лечение болезней сердечно-сосудистой системы**

#### **Болезни сердца**

Болезни сердечно-сосудистой системы занимают одно из ведущих мест среди заболеваний современного человека. Такие заболевания, как атеросклероз, гипертоническая болезнь и стенокардия, являются самыми распространенными заболеваниями и зачастую влекут за собой тяжелые последствия. Возникновению этих заболеваний способствуют различные факторы. Нарушенная экология, постоянные стрессовые ситуации, нарушение обменных процессов в организме, а также курение и алкоголь в больших дозах – основные причины возникновения сердечно-сосудистых заболеваний.

Главное в профилактике сердечнососудистых заболеваний – активная мышечная деятельность и подвижность в разумных пределах, соответствующие возрасту и физическому состоянию. Двигательная активность и тренированность не служат, конечно, лекарством от всех бед, но оказываются защитой от многих болезней. В качестве частных мер профилактики отдельных заболеваний сердечно-сосудистой системы заслуживают упоминания следующие. Для предупреждения воспалительных заболеваний сердца необходимо тщательное лечение гриппа, ангины, других респираторных заболеваний; своевременное лечение воспалений зубов и десен; разумное закаливание всего организма.

Регулярное и планомерное лечение хронических заболеваний сердечнососудистой системы (гипертонической болезни, ревматизма, ишемической болезни сердца) – лучшее средство предупреждения их прогрессирования, а следовательно, профилактики осложнений и последствий, нередко приводящих к инвалидности.

## Атеросклероз

Важную роль в профилактике и лечении атеросклероза играет фитотерапия. Для снижения уровня холестерина в крови без применения медикаментозных средств врачи-фитотерапевты предлагают использовать лекарственные травы. Они по своему влиянию на обмен холестерина в организме могут быть разделены на несколько групп.

1. *Травы, тормозящие всасывание холестерина:* айва (семена), аралия высокая (корни), арника горная (цветки), амми зубная (плоды), вяз граболистный (кора), калина обыкновенная (кора, плоды, листья), кровохлебка лекарственная (корневища и корни), лопух большой (корни), малина обыкновенная (плоды), мать-и-мачеха (листья), облепиха крушиновидная (плоды и листья), овес посевной (трава), одуванчик лекарственный (корни), ольха черная (соплодия), орех грецкий (зрелые плоды), ромашка аптечная (цветки), сушеница топяная (трава), чеснок посевной (луковица), синюха голубая (корневище с корнями).

2. *Травы, угнетающие синтез холестерина и повышающие его утилизацию:* женьшень (корни, листья), элеутерококк колючий (корни), заманиха высокая (корневища с корнями), лимонник китайский (плоды, семена), манжетка обыкновенная (трава), чага (сухой гриб), астрагал шерстистоцветковый (трава, корни), вереск обыкновенный (трава), подорожник большой (листья), репешок аптечный (трава), якорцы стелющиеся (трава, корни), аралия высокая (корни), боярышник (листья), брусника (плоды, свежие листья), грыжник голый (трава), заманиха высокая (корни), звездчатка средняя (трава), зверобой продырявленный (трава), истод обыкновенный (корни), каштан конский (листья, цветки, плоды), мыльнянка лекарственная (корневища с корнями), омела белая (листья), почечный чай (побеги), толокнянка обыкновенная (лист), родиола розовая (корневища с корнями), левзея сафроловидная (корневища с корнями).

3. *Травы, ускоряющие метаболизм и выведение холестерина:* золототысячник малый (трава), лабазник вязо-листный (семена), лещина обыкновенная (плоды), облепиха крушиновидная (масло), подсолнечник однолетний (масло), укроп однолетний (семена), фенхель обыкновенный (семена), шиповник (плоды).

Итак, трав, снижающих уровень холестерина тем или иным способом, довольно много, что позволяет избрать для составления сбора наиболее подходящие с учетом других аспектов их действия.

Один из способов, снижающих уровень холестерина в крови, следующий: достаточно в течение одного месяца пропить отвар цветков календулы (трижды в день до еды), и холестерин снизится до нормальных величин. Способ неоднократно проверен на практике, не имеет побочных реакций. С этой же целью может применяться спиртовая настойка цветков календулы по 35 капель трижды в день до еды.

Следующее направление в профилактике атеросклероза заключается в предупреждении разрывов стенки сосудов. Для этого прежде всего нужно бросить курить. Никотин оказывает непосредственное повреждающее действие на сосуды.

Другое мероприятие – снижение повышенного артериального давления. В первую очередь необходимо научиться расслабляться.

Второе правило – следовать рекомендациям вашего лечащего врача. Запомните, что артериальное давление, превышающее цифры 140 и 90 мм рт. ст., требует лечения даже в том случае, если повышенное давление не причиняет вам никаких неудобств! Ведь артериальная гипертония – это один из факторов риска инфаркта, причем ее вклад в повышение риска неблагоприятного исхода довольно значителен. Артериальное давление в пределах 140–159 и 90–99 мм рт. ст. может снизиться под влиянием немедикаментозных мер: диета с ограничением соли и жидкости, успокаивающие средства, массаж, различные виды физиолечения, фитотерапия.

В комплексе фитотерапии могут применяться растения (шлемник байкальский, сушеница топяная, багульник болотный, черноголовка обыкновенная, клопогон даурский, астрагал шерсти-стоцветковый, донник лекарственный), а также мочегонные средства (хвощ полевой, спорыш, пырей, можжевельник, пижма и т. д.). Есть травы, укрепляющие сосудистую стенку. Это рута пахучая, арника, череда, шиповник.

Если же ваше артериальное давление «зашкаливает» выше 160 и 100 мм рт. ст., лучше сразу обратиться к врачу и, следуя его рекомендациям, подобрать необходимый вам антигипертензивный препарат для постоянного приема.

Третье направление профилактического лечения – снизить свертываемость крови. С этой целью врачи назначают малые дозы аспирина, который очень агрессивен по отношению к слизистой оболочке желудка, особенно при длительном приеме. Поэтому его рекомендуют запивать молочными продуктами.

Аспирин нежелательно принимать пациентам с язвенной болезнью.

Альтернативой могут быть лекарственные травы, уменьшающие свертывающую активность крови и предотвращающие тромбирование. Они могут быть разделены на две группы по признаку химического состава.

Первая группа содержит растительные салицилаты. Применение таких трав напоминает назначение низких доз аспирина, практикуемое врачами-кардиологами. Примеры: лабазник, ива, сабельник, пион. Применение таких растений гораздо выгоднее, так как обычно не имеет побочных эффектов, характерных для аспирина. В условиях длительного применения это очень важно.

Вторая группа растений содержит кумарины. Самый яркий представитель этой группы – это донник лекарственный. Противосвертывающая активность донника очень велика, что делает его токсичным в больших дозах.

## РЕЦЕПТЫ СБОРОВ ТРАВ

*Требуется:* лабазник вязолистный (цветки) – 2 части, календула лекарственная (цветки) – 2 части, донник лекарственный (цветки) – 2 части, багульник болотный (побеги) – 1 часть, шлемник байкальский (корень) – 2 части.

*Способ приготовления.* 1 ст. л. смеси с верхом на стакан воды. 15 мин нагревать на водяной бане. Отстоять. Процедить. Довести до исходного объема.

Прием по 1/3 стакана 3 раза в день до еды. Курс – 1<sup>1</sup>/<sub>2</sub> – 2 месяца.

*Требуется:* шиповник коричный (плоды) – 15 г, сушеница болотная (травы) – 10 г, береза повислая (листья) – 10 г, мята перечная (травы) – 10 г, морковь посевная (плоды) – 10 г, элеутерококк (корень) – 15 г, кассия остролистная (плоды и листья) – 10 г, почечный чай (травы) – 10 г, лопух большой (корни) – 10 г.

*Способ приготовления.* 1 ст. л. сбора заливается 1 стаканом кипятка, плотно закрывается крышкой, настаивается 5–6 ч, процеживается.

Принимать по 1<sup>1</sup>/<sub>3</sub> стакана настоя 3 раза в день после еды в течение 2 месяцев.

Курс повторяют через 1–2 месяца.

*Требуется:* морская капуста – 10 г, боярышник (плоды) – 15 г, рябина черноплодная (плоды) – 15 г, брусника обыкновенная (листья) – 10 г, череда трехраздельная (травы) – 10 г, пустырник обыкновенный (травы) – 10 г, ромашка аптечная (цветки) – 10 г, кукурузные столбики с рыльцами – 10 г, крушина (кора) – 10 г.

*Способ приготовления.* Готовить и принимать (см. выше).

## Гипертоническая болезнь

Гипертоническая болезнь является хроническим заболеванием, которое характеризуется длительным и стойким повышением артериального давления. В большинстве случаев гипертоническая болезнь является последствием длительных психоэмоциональных перегрузок. Болеют чаще мужчины во второй половине жизни, но это заболевание может возникнуть и в молодом возрасте.

Иногда гипертоническая болезнь может возникать и на фоне атеросклероза, который связан с нарушениями жира-белкового обмена в организме. При этом гипертония является вторичным заболеванием.

К развитию симптоматической, или вторичной гипертонии ведут заболевания центральной нервной системы, заболевания эндокринной системы, заболевания почек и мочевыводящих путей, а также заболевания сосудов, в основном атеросклероз. Большое значение при возникновении гипертонической болезни имеет наследственность. Симптоматическая гипертония может возникать и при беременности.

Сама по себе первичная гипертоническая болезнь возникает очень редко, в основном она является последствием разного рода заболеваний.

Гипертоническая болезнь на начальных этапах проявляется головными болями и стойким повышением артериального давления. Впоследствии возникают изменения в сердце и в сосудах. Довольно часто возникают отеки.

При недостаточном лечении гипертоническая болезнь может привести к тяжелым поражениям сердца, головного мозга, почек и т. д.

При лечении гипертонической болезни очень важная роль отводится питанию. Питание должно быть достаточно разнообразным, но с ограничением жирной, острой и соленой пищи. Пища должна содержать большое количество витаминов и белков. На жидкость тоже накладываются ограничения. Для лечения и профилактики гипертонической болезни можно использовать мяту в виде отваров, настоев, настоев и в виде мятного масла.

Мята расширяет сосуды головного мозга, сердца и легких, поэтому ее довольно часто рекомендуют больным гипертонической болезнью.

*Требуется:* листья мяты – 2 ч. л., вода – 200 мл.

*Способ приготовления.* Чтобы приготовить настой мяты, возьмите небольшое количество сухих листьев мяты и залейте кипятком. Настаивать листья нужно в течение 30 мин.

*Способ применения.* Принимать настой по 1 ст. л. 2 раза в день в течение двух недель. После окончания курса надо сделать перерыв на одну неделю.

Можно приготовить настой мяты и валерианы.

• *Требуется:* листья мяты – 2 ч. л., корень валерианы – 8 г, вода – 250 мл.

*Способ приготовления.* Возьмите небольшое количество листьев мяты и корня валерианы и залейте кипятком. Чтобы не улетучивались эфирные масла, закройте посуду с настоем блюдцем так, чтобы доньшко блюда касалось настоя. Это нужно для создания герметичности.

*Способ применения.* Настой принимают по 1 д. л. два раза в день в течение трех недель. После окончания курса надо сделать перерыв на две недели.

Настойка мяты продается также в аптеках в уже готовом виде. Принимать настойку надо по 20 капель 3 раза в день. Курс такой же, как при приеме настоя.

Также можно порекомендовать больным гипертонической болезнью настой из мяты, рябины черноплодной и плодов боярышника кроваво-красного.



*Требуется:* плоды рябины черноплодной – 10 г, плоды боярышника кроваво-красного – 10 г, листья мяты – 3 ч. л., вода – 300 мл.

*Способ приготовления.* Надо смешать листья мяты и плоды рябины и боярышника и залить кипятком. Настаивать нужно в течение 2 ч при плотно закрытой крышке.

*Способ применения.* Принимать по 1 д. л. 2 раза в день. Длительность приема настоя зависит от общего состояния больного. Плоды боярышника и рябины снижают возбудимость центральной нервной системы и ведут к понижению артериального давления, улучшают сон, нарушения которого связаны с гипертонией.

Неплохое действие оказывает при гипертонической болезни и следующий сбор.

*Требуется:* листья мяты – 10 г, листья магнолии крупноцветковой – 15 г, листья пустырника сердечного – 10 г, вода – 300 мл.

*Способ приготовления.* Возьмите некоторое количество листьев мяты, листьев магнолии крупноцветковой и листьев пустырника сердечного. Залейте составные части кипятком и настаивайте в течение 2 ч.

*Способ применения.* Принимайте по 1 ст. л. 3 раза в день.

При гипертонической болезни рекомендуется принимать и следующий сбор.

*Требуется:* листья мяты – 15 г, корни барвинка малого – 10 г, цветки календулы – 13 г, вода – 300 мл.

*Способ приготовления.* Возьмите листья мяты, корни барвинка малого и цветки календулы, залейте кипятком и настаивайте в течение часа.

*Способ применения.* Принимайте по 1 д. л. 4 раза в день.

## Стенокардия

Стенокардия является последствием коронарной недостаточности. Это заболевание возникает вследствие недостаточного кровоснабжения сердечной мышцы, которое может возникать при спазме коронарных артерий, а также при атеросклеротических изменениях артерий сердца. Кроме того, ее появлению способствуют различные психогенные факторы, которые ведут к перенапряжению клеток головного мозга и снижению его регулирующего воздействия.

Начало болезни напоминает картину невроза. Происходит нарушение сна, появляются сердцебиение, раздражительность и чувство затрудненного вдоха. В дальнейшем появляются различные по продолжительности приступы загрудинной боли. Стенокардия имеет несколько форм и, развиваясь, может привести к тяжелым последствиям.

Для профилактики и лечения стенокардии многие врачи рекомендуют принимать настои, отвары, содержащие мяту.

Очень хороший эффект наблюдается при приеме настоев из мяты и майского ландыша.

• *Требуется:* листья мяты – 3 ч. л., листья ландыша майского – 3 ч. л., вода – 300 мл.

*Способ приготовления.* Возьмите сухие листья мяты и листья ландыша, разотрите их и залейте кипятком. Настаивайте в течение часа.

*Способ применения.* Принимать нужно по 1 ч. л. 2 раза в день.

Курс зависит от общего состояния больного.

Для профилактики курс должен длиться не более недели, потом необходимо сделать перерыв на 2–3 недели.

Ландыш и мята, кроме регуляции сердечной деятельности, оказывают еще и седативный эффект.

Для лечения приступов стенокардии можно применять настои из мяты и укропа.

• *Требуется:* листья мяты – 3–4 ч. л., трава или семена укропа – 3 ч. л., вода – 250 мл.

*Способ приготовления.* Возьмите листья мяты и семена укропа. С мятой можно использовать и сушеную траву укропа, она оказывает такое же действие, как и семена. Так вот, смешанные между собой мяту и семена укропа залейте кипятком и настаивайте в течение 2 ч.

*Способ применения.* Полученный настой принимать по 1 ст. л. 2 раза в день.

Курс лечения зависит от состояния больного и может длиться от двух недель до двух месяцев. После окончания курса нужно сделать перерыв на две-три недели.

Если стенокардия вызывается спазмами коронарных артерий, то рекомендуется принимать следующий сбор.

*Требуется:* листья мяты – 10 г, трава астрагала шерстистоцветкового – 15 г, соцветия арники горной – 14 г, вода – 250 мл.

*Способ приготовления.* Небольшое количество листьев мяты смешайте с травой астрагала шерстистоцветкового и с соцветиями арники горной, залейте кипятком и настаивайте в течение 30 мин.

*Способ применения.* Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

При стенокардии рекомендуют также принимать сбор, состоящий из листьев мяты, травы сушеницы болотной и корней крестовника широколистного.

*Требуется:* листья мяты – 15 г, трава сушеницы болотной – 15 г, корни крестовника широколистного – 12 г, вода – 250 мл.

*Способ приготовления.* Настаивают сбор по обычной схеме. Время настаивания –  $2\frac{1}{2}$  ч.

*Способ применения.* Прием проводится по 1 д. л. 3–4 раза в день.

Ко всему прочему, мята входит в состав большого количества лекарственных препаратов, основное действие которых направлено на регуляцию сердечно-сосудистой системы.

## Инфаркт миокарда

Инфаркт миокарда – острое заболевание, причинами которого могут служить гипертоническая болезнь и атеросклероз. Поэтому своевременное предупреждение атеросклероза способствует профилактике инфаркта миокарда. Данное заболевание характеризуется омертвением одного или нескольких очагов в сердечной мышце. Чаще всего инфаркт возникает у мужчин после 40 лет.

При атеросклерозе происходит поражение коронарных артерий сердца и сужение их просвета. При этом может образоваться тромб, который частично или полностью перекрывает кровеносный сосуд, вызывая тем самым прекращение доступа крови к сердцу и нарушение свертываемости крови.

Инфаркт в большинстве случаев происходит на фоне стенокардии в результате резкого физического или эмоционального перенапряжения.

Отдельные участки мышцы сердца, длительное время лишенные достаточного количества питательных веществ и кислорода, заявляют о себе длительной сжигающей, раздирающей, жгучей болью в области груди, как правило, за грудиной, которая может распространяться вверх и вправо, отдавать в одну или обе руки, в спину, в нижнюю челюсть. При этом человек испытывает слабость, чувство страха, одышку.

При данных симптомах больному необходимо срочно дать нитроглицерин. Если после повторного приема лекарства боль не исчезнет, то это инфаркт миокарда, а не стенокардия. Поэтому необходимо срочно вызвать врача, а больному создать максимальный покой, расположив его в постели полусидя. При этом можно на область сердца и грудину поставить горчичники, к ногам и рукам приложить грелку.

Лечение возможно лишь в стационарных условиях.

Больному необходимы постельный режим и покой. Его нельзя утомлять разговорами, расстраивать.

Питание должно быть четырехразовым и разнообразным. В рацион должны входить фруктовые и овощные пюре, исключить следует горох, молоко, свежую капусту, жирные сорта мяса, копчености, соленые продукты. Постепенно в рацион можно добавлять нежирные сорта мяса, творог, отварную рыбу, гречневую или овсяную кашу, хлеб грубого помола. При этом необходимо следить за ежедневным опорожнением кишечника.

## ЛЕЧЕНИЕ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДОВ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ

### Настои из чеснока и сборов трав

#### Репчатый лук с медом

• *Требуется:* по 200 г свежего лука и меда.

*Способ приготовления.* Смешайте равные части свежего лука и меда.

*Способ применения.* Принимайте по 1 ч. л. 3–4 раза в день.

#### Чеснок с простоквашей

*Требуется:* 1 головка чеснока, 1 стакан простокваши.

*Способ применения.* Самым обыкновенным способом является прием за ужином от  $\frac{1}{2}$  до 1 головки чеснока – лучше всего с простоквашей.

### **Настойка из чеснока**

*Требуется:* 250 г чеснока, 1 л водки.

*Способ приготовления.* Чеснок очистите от шелухи, измельчите и залейте водкой, выдержите в течение 14 дней при температуре 30 °С. Слянку хорошо закупорьте, пробку залейте воском или сургучом (чтобы воздух не проникал) и держите на солнце или около печки. Несколько раз в день взбалтывайте. Через 14 дней содержимое склянки процедите через марлю. Приготовленный таким образом настой можно хранить в течение года.

*Способ применения.* Принимайте по 20 капель в часы до и после обеда.

### **Настой лещины древовидной**

*Требуется:* 1 ст. л. сушеных листьев или коры лещины древовидной, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Измельченные высушенные листья или кору залейте стаканом кипятка. Настаивайте в течение 2 ч, затем процедите.

*Способ применения.* Пейте по 1–2 ст. л. несколько раз в день.

### **Боярышник колючий**

*Требуется:* 2 ст. л. высушенных цветков и листьев боярышника,  $\frac{1}{2}$  л воды.

*Способ приготовления.* Для лечения используют цветки, листья и плоды. В последнее время плоды уже применяют реже. Высушенные цветки или листья залейте кипятком, выдерживайте в течение 2 ч, процедите.

*Способ применения.* Пейте по 2 ст. л. 3 раза в день за полчаса до еды.

### **Настой дягиля**

*Требуется:* 2 ч. л. корня дягиля, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Измельченный корень залейте водой и варите в течение 10 мин, процедите.

*Способ применения.* Пейте настой по  $\frac{1}{2}$  стакана несколько раз в день.

### **Настой сушеницы болотной**

• *Требуется:* 15 г сушеницы болотной, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Траву залейте стаканом кипятка, настаивайте в течение 30 мин, после чего процедите.

*Способ применения.* Пейте по 1 ст. л. за полчаса до еды 3–4 раза в день.

### **Настой герани обыкновенной**

• *Требуется:* 2 ч. л. измельченного корневища герани обыкновенной, 2 стакана воды.

*Способ приготовления.* Сделайте холодную вытяжку. Для этого измельченное корневище залейте водой, настаивайте в течение 8 ч, затем процедите через марлевую салфетку.

*Способ применения.* Настой пейте частями в течение одного дня.

Такую же вытяжку применяют для компрессов и тампонов.

### **Настой омелы белой**

*Требуется:* 1 ч. л. омелы белой, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Измельченное сырье залейте стаканом воды и поставьте в холодное место на несколько дней, затем процедите.

*Способ применения.* Пейте по 1 ст. л. 2–3 раза в день.

### **Настой валерианы**

*Требуется:* по 25 г валерианы лекарственной (корень), пустырника пятилопастного, тмина обыкновенного и фенхеля обыкновенного, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Сырье поместите в эмалированную посуду, залейте стаканом горячей кипяченой воды, оставьте на 15 мин, после чего охладите при комнатной температуре, оставшееся сырье отожмите. Объем полученного настоя доведите кипяченой водой до 200 мл.

*Способ применения.* Рекомендуется принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день.

### **Настой дальневосточный**

*Требуется:* по 15 г корня аралии маньчжурской, левзеи сафлоровидной и боярышника кроваво-красного, по 10 г календулы лекарственной, череды трехраздельной, рябины черноплодной и подорожника большого.

*Способ приготовления.* Сырье залейте горячей кипяченой водой, варите на водяной бане в течение 15 мин, охлаждайте 45 мин при комнатной температуре, оставшееся сырье отожмите. Объем полученного настоя доведите кипяченой водой до 200 мл.

*Способ применения.* Рекомендуется принимать по  $\frac{1}{4} - \frac{1}{3}$  стакана настоя 3 раза в день в качестве тонизирующего и иммуностимулирующего средства.

### **Настой мяты**

• *Требуется:* по 30 г мяты перечной и пустырника пятилопастного, по 20 г валерианы лекарственной и хмеля обыкновенного, 1 стакан воды.

*Способ приготовления.* Настой из лекарственных растений или сборов готовится следующим образом: травы смешайте, поместите в эмалированную посуду, залейте горячей водой и проварите в течение 10 мин с момента закипания, охладите, процедите. Полученный настой доведите кипяченой водой до 200 мл.

*Способ применения.* Рекомендуется принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 2–3 раза в день при нервном возбуждении, раздражительности, бессоннице.

## **Лечение болезней горла и носа**

### **Ангина**

Ангина – это инфекционное заболевание, сопровождаемое воспалением носоглоточных, небных, гортанных или язычных миндалин.

Передается инфекция двумя путями: воздушно-капельным и через пищу. Предрасполагающими факторами могут стать местное и общее охлаждение, а также ослабление защитных сил организма. Как правило, ангина возникает при проникновении в организм человека бактерий стафилококка, пневмококка или стрептококка. Заражение в основном происходит воздушно-капельным путем. Однако в некоторых случаях очагом инфекции являются воспаленные участки десен, языка и глотки. Не менее опасны кариес и гайморит.

Основные симптомы заболевания: боль при глотании, общее недомогание, повышение температуры, боли в суставах, головные боли, периодический озноб. Обычно ангина длится 5–7 дней. Различают следующие формы ангины: катаральную, язвенно-пленчатую, лакунарную, флегмозную, фолликулярную и ангину Людовика.

### **ЛЕЧЕНИЕ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДОВ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ**

Для лечения ангины можно использовать различные средства как традиционной, так и народной медицины.

При первых признаках заболевания необходимо вызвать врача, который назначит соответствующее лечение, в противном случае заболевание может привести к развитию различных осложнений.

В период лечения ангины необходимо точно следовать назначенным врачом рекомендациям. В данном случае обычно предписывается строго соблюдать постельный режим, принимать только полужидкую пищу, чтобы не травмировать воспаленные миндалины. Рекомендуются также обильное питье: чай с лимоном, теплое молоко, натуральные фруктовые соки, теплая щелочная минеральная вода.

Рацион больного человека должен содержать высококалорийные и витаминсодержащие продукты. Горло следует несколько раз в день полоскать теплым раствором шалфея или борной кислоты, который готовится путем смешивания 1 стакана воды и 1 ч. л. борной кислоты. В качестве альтернативы полоскания можно использовать слабый раствор перманганата калия или 3 %-ный раствор перекиси водорода. Медикаменты врач может назначить на свое усмотрение в зависимости от индивидуальных характеристик больного и степени тяжести ангины.

Помимо средств, назначенных врачом, можно принимать и средства, приготовленные по рецептам народной медицины.

### **Лечение с помощью керосина**

Для лечения ангины можно использовать очищенный керосин. Эту жидкость 3 раза в день за 1–2 ч до приема пищи следует аккуратно наносить на поверхность небных дужек и воспаленных миндалин. Лечение должно проводиться ежедневно в течение 6–7 дней до полного исчезновения симптомов заболевания. Данный метод лечения можно комбинировать с приемом назначенных врачом антибиотиков.

При воспалении слизистой оболочки рта и гортани можно делать полоскание пораженных областей слабым раствором очищенного керосина. Для этой цели в 1 стакане кипяченой воды, температура которой не превышает 25 °С, растворяется  $\frac{1}{2}$  ст. л. пищевой соды. В полученный раствор добавляется 1 ст. л. керосина.

При полоскании на пораженной слизистой оболочке ротовой полости и гортани образуется пленка керосина, оказывающая лечебный эффект. Лечение длится до полного выздоровления больного, то есть 6–8 дней. Частота полосканий – 4 – 12 раз в сутки. При начинающемся заболевании, до образования на миндалинах нарывчиков, можно применять керосин. Это средство является неприятным, но очень эффективным. Керосин фильтруют через толстый слой гигроскопической ваты, смачивают им ватную палочку и смазывают миндалины (как можно глубже) через каждые 30 минут в течение дня.

### **Лечение с помощью перекиси водорода**

Перекись водорода ( $H_2O_2$ ) уже давно применяется в медицине в качестве дезинфицирующего и дезодорирующего средства. Им обрабатываются раны и воспаленные участки кожи или слизистых оболочек.

Противомикробное действие перекиси водорода используется для полосканий при ангине и гортанных заболеваниях. Однако это действие непродолжительно, поэтому для достижения эффекта следует повторять процедуры. При этом применяемые растворы перекиси водорода обычно довольно слабые и абсолютно не раздражают ткани обрабатываемой поверхности.

При ангине несколько раз в сутки необходимо полоскать горло антисептическим раствором. Для этой цели хорошо использовать 3 %-ный раствор перекиси водорода или растворить 1 таблетку гидроперита в стакане воды. Этим же раствором можно смочить ватные тампоны и приложить к миндалинам.

### **Лечение с помощью продуктов пчеловодства**

К продуктам пчеловодства относят мед, прополис и др. Все они очень полезны для организма, оказывают противовоспалительное и укрепляющее средство и могут применяться не только для лечения ангины, но и для ее профилактики.

Для лечения ангины можно использовать различные средства, приготовленные по рецептам, приведенным ниже.

#### *Жаропонижающий раствор*

При высокой температуре в стакане горячей воды следует растворить 30 г меда, добавить сок, выжатый из половины лимона. Выпить в 2 приема с интервалом в 30 мин.

#### *Чайный бальзам*

Чайный бальзам оказывает на ослабленный ангиной организм благотворное влияние. Для его приготовления нужно смешать в равных частях зверобой, душицу, анис, зеленый или черный чай, мяту, чабрец, валериану, заварить и употреблять обычным способом – как чай, а вместо сахара добавлять мед.

#### *Медово-молочный напиток*



Молоко с медом, маслом и содой – известное средство для борьбы с ангиной, оно смягчает слизистую горла. В стакане горячего, но не обжигающего молока нужно растворить 1 ст. л. меда и 1 ч. л. сливочного масла, добавить соду на кончике ножа.

#### *Тонизирующая медовая паста*

Эффективна смесь из сока алоэ и меда. Для ее приготовления листья алоэ следует срезать и положить на 2 недели в холодильник, затем промыть, выжать из них сок и смешать с медом в соотношении 3:1. Средство принимать внутрь по 1 ч. л. 3 раза в день.

#### *Чесочно-лимонная паста*

Полезна смесь чеснока, лимонов и меда. Для ее приготовления 0,5 лимона и 1 дольку чеснока нужно измельчить, смешать с медом в равных пропорциях и выдерживать в холодильнике в течение 2 недель. Готовую смесь принимать внутрь по 1 ч. л. по утрам, перед завтраком.

Прополис – один из самых замечательных по своим свойствам продуктов, которые создает пчела.

Лечебные свойства прополиса весьма разнообразны. Он способен оказывать противовоспалительное, антимикробное, анестезирующее действие, является биостимулятором. Это средство обладает общеукрепляющим, вяжущим, противоопухолевым эффектом. Его можно с успехом применять при заболеваниях среднего уха, слизистых носа, ротовой полости, пищеварительного тракта и дыхательных путей, им лечат туберкулез легких, ангину, гайморит, бронхиальную астму, эндоbronхит, вирусный грипп. Прополис хорошо совмещается с лекарственными средствами и химиотерапевтическими препаратами, не только усиливая их положительное влияние на состояние организма, но и снижая возможные побочные явления в результате их приема, благодаря своим антиоксидантным, иммуностимулирующим и общеукрепляющим свойствам.

Для лечения ангины кусочки прополиса величиной с фасолину следует медленно жевать после еды (хороший прополис вызывает во рту жжение и небольшое онемение языка). За день необходимо съесть около 5 г прополиса. На ночь можно положить небольшое количество прополиса за щеку.

#### *Экстракт прополиса*

При первых симптомах ангины весьма эффективен экстракт прополиса на спирту. Его необходимо принимать, растворив 15–20 капель в четверти стакана теплой воды или зеленого чая. Данным средством также можно полоскать горло, причем его эффективность возрастет при смазывании миндалин и глотки составом, содержащим 2 столовые ложки растительного масла и 1 ст. л. экстракта прополиса на спирту.

#### *Настойка прополиса*

Хорошо помогает от насморка смесь настойки прополиса на спирту с соком хрена и растительным маслом (1:1:3). В носдри нужно закапывать по 3–5 капель.

### **Лечение с помощью лимона**

Лимонный сок – незаменимое средство для лечения многих заболеваний.

При ангине следует чаще употреблять средства, для приготовления которых использовались лимоны.

Против болей в горле и в качестве профилактики следует применять полоскания 30 % -ным раствором лимонной кислоты. Процедуру следует проводить 5–6 раз в день.

При начинающейся ангине также следует употреблять свежий лимон. Очень медленно надо сжевать половину лимона вместе с желтой цедрой. В течение 1 ч после этого лучше ничего не есть, давая возможность эфирным маслам и лимонной кислоте воздействовать на воспаленные слизистые оболочки горла. Через 3 ч процедуру повторить.

#### *Фруктовый настой*

1 ст. л. измельченных ягод малины или ежевики залить 2 стаканами кипятка, выдержать в закрытом сосуде на водяной бане 30 мин, затем охладить. После процеживания к настою добавить свежий сок половины лимона. Средство принимать по 2 ст. л. 4 раза в день.

#### *Медово-лимонное питье*

Взять 100 мл сока лимона и 100 г меда, перемешать, медленно нагреть, не доводя до кипения. Средство следует принимать по 1 ч. л. каждые 5 мин.

#### *Раствор для полоскания*

Для фруктово-минерального полоскания используется 1 стакан минеральной воды. Ее следует смешать с соком 1 лимона. Средство также можно пить в перерывах между приемами пищи.

#### *Серебряный сок*

Самое простое лекарственное средство можно приготовить, используя свежий сок лимона, который в течение

2 дней выдерживали в серебряном сосуде, в темном и прохладном месте. Сок рекомендуется периодически перемешивать. Его можно принимать взрослым и детям старше 13 лет по 1 ст. л. через каждые 50 мин; дети от 2 до 12 лет должны пить по 1 ч. л. через каждый час. Лечение необходимо проводить 7 дней.

### **Лечение с помощью других средств**

Для лечения ангины можно пить отвары из ягод и листьев ежевики, малины, теплый чай с лимоном, настой корня алтея. При слабом воспалении горла (красная глотка, больно глотать) полощут горло настоем календулы, шалфея, эвкалипта, листьев подорожника.

При повышенной температуре и распухших гландах смазывают глотку 2–3 раза в день люголем (он продается в аптеках и представляет собой смесь йода, калия йодида, глицерина и воды), а также полощут горло соком алоэ или каланхоэ, разведенным кипяченой водой (в соотношении 1:1).

Существуют народные средства, позволяющие облегчить течение воспалительного процесса:

- обкладывают горло листьями свежей капусты и обвязывают чем-нибудь теплым, например шарфом. Листья меняют через каждые 2–3 ч;
- обертывают ноги в толстую тряпку, смоченную в холодной воде с добавлением уксуса. После того как тряпка согреется, снимают ее и надевают на ноги шерстяные носки;
- при сильной ангине измельчают чеснок, кладут его в пустую скорлупу грецкого ореха и привязывают на 20 мин между указательным и большим пальцами на той руке, на стороне

которой в горле есть нарыв. Можно просто привязать разрезанную дольку чеснока в кусочке материи, но в этом случае он действует слабее, чем в скорлупе.

Для снятия головной боли, связанной с повышением температуры, на лоб кладут холодный компресс. Этой же цели служит нанесение ментолового масла на лоб, виски, за уши, на затылок (средство особенно эффективно в начале заболевания).

При сильной головной боли натирают лоб и виски мякотью лимона с кожурой. Если температура очень высокая, лимон необходимо немного подогреть.

Так же пропитывают шерстяную ткань смесью уксуса, оливкового масла и камфары, взятых в равных количествах. Прикладывают ее к груди на ночь. На шею сзади кладут компресс с натертым хреном.

При насморке закапывают в нос свежий сок алоэ (столетника) по 3–5 капель в каждую ноздрю. После этого массируют крылья носа.

В качестве легкодоступных общеукрепляющих средств, помогающих восстановить силы после перенесенного заболевания, рекомендуется пить витаминные чаи, соки, отвары и настои.

#### *Березовый настой*

Для его приготовления 100 г веток с почками измельчают, заваривают 2 стаканами кипятка и настаивают в течение 1 ч. Пьют по несколько стаканов настоя в день. Настой противопоказан при тяжелых воспалительных заболеваниях почек.

#### *Настой плодов аниса обыкновенного*

Чайную ложку плодов заваривают стаканом кипятка, настаивают 20 мин, процеживают. Пьют по  $\frac{1}{4}$  стакана 3–4 раза в день за 30 мин до еды. Не менее эффективным средством является и аптечное анисовое масло, 2–3 капли масла на кусочке сахара.

#### *Луковый сок*

Принимают свежий сок репчатого лука (принимают по 1 ч. л. 3–4 раза в день).

#### *Настойка родиолы розовой (золотой корень)*

## **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.