

*Карманный
целитель*



Юрий Константинов

ЛЕЧЕНИЕ СОДОЙ

народные рецепты



Юрий Константинов
Лечение содой.
Народные рецепты
Серия «Карманный целитель»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=21614832
Юрий Константинов. Лечение содой. Народные рецепты:
Центрполиграф; Москва; 2016
ISBN 978-5-227-07083-8

Аннотация

Вряд ли найдется человек, который не слышал бы о соде. Она есть на любой кухне. Ею чистят кафель и посуду, ее добавляют в выпечку и полощут горло при простуде. Это всем известное, общедоступное и очень дешевое средство. Но все ли мы о ней знаем? Издавна ее применяли при заболеваниях дыхательных путей, при лечении кожных заболеваний. Сейчас соду активно применяют в косметологии для ухода за кожей. В сочетании с эфирными, растительными маслами и лечебными травами она творит чудеса. А содовые «бомбочки» для ванн совмещают лечебное действие с удовольствием от принятия водных процедур. Много пользы принесут вашему организму гидрокарбонатные минеральные воды. А ведь это содовая вода. Список их лечебного действия огромен. Минералки с содержанием соды лечат болезни желудочно-кишечного тракта,

мочеполовой сферы и обмена веществ. Помогают при диабете и ожирении, при камнях в почках и заболеваниях нервной системы.

Содержание

Введение	6
Общие сведения	8
Применение соды в медицине	13
Применение соды при различных заболеваниях	17
Содовые ванны	20
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Юрий Константинов

Лечение содой.

Народные рецепты

© Константинов Ю., 2016

© «Центрполиграф», 2016

Введение

Вряд ли найдется человек, который не слышал бы о соде. Она есть на любой кухне. Ей чистят кафель и посуду, ее добавляют в выпечку и полощут горло при простуде. Это всем известное и дешевое средство. Но все ли мы о ней знаем?

Сейчас о соде печатается много разного, некоторые утверждают, что она лечит чуть ли не от всех заболеваний. Вопрос в том, кто захочет проверить это утверждение на себе, рискуя жизнью в прямом смысле слова. Ведь, используя такие методики, можно запустить лечение, и тогда уже ничего не поможет. Так стоит ли увлекаться разными дикими теориями? У соды и без них немало полезных свойств для организма человека.

Издавна ее применяли при заболеваниях дыхательных путей, при лечении кожных заболеваний. Сейчас соду активно применяют в косметологии для ухода за кожей. В сочетании с эфирными маслами, растительными маслами, лечебными травами она творит чудеса. А если в сочетании с лимонной кислотой делать бомбочки для ванн, то можно сочетать приятное с полезным в прямом смысле слова: лечебное действие ингредиентов сочетается с удовольствием от принятия водных процедур.

Однако сода оказывает лечебное действие не только в «твердом» виде. Мало кто обращает внимание, что такое

гидрокарбонатные минеральные воды. А ведь это содовая вода. Список их лечебного действия огромен. И если разведенную в воде соду от изжоги пить вредно, то минеральную воду с этой же целью, наоборот, полезно. Минералки типа «Боржоми», «Ессентуки» и многих других лечат болезни желудочно-кишечного тракта, мочеполовой сферы и обмена веществ. Помогают при диабете и ожирении, при камнях в почках и заболеваниях нервной системы. Поистине, вкусное и полезное лечение дает сода!

Общие сведения

Название «сода» происходит от названия растения солянка содоносная (лат. *Salsola soda*), из золы которого её добывали. Это однолетнее растение высотой до одного метра (чаще от 40 до 80 см). Ее употребляют в пищу, отваривая, вкус солоновато-кислый. И он такой именно из-за наличия в ней соды. Ее можно выращивать и на огороде, есть специально для этого выведенные сорта.

Что же касается собственно соды, то ее полезные свойства были известны еще полторы-две тысячи лет назад. В Древнем Египте ее часто использовали для кулинарных и медицинских целей (в частности, бальзамирования). Соду как минерал египтяне добывали из озер, выделявших осадочную воду под жаркими лучами египетского солнца. Первые письменные сведения о том, как получали соду методом упаривания воды из озер, датируются 64-м г. н. э.

В Библии встречается древнееврейское слово *neter*, означающее некое моющее вещество. Самая распространенная версия, что так древние евреи называли соду, которая получалась природным образом при испарении воды в соленых египетских озерах с известковыми берегами. Поскольку озера находились в Египте, то понятно, что и египтяне не просто так начали добывать этот минерал. Сейчас известно, что смесь солей натрия, которую называли «нитрун», древ-

ние египтяне использовали для бальзамирования.

О веществе «нитрон» писали позже греческие авторы Аристотель и Диоскорид, а древнеримский историк Плиний Старший, упоминая его же, называл его уже «нитрум».

Английское название элемента натрий – sodium предложил английский химик Гемфри Дэви. Считается, что оно идет от арабского suwwad. Так называли морское растение, из золы которого получали соду. Такое название натрия осталось во французском языке (sodium), в испанском и итальянском (sodio). А по-русски, по-немецки и по-шведски закрепилось название «натрий» (Natrium). Этот термин предложил шведский химик Й. Я. Берцелиус. Из немецкого термин перешел и в русский язык. В России во времена Петра Первого соду называли «зодой» или «зудой» и вплоть до 1860 года ее ввозили из-за границы.

Огромные отложения солей натрия в сравнительно чистом виде существуют на всех континентах. Они являются результатом испарения древних морей. Этот процесс по-прежнему продолжается в озере Солт-Лейк (штат Юта), Мертвом море и других местах. Натрий встречается в виде хлорида натрия (галит, каменная соль), карбоната натрия (трона), нитрата натрия (селитра), сульфата натрия (мирабилит), тетрабората натрия (бура и кернит) и других солей.

В природе сода встречается в золе некоторых морских водорослей и прибрежных растений, а также в виде минералов нахколит, трона, натрит, термонатрит.

Сейчас содовые озёра есть в Забайкалье и в Западной Сибири; большой известностью пользуется озеро Натрон в Танзании и озеро Сирлс в Калифорнии. Трона, имеющая промышленное значение, открыта в 1938 году в штате Вайоминг в США. В России из-за отсутствия крупных месторождений сода из минералов не добывается.

В 1736 году французский химик, врач и ботаник Анри Луи Дюамель де Монсо впервые смог получить из воды содовых озёр очень чистую соду. Ему удалось установить, что сода содержит химический элемент «натр».

Только в 1787 году французский химик Никола Леблан изобрел промышленный способ очистки соды. В 1791 году он получил патент на «Способ превращения глауберовой соли в соду». В 1863 году бельгийский предприниматель и химик-технолог Эрнест Сольве открыл аммиачный способ получения соды из поваренной соли.

Первый содовый завод такого типа в России был основан промышленником М. Прангом и появился в Барнауле в 1864 году. Работал он по технологии Леблана. Производство по технологии Сольве более экономично, и вскоре заводы, работавшие по способу Леблана, стали закрываться. К 1900 году 90 % предприятий производили соду по методу Сольве, а последние фабрики, работавшие по методу Леблана, закрылись в начале 1920-х годов.

До начала XIX века использовалась почти исключительно природная сода, но с ростом ее потребления возникла необ-

ходимость производства в больших масштабах искусственным путем. Когда появились содовые заводы, ее потребление сразу выросло и в кулинарии, и в химическом производстве, и в фармакологии, и в медицине. В настоящее время в мире производится несколько миллионов тонн соды в год для промышленного производства, пищевой и медицинской промышленности.

Кстати, сода зарегистрирована как пищевая добавка и пишется в составе продукта как E500. Используется как регулятор кислотности, разрыхлитель, препятствует комкованию и слеживанию.

В химической промышленности она применяется для производства красителей, пенопластов и других органических продуктов, фтористых реактивов, товаров бытовой химии, наполнителей в огнетушителях, для отделения двуокиси углерода, сероводорода из газовых смесей.

В легкой промышленности используется в производстве подошвенных резин и искусственных кож, кожевенном производстве (дубление и нейтрализация кож).

В текстильной промышленности – при отделке шелковых и хлопчатобумажных тканей.

В пищевой промышленности – в хлебопечении, производстве кондитерских изделий, приготовлении напитков.

В медицинской промышленности – для приготовления инъекционных растворов, противотуберкулезных препаратов и антибиотиков.

В металлургии – при осаждении редкоземельных металлов и флотации руд.

Кальцинированная сода (бельевая сода) называется «карбонат натрия» и имеет формулу Na_2CO_3 .

Питьевая сода (она же пищевая сода, двууглекислая сода) – это гидрокарбонат натрия, NaHCO_3 .

Каустическая сода – гидроксид натрия, NaOH .

Применение соды в медицине

Она используется в официальной и народной медицине для смягчения кожи и слизистых различными способами, помогает при простудах и молочнице, может использоваться как вспомогательное средство при кожных заболеваниях и снижении веса.

Прежде чем начать применять соду, следует знать, что у нее, как и у любого другого вещества, есть противопоказания к применению.

Во-первых, если долгое время применять соду или содовые растворы внутрь, то это может привести к тошноте. Сода, попадая в желудок, смешивается с желудочным соком, снижает кислотность, тем самым притормаживая пищеварение и снижая чувство голода. Однако если до приема соды кислотность была нормальной или повышенной, желудок начнет вырабатывать еще большую порцию соляной кислоты. То есть стенки желудка подвергнутся еще большей атаке желудочного сока, чем было до приема соды. Таким способом вместо лечения можно получить гастрит, эрозию стенки желудка или даже язву. Если кислотность была и без того снижена, то прием соды может привести к атрофическому гастриту и массе сопутствующих проблем с пищеварением.

При избыточном наружном применении соды (а это определяется индивидуально, ведь кожа у всех разная) могут

быть ожоги или раздражение кожи.

Ингаляции с очень крепким раствором соды могут обжечь слизистую дыхательных путей.

При чистке зубов содой можно повредить эмаль, особенно если есть склонность к истиранию эмали.

Поскольку сода – это практически соль, щелочь, то при приеме ее внутрь организму потом нужна вода. Если у человека есть проблемы с выведением жидкости, то могут начаться отеки. Если же не пить воду, то начнутся проблемы с желудочно-кишечным трактом и почками.

Как не надо применять соду:

- нельзя в рецепте использовать холодное молоко или воду;
- нельзя сразу после выпитого раствора соды принимать пищу;
- нельзя в любом рецепте превышать дозу в 1 столовую ложку без горки;
- нельзя применять соду при язве или других заболеваниях желудка, в том числе пониженной или повышенной кислотности желудочного сока;
- не рекомендуется применение при сахарном диабете;
- нельзя применять соду внутрь при беременности;
- разумеется, нельзя применять соду, если имеются аллергические реакции или индивидуальная непереносимость.

Также врачи не советуют принимать соду при изжоге, так как после ее приема в большом количестве выделяется уг-

лекистый газ, происходит вздутие желудка и провоцируется еще больший выброс кислоты в желудок.

Сейчас очень много статей и рассказов о том, как замечательно сода помогает худеть. Согласно рецепту, необходимо растворять ложку соды в стакане воды и выпивать эту смесь натошак ежедневно (некоторые советуют пить даже 3—4 раза в день). Считается, что сода мешает расщеплению и всасыванию жиров, снижает аппетит, что способствует похудению.

Выше уже было сказано, что произойдет с желудком, если постоянно закидывать в него соду. Либо атрофический гастрит начнется, либо эрозия слизистой. Кроме того, сода в желудке реагирует с желудочным соком как щелочь с кислотой. На расщепление жиров ее уже не остается. Чем больше соды попадает в желудок, тем больше там вырабатывается желудочного сока, так что получается замкнутый круг. Сода способна нормализовать кислотно-щелочной баланс, немного снизить активное всасывание жиров и уменьшить аппетит, но это действие настолько неощутимо, что проявляется лишь при одновременном низкокалорийном сбалансированном питании и усиленной физической нагрузке.

Однако же сода имеет и полезные свойства, иначе как бы она помогала в лечении? Итак, она:

- оказывает обеззараживающее и противовоспалительное действие;
- благодаря ошелачиванию среды предотвращает рост бактерий и грибов;

- способна удалить неприятный запах изо рта, а также запах пота;
- обладает антигистаминным (противоаллергическим) действием, снимая покраснение и зуд после укуса насекомых.

В медицине соду применяют:

- при ангине и других заболеваниях горла в качестве полоскания;
- для борьбы с кариесом, удаления налета с эмали зубов и нейтрализации бактерий в полости рта;
- при бактериальных поражениях слизистых оболочек глаз и носа;
- для снятия покраснения и боли от небольших ожогов;
- при похмелье прием раствора соды способствует выведению ядов и токсинов.

В упаковке соды надо проверять срок годности. В запечатанном состоянии сода обычно хранится 18 месяцев, а после того, как ее открыли, срок годности сокращается до 6 месяцев. Не стоит применять соду внутрь или для ванн (обертываний) после окончания срока годности. Ее можно использовать в технических целях: при мойке посуды, чистке раковин и плит.

Применение соды при различных заболеваниях

- При простуде и боли в горле: 1 ч. л. соды растворить в 1 стакане теплой кипяченой воды и этим раствором полоскать горло 5–6 раз в день.
- При насморке: взять соду на кончике ножа и растворить в 2 ч. л. теплой кипяченой воды. Таким раствором комнатной температуры закапывать нос несколько раз в день по 2–3 капли в каждую ноздрю.
- Для смягчения кашля: развести 1 ч. л. соды в кипящем молоке и пить на ночь. Напиток прекрасно разжижает мокроту и способствует откашливанию.
- Содовые ингаляции при ларингите: растворить 1 ч. л. соды в 1 л кипяченой воды и дышать над паром, укрывшись полотенцем. Можно также использовать ингалятор.
- При конъюнктивите: промывать глаза раствором соды (1 ч. л. соды растворить в 1 стакане теплой кипяченой воды) с помощью мягких ватных тампонов. Одним тампоном можно пользоваться только один раз.
- При фурункулах: присыпать фурункул пищевой содой, а сверху приложить разрезанный вдоль листочек алоэ, мякотью к фурункулу, затем плотно забинтовать и не мочить повязку.
- При неприятном запахе изо рта: 1 ч. л. соды растворить

в 1 стакане воды и прополоскать рот.

- При воспалении десен: развести 1 ч. л. соды с 2 ч. л. воды и нанести смесь пальцами вдоль линии десен на небольшой участок рта. Затем очистить зубной щеткой.

- При флюсе: воспаление и отек слизистой вокруг больного зуба до визита к зубному врачу можно лечить горячим содовым полосканием. Нужно растворить 1 ч. л. соды в 1 стакане горячей кипяченой воды. Полоскать рот этим раствором, а затем смазать больную десну спиртовым раствором йода.

Только не следует откладывать посещение врача при флюсе. Если гнойное воспаление распространится дальше, последствия могут быть самые тяжелые.

- При молочнице: 1 ч. л. соды растворить в 1 л кипяченой воды комнатной температуры. Этот раствор используют для спринцевания влагалища, процедуру делают утром и вечером несколько дней подряд.

- При грибковом поражении ног: взять 1 ст. л. соды, добавить немного воды, чтобы получилась кашица, а затем натереть этой смесью пораженные места на ногах (например, между пальцами или ногти). Затем ополоснуть водой, насухо вытереть ноги и присыпать эти места крахмалом.

- Очищающая маска при прыщах: измельчить до муки в кофемолке крупу «геркулес». 1 стакан молотого «геркулеса» смешать с 1 ч. л. соды. В 1 ст. л. этой смеси добавить немного кипяченой воды, чтобы получилась кашица, затем эту кашицу нанести на лицо на 20 минут. Смывать маску теплой

водой. Делать через день, пока весь стакан приготовленной смеси не закончится.

- При легких ожогах с покраснением кожи: растворить 1 ст. л. соды в 1 стакане кипяченой воды комнатной температуры, смочить ватный тампон в содовом растворе и прикладывать на ожог, пока не пройдет боль.

- При укусах насекомых: чтобы нейтрализовать зуд, развести 1 ч. л. соды в 1 стакане кипяченой воды, смочить ватный диск в содовом растворе и приложить к месту укуса. Чтобы прошел отек на месте укуса, приготовить кашицу из соды и воды и приложить эту кашицу к месту укуса.

- При мозолях и трещинах в пятках: для содовой ванночки взять горсть соды и растворить в тазике горячей воды. Держать ступни в воде 15–20 минут, а потом обработать их пемзой. Можно также в ванночку для ног добавить немного мыла и несколько капель нашатырного спирта.

- От пота: после принятия душа или ванны нанести немного пищевой соды на область подмышек и втирать. Запах пота не появляется около 12 часов.

- Сода может помочь при большой кровопотере, отравлениях, протекающих с многократной рвотой и поносом, длительной лихорадке с обильным потоотделением. Чтобы восполнить потерю жидкости в таких случаях, необходимо приготовить содово-солевой раствор: 1/2 ч. л. соды и 1 ч. л. соли развести в 1 литре теплой кипяченой воды и давать больному по 1 столовой ложке каждые 5 минут.

Содовые ванны

Любые ванны делятся на общие (полные), когда все тело человека до подбородка и затылка погружено в ванну, и местные ванны для различных частей тела – полости носа, ротовой полости, полуванна, сидячая, туловищная ванна, для нижних и верхних конечностей.

Ванны своей температурой и длительностью применения могут оказывать на организм возбуждающее и успокаивающее, согревающее и охлаждающее действие.

Предварительно следует вымыться под душем, а потом уже принимать лечебную ванну. Оптимальная длительность процедуры составляет 15–20 минут, а первая ванна – не более 8–10 минут. По окончании принятия ванны вставать из воды надо медленно, аккуратно; кожу высушивают легкими касательными движениями мягким полотенцем. Ополаскивать тело водой после процедуры не обязательно.

Разные температуры воды имеют разное воздействие на организм:

- +30 °C – тонизирующее действие,
- +32 °C – адаптогенное действие,
- +40 °C – успокаивающее действие,
- +40 °C и выше – лечение от простуды, при физических нагрузках.

Для профилактических целей процедуру проводят 1 раз в

неделю, с лечебной целью – 2–3 раза в неделю, не чаще чем через день.

Ни в коем случае не следует принимать лечебную ванну сразу после еды, в состоянии алкогольного опьянения, при температуре тела выше $+37,3^{\circ}\text{C}$.

Для принятия ванн есть следующие противопоказания:

- состояния любого острого заболевания,

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.