

Народный целитель
Валентин Кара

ДОМАШНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ СРЕДСТВА



**3000
УНИКАЛЬНЫХ
РЕЦЕПТОВ**

32





Автор этой книги
Валентин Профирович Кара

много ездил по стране и встречался
с народными знахарями,
которые на его глазах творили чудеса,
помогая больным. Знания целителей,
являясь свидетельством народной мудрости,
не одно столетие приносят благие плоды,
поэтому передаются из поколения
в поколение.

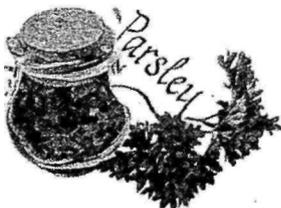
Теперь в копилке В. П. Кары
более 32 000 рецептов излечения
человеческих недугов.

Книга «Домашние лекарственные средства»
состоит из лучших материалов коллекции,
основанной на опыте 37 знахарей
и целителей, за работой которых
автору посчастливилось наблюдать.
Многие рецепты Валентин Профирович
проверил на собственной практике
при оказании помощи
больным.

LOKSA LINNARAAMATUKOGU



1539 004512



ISBN 5-7805-1134-9



9 785780 511342

ОТ РЕДАКТОРА



Выбор пути целителя был не случайным. Автор этой книги много ездил по стране и встречался с народными знахарями, которые на его глазах творили чудеса, помогая больным. Иногда в далёких уголках нашей богатой земли ему поведали секреты врачевания, чтобы он донес их тем, кто ещё сохранил веру в народную мудрость. И наряду с рецептами в эту книгу вошёл словарь синонимов особенно популярных у целителей лекарственных трав. Надо отметить, что это очень ценная часть книги. В аптеке на запрос о растении под устаревшим народным названием человек, скорее всего, услышит ответ: растение не является фармакопейным. А нужная упаковка стоит рядом на полочке, или же травка растёт у него на даче и давно ему знакома.

Валентин Профирович Кара закончил Московский Всесоюзный заочный институт текстильной и легкой промышленности и Кишиневский государственный университет, курсы ДЭИР (дальнейшее энергоинформационное развитие) и прошёл обучение в Высшей школе медицинской ассоциации. В 1975 году Валентин Профирович получил сильную черепно-мозговую травму, долго лежал в больнице, но полного излечения там не получил. Помогли народные целители. Во время лечения и после, уже занимаясь медицинской практикой, Валентин Профирович собирал народную мудрость, и теперь в его копилке 32 000 рецептов и способов излечения человеческих недугов. Материалы этой книги основаны на опыте 37 знахарей и целителей, за работой которых автору посчастливилось наблюдать. Книга «Домашние лекарственные средства» охватывает лучшие материалы из коллекции автора. Многие из рецептов проверены им на практике при оказании помощи больным людям.

Помните, что знахарь, прежде чем выбрать то или иное лекарство* видит больного. Поэтому, чтобы знания целителя приносили только пользу и чтобы не терять времени на использование средства, которое в вашем случае может оказаться не действенным, посоветуйтесь со специалистом.

«Советы из далёкого прошлого» не случайно выделены из общего текста. На этот материал следует обратить внимание работникам медицины, так как это не только факты истории медицины, но и материал для новых изысканий. Многие рецепты имеют древние корни шаманизма, когда лечили больных, занимая силу у животных. Например, ребёнка, больного рахитом, носили к месту забоя скота, чтобы на время положить его в желудок только что убитой коровы. Конечно, сейчас никто не пойдёт для этого на бойню, потому что медицина хорошо справляется с таким заболеванием, как рахит. Но современный шаман

(или просто прозорливый человек) понимает, что живая корова может дать ту силу, которая исправляет в организме ребёнка энергетическую брешь, вызвавшую заболевание. Можно не убивать животное, а просто просить его помочь, общаться с ним. Использование насекомых в этих советах только на первый взгляд кажется смешным. В состав дорогостоящих китайских препаратов очень часто входят части насекомых и других животных, и люди спокойно глотают эти пилюли. При таком мучительном заболевании, как водянка, согласишься принимать не только порошок из сушёных сверчков, тем более что целитель раньше не открывал секрет своего снадобья: человек спокойно принимал лекарство и поправлялся. Участвуя в создании этой книги, я от всей души желаю вам здоровья и долгих лет жизни!

Абсцесс

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- сок алоэ (от растения не менее 3 лет): выжать и делать примочки;
- свежие листья, подорожника: истолочь, кашицу прикладывать к поражённому месту, меняя повязку 3-4 раза в день;.
- печёная луковица: разрезать, через марлю прикладывать на больное место, укрепив повязкой, менять 3-4 раза в день;
- » прикладывать варёный и толчёный чеснок;
- ПРИ КРОВАВЫХ НАРЫВАХ: прикладывать медовую лепёшку;
- прикладывать кору липы внутренней стороной;
- пивные дрожжи: пить по 1 ч. ложке перед едой 3 раза в день;
- прикладывать тёртую сырую свёклу со сметаной;
- прикладывать свежий тёртый картофель.

РЕЦЕПТ № 1. Лук — 3 части, молоко — 4 части. Пропустить лук через мясорубку, смешать с молоком. Прикладывать к больному месту, накрыв марлей.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё — 0,2 г и яйцо — 1 желток. Перемешать и смазывать больное место 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Малина обыкновенная. *Настой:* 2 ст. ложки плодов заварить 2 стаканами кипятка, процедить. Пить 4 раза в день по $\frac{1}{2}$ стакана.

РЕЦЕПТ № 4. Хвощ полевой. *Отвар:* 30 г травы залить 1 стаканом воды, кипятить 2-3 минуты, охладить. Использовать для примочек.

РЕЦЕПТ № 5. Жёлтый воск — 25 г, вазелиновое масло — 1 ст. ложка, ментоловый карандаш — 1 шт., кукурузное масло — $\frac{1}{2}$ стакана, спиртовая настойка календулы — 1 ст. ложка. Воск, ментоловый карандаш и кукурузное масло довести до кипения, тут же снять и переложить в фарфоровую ступку. Слегка остудить и добавить вазелиновое масло и настойку календулы, хорошо взбить. Прикладывать смесь через салфетку, хорошо закрепив повязкой.

РЕЦЕПТ № 6. Тысячелистник обыкновенный. Пропустить через мясорубку траву с цветами, прикладывать к больному месту, меняя повязку 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Сосна обыкновенная. Отвар: 1,5 кг сосновых игл, веточек и шишек залить холодной водой, кипятить 30 минут, настаивать под крышкой 12 часов, процедить. Вылить в ванну.

РЕЦЕПТ № 8. Льняное семя — 1 ст. ложка, цветки ромашки — 1 ст. ложка. Смесь залить 1 стаканом молока, отварить, остудить. Использовать для компрессов.

РЕЦЕПТ № 9. Прополис. Довести до кипения 100 г вазелина и остудить до 60 °С, добавить 10 г прополиса, подогреть до 80 °С. Смесь процедить и плотно закрыть. Смазывать больное место 2-3 раза в день.



Советы из далёкого прошлого .

СОВЕТ № 1. Ржаной хлеб пожевать, густо посолить и приложить к месту нарыва.

СОВЕТ № 2. Смазывать нарыв живицей* сосны.

СОВЕТ № 3. 50 г чёрного хозяйственного мыла натереть на тёрке, добавить 50 г ржаной муки, 1 ст. ложку подсолнечного масла, 1 ст. ложку сахара, залить $\frac{3}{4}$ стакана кипятка, кипятить 2-3 минуты, добавить церковную свечку без фитиля, размешать. Накладывать повязку с этой мазью на нарыв, менять 1 раз в сутки.

СОВЕТ № 4. Гречневую крупу (сырую) жевать и прикладывать к больному месту, меняя повязку через каждые 4 часа,

СОВЕТ № 5. Воск — 3 части, канифоль — 1 часть, скипидар — в количестве, необходимом для получения консистенции, мази. Всё перемешать и варить на тихом огне. Компоненты горючие — следить, чтобы не случилось воспламенения! Полученную мазь прикладывать к больному месту.

СОВЕТ № 6. **Большой нарыв в паху, под мышкой, под подбородком, под губой.** Сделать кашицу из льняного семени, сварив её на молоке. Горячую смесь положить на красное сукно и привязать к нарыву.

СОВЕТ № 7. Истолочь горсть травы мать-и-мачехи, смешать с дёгтем в равных частях, настругать мыла и добавить пшеничной муки, чтобы сделать тесто. Прикладывать к больному месту.

Авитаминоз

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- создать рацион питания, богатый витаминами;
- употреблять в день: 200-300 г капусты (сырой и квашеной), лук (зелёный и репчатый);
- чёрная смородина, красная рябина: пить компоты по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой в течение месяца;
- листья крапивы, первоцвета, кипрея использовать в салатах;
- проросшие зерна пшеницы: по 1 ст. ложке в день;
- рыбий жир: по 1 ч ложке 3 раза в день (курс: 2-3 недели);
- сок шиповника — 50 г, сок моркови — 50 г, принимать утром и вечером после еды (курс: 1 месяц);
- сок 1 лимона развести в 1 стакане воды, выпить в 3 приёма в течение дня (курс: 21 день).

* Ж и в и ц а — жидкость, которая выделяется из повреждений в коре деревьев. У хвойных деревьев она превращается в смолу. (Примеч. авт.)

РЕЦЕПТ № 1. Плоды шиповника. 1. *Отвар:* 2 ст. ложки плодов шиповника залить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 12 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3 раза в день. 2. Плоды шиповника, чёрная смородина — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 4 стаканами кипятка, настаивать 1 час, процедить, добавить по вкусу сахар. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана после еды 3-4 раза в день. Курс: 2-3 недели. 3. Плоды шиповника, рябина — в равных частях. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 4 стаканами кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана после еды 3-4 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Первоцвет обыкновенный. *Настой:* 2 ст. ложки листьев залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить до еды по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Кипрей узколистный. *Настой:* 2 ст. ложки измельченных листьев залить 2 стаканами кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 1 ст. ложке до еды 3-4 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 4. Осина обыкновенная. *Отвар:* 2 ст. ложки коры или почек залить 1 л кипятка, варить 10-15 минут на тихом огне, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 150 г после еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 5. Калина обыкновенная. *Настой:* 2 ст. ложки плодов залить 2 стаканами кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана после еды утром и вечером. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 6. Полевая клубника (поляница). *Настой:* 2 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить в течение дня вместо чая. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 7. Плоды чёрной смородины — 1 часть, листья крапивы двудомной — 2 части, плоды шиповника — 3 части. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана после еды 3-4 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 8. Плоды чёрной смородины — 750 г, сахар — 0,5 кг. Принимать по 1 ст. ложке после еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

Аденит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- не употреблять соли и ограничить приём жидкости;
- » глиняные примочки держать по 20-40 минут 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Листья грецкого ореха — 4 горсти, пшеничные отруби — 1 кг. *Отвар:* всю смесь залить 3 л воды, кипятить на тихом огне 10-15 минут, горячий отвар вылить в ванну с водой. Принимать ванну 3 раза в день по 15-20 минут (желательно 1-2 раза в неделю). После процедуры обмыться прохладной водой,

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё: по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Принимать утром до еды и вечером перед сном. Курс: 10 дней. Рекомендуются 3-4 курса с перерывами в 5 дней.

Аденоиды

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- делать 2-3 раза в день массаж спины;
- пить рыбий жир: по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день (курс: 1 месяц);
- втягивать в нос собственную мочу 2-3 раза в день по 3-5 минут ежедневно (курс: 3-4 недели);
- ванны с солью: 1 пачка соли на ванну, заполненную водой до половины; принимать по 10-15 минут через день, затем обмыться тёплой водой (курс: 1 месяц).

РЕЦЕПТ № 1. Составить смесь из глины с мочой. Использовать в виде компресса: слой толщиной с палец накладывать на больное место на 1-1,5 часа вечером, закрыв шерстяной тканью. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Приготовить раствор: на $\frac{1}{2}$ стакана холодной воды 7-10 капель апельсинового сока. Втягивать раствор через нос. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ, № 3. Глиняная вода: 1 ч. ложка глины на $\frac{1}{2}$ стакана воды. Закапывать в ноздри по 7-10 капель утром и вечером. Можно глину заменить солью. Курс: 1 месяц.

Аденома простаты

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- фасоль: как можно больше употреблять в виде гарнира к мясу и рыбе, в супах, салатах и т. д.;
- чёрная бузина: употреблять сок или варенье;
- сырые семена тыквы: 2-3 кг за время лечения;
- крапива двудомная: заваривать, пить как чай по 3-4 стакана в день;
- свежие листья каланхоэ: жевать натоцка;
- корни эхинацеи пурпурной: делать отвар и пить чай (курс: 1-2 месяца).

РЕЦЕПТ № 1. Дикая груша. Вечером приготовить насыщенный настой плодов, перелить в термос, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по 70 мл 4-5 раз в день. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Молодые листья или плодоножки вишни, листья белой смородины, земляники, малины, Винограда и берёзы, цветки липы в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 1 стаканом воды, кипятить на тихом огне 3-5 минут, настаивать 20-30 минут, процедить. Пить ежедневно по 150 мл после еды 3-4 раза в день. Можно добавлять 1 ст. ложку молока. Курс: 3-4 недели и более (по самочувствию).

РЕЦЕПТ № 3. Спаржа лекарственная. *Отвар:* 2 ст. ложки залить 2 стаканами кипятка, варить 5 минут (корень варить 10 минут), процедить. Принимать по 50 мл после еды 3-4 раза в день. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 4. Солодка голая. *Отвар:* 2 ст. ложки корней залить 1 л воды, варить 10 минут на тихом огне, процедить. Принимать по 50 мл перед едой 3-4 раза в день. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 5. Лещина древовидная (орешник). *Отвар:* 2 ст. ложки листьев залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1-1,5 часа, процедить. Принимать по 1-2 ст. ложки перед едой 3-4 раза в день, Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 6. Лопух большой (репейник). *Отвар:* 2 ст. ложки листьев или корней растения на 1 л кипятка, варить 10 минут на медленном огне, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 50 мл перед едой 4 раза в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 7. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 2 ст. ложки травы залить 1 стаканом кипятка, варить на тихом огне 3-5 минут, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по U^2 стакана перед едой 3-4 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 8. Принимать глиняную воду (1 ч. ложка глины на $U^1/2$ стакана воды) и делать примочки из глины, замешенной на собственной моче: лепёшку толщиной с палец прикладывать к больному месту, обвязав шерстяным платком, на 2-3 часа перед сном. Курс: 4-5 недель.

РЕЦЕПТ № 9. Кора белой ивы, чеснок и ягоды боярышника — в равных частях. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке после еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 10. Золотой корень — 2 части, корень окопника — 1 часть, щавель — 3 части, зверобой — 1 часть, ослинник — 1 часть, василёк трава — 1 часть. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1-1,5 часа и процедить. Пить по 1 ч. ложке до еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

Адкиит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- принимать рыбий жир: по 1 ст. ложке 3 раза в день (курс: 2-3 недели);
- принимать соленые ванны по 20 минут через день (курс: 1 месяц).

Советы из далёкого прошлого

Натирать суконку простым хозяйственным мылом и на ночь привязывать на распухшую железу, сверху обвязав шерстяной тканью. Курс: 2-3 недели. ;

Алкоголизм

РЕЦЕПТ № 1. Валериана, хмель, первоцвет лекарственный, венерин башмачок, северная орхидея, шлемник, клопогон, мытник хохлатый, лобелия, перец — в равных частях. *Настой:* 2 ст. ложки измельчённой смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, тепло укутав, процедить. Пить по U^2 стакана перед едой утром и вечером. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Размолоть панцири краба или рака в порошок. Принимать по 1-2 ч. ложки такого порошка на 1 стакан воды за 15 минут до еды 3-4 раза в день. Курс лечения: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Плаун баранец. *Настой:* 10 г сырья залить 1 стаканом кипятка в термосе и оставить на ночь, утром процедить. Выпить через 1 час После

завтрака и через 20-30 минут выпить 50 мл водки или вина. Через 10 минут наступит тошнота и рвота. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 4. Ягоды можжевельника, плоды калины, корень аира — по 1 части, мята, шалфей, любисток — по 2 части, полынь горькая, тысячелистник — по 3 части. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 3 стаканами кипятка, настаивать 1 ночь, утром процедить. Пить по 1 стакану за 1 час до еды. Курс: 21 день.

РЕЦЕПТ № 5. Кора осины — 2 части, корень чернойбыльника и трава чабреца — по 3 части. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить в эмалированной кастрюле 3 стаканами холодной воды, настаивать ночь, утром кипятить 30 минут, разделить на 3 части. Пить по 1 стакану за 1 час до еды. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 6. Чертополох — 3 части, кора крушины, лист лавра — по 2 части. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 3 стаканами кипятка, настаивать 1 ночь, утром процедить. Пить по 1 стакану за 1 час до еды 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 7. Пион тонколистный, корень солодки, цвет липы, корень папоротника — по 1 части, плакун-трава — 3 части. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 3 стаканами кипятка, настаивать 1 ночь, утром процедить. Пить по 1 стакану за 1 час до еды 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 8. Полынь горькая — 1 часть, корень копытня — 2 части, золототысячник — 3 части. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 3 стаканами кипятка, настаивать 1 ночь, утром процедить: Пить по 1 стакану за 1 час до еды 3 раза в день. Курс: 2-3 недели. ' , . » * - "

РЕЦЕПТ № 9. Плаун булавовидный. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 10. Валериана, шлемник, хмель, лимонник, стручковый перец в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить до еды в течение дня. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 11. Корень любистка — 1 шт., лавр — 2 листа. *Настойка:* сырье залить 1 стаканом водки, настаивать 7 дней. Пить по 50 мл в день до еды. Курс: 7-9 дней.

РЕЦЕПТ № 12. Выпивать не менее 300 мл в день смешанных в равных частях отваров полыни и золототысячника. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 13. Чабрец — 4 части, полынь — 1 часть, золототысячник — 1 часть. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать, укутав, 30 минут, процедить. Принимать по 4 ст. ложке после еды 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 14. Копытень европейский. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, варить 15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Добавлять по 1 ст. ложке на 100 мл водки.

РЕЦЕПТ № 15. Душица обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку душицы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 50 мл отвара утром после еды и вечером перед сном. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 16. Копытень европейский — 2 ст. ложки, зелёная кожура грецкого ореха — 2 ст. ложки. *Настойка:* смесь залить 4 л вина, настаивать 5-7 дней. Пить по 200 мл за приём (пока не кончится вся настойка), выбирая произвольное время.

РЕЦЕПТ № 17. Чабрец — 1 ст. ложка, зверобой трава, полынь горькая трава, мята лист, дягиль корень — по 2 ст. ложки, одуванчик корень — 3 ст. ложки. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, остудить и процедить. Выпивать по 4 стакана в день до окончания сбора. Через 5 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 18. Мята перечная. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом горячей кипяченой воды, кипятить на водяной бане в закрытой посуде 15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана через час после еды 2 раза в день. После этого прополоскать рот раствором: 1 ст. ложка водки на $\frac{1}{2}$ стакана воды. Обычно через 5-10 дней появляется отвращение к спиртному.

РЕЦЕПТ № 19. Тимьян ползучий (чабрец). *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 1 стаканом горячей кипяченой воды, кипятить в закрытой посуде на кипящей водяной бане 15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана через 2 часа после еды 2 раза в день. После этого прополоскать рот раствором: 1 ст. ложка водки на $\frac{1}{2}$ стакана воды. После 2-3 процедур появляется отвращение к алкоголю. Для лечения достаточно 5-10 процедур.

Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Старинный деревенский способ. Обмыть потного коня вином, собирая стекающую жидкость в сосуд. Дать выпить алкоголику 1-2 стакана вина (лучше, чтобы он выпил сразу 2 стакана). Процедуру повторить 2-3 раза через день (как правило, одного раза достаточно).

СОВЕТ № 2. Вечером положить в горшок с вином нескольких угрей и подержать их в нём, пока они не уснут. Затем вынуть угрей и спить оставшуюся жидкость больному. Отвращение к алкоголю остаётся на всю жизнь.

СОВЕТ № 3. Зелёные клопы с листьев малины. *Настойка:* 5-7 насекомых залить 100 мл водки, настаивать 7 дней. Давать этот напиток алкоголику через день. Курс: 5-7 раз.

Аллергия "

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ;

- аллергия, как правило, сопровождается недостатком хлоридов в организме, поэтому надо стараться употреблять больше соли. Если страдают лёгкие, то необходимо делать ингаляции с крепким солевым раствором. Если страдает кожа, обтирайтесь после купания солью и не смывайте ее. Она сама потом осыплется. Соль старайтесь применять каждый раз после еды.

РЕЦЕПТ № 1. Трава окопника, лист полыни, лист лобелии, корень алтея, кора белого дуба, лист ореха, лист толокнянки, чеснок, лист шлемника — в равных частях. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать, тепло укутав, 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана после еды 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Люцерна. *Отвар:* 2 ст. ложки травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

Рецепт № 3. Плоды шиповника — 70 г, корни одуванчика — 40 г, трава зверобоя — 30 г, трава хвощ полевой. — 10 г, кукурузные рыльца — 10 г. *Настой:*

2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 4. Плоды шиповника, корни одуванчика — в равных частях. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 8 часов, процедить. Выпить в 3 приёма до еды в течение дня. Аллергия начнет выходить с сильным зудом, эти участки необходимо смазывать жидкостью «Меновазин». Курс: 1 месяц. При необходимости лечение продолжить (до 3 месяцев).

РЕЦЕПТ № 5. Крапива глухая. *Настой:* 2 ст. ложки цветков залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить теплый настой по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 4-5 раз в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 6. Мумиё: по 0,2 г до еды утром. Курс: 10 дней. Рекомендуется 3-5 курсов с перерывами в 5 дней.

Аллергический отёк (крапивница, витилиго)

РЕЦЕПТ № 1. Ряска маленькая. 1. *Настойка:* 1 ст. ложку ряски на 100 мл водки, настаивать 7 дней, отжать. Принимать по 15-20 капель в 50 мл воды 3 раза в день. Курс: 3-4 недели. 2. Смешать сухую ряску с мёдом в равных пропорциях. Принимать по 1-2 г перед едой 3 раза в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Можжевельные ветки. Измельчить 40 г сырья, залить 400 мл кипятка. Варить на тихом огне 30-40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Сельдерей. 1. Принимать сок из свежего корня сельдерея: по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 2-3 недели. 2. *Настой:* 2 ст. ложки измельчённого корня сельдерея залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 2 часа, процедить. Выпить в 3 приёма перед едой. Курс: 1 месяц.

Стимуляция функции почек и надпочечников

РЕЦЕПТ № 1. Горечавка жёлтая, ягоды черники, кошачья мята, желтокорень, пажитник, окопник, жёлтый шавель, зверобой, голубая вербена, корень горичвета весеннего, ягоды лавра, колючий ясень, ослинник, ирландский мох — в равных частях. Если 2-3 растения из сбора будут отсутствовать, он не потеряет лечебных свойств. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, кипятить на медленном огне 3-5 минут, настаивать 20-25 минут, процедить. Пить по 70 мл после еды 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Корень солодки, желтокорень, коровяк с Кипетровидный, перец — по 1 части, кедровые орехи (кожура), лист толокнянки — по 2 части. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 70 мл перед едой 3 раза в день. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Крапива двудомная, корень девясила, плоды шиповника, петрушка, кора сосны, косточки винограда, плоды клюквы, шелуха арахиса — в равных частях. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25-30 минут, процедить. Выпивать по 100-200 мл перед едой. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 4. Тысячелистник — 1 часть, крапива, яснотка, лист земляники, корень девясила, корень солодки — по 2 части, череда, фиалка, корень лопуха, валериана, белый пион — по 3 части. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 3 стаканами кипятка, кипятить на водяной бане 20 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 5. Ромашка аптечная — 1 часть, мята перечная — 3 части, анис — 2 части, кора вяза — 1 часть, желтокорень — 1 часть, фенхель — 1 часть. *Настой:* 2 ст. ложки измельченной смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 20-25 минут, процедить. Пить по 70 мл после еды, запивая водой, 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 6. Прополис (мелко измельченный) — 1 часть, эхинацея — 2 части, желтокорень — 1 часть, мята — 2 части, красный клевер — 3 части, чеснок сорта со слабым запахом — 2 части. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л холодной воды, настаивать 2 часа, кипятить 3-5 минут, процедить. Принимать по схеме:

- • • 1-я неделя — 50 мл перед едой только утром,
- 2-я неделя — по 50 мл перед едой 3 раза в день,
- 3-я неделя — по 50 мл перед едой только утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 7. См. статью «Аденит», рецепт № 3.

Крапивница

РЕЦЕПТ № 1. Крапива глухая. *Настой:* 15 г цветущих верхушек залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Череда трёхраздельная. 1. *Отвар:* 100 г сырья на ведро воды, кипятить 30 минут, процедить и вылить в ванну. Принимать ванны по 20 минут. 2. Траву заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТЫ? 3. Вероника лекарственная, плоды боярышника — по 1 ст. ложке. *Настой:* сбор залить 2 стаканами кипятка, настаивать 6 часов, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день и перед сном.

РЕЦЕПТ № 4. Очистить желудок. При обильной сыпи делать тёплые ванны с содой (400 г на ванну) по 30 минут 2-3 раза в день. Затем хорошо обтереть тело водкой, уксусом или соком помидора.

РЕЦЕПТ № 5. Листья крапивы и бузины чёрной — в равных частях. Сварить листья, отвар остудить и обмывать им тело. • •

РЕЦЕПТ № 6. Эхинацея пурпурная, желтокорень, одуванчик, перец, лопух — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами воды, вскипятить, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Эфедра, мята, вероника, цветки бузины чёрной — по 2 части, крапива, корень девясила, корень валерианы, ромашка — по 3 части, бессмертник, лист грецкого ореха — по 1 части. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 1-2 часа, процедить. Пить по 50 мл за час до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Майоран. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, вскипятить, кипятить 3-5 минут, охладить. Пить по $\frac{3}{4}$ стакана 3-4 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

Сжечь дрова^г собрать чистую золу, залить водой, вскипятить, настаивать 30 минут. Осторожно слить чистый настой, процедить, использовать для обмываний.

Рецидивирующий отёк Квинке

РЕЦЕПТ № 1. Эхинацея пурпурная, корень лопуха, желтокорень, корень одуванчика, перец стручковый — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 20 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Фенхель, желтокорень, кора вяза, плод аниса, мята перечная, цветки ромашки — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25-28 дней, через 10 дней повторить.

Альцгеймера болезнь

РЕЦЕПТ № 1. Крапива, девясил, шиповник, петрушка, сосновая кора, виноградные косточки, кора лимонного дерева, шелуха арахиса, плоды-клюквы — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки измельчённой смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать, рассчитывая суточную норму: 2 г настоя на 1 кг веса. Курс 2-3 месяца.

Ангина

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- постельный режим, обильное питьё, жидкая и тёплая калорийная пища, аскорбиновая кислота, витамин В;
- полоскание горла слабым раствором вяжущих растений (шалфей, ромашка) и обеззараживающих средств (борная кислота по 1 ч. ложке на 1 стакан тёплой воды, раствор марганцовки 1:2000 или 2%-ный раствор соды);
- согревающий компресс на шею, лучше спиртовой: $\frac{1}{3}$ спирта на $\frac{2}{3}$ воды — менять через 2-4 часа с 2-часовым перерывом;
- полоскать горло 30%-ным раствором лимонной кислоты;
- через каждые 3 часа медленно жевать лимон с кожурой;
- через каждый час полоскать горло яблочным уксусом: 1 ч. ложка уксуса на 1 стакан воды;
- через каждые 2 часа полоскать горло соком каланхоэ, смешанного с водой (1:1).
- держать за щекой кусочки прополиса, можно периодически его пережёвывать: до 5-10 г в день;

- компрессы с «Меновазином»: по 15 минут через каждые 3 часа, процедить. После компресса обмыть шею тёплой водой и обернуть тёплой тканью;
- ингаляция (не более 2 минут): взять большую луковицу, натереть на тёрке, положить массу в стакан и дышать через воронку;
- взять кусочек глины в рот и медленно его сосать, ставить примочки из глины на низ живота и горячие, припарки на горло.

РЕЦЕПТ № 1. Тёртая свёкла — 1 стакан, столовый уксус — 1 ст. ложка. Размешать, настаивать 8 часов, отжать. Полоскать горло, проглотить небольшое количество настоя.

РЕЦЕПТ № 2. Алоэ. В банку емкостью 1,5 л нарезать алоэ 3-годовалого возраста (до половины объема) и сверху засыпать сахаром, обвязать горлышко марлей, настаивать 3 дня. Затем долить доверху водкой и настаивать ещё 3 дня, процедить. Принимать по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Корень девясила; *Отвар:* 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить на тихом огне 10 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 стакану 5-7 раз в день.

РЕЦЕПТ № 4. Рябина обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Лапчатка серебристая (серебрянка). *Настой:* 1 ст. ложку травы залить $\frac{1}{2}$ стакана кипятка, держать на водяной бане 2 минуты, не давая кипеть, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 5-7 раз в день.

РЕЦЕПТ № 6. Дягиль лекарственный. *Настой:* 15 г измельчённого корневища залить 1 стаканом кипятка, настаивать в тёплом месте 2-3 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Прополис. *Настойка:* 20 г измельчённого прополиса залить 0,5 л водки, настаивать 7 дней. В 1 стакан воды влить 1 ст. ложку настоя и полоскать горло 5-7 раз в день.

РЕЦЕПТ № 8. Корень аира. 1. Жевать корень по 15-20 минут 5-7 раз в день. 2. *Настойка:* $\frac{1}{2}$ стакана корней залить 0,5 л водки, настаивать 7 дней. Полоскать 5-7 раз в день: на 1 стакан тёплой воды 1 ст. ложка настойки.

РЕЦЕПТ № 9. Чистотел, цветки ромашки — в равных частях. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 3 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Полоскать горло через каждые 2 часа.

РЕЦЕПТ № 10. Папоротник. *Настой:* 2 ст. ложки сырья залить 3 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Полоскать горло через каждые 2 часа.

РЕЦЕПТ № 11. Зверобой продырявленный. *Настойка:* 20 г травы залить 1 стаканом водки, настаивать 7 дней. Пить по 50 капель 3 раза в день после еды. Полоскать горло 3-5 раз в день: 50 капель на $\frac{1}{2}$ стакана тёплой воды.

РЕЦЕПТ № 12. Алтей лекарственный. *Настой:* 1 ст. ложку корней алтея залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Полоскать горло каждые 2 часа.

РЕЦЕПТ № 13. Цветки липы — 2 части, цветки ромашки — 3 части. *Настой:* 20 г смеси заварить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Полоскать горло через каждые 2 часа.

РЕЦЕПТ № 14. Василёк луговой. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20-25 минут, процедить. Пить как чай и полоскать горло. Эффективно при хронической ангине.

РЕЦЕПТ № 15. Сок каланхоэ перистого: 1 ст. ложку размешать в 1 стакане тёплой воды и полоскать горло через каждые 2 часа.

РЕЦЕПТ № 16. 1 ст. ложку водки, 1 ст. ложку мёда, 1 ст. ложку соды залить 200 мл кипяченой воды, настаивать 25 минут, процедить. Полоскать горло каждые 3 часа.

РЕЦЕПТ № 17. Чемерица Лобеля. Раздробить корень чемерицы и обильно замешать на муке, сделав ленту из теста, обернуть шею больного, сверху наложить повязку из хлопчатобумажной ткани. Для детей длительность процедуры 30-60 минут 1-2 раза в день, для подростков — 2-3 часа, для взрослых — вся ночь.

РЕЦЕПТ № 18. Паслён, свиное сало — в равных частях. Использовать для компрессов.

РЕЦЕПТ № 19. Чистотел большой. *Настой:* 2,5 ст. ложки сухой травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Выпить в течение дня.

Советы из далёкого прошлого



СОВЕТ № 1. Прочищать горло тампоном с профильтрованным через толстый слой ваты керосином, через каждые 30 минут в течение дня. **Противопоказано при нарывах в носоглотке.**

СОВЕТ № 2. Близко ко рту больного поднести большую лягушку, чтобы он подышал на неё. Затем лягушку выпустить на волю. Через 8-10 минут болезнь проходит.

СОВЕТ № 3. Компресс на ночь. Носок из овечьей шерсти опустить в горячую воду, отжать и намылить хозяйственным мылом. Обернуть горло и выпить 100-150 мл клюквенного сока.

ВОСПАЛЕНИЕ НЁБНЫХ МИНДАЛИН:

- пить сок ананаса;
- полоскать горло собственной мочой;
- полоскать горлоутром и вечером лимонным соком с тёплой водой.

РЕЦЕПТ № 1. Лапчатка серебристая (см. статью «Ангина», рецепт № 5).

РЕЦЕПТ № 2. Картофель. *Отвар:* 2 ст. ложки сушёных цветков залить 400 мл кипятка, кипятить 2-3 минуты, остудить, процедить. Полоскать горло 3 раза в день. Курс: 10 дней, через 1 месяц повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Алоэ. Заполнить литровую банку наполовину, засыпать сахаром, обвязать марлей, настаивать 3 дня, процедить, отжать. Принимать по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Мумиё: 0,2 г залить 100 мл воды, размешать. Полоскать горло и глотать небольшое количество раствора 3-4 раза в день.

Анемия (малокровие)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- абрикосы: съедать 200-300 г в день (курс: 2-3 недели и более);
- мед: съедать по 1 ст. ложке во время еды 3 раза в день (курс: 1 месяц);
- гранатовый сок: пить по $\frac{1}{2}$ -1 стакану до еды 3 раза в день;
- пчелиная пыльца: принимать 2-3 раза в день во время еды по 0,5 ч. ложки (курс: 1 месяц);
- есть только свежие овощи и фрукты: яблоки, апельсины, бананы, салат, помидоры, сваренные на пару овощи, картофель, свежее молоко и мёд — всё малыми дозами;
- есть приготовленные на пару мясо и рыбу;
- исключить консервы и подогретое повторно мясо (в течение 12 недель).

РЕЦЕПТ № 1. Люцерна. *Настой*: 3 ст. ложки залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить всё в течение дня. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Плоды шиповника, лист люцерны, крапива двудомная, мята, чистотел, девясил, стручки фасоли, сельдерей, цветки ромашки — по 1 ст. ложке. *Настой*: смесь залить 1 л кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 20 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Плоды боярышника, стручковый перец, мята перечная — в равных частях. *Настой*: 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 4. Принимать мумиё по 0,2 г утром за 30 минут до еды. Курс: 25 дней. После перерыва в 10 дней курс повторить.

РЕЦЕПТ № 5. Корень аира, лист берёзы — по 2 части, девясил, дымянка, зверобой, крапива, можжевельник, укроп — по 1 части, клевер красный, мята, полынь горькая трава, черника лист, шиповник — по 3 части, корень одуванчика, хвощ полевой, цикорий — по 4 части, яснотка — 5 частей, эвкалипт и трава татарника — по 2 части. Эти травы дополняют друг друга, и можно составить сбор из 5-7 перечисленных растений. *Настой*: 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 20-30 минут, процедить. Выпить всё в течение дня. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 6. Аир болотный. Принимать по 1 ч. ложке порошка корней, запивая водой, 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Грецкий орех. *Настойка*: 30 г зелёных плодов залить 1 л 96%-ного медицинского спирта, настаивать 14 дней, процедить. Принимать по 20 капель за 30 минут до еды, запивая водой, 3-4 раза в день. Курс: 3 месяца.

РЕЦЕПТ № 8. Сок из 2 лимонов, молоко сгущённое — 2 ст. ложки, орех грецкий — 2 ст. ложки, кагор — 1 ч. ложка, черника — 4 ст. ложки, курага — 1 ст. ложка, изюм — 2 ст. ложки, овсяные хлопья — 1 ст. ложка. Все смешать. **ПРИ ХРОНИЧЕСКОМ мшашовши^ЕШ^сж^щ^ все смесь за 3 приёма в течение дня.** "

РЕЦЕПТ № 9. Татарник обыкновенный. Принимать по 1 ч. ложке порошка за 30 минут до еды 3-4 раза в день, запивая водой. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 10. Подорожник большой. Принимать порошок по $У_2$ ч. ложки перед едой 3-4 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 11. Майский мёд — 625 г, лист 3-годичного алоэ — 375 г, вино красное креплённое — 675 мл. Все перемешать и настаивать 14 дней. Принимать натошак за 30 минут до еды 3 раза в день по схеме:

5 дней — по 1 ч. ложке; •••>•, . . "
 2 дня - по 1 ст. ложке;
 2 недели — по 1 ст. ложке; , • .
 оставшуюся часть смеси — по 1 ст. ложке утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 12. Жёлуди дуба — 3 части, ячмень и цикорий — по 2 части, рожь, овёс, корень одуванчика — по 1 части. Все компоненты измельчить и перемешать в стеклянной посуде. Заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 13. Шиповник. *Настой*: 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ/№- 14. Лечение соками. 1. Соки редьки, моркови и свёклы — по 50 мл. Пить 3 раза в день. Курс: 1 месяц. 2. Сок яблок — 400 мл, сок свёклы — 100 мл. Разделить на порции и выпить в течение дня, желательнее после еды и маленькими глотками. " " - ' ' •

РЕЦЕПТ № 15. Земляника лесная. *Отвар*: 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить 15-20 минут, процедить. Выпить в течение дня. .

РЕЦЕПТ № 16. Тысячелистник, семена моркови — в равных частях. *Настой*: 100 г смеси залить 1 л кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Принимать по $У_2$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 17. Какао, нутряное свиное сало, мёд, сливочное масло — по 250 г. Всё положить в металлическую кастрюлю, растопить на тихом огне, всё время помешивая, пока не закипит. Снять с огня, остудить, переложить в стеклянную банку. Пить по 1 ч. ложке на 1 стакан горячего молока 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 18. Нутряное свиное сало — 450 г, зелёные яблоки (крупные) — 6 шт. Кусочки яблок и сало перемешать и томить в духовке на тихом огне. Яичные желтки — 12 шт. — взбить с сахаром, добавить растёртый шоколад — 450 г. Процедить через сито сало с яблоками и смешать с яично-шоколадной смесью, остудить. Мазать на хлеб толстым слоем и есть, обязательно запивая горячим молоком, 3-4 раза в день перед каждым приёмом пищи.

РЕЦЕПТ № 19. Чеснок посевной. *Настойка*: 340 г чеснока на 1 л чистого спирта, настаивать 3 недели, процедить. Принимать по 20 капель настойки на $У_2$ стакана молока 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 20. Полынь горькая. Трава, собранная в мае. *Настойка*: набить литровую банку полынью, залить водкой, настаивать 20 дней в сухом тёплом месте, процедить. Пить по 1 капле на напёрсток воды натошак 1 раз в день. Курс: 3 недели, через 2 недели повторить.

РЕЦЕПТ № 21. Морковь. Съесть утром натощак по 100 г протёртой моркови со сметаной, с добавлением растительного масла по вкусу. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 22. Рябина сибирская. *Настой:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, добавить сахар по вкусу. Выпить в 3 приёма в течение дня.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Пить молоко свињи, взятое во время кормления поросят. Пить ежедневно без ограничений. Можно пить кошачье молоко по 150 мл в день.

СОВЕТ № 2. Пить бульон, сваренный из костей черепа черепахи. Доза — без ограничений,

ГИПЕРХРОМНАЯ. И ЖЕЛЕЗОДЕФИЦИТНАЯ АНЕМИЯ

РЕЦЕПТ № 1. Шиповник, люцерна, крапива, мята, чистотел, девясил, стручки фасоли, сельдерей, ромашка — в равных частях. *Настой:* 3 ст. л. смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1 час, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 1-2 месяца.

Апоплексия

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- полный покой и применение сердечно-сосудистых средств.

РЕЦЕПТ № 1. Сурепка обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку Травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2-3 часа, тепло укутав, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё: по 0,2-0,3 г утром за 30 минут до еды. Курс: 10 дней. После перерыва в 5 дней курс Повторить — всего 3-5 курсов.

Аппетит (возбуждающие средства)

РЕЦЕПТ № 1. Корневища аира. *Отвар:* 1 ч. ложку сырья залить 2 стаканами воды, кипятить 15 минут, остудить, процедить. Пить по 1-2 стакана в день перед едой. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Корни одуванчика. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 8 часов, процедить. Шггь по % стакана перед едой. Курс: 1 месяц.

Аритмия

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- необходимо начинать слечения основного заболевания, вызвавшего аритмию.

РЕЦЕПТ № 1. См статью «Аденит», рецепт № 3.

РЕЦЕПТ № 2. Глиняная вода: 2 ч. ложки глины на 1 стакан воды. Выпить в течение дня. Курс: 21 день. После перерыва в 9 дней курс повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Почки берёзы, бессмертник, зверобой, ромашка — по 100 г. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 3 часа, процедить. На 1 стакан настоя добавить 1 ч. ложку мёда и выпить вечером перед сном. Утром оставшуюся часть настоя подогреть, добавить 1 ч. ложку мёда и выпить. Курс: до окончания сбора.

Артериальное давление

Повышенное артериальное давление

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- ограничить приём соли;
- протирать шею «Меновазином»;
- ставить на затылок горчичник;
- мёд: по 1 ст. ложке во время еды; мёд и цветочная пыльца — в равных частях: принимать по 2 г утром;
- укроп: перед едой принимать по $\frac{1}{2}$ ч. ложки плодов, запивая водой;
- чеснок: съедать 3-4 зубчика в день;
- смочить ткань яблочным (или винным) уксусом и приложить к пяткам на 5-10 минут;
- есть печёный картофель вместе с кожурой;
- хурма: пить сок по 100 г 4 раза в день;
- рябина черноплодная: есть по 100 г ягод в день или принимать сок по 50 мл за 20 минут до еды 4 раза в день;
- сок брусники: пить по 25-80 мл после еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Ботва моркови. *Настой:* 2 ст. ложки залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Девясил, голубая вербена, шлемник, клопогон, лобелия в равных частях. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20-25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3-4 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 3. Боярышник кроваво-красный. 1. Съедать по 30-40 шт. ягод боярышника в день. Курс: 1 месяц. 2. *Отвар:* 100 г ягод (без семени) залить 2 стаканами воды, настаивать 1 ночь, вскипятить, настаивать 20-30 минут, процедить. Пить, по $\frac{1}{2}$ —1 стакану 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Барвинок малый. *Отвар:* 2 ст. ложки листьев залить 0,5 л кипятка, кипятить 20 минут на тихом огне, процедить. Выпить весь отвар в течение дня за несколько приёмов.

РЕЦЕПТ № 5. Земляника, калина или клюква. Смешать с сахаром в равных частях и принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Шалфей лекарственный. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить весь настой в течение дня маленькими глотками.

РЕЦЕПТ № 7. Белая акация. *Настойка:* стеклянную банку ёмкостью 0,5 л заполнить доверху цветками белой акации, залить водкой, настаивать 14 дней, процедить. Принимать по 7-10 капель перед едой, запивая водой.

РЕЦЕПТ № 8. Зверобой, шиповник, душица, лист тёрна — в равных частях. Смесь заварить как чай в 1 л кипятка. На 0,5 л настоя добавить $\frac{1}{2}$ стакана клюквы и 2 ст. ложки сахара, размешать и выпить сразу 2 стакана.,

РЕЦЕПТ № 9. Астрагал шестипалый. *Настой:* 20 г травы довести до кипения, залить 500 мл воды, настаивать 1 час, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Герань великокорневищная. *Настойка:* 50 г измельчённых листьев залить 100 мл 60%-ного спирта, настаивать 8 дней в тёмном месте, периодически встряхивая. Принимать по 20 капель на 1 ст. ложку воды утром до еды и вечером перед сном.

РЕЦЕПТ № 11. Гледичия каспийская. *Настой:* 20 г молодых листьев залить 0,5 л воды, довести до кипения, настаивать 1 час, процедить. Пить по 50 мл перед едой 3 раза в день. Настой способствует расширению сосудов.

РЕЦЕПТ № 12. Эвкоммия вязолистная. 1. *Отвар:* 20 г коры залить 0,5 л воды, кипятить 10 минут, настаивать 4 часа, процедить. Пить по 2 ст. ложки до еды 3 раза в день. 2. *Отвар:* 10 г сырья залить 100 мл воды, кипятить до выпаривания половины жидкости. Принимать по 20 капель перед едой 3 раза в день. .

РЕЦЕПТ № 13. Магнолия многоцветная. *Настойка:* 10 г листьев залить 60%-ным спиртом в соотношении 1:1, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 20 капель 4 раза в день до еды. Курс: 1. месяц.

РЕЦЕПТ № 14. Маслина европейская. *Отвар:* 100 г листьев залить 0,5 л воды, кипятить 3 минуты, настаивать 24 часа, процедить. Пить по 50-70 мл за 30 минут до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Сушеница лесная. 1. *Отвар:* 2 ст. ложки листьев-залить 0,5 л горячей кипячёной воды, кипятить 3 минуты, настаивать 4 часа, процедить. Пить по 100 мл за 20 минут до еды 4 раза в день. 2. *Настой:* 4 ст. ложки сушёных плодов залить 0,5 л кипятка, настаивать 1 час. Пить по 100 мл за 20 минут до еды 4 раза в день. 3. Сушеница топяная. *Настой:* 4 ст. ложки измельчённого сырья залить 0,5 л кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 100 мл 4 раза в день и перед сном.

РЕЦЕПТ № 16. Сферофиза солонцовая. *Отвар:* 2 ст. ложки измельчённого сырья залить 0,5 л кипятка, кипятить 5 минут, настаивать 4 часа, процедить. Пить по 100 мл до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 17. Лист берёзы, трава душицы, цветки липы, шишки хмеля, трава чабреца — по 1 ст. ложке. *Отвар:* сбор залить 2 л кипятка, довести до кипения, кипятить на тихом огне 3-5 минут, охладить, процедить. Вылить в ванну, наполненную водой до половины, и принимать по 30 минут через день. Курс: 15 ванн.

РЕЦЕПТ № 18. Чистец болотный. *Настойка:* 3 ч. ложки залить 200 мл водки, настаивать 6-7 дней, часто встряхивая, процедить. Пить по 15 капель 4 раза в день. *Настой:* 1 ч. ложку измельчённого сырья залить 400 мл кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 19. Шелковица белая или чёрная. 1. Принимать порошок из листьев: по 0,2 г до еды 4 раза в день. 2. *Настой:* 2 ст. ложки измельчённого сырья залить 0,5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 100 мл до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 20. Шлемник байкальский. 1. *Настойка*: 10 г корней залить 50 мл 70%-го спирта, настаивать 14 дней, периодически встряхивая, процедить. Принимать по 30 капель за 30 минут до еды 4 раза в день..2. *Настой*: 2 ч. ложки залить 0,5 л кипятка, настаивать 4 часа, процедить. Пить по 2 ст. ложки перед едой 4 раза в день.

• **РЕЦЕПТ № 21.** Ясень белый. *Настойка*: 10 г корней залить 50 мл 70%-ного спирта, настаивать 14 дней, периодически встряхивая, процедить. Принимать по 40 капель до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 22. Кора эвкоммии вязолистной, корень шлемника байкальского — по 35-40 г, трава барвинка малого — 30 г, трава сушеницы топяной — 20 г, плоды черноплодной рябины — 10 г. *Настой*: 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 50-70 мл за 30 минут до еды 3-4 раза в день. Курс: 1,5-2 месяца. Рекомендуется провести 2-3 курса с перерывом 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 23. Плоды боярышника кроваво-красного и трава сушеницы топяной — по 20 г, лист Melissa лекарственной, трава хвоща полевого и лист омелы белой — по Ю г. *Настой*: 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, довести до кипения, настаивать 20 минут и процедить. Пить по 100 мл 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 24. Трава руты пахучей — 20 г, лист барвинка Малого, трава сушеницы топяной, цветки боярышника кроваво-красного — по 25 г, корень валерианы лекарственной — 50 г. *Настой*: 2 ст. ложки сбора залить 0,5 л холодной кипячёной воды, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 100 мл утром и вечером. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 25. Кукуруза. *Настой*: 1 ст. ложку кукурузной муки залить Гстаканом кипятка, настаивать 1 ночь. Выпить утром натощак, оставив гущу.

РЕЦЕПТ № 26. Зверобой — 1 ст. Ложка, цветки ромашки — %^{ст}- ложки. *Настой*: сбор залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по У₂ стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 27. Сок омелы — 2 ст. ложки, сок тысячелистника — 2 ст. ложки. Влить в стакан любого фруктового сока и выпить.

Пониженное артериальное давление

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- длительный отдых, покой для нервной системы,, ограничить потребление соли и животных жиров и увеличить в рационе питания количество овощей и фруктов;
- запекать картошку в мундире и есть её с кожурой;
- гранатовый сок: по 1 стакану в день (курс: 2-3 недели);
- съедать ежедневно по 150-200 г варёной свёклы (курс: 2-3 недели) или сок-свёклы с мёдом (1:1) по 1 ст. ложке 4-5 раз в день (курс: 2-3 недели);
- каждый вечер перед сном вдыхать валерьяновые капли: по 2-3 капли на каждую ноздрю (курс 3-4 месяца);
- есть свежие ягоды жимолости голубой, дозировка — по самочувствию;
- перед сном протирать шею «Меновазином»;
- смочить ткань, яблочным (или винным) уксусом, приложить к пяткам на 10-15 минут.

РЕЦЕПТ № 1. На дно стакана насыпать 1 ст. ложку кукурузной муки и залить доверху горячей водой, настаивать 1 ночь, процедить. Утром выпить, оставив осадок.

РЕЦЕПТ № 2. Барвинок малый. *Отвар:* 1 ст. ложку листьев залить 1 стаканом воды и кипятить 20 минут на тихом огне, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 3. Шалфей лекарственный. *Настой:* 1 ст. ложку шалфея залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут и процедить. Пить по 1 ч. ложке каждые 2-3 часа, процедить.

РЕЦЕПТ № 4. Размолоть в порошок панцири крабовых и принимать по 1 ч. ложке за 15 минут до еды 3 раза в день, запивая водой. Курс: 1—1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 5. Багульник болотный. *Настой:* 1 ст. ложку Травы (или корней) залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по 1-2 стакана в день.

РЕЦЕПТ № 6. Омела белая. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 7. См статью «Аденит», рецепт № 3. . . -

РЕЦЕПТ № 8. Глиняная вода: 2 ч. ложки глины на 1 стакан воды. Выпить в течение дня. Курс: 21 день. После перерыва в 9 дней курс повторить.

Артериосклероз

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- ограничить потребление богатых холестерином животных жиров и яиц;
- пить щелочную минеральную воду.

РЕЦЕПТ № 1. См. статью «Анкилоз», рецепт № 1.

РЕЦЕПТ № 2. См. статью «Аденит», рецепт № 3.

РЕЦЕПТ № 3. Сбор: кора белого дуба, окопник, полынь, шлемник байкальский, чёрный орех, таволга, алтей, коровяк, ива белая, гортензия, люцерна, лопух, клопогон ветвистый, петрушка, вяз, перец, хрен — в равных частях. Выбрать не менее 7 трав. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 3 стаканами кипятка, кипятить 3-5 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана после еды 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

Атеросклероз,

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- красная смородина: принимать по $\frac{1}{2}$ стакана сока за 30 минут до еды 3-4 раза в день (курс: 1-1,5 месяца); *
- ежедневно съедать 2-3 зубчика чеснока;
- парить ноги в отваре сушеницы топяной;
- при атеросклерозе головного мозга: сок лука и мёд смешать в равных частях. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день (курс: 3 месяца);

- употреблять в пищу арбузы, морскую капусту, лук и чеснок;
 - брать под язык 20-30 мл маточного молочка 3 раза в день;
 - плоды боярышника: пить сок по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день;
 - кукурузное масло: принимать по 1 ст. ложке после еды 3 раза в день (курс: 3 недели, курс повторять 3-4 раза в год с перерывом в 4 недели);
- », - , сок одуванчика: пить по 70-100 мл в день (курс: 3-4 недели).

РЕЦЕПТ № 1. Цветущие верхушки красного клевера, собранные в начале цветения, — 40 г. *Настойка:* цветки залить 0,5 л водки, настаивать 14 дней, процедить и отжать. Принимать по 20 г перед обедом и перед сном. Курс: 15 дней. После перерыва в 10 дней курс/повторить, а через 6 месяцев повторить ещё раз.

РЕЦЕПТ № 2. Цикорий обыкновенный. *Настой:* 2 ст. ложки травы цикория залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 минуты, процедить. Выпить в 3 приёма в течение дней. Курс: 1-1,5 месяца. *

РЕЦЕПТ № 3. Нутряное сало и мелко нарезанный корень капусты — в равных частях, проварить 3-5 минут, процедить. Ежедневно втирать в затылочную часть головы. Курс: 2-3 недели."

РЕЦЕПТ № 4. Кора рябины обыкновенной. *Отвар:* 200 г сырья залить 0,5 л воды, кипятить 2 часа, остудить и процедить. Принимать по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день. Курс; 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 5. Плоды черноплодной рябины и сахар — в равных частях, настаивать 3 дня. Принимать по 1 ч. ложке перед едой. Курс 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 6. Перец красный, плоды боярышника, мята, имбирь — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, остудить, процедить, добавить 1 ст. ложку рыбьего жира. Выпить в течение дня. Курс 1-1,5-месяца.

РЕЦЕПТ № 7. Крапива, девясил, шиповник, петрушка, сосновая кора, виноградные косточки, шелуха арахиса, кора лимонного дерева, клюква — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, кипятить 3 минуты, охладить, процедить и отжать. Выпить всё в течение дня. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 8. Пропустить 2 раза через мясорубку 200 г чеснока, залить 200 мл спирта, настаивать 12 дней, добавить 50 г пчелиного мёда и 30 г 30%-ной настойки прополиса. Все размешать до полного растворения мёда и настоять 3 дня. В 50 мл молока добавлять капли настойки, пользуясь следующей схемой:

ДНИ	1	2	• 3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак	1	4	7	10	13	15	12	9	6	3
Обед	2	5	8	11	14	14	11	8	5	2
Ужин	3	6	9	12	15	13	10	7	4	1

РЕЦЕПТ № 9. Горечавка жёлтая, ягоды черники, кошачья мята, желтокорень, мирра, пажитник, окопник, жёлтый щавель, зверобой, голубая вербена, корень стародубки, ягоды лавра, ирландский мох, колючий ясень, ослинник — в равных

частях. *Отвар*: 3 ст. ложки сбора залить 3 стаканами воды, кипятить 5-7 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой. Курс: 2-3 недели, После перерыва в 10 дней курс повторить.

РЕЦЕПТ № 10. Глиняная вода: развести 2 ч. ложки глины в 1 стакане воды. Выпить в течение дня.

Одновременно провести курс лечения лимонами (см. рецепт № 11) и принимать по 25-30 минут глиняную ванну: 2 стакана глины на 1 ведро тёплой воды.

РЕЦЕПТ № 11. Ежедневно до еды выпивать лимонный сок по схеме:

1-я неделя: сок 1 лимона на $\frac{1}{2}$ стакана воды (утром);

2-я неделя: сок 2 лимонов на 1 стакан воды (разделить на утро и вечер);

3-я неделя: сок 3 лимонов на $\frac{1}{2}$ стакана воды (разделить на утро, вечер и обед).

Соответствующим образом каждую неделю увеличивать приём сока, пока количество лимонов не дойдет до 5-7; затем еженедельно снижать количество сока в той же пропорции и дойти до начального количества.

При сильных болях в желудке можно 1 лимон заменить на 1 ч. ложку глины и воспользоваться той же схемой.

РЕЦЕПТ № 12. Гречиха посевная. *Настой*: 1 дес. ложку цветков залить 0,5 л кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 13. Лист берёзы белой — 2 части, цветки бессмертника песчаного — 1 часть, плоды боярышника кроваво-красного — 2 части, трава буквицы лекарственной — 2 части, трава душицы — 1 часть, трава зверобоя продырявленного — 3 части, крапива двудомная — 1 часть, трава лапчатки гусиной — 1 часть, семя льна посевного — 0,5 части, почечный чай — 2 части, плоды шиповника — 1 часть. *Настой*: 3 ст. ложки сбора высыпать в термос, залить 0,5 л кипятка и настаивать 1 ночь, процедить. Выпить всё в тёплом виде в 3-4 приёма за 30 минут до еды. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 14. Трава мяты, лист подорожника, мать-и-мачеха, лист малины, цветки клевера лугового, трава земляники лесной, трава донника лекарственного, плоды боярышника, трава будры плющевидной, трава вероники лекарственной, трава Одуванчика лекарственного, цветки ромашки — по 1 части, трава шалфея — 2 части, трава чабреца, плоды шиповника — по 3 части. *Настой*: 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 1 ночь, процедить. Выпить всё в тёплом виде в 3-4 приёма за 30 минут до еды. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 15. Цветки боярышника, трава хвоща полевого, лист барвинка — по 1 части, трава тысячелистника — 2 части. *Отвар*: 1 ст. ложку (с верхом) смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 3 часа, кипятить 5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Выпить в течение дня. Курс 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 16. Цветки арники — 1 часть, тысячелистник — 5 частей, зверобой — 4 части. *Отвар*: 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 3 часа, кипятить 5 минут, настоять 15 минут, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 17. Плоды тмина и-лист барвинка — по 2 части, корень валерианы и лист Melissa — по 3 части, цветки боярышника — 4 части, омела белая — 6 частей. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Выпить в течение дня. Курс 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 18. Цветки ландыша — 1 часть, лист Melissa — 2 части, трава лапчатки гусиной — 3 части, трава руты — 3 части. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, настаивать 3 часа, кипятить 5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 19. Берёзовый лист (собрать в начале цветения). *Настой:* 10 г сырья залить 0,5 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 100 мл утром и вечером. Курс: 1 месяц.

Артрит

Артроз

РЕЦЕПТ № 1. Багульник болотный. *Отвар:* 500 г свежей травы залить 3 л воды, довести до кипения, кипятить 10 минут и вылить в ванну с тёплой водой: Принимать ванну 20-25 минут по 5-6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 2. Обложить больные места лепёшками (толщиной в палец) из глины, обвязать шерстяной тканью и держать 1 час 2-3 раза в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Эхинацея пурпурная, хвощ, полевой — по 3 части, чеснок, скорлупа грецкого ореха — по 1 части. *Настой:* 2 ст. ложки измельчённой смеси залить 3 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, тепло укутав, процедить. Пить по 1/3 стакана после еды 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 4. Клубни лютика полевого, ячменная мука, желатин в равных частях. *Настой:* 2 ст. ложки измельчённой смеси залить 3 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, тепло укутав, процедить. Пить по 1/3 стакана после еды 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 5. Мумиё: принимать по 0,2 г перед ужином. Курс: 25 дней. После перерыва в 10 дней курс повторить.

РЕЦЕПТ № 6. Овёс посевной, хвощ полевой, лобелия, окопник — в равных частях. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1/3 стакана 3-4 раза в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 7. Крушина американская, ромашка, пассифлора, люцерна, корень одуванчика, солодка, тимьян, горечавка, крушина, мята, сельдерей. — в равных частях. Можно сделать сбор из 5-7 перечисленных растений. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 8. См статью «Аденит», рецепт № 3.

Анкилоз

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- прикрепить к больному месту неочищенный клубень картофеля (или несколько мелких).

РЕЦЕПТ № 1. Курс лечения лимонами. См. статью «Атеросклероз», рецепт № 11. После прохождения курса лечения лимонами каждое утро необходимо: выпивать 1 стакан воды с лимонным соком; съесть 1 сырую картофелину, протерев её с кожурой.

РЕЦЕПТ № 2. Нагреть над паром толстое полотенце, обернуть им больное место на 20-25 минут, затем сделать глиняную примочку на 1 час. Сняв примочку, растереть это место глиняной водой (см. статью «Аденоиды», рецепт № 5), можно с добавлением 2-3 долек растёртого чеснока.

Ревматоидный артрит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- как можно больше употреблять плоды вишни с молоком;
- в течение дня принимать мёд: утром — 30 г, в обед — 40 г, вечером — 30 г;
- спать на матрасе, набитом свежими листьями папоротника;
- пить чай из травы горца многоцветного: по $\frac{1}{3}$ стакана утром и вечером (курс: 2-3 недели).

РЕЦЕПТ № 1. Осиновые почки. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Стальник пашенный. *Отвар:* 500 г травы залить 3 л воды, кипятить 10-15 минут, затем процедить и вылить в ванну. Принимать такие ванны на ночь ежедневно по 30-40 минут. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Дряква альпийская (цикламен европейский, фиалка альпийская). *Отвар:* 20 клубней залить 40 л воды, варить на медленном огне 10—15 минут, процедить. Затем отлить 2 л жидкости в отдельный сосуд. Оставшуюся жидкость не процеживать, использовать для ванн: по 30 минут утром и вечером держать в отваре сначала руки, а потом — ноги. После процедуры в жидкости из отдельного сосуда (2 л) помочить голову. Одним и тем же отваром можно пользоваться несколько раз, пока не исчезнет боль.

РЕЦЕПТ № 4. Листья брусники. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут на медленном огне, процедить. Выпить в течение дня маленькими глотками. Курс: 1 месяц!

РЕЦЕПТ № 5. Цветки бузины, лист крапивы, корень петрушки, кора ивы — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить на тихом огне 5 минут, остудить, процедить. Пить по 2 стакана в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 6. В стеклянную банку емкостью 0,5 л положить 30 г измельчённой камфоры, 150 г скипидара, 140 г оливкового масла и долить доверху винным спиртом, настаивать 3 дня. Перед сном взболтать смесь, втереть досуха в больные места и обвязать шерстяной тканью.

РЕЦЕПТ № 7. *Настойка:* 100 г измельчённой камфоры растворить в 200 мл спирта, добавить 20,0 г горчицы, взбить в этой массе 2 сырых белка, настаивать 3 дня. Втирать перед сном в больные места. Курс 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 8. Коровяк (медвежье ушко). *Настойка*: 50 г цветков настаивать на 0,5 л водки 14 дней, процедить. Втирать досуха в больные места на ночь.

РЕЦЕПТ № 9. Конский каштан. *Настойка*: 20 цветков на 0,5 л спирта, настаивать 14 дней, процедить. Втирать досуха 3-4 раза в день и на ночь.

РЕЦЕПТ № 10. Звездчатка средняя (мокрица). *Настой*: 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 4 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 11. Окопник, полынь, лобелия, алтей, кора белого дуба, орех, чеснок, коровяк, шлемник, толокнянка — в равных частях. *Настой*: 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 12. Рыбий жир, перец, мята, боярышник, имбирь — в равных частях. *Настой*: 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 13. Крапива, девясил, шиповник, петрушка, кора сосны, виноградные косточки, клюква, шелуха арахиса — в равных частях. *Настой*: 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20-25 минут, процедить. Выпить в течение дня в 3 приёма. Курс 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 14. Грыжник душистый. *Настой*: 3 ч. ложки травы залить 0,5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3-4 раза в день после еды. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 15. Глиняная вода. 2 ч. ложки глины развести на 1 стакан воды, размешать. Выпить в течение дня. При этом желательнее принимать глиняные ванны: 2 стакана глины размешать в ведре тёплой воды. Длительность приёма 20-30 минут. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 16. Из трав, указанных в предыдущих рецептах, произвольно составить сбор. Сделать *отвар*: 14 ст. ложек сырья на 3 л воды, вылить в ванну с тёплой водой. Больной, погрузившись по шею, должен принимать ванну 25-30 минут. Курс: не менее 17 процедур.

РЕЦЕПТ № 17. Мумиё: по 0,2 г утром до еды. Курс: 10 дней. Через перерывы в 5 дней необходимо курс повторять до тех пор, пока не будет принято 10 г мумиё.

Астения

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- ежедневно принимать сок свёклы: по 50-70 мл перед едой 3 раза в день (курс: 2-3 недели).

РЕЦЕПТ № 1. Зверобой продырявленный. *Настой*: 10 г травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана после еды 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Корень валерианы, мелиссы, синюхи голубой — по 1 ст. ложке. *Отвар:* сбор залить 1 стаканом кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 4 часа, процедить. Пить по 2 ст. ложки перед едой 3 раза в день и на ночь. Курс: 3-5 недель.

РЕЦЕПТ № 3. Пижма, ноготки лекарственные, душица — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Выпить в течение дня. Курс 2-3 месяца.

Астма

Сердечная астма

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- во время приступа больной должен находиться в сидячем положении;
- для уменьшения притока крови к лёгким рекомендуется наложить жгуты на нижние конечности;
- размешать 1 свежее куриное яйцо и принимать по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день (курс: 1 месяц).

РЕЦЕПТ № 1. Чистотел большой. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить не менее 3 стаканов в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Девясил высокий: *Отвар:* 10 г травы залить 2 стаканами воды, уварить на тихом огне до 1/2 от начального объёма, процедить. Принимать по 1-2 ст. ложки через каждый час в течение дня. Курс: 1 месяц.

Порошок корня девясила принимать по 1 ч. ложке перед едой 3 раза в день, запивая водой. Курс: 3-4 недели. •

РЕЦЕПТ № 3. Адамов корень, мёд и сливочное Масло — в равных частях. Все перемешать. Принимать по 1 ч. ложке 8 раз в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 4. Анис обыкновенный. *Отвар:* 30 г семян залить 2 стаканами воды, отварить в течение 3-5 минут, остудить, процедить. Пить по 1/2 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 5. Протёртый хрен и сока лимона — в равных частях. Принимать по 1 ч. ложке перед едой 3 раза в день. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 6. Перегородки грецких орехов. *Настойка:* 0,5 кг перегородок залить 1 стаканом спирта, настаивать 7 дней. Принимать по 30 капель за 30 минут до еды 4 раза в день, запивая молоком. За курс необходимо выпить всю настойку. •

РЕЦЕПТ № 7. Смешать 200 мл коньяка, 200 г цветочного мёда, 200 г размятых ягод клюквы, настаивать 3 дня. Принимать по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день. За курс необходимо употребить всю смесь.

РЕЦЕПТ № 8. Корни малины. *Отвар:* 100 г корней кипятить 40 минут в 1 л воды. Пить по 1/2 стакана до еды 3 раза в день при аллергических состояниях.

РЕЦЕПТ № 9. Мать-и-мачеха, багульник,, иван-да-марья, сосновые почки, чабрец, крапива, девясил, пустырник, адонис весенний — по 1 ст. ложке. *Настой:* сбор заварить 1 л кипятка, настаивать 12 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром натощак и вечером перед сном. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 10. Смешать 50 г измельчённого чеснока, 250 г мёда цветочного, 250 мл водки, кипятить 35 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день в горячем виде. Необходимо употребить всю смесь.

РЕЦЕПТ № 11. Свежесорванные цветки мать-и-мачехи и корень одуванчика в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 12. 2,00 мл спирта, 250 г сахара, 200 г барсучьего жира, 200 г цветочного мёда, 250 г сока из листьев алоэ (возрастом не менее 3 лет), всё перемешать, настоять 3 дня. Принимать по 1 ч. ложке за 15 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Земляника лесная. *Настой:* 1 ст. ложку листьев залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить как чай.

РЕЦЕПТ № 14. 250 г репчатого лука, 250 г сахара, 25 г мёда. *Отвар:* вылить в смесь $\frac{1}{2}$ стакана воды, кипятить 3 часа на тихом огне. Принимать по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день, пока не закончится смесь. Через 9 дней курс лечения повторить.

РЕЦЕПТ № 15. 25 г берёзовых, почек, 500 г свежего сливочного масла, 500 г нутряного сала, 3 кг цветочного мёда. *Отвар:* залить смесь 1 л воды, всё тщательно перемешать, парить на тихом огне 45 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день, пока не закончится смесь.

РЕЦЕПТ № 16. Смесь мёда, хрена и репчатого лука — в равных частях. Всё перемешать и настаивать 7 дней. Принимать по 1 ч. ложке перед едой 3-4 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 17. Берёзовые почки. *Настой:* 1 ст. ложку сырья, залить 1 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить до еды по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 3-4 недели. Настой используется также для снятия отдышки. «

РЕЦЕПТ № 18. Душица обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку душицы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить тёплый настой по $\frac{1}{2}$ стакана за 20 минут до еды. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 19. Солодка голая. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 1 сутки. Пить по 1 ст. ложке утром и вечером. Курс: 1 месяц!

РЕЦЕПТ № 20. Веточки, иглы и шишки сосны. *Отвар:* 1,5 кг сырья кипятить в 3 л воды 30 минут, настаивать 12 часов, процедить и вылить в тёплую ванну. Принимать сосновые ванны через день по 25-30 минут. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 21. Принимать мумиё по 0,2 г утром за 30 минут до еды. Курс: 25 дней. После перерыва в 10 дней курс повторить.

Советы из далёкого прошлого

Жир барсука, медведя и собаки. Пить 3 раза в день по 1 ст. ложке на 1 стакан горячего молока.

Бронхиальная астма

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ВО ВРЕМЯ ПРИСТУПА:

- больной должен находиться в сидячем положении;
- горячие ванны для рук и ног;
- пить чай из листьев сирени;
- глотать порошок ячменного кофе и небольшие кусочки льда;
- / нюхать нашатырный спирт.

РЕЦЕПТ № 1. Цветки бузины, трава росянки, лист подорожника, трава фиалки, трехцветной — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут на тихом огне, охладить, процедить и отжать. Выпить в 3 приёма в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. Багульник болотный. *Отвар:* 30 г сырья залить 1 л воды, кипятить 7-10 минут, процедить. Пить по 3 чашки в день.

РЕЦЕПТ № 3. *I состав:* 2 кг овса, 200 г свежих листьев алоэ, 200 мл коньяка, 200 г цветочного мёда залить 5 л воды, поместить в духовку на 3 часа, процедить и отжать. Добавить еще 200 мл коньяка, 200 г алоэ и 200 г мёда. Затем всё довести до кипения и остудить. *II состав:* из 3 л молока сделать сыворотку, добавить к ней 200 г мёда и 200 г корней девясила. Поставить в духовку на 4 часа, остудить, процедить и отжать.

Оба состава держать в прохладном месте. Принимать каждый по отдельности: по 1-ст. ложке после еды 3 раза в день, запивать боржоми. Курс приёма I состава: 1 месяц. Курс приёма II состава: 2-4 месяца.

РЕЦЕПТ № 4. Чеснок — 2 головки, лимоны — 5 шт. *Настой:* подавить чеснок и потереть на тёрке лимоны, залить 1 л кипячёной воды, настаивать 5 дней. Принимать по 1 ст. ложке за 20 минут до еды 3 раза в день, пока не закончится вся смесь.

РЕЦЕПТ № 5. Семена конопли. *Отвар:* 10 г семян измельчить, залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, охладить, процедить. Пить после еды 3-4 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 6. Бедренец-камнеломка. *Настойка:* 100 г корней залить 0,5 л водки, настаивать 8 дней в тёмном месте, процедить. Принимать по 30 капель после еды, запивая 1 стаканом воды, 3-4 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 7. Крапива — 30 г и багульник — 50 г. *Настой:* смесь трав залить 1 л кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Принимать по 1/2 стакана 5-6 раз после еды. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 8. Лук репчатый. Выжать сок из 500 г луковиц, добавить 500 г сахара, держать на солнце 14 дней. Принимать по 1 ст. ложке перед едой, пока не закончится вся смесь.

Лук-севок. Залить 40 головок кипящей водой, настаивать до размягчения, погрузить в 0,5 л оливкового масла и размять. Принимать по 1 ст. ложке до еды утром и вечером. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 9. На ночь смазывать грудь смесью: 2 части нутряного сала и 1 часть толченого аспирина. Курс: 10 дней.

РЕЦЕПТ № 10. Эфедра колосковая — 40 г, ромашка — 200 г, берёзовые почки — 60 г, багульник — 200 г. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать, укутав, 7 часов, процедить. Пить тёплый настой по $\frac{1}{2}$ стакана в день до еды, пока не закончится вся смесь.

РЕЦЕПТ № 11. Почки сосны, трава подорожника и мать-и-мачехи — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 2 часа, кипятить 5 минут, процедить. Выпить в течение дня в 3 приёма. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 12. При застарелой бронхиальной астме помогает сбор: берёзовые почки, лист крапивы, цветки ромашки, трава спорыш, цветки ноготков — по 1 ст. ложке, лист берёзы — 2 ст. ложки. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить тёплый настой по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день, пока не закончится вся смесь.

РЕЦЕПТ № 13. Корень солодки — 1 ст. ложка, лист подорожника большого и трава пшеницы — по 2 ст. ложки, корень алтея — 3 ст. ложки, трава череды — 4 ст. ложки. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л кипятка, варить 3-5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

Детская астма

РЕЦЕПТ № 1. 40 листьев мать-и-мачехи залить на ночь 0,5 л водки, настоять до вечера. В первый вечер уложить несколько листьев на спину ребёнка и оставить на ночь, следующий вечер — на грудь. Чередовать, пока листья не закончатся.

РЕЦЕПТ № 2. См. статью «Бронхиальная астма», рецепт № 9.

РЕЦЕПТ № 3. Давать утром и вечером по 0,1 г мумиё до еды. Курс: 10 дней. После перерыва в 10 дней курс повторить, всего — 3-4 курса. :•

РЕЦЕПТ № 4. Глиняная вода: 1 ч. ложка глины на 1 стакан воды. Выпивать по $\frac{1}{2}$ стакана в течение дня. Курс: 21 день.

Атония кишечника

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- систематически съедать 2-3 зубчика чеснока вместе с пищей, хотя бы 1 раз в день;
- принимать сок лука по 1 ч. ложке перед едой 3 раза в день;
- принимать порошок из ревеня волокнистого по 0,2-2 г 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Душица обыкновенная. *Настой:* 20 г травы залить 2 стаканами кипятка, настаивать 4 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё: принимать по 0,2 г утром до еды. Курс: 24 дня. После перерыва в 10 дней курс повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Глиняная вода: 2 ч. ложки глины развести в 1 стакане воды. Выпить в течение дня. Курс: 21 день. После перерыва в 9 дней курс повторить.

Атония мочевого пузыря

РЕЦЕПТ № 1. Пастушья сумка. *Настой:* 3 ст. ложки свежей или сушёной травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Яблочная диета: начать с 1 яблока в день, увеличивать каждый день на 1 яблоко; когда норма дойдет до 7 яблок в день, начать уменьшать её каждый день на 1 яблоко.

РЕЦЕПТ № 3. После 17 часов ничего не пить, а до этого времени в течение дня пить *настой:* почки апельсинового дерева — 40 г, корень валерианы — 100 г, цветки липы — 20 г, мята и ромашка — по 10 г, тмин — 20 г. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по 150 мл настоя 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Глиняная вода: 2 ч. ложки глины на 1 стакан воды. Перед сном на низ живота ставить на 1-1,5 часа глиняную примочку, замешав глину на собственной моче. Делать это до выздоровления.

Атония мышц у детей

РЕЦЕПТ № 1. Мёд — 400 г, сера — 20 г. Размешать и по вечерам смазывать дистрофичные мышцы ребёнка, массируя их. После этого ребёнок должен трижды пропотеть. Обмыть его тёплой водой без мыла, переодеть и дать выспаться. Курс: 3-5 дней.

Атония почек

РЕЦЕПТ № 1. Пастушья сумка. *Настой:* 3 ст. ложки травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана до еды 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Трава хвоща полевого и лапчатки прямостоячей — по 15 г, лист подорожника большого — 20 г. *Настой:* сбор залить 0,5 л кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить в тёплом виде по $\frac{2}{3}$ стакана на ночь. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Плоды шиповника, стальник полевой, адонис весенний, можжевельник — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1-1,5 часа, процедить. Пить в тёплом виде по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 4. Мумиё: принимать по 0,2 г утром до еды, в смеси с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25 дней. После перерыва в 10 дней курс повторить.

Афты

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- смазывать ротовую полость 3%-ным раствором ляписа 2-3 раза в день;
- полоскать рот свежей мочой 3-5 раз в день;
- полоскать рот глиняной водой: 2 ст. ложки глины на 1 стакан воды 3-5 раз в день;.
- полоскать рот раствором мумиё: 0,3-0,5 г на $\frac{1}{2}$ стакана воды 5-7 раз в день.

Базедова болезнь (тиреотоксикоз)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- носить на шее бусы из янтаря, который должен касаться зоба;
- делать на лоб, затылок и глаза примочки из глины: 3 раза в день, по 30-40 минут (курс: 3 недели);
- прикладывать к зобу свинцовые пластины: на 10-15 минут 3-5 раз в день (курс: 3-4 недели);
- пить как чай отвар незабудок, собранных в мае;
- утром и вечером съедать по 2-3 ст. ложки проросшей пшеницы (курс: 3-4 недели);
- утром и вечером съедать по 100 г жмыха свеклы (курс: 21 день);
- есть печеный картофель или пить его свежий сок: по 100-200 мл 2-3 раза в день (курс: 21 день);
- тыква: есть семечки, пить сок не менее 100-200 мл в день;
- есть айву или пить её сок: по 150-200 г в день (курс: 1 месяц).

РЕЦЕПТ № 1. Эвкалипт, ромашка, зверобой, одуванчик, крапива, мать-и-мачеха, мята, хвощ полевой — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Выпить в течение дня за 4 приёма. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Утром до еды и перед сном принимать мумиё: по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 10 дней. Рекомендуется 5 курсов с перерывами в 5 дней.

РЕЦЕПТ № 3. Наперстянка пурпурная. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день. Курс: 3-4 недели.

Бактеурия, цистит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- утром и вечером принимать смесь: 20 г сливочного масла и 1 яйцо (курс: 2-3 недели).

РЕЦЕПТ № 1. Лист берёзы, толокнянка, кукурузные рыльца, корень солодки — по 10 г, корневища аира — 20 г. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 5 минут, остудить, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Корень алтея, лист толокнянки, трава вероники — по 10 г, лист шалфея — 20 г, хвощ полевой — 40 г. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом

холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 5 минут, остудить, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Трава грыжника и хвощ полевой — по 20 г, лист толокнянки — 60 г. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 5 минут, процедить. Выпить в течение дня. Принимать до окончания сбора.

РЕЦЕПТ № 4. Корень любистка, петрушка, лист берёзы — по 10 г; плоды можжевельника — 25 г. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 5 минут, процедить. Выпить в течение дня. Принимать до окончания сбора.

РЕЦЕПТ № 5. Ягоды можжевельника: начать приём с 1 ягоды в день, ежедневно увеличивать дозу на 1 ягоду до 50 ягод в день.

РЕЦЕПТ № 6. Глиняная вода: 2 ч. ложки глины на 1 стакан воды, выпить в течение дня. Курс: 21 день. После перерыва в 9 дней курс повторить.

РЕЦЕПТ № 7. Хвощ полевой, корневище лапчатки прямостоячей — по 1 части, лист подорожника — 3 части. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить тёплый настой в течение дня до 18 часов, процедить. Курс 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТЫ № 8. Спринцеваться 2-3 раза в день: 2-3 г мумиё на 1 стакан тёплой кипячёной воды. Процедура снимает боли и резь в течение короткого времени.

Белоокровие

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- эффективен длительный приём свежих соков с суточной нормой: морковь — 450 мл, одуванчик — 85 мл, репа — 60 мл, салат (латук) — 115 мл, люцерна — 85 мл, свёкла — 85 мл. Подбирать состав смеси произвольно.

РЕЦЕПТЫ? 1. Изюм — 1 стакан, грецкие орехи — 1 стакан, мёд — 1 стакан, сок 1 лимона. Употреблять в течение дня. Курс 1-2 месяца.

РЕЦЕПТЫ? 2. Вечером горстку изюма залить 1 стаканом кипятка и поставить в изголовье. Утром, не вставая, съесть изюм и выпить настой.

РЕЦЕПТЫ? 3. Цветущие побеги гречихи посевной. *Настой:* 1 стакан сырья залить 1 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить без ограничений.

РЕЦЕПТЫ? 4. Сок подорожника, мёд — в равных частях. Принимать по 1-3 ст. ложки перед едой 3 раза в день. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 5. Земляника, черника, брусника, клюква, голубика, почки чёрного тополя, иглки сосны обыкновенной, зверобой, золототысячник — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки измельчённой и тщательно перемешанной смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, затем кипятить 2-3 минуты, процедить. Пить по 50 мл 3 раза в день. Курс: 2-3 месяца.

Афты

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- смазывать ротовую полость 3%-ным раствором ляписа 2-3 раза в день;
- полоскать рот свежей мочой 3-5 раз в день;
- полоскать рот глиняной водой: 2 ст. ложки глины на 1 стакан воды 3-5 раз в день;
- полоскать рот раствором мумиё: 0,3-0,5 г на U_2 стакана воды 5-7 раз в день.

Базедова болезнь (тиреотоксикоз)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

носить на шею бусы из янтаря, который должен касаться зоба;
 делать на лоб, затылок и глаза примочки из глины: 3 раза в день, по 30-40 минут (курс: 3 недели);
 прикладывать к зобу свинцовые пластины: на 10-15 минут 3-5 раз в день (курс: 3-4 недели);
 пить как чай отвар незабудок, собранных в мае;
 утром и вечером съедать по 2-3 ст. ложки проросшей пшеницы (курс: 3-4 недели);
 утром и вечером съедать по 100 г жмыха свёклы (курс: 21 день);
 есть печеный картофель или пить его свежий сок: по 100-200 мл 2-3 раза в день (курс: 21 день);
 тыква: есть семечки, пить сок не менее 100-200 мл в день;
 есть айву или пить её сок: по 150-200 г в день (курс: 1 месяц).

РЕЦЕПТ № 1. Эвкалипт, ромашка, зверобой, одуванчик, крапива, мать-и-мачеха, мята, хвощ полевой — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Выпить в течение дня за 4 приёма. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Утром до еды и перед сном принимать мумиё: по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс; 10 дней. Рекомендуется 5 курсов с перерывами в 5 дней.

РЕЦЕПТ № 3. Наперстянка пурпурная. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по U_2 стакана 3-4 раза в день. Курс: 3-4 недели.

Бактеурия, цистит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- утром и вечером принимать смесь: 20 г сливочного масла и 1 яйцо (курс: 2-3 недели).

РЕЦЕПТ № 1. Лист берёзы, толокнянка, кукурузные рыльца, корень солодки — по 10 г, корневища аира — 20 г. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 5 минут, остудить, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Корень алтея, лист толокнянки, трава вероники — по 10 г, лист шалфея — 20 г, хвощ полевой — 40 г. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом

холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 5 минут, остудить, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Трава грыжника и хвощ полевой — по 20г, лист толокнянки — 60 г. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 5 минут, процедить. Выпить в течение дня. Принимать до окончания сбора.

РЕЦЕПТ № 4. Корень любистка, петрушка, лист берёзы — по 10 г; плоды можжевельника — 25 г. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 5 минут, процедить. Выпить в течение дня. Принимать до окончания сбора.

РЕЦЕПТ № 5. Ягоды можжевельника: начать приём с 1 ягоды в день, ежедневно увеличивать дозу на 1 ягоду до 50 ягод в день.

РЕЦЕПТ № 6. Глиняная вода: 2 ч. ложки глины на 1 стакан воды, Выпить в течение дня. Курс: 21 день. После перерыва в 9 дней курс повторить.

РЕЦЕПТ № 7. Хвощ полевой, корневище лапчатки прямостоячей' — по 1 части, лист подорожника 3 части. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить теплый настой в течение дня до 18 часов, процедить. Курс 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 8. Спринцеваться 2-3 раза в день: 2-3 г мумиё на 1 стакан тёплой кипячёной воды. Процедура снимает боли и резь в течение короткого времени.

Белокровие

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- эффективен длительный приём свежих соков с суточной нормой: морковь — 450 мл, одуванчик — 85 мл, репа — 60 мл, салат (латук) — 115 мл, люцерна — 85 мл, свёкла — 85 мл. Подбирать состав смеси произвольно.

РЕЦЕПТ № 1. Изюм — 1 стакан, грецкие орехи — 1 стакан, мёд — 1 стакан, сок 1 лимона. Употреблять в течение дня. Курс 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Вечером горстку изюма залить 1 стаканом кипятка и поставить в изголовье. Утром, не вставая, съесть изюм и выпить настой.

РЕЦЕПТ № 3. Цветущие побеги гречихи посевной. *Настой:* 1 стакан сырья залить 1 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить без ограничений.

РЕЦЕПТ № 4. Сок подорожника, мёд — в равных частях. Принимать по 1-3 ст. ложки перед едой 3 раза в день. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 5. Земляника, черника, брусника, клюква, голубика, почки чёрного тополя, иголки сосны обыкновенной, зверобой, золототысячник — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки измельчённой и тщательно перемешанной смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, затем кипятить 2-3 минуты, процедить. Пить по 50 мл 3 раза в день. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 6. Корни и трава мальвы. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 15-20 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Выпить в течение дня. Детям рекомендуется пить отвар из плодов мальвы. *Отвар:* 1 ст. ложку ягод залить 1 стаканом воды, кипятить 15-20 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 7. Зерна пшеницы, кукурузы, овса, ржи, проса — в равных частях. *Отвар:* 10 ст. ложек смеси залить 1 л воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить без ограничений.

РЕЦЕПТ Ш 8. Мумиё: принимать утром до еды и перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 10 дней. После перерыва в 10 дней курс повторить.

РЕЦЕПТ № 9. Мёд и козье молоко — по 1 ч. ложке, 1 взбитый желток, сок свёклы? и Сок моркови — по 5 ст. ложек. Пить смесь 3 раза в день. В промежутках съедать 7 зелёных яблок.

РЕЦЕПТ № 10. Земляника лесная. *Отвар:* 1 ст. ложку ягод и листьев залить 1 стаканом воды, кипятить 15-20 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Выпить в течение дня.

Бельмо

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- сок цикория: закапывать в глаза по 2-3 капли 3-4 раза в день и на ночь (курс: 3-4 недели);
- цветки черёмухи: промывать глаза густым отваром 3-4 раза в день;
- сок аира болотного: закапывать в глаза по 2-3 капли 3-4 раза в день (курс: 3-4 недели);
- сок одуванчика или чистотела: закапывать в глаза по 1 капле утром и вечером;
- присыпать бельмо сахарной пудрой 2 раза в день;
- свежая пихтовая живица: закапывать на ночь по 1-2 капли;
- сок будры: закапывать в больной глаз по 2-3 капли утром и вечером;
- сок сельдерея: закапывать по 2-3 капли в больной глаз утром и вечером;
- сок звездчатки средней (мокрицы): в начальной стадии развития бельма закапывать по 2-3 капли в день.

РЕЦЕПТ № 1. Делать глиняные примочки на затылок и лоб — попеременно по 30-40 минут 3-4 раза в день, примочки на глаза — ежечасно. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Детская моча (ребёнка до 3 лет), мёд — в равных частях. Сварить в медной посуде. Закапывать в глаза 4—5 раз в день по 2-3 капли, пока бельмо не сойдёт.

РЕЦЕПТ И? 3. Сцедить из яйца белок, оставив в скорлупе желток и добавив в него щепотку соли, обмазать глиной и сжечь на угольном пепле. Просеять через сито и присыпать бельмо вечером.

РЕЦЕПТ № 4. Сухой корень подсыежника или подорожника — 4 части, чистая соль — 1 часть. Растереть в порошок. Присыпать бельмо на ночь.

РЕЦЕПТ № 5. Корень сухого чистотела, нюхательный табак, соль — в равных частях. Растереть в порошок. Присыпать бельмо на ночь.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Закапывать на ночь кровь и желчь куропатки,

СОВЕТ № 2. Смазывать глаза смесью из мёда и помёта голубя (воробья или ещё лучше — ласточки) — в равных частях.

СОВЕТ № 3. Смазывать глаза жиром перепёлки.

СОВЕТ № 4. Перед сном налить на бельмо несколько капель желчи щуки (барана, коровы или свиньи). Утром промыть глаза холодной водой, несмотря на боль, стараться не моргать. Если глаза покраснеют, прикладывать утром и на ночь пшеничный хлеб с молоком.

СОВЕТ № 5. Смазывать глаза желчью или жиром зайца.

Беременность

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- в этот период полезно, особенно во время тошноты, принимать глиняную воду: 2 ч. ложки глины на 1 стакан воды; выпить в течение дня;
- принимать глиняные ванны 2-3 раза в день: 2 стакана глины на 1 ведро тёплой воды, продолжительность — 10 минут.

Токсикоз

РЕЦЕПТ № 1. Цветки календулы — 2 части, листья Melissa — 1 часть. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 500 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 75 мл 3 раза в день. Курс: 7-8 недель.

РЕЦЕПТ № 2. Полынь обыкновенная. *Настой:* 5 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 4 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Зверобой и корневище аира — по 2 части, корень валерианы, измельчённые плоды шиповника — по 3 части, пустырник, цветки календулы — по 4 части, мята перечная — 2 части. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 500 мл горячей воды, кипятить 1 минуту, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 50-100 мл за 30 минут до еды 3 раза в день или через час после еды. Курс: 2 месяца, через 10 дней повторить.

УГРОЗА ВЫКИДЫША

РЕЦЕПТ № 1. Девясил высокий. *Отвар:* 1 ч. ложку корней залить 1 стаканом кипятка, варить на тихом огне 10-15 минут, настаивать 4 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Калина обыкновенная. Кора, собранная весной. *Отвар:* 10 г коры залить 1 стаканом кипятка, варить 1 минуту, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

Бессонница

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- лучшее средство — диета из сырых овощей, фруктов или соков;
- молодые веточки вереска: заваривать и пить как чай;
- съедать ежедневно 2-3 зубчика чеснока;

- съесть перед сном 1 ст. ложку мёда;
- съесть перед сном, среднюю головку репчатого лука;
- выпить на ночь 1 стакан горячей воды (но не чая);
- утром натощак жевать сухой корень любистка;
- перед сном выпить по 1 ст. ложке огуречного рассола и мёда;
- капнуть на кусок сахара 2-3 капли лавандового масла и пососать перед сном;
- цветки мака: положить в изголовье перед сном;
- перед сном подержать ноги в теплой воде (не более 5 минут);
- принять перед сном сидячую ванну с холодной водой (3-4 минуты);
- постельное белье — из тёмного материала и стены комнаты — с тёмными обоями;
- поместить рядом с подушкой берёзовый веник или положить под подушку листья берёзы;
- положить под подушку горсть хмеля;
- привязать ко лбу повязку с чистой глиной;
- перед сном протирать шею «Меновазином»;
- вдыхать перед сном валериану по 2-3 капли на каждую ноздрю (курс: 3-4 месяца);
- перед сном, прибинтовывать к икрам ног повязку с тёртым хреном или ставить на икры горчичник на 20-30 минут (курс: 10-15 дней).

ПРИ БЕССОННИЦЕ У РЕБЁНКА

- 1 кг речного песка кипятить в 5 л воды, остудите и обмыть ею ребёнка;
- укутать, ребёнка полотном, пропитанным утренней росой, держать 30 минут. Давать 1 ч. ложку в день пчелиного молочка.

РЕЦЕПТ № 1. Плоды укропа. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Выпить в течение дня. Курс 1 месяц. Семена укропа — 50 г и кагор — 250 мл. Кипятить на тихом огне в течение 10 минут, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 1 ст. ложке перед сном, пока не закончится всё лекарство.

РЕЦЕПТ № 2. Душица обыкновенная. *Настой:* 2 ст. Ложки сухой душицы залить 1 стаканом кипятка, настаивать, укутав, 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Кувшинка белая. *Настой:* 60 г сушёных семян растереть в порошок, залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Выпить в 2 приёма (залпом).

РЕЦЕПТ № 4. Корень валерианы, хмель, цветки ромашки, Шлемник байкальский, пассифлора (страстоцвет), кошачья мята — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды, кипятить 5 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана после еды 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 5. Трава пассифлоры (страстоцвет). *Настой:* 2 ст. ложки сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить! Выпить в течение дня. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 6. Мак посевной. Растереть в порошок 1 ст. ложку мака, залить 1 стаканом кипящего молока и настаивать 15 минут, процедить. Все выпить за 1 час перед сном.

РЕЦЕПТ № 7. Сосновые иглы, веточки или шишки. *Отвар:* 1,5 кг сырья залить 3-4 л воды, кипятить 30 минут, настаивать 12 часов, процедить. Наполнить ванну водой на $\frac{2}{3}$ объёма и вылить туда весь отвар. Время процедуры: 40-50 минут.

РЕЦЕПТ № 8. Шишки хмеля. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 4 часа, процедить. Выпить перед сном весь настой.

РЕЦЕПТ № 9. Бузина сибирская. *Настой:* 3 ст. ложки корней и коры бузины залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1-2 ст. ложки перед сном.

РЕЦЕПТ № 10. Смесь хлеба, мелко нарезанных огурцов, кислого молока и глины в произвольной пропорции. Прикладывать на 20-30 минут ко лбу и затылку утром, в обед и перед сном.

РЕЦЕПТ № 11. Мята, хмель, Melissa, чабрец, цветки боярышника — по 100 г. Сбор положить перед сном в изголовье или сделать подушечку из этих растений.

РЕЦЕПТ № 12. Перед сном ставить на лоб холодный компресс из глины и простокваши, одновременно на ноги — компресс из уксуса (1 часть) и воды (10 частей).

РЕЦЕПТ № 13. Алоэ древовидное (столетник). *Отвар:* 2 ст. ложки столетника залить 3 л воды, кипятить. Этим отваром обливать перед сном голову и тело. Курс: 7—9 дней.

Бешенство

РЕЦЕПТ № 1. Корень кипарисового молочая, собранный в мае — сентябре в первые дни полнолуния.

Выкопать растение вместе с корнем, промыть, очистить от земли. При сборе растений держать их в тени, чтобы они не завяли. Сушить в печке, чтобы он высох, но не прожарился. Затем сухой корень потолочь в ступке, накрыв полотенцем, чтобы пыль не попала в рот или нос. После этого просеять через сито и закрыть в стеклянной банке. Укушенному бешеным животным человеку давать лекарство в несколько приёмов.

I приём: сразу после укуса выпить натошак 4 г порошка, растворённого в 0,5 л суровца (кваса), рецепт которого описан далее. Если больной после приёма лекарства чувствует лихорадочное состояние, головокружение, тошноту (иногда безболезненное расстройство желудка), значит, лекарство подействовало и опасность миновала.

II приём: в первый день первого новолуния надо выпить лекарство ещё раз. Если указанных признаков не наблюдается, то через 6 часов повторить приём.

III приём: если вышеуказанных признаков опять не окажется, третий приём сделать на следующий день.

IV приём: в первый день первого новолуния.

Раны от укусов обмывать раствором: 1 ч. ложка порошка на 1 стакан суровца (кваса) в течение 3 дней по 4 раза в сутки. После 3 дней раны начнут гноиться, тогда их утром и вечером необходимо обрабатывать следующим раствором: 15 капель очищенной карболки на 1 стакан крепкого отвара ромашки. После этого смазать раны вазелином.

СУРОВЕЦ (КВАС)

Пшеничные отруби залить кипятком, накрыть крышкой и поставить в теплое место. Через 3-4 дня, когда отруби осядут на дно, сцедить квас и использовать для лечения. Настаивать отруби более этого времени нельзя, так как суровец прогоркнет.

Блефарит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- промывать мочой глаза 4-5 раз в день и делать из неё компрессы;
- примочки раствором мумиё: 0,2 г на 5. ст. ложек воды.

РЕЦЕПТ № 1. Цветки черёмухи. *Настой:* 2 ст. ложки цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2-3 часа, процедить. Делать примочки 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 2. Цветки шиповника. *Отвар:* 200 г лепестков залить 0,5 л воды, варить 5 часов, процедить. Использовать для примочек.

РЕЦЕПТ № 3, Василёк синий. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Использовать для примочек.

Боль

Боль в груди

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- прикладывать к груди промытые листья мать-и-мачехи или листья лопуха (обратной стороной).

РЕЦЕПТ № 1. Приготовить тесто: пшеничная мука, замешенная на домашнем квасе; уксус, подсолнечное масло и вино — по 100 мл. Приложить к больному месту, обмотать шерстяной тканью, держать по 2 часа 2-3 раза в день. Пшеничную муку можно заменить глиной.

РЕЦЕПТ № 2. Шалфей лекарственный. *Отвар:* горсть шалфея насыпать в эмалированную посуду, залить 1 л воды, кипятить на тихом огне 3-5 минут, процедить. Использовать для ингаляций.

РЕЦЕПТ № 3. Чистотел большой. *Настой:* 3 ст. ложки сухой травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1 стакану в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТЫ? 4. Тимьян ползучий — 2 ст. ложки и козьё молоко — 2-3 стакана. Довести до кипения, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Корень алтея, лист мать-и-мачехи — по 2 части, душица — 1 часть. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день после еды и на ночь. Курс 10-15 дней.

Боль в ногах

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- фикус эластичный: растирать ноги спиртовой настойкой;
- ванны с раствором английской соли: 1 часть соли на 5 частей воды;
- горячие ванны с казенной солью: 350 г соли на половину объема ванны с горячей водой; принимать ванны в течение 30-40 минут перед сном.

РЕЦЕПТ № 1. Алоказия (арма крупнокорневая). *Настойка:* 1 лист залить 0,5 л спирта, настаивать 14 дней, процедить. Втирать настойку в больные места (досуха) 2-3 раза в день по 3-5 минут. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТЫ? 2. Красный клевер. *Отвар:* 2 стакана цветков залить 3 л воды, кипятить 5-7 минут, процедить и добавить 1 ст. ложку керосина. По вечерам парить ноги этим отваром. Курс: 3-4 дня.

РЕЦЕПТЫ? 3. Люцерна. *Отвар:* 1 стакан люцерны залить 3 л воды, кипятить 5-7 минут, процедить и добавить 1 ложку керосина и пригоршню соли. Делать вечером ванны для ног. Курс: 3-4 дня.

Боль в плече (шпора)

РЕЦЕПТЫ? 1. Истолочь в порошок 100 г тимьяна, смешать с 50 мл яблочного уксуса, нанести на шерстяную ткань и прикладывать на ночь! Курс: 3 дня.

РЕЦЕПТЫ? 2. Листья и почки берёзы. На ночь смазать больное место, сверху положить слой свежих почек и листьев, перевязать и не снимать повязки до утра. Курс: 5-7 дней.

РЕЦЕПТЫ? 3. Обкладывать плечо тестом из глины (слоем толщиной с палец), замешенной на собственной моче. Обвязать шерстяной тканью и держать, пока глина не начнет высыхать. Выполнить процедуру 5-7 раз.

Советы из далёкого прошлого

Прикладывать к больному месту шерстяную тряпочку, смочив её бензином, а сверху поставить горячо нагретую медную тарелку, чтобы трудно было терпеть. Делать 3-5 раз.

Боль в спине

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- смазать кожу спины мёдом и делать щипки, как бы отрывая кожу (курс: несколько дней).

РЕЦЕПТЫ? 1. Полынь лечебная (божье деревце) или полынь горькая. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить 0,5 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 2. Стародубка. *Настой:* 3 ст. ложки травы залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана после еды 3-4 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

Освежевать кролика, посыпать его шкуру (с внутренней стороны) красным перцем и окропить подсолнечным маслом, затем приложить к больному месту на спине.

Боль в суставах

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

* >

- перед сном принимать ванны по 30-40 минут: 350 г кошерской соли на ванну (курс: 7-10 дней);
- компрессы из корней цикория;
- пить картофельный отвар (без ограничений);
- натирать больные места соком хрена 2-3 раза в день \л на ночь;
- растирать больные места мочой (втирая досуха) 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Корни подсолнечника; 1. *Отвар:* 1 стакан сушёных корней залить 3 л воды, кипятить 2-3 минуты, процедить (отжатые корни не выбрасывать!). Выпить отвар за 2-3 дня. 2. *Отвар:* отжатые корни залить 3 л воды, кипятить 5-7 минут, процедить (отжатые корни не выбрасывать!). Выпить отвар за 2-3 дня. 3. *Отвар:* отжатые корни залить 3 л воды, кипятить 15-17 минут, процедить. Выпить отвар за 2-3 дня. Обычно после этого курса лечения боли прекращаются, в противном случае курс можно повторить.

РЕЦЕПТ № 2. Свежие листья винограда. *Настой:* 300 г листьев залить крутым кипятком в 3-литровой банке, настаивать 3 дня, процедить. Принимать по 100 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Толокнянка, ягоды можжевельника, кукурузные рыльца, петрушка, земляной орех, золотая роза, клюква, семечки арбуза — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка в термосе, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1/3 стакана после еды утром и вечером. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 4. Каштаны — 50 штук, протертый хрен — 500 г, горький перец — 5 стручков. Все перемолоть, засыпать в 3-литровую банку, залить керосином, настаивать в тёмном месте 10 дней. Смазывать 2-3 раза в день больное место подсолнечным маслом, накладывать повязку с полученным составом, обертывать целлофаном и терпеть по возможности. Курс: 7-10 сеансов.

РЕЦЕПТ № 5. Багульник болотный настоять на 9%-ном уксусе. В течение 3-5 дней растирать больные места по 2-3 раза в день.

I *Советы из далёкого прошлого*

^ч&КУ **СОВЕТ № 1.** Нарвать берёзовых листьев и набить ими мешок, затем надеть его на больные суставы, чтобы их плотно облегал толстый слой листьев со всех сторон. Держать как можно дольше. Будет сильный пот, и намоченные листья можно заменить. Курс: 5-7 сеансов.

^§|Ю^

НсКл»

я

СОВЕТ № 2. Положить в металлическую посуду муравьев, собранных в мае, и поставить в духовку. Полученным «дэгтем» смазывать больные места 2-3 раза в день и на ночь.

Болячки, струпья

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- протирать больное место собственной мочой.

РЕЦЕПТ № 1. Пожарить на сковороде пшеничную муку и нутряное сало, добавить молока и кипятить до состояния пасты, остудить. Накладывать повязку со смесью на больное место на 10 минут 3-4 раза в день. Курс: 2-3 дня подряд.

РЕЦЕПТ № 2. Принимать ванны с глиняной водой 2-3 раза в день по 30-40 минут: на 1 ведро воды 2 стакана глины. Курс: 5-7 дней.



Советы из далёкого прошлого

Обкатать больное место горошиной и бросить её в огонь.

Бородавки

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- уксусная кислота: перед сном капать на бородавку по 1 капле;
- полынь: несколько раз в день смачивать бородавку крепким раствором;
- клоповник посевной: парить место, покрытое бородавками, горячим, крепким настоем;
- молочай огородный (молочай, степной): парить место, покрытое бородавками, настоем или отваром и как можно чаще смазывать соком растения;
- свежие листья каланхоэ: измельчить, приложить к бородавке и закрыть повязкой;
- смазывать бородавки маслом из ягод рябины или соками: рябины, картофеля, капусты, кислых яблок;
- многократно посыпать бородавку порошком мела и забинтовывать;
- сок свёклы: пить по 100-150 мл ежедневно и смазывать бородавки (курс: 2 недели);
- чистотел: многократно прижигать бородавку соком растения;
- смазывать серой, снятой со спички и перемешанной со слюной;
- ежедневно принимать порошок магнезии на кончике ножа. Курс: 1 месяц;
- как можно чаще делать примочки собственной мочой, пока бородавка не сойдёт;
- прижечь бородавку раскалённым железом и сразу сделать горячую ванну.

РЕЦЕПТ № 1. Сырое мясо. 1. Распарить ногу или руку в воде с содой и мылом, наложить на бородавку сырое мясо и прикрепить пластырем. Через 3-4 дня снять повязку и опять распарить конечность в растворе с содой и мылом. Повторять процедуру, пока бородавка не сойдёт. 2. Натереть бородавку сырым мясом и закопать его в землю. На следующий день выкопать мясо, натереть им бородавку, опять закопать. На третий день сделать то же самое. После этого закопать мясо там; где оно быстро сгниёт.

РЕЦЕПТ № 2. Чеснок посевной. 1. Чеснок, свежее сало — в равных частях перемешать и смазывать бородавки. 2. Глина, перемешанная с тёртым чесноком: делать примочки на ночь. 3. До захода солнца 3 раза смазывать бородавку соком одуванчика, а затем — соком чеснока.

РЕЦЕПТ № 3. Выдержать в уксусе сырую луковицу в течение 2 часов и привязать её на ночь к бородавке. Курс: несколько дней.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Картофель.

1. Разрезать на 4 части картофелину, натереть каждой частью бородавку, сложить эти кусочки вместе, как было, перевязать и закопать в землю.
2. Разрезать картофелину пополам, половину сразу выбросить за спину через левое плечо, а второй натереть бородавку и сразу закопать в сухую землю, чтобы она там высохла.

СОВЕТ № 2. Вырвать с корнем хлебный колосок, его остриём несколько раз наколоть бородавку и закопать в сыром месте корнем вверх.

СОВЕТ № 3. Обмывать не менее 3 раз в день дождевой водой, скопившейся в яме, где лежал большой камень.

СОВЕТ № 4. Смазывать бородавки «накипью», которая выделяется на сырых сосновых дровах во время растопки печи (или во время разжигания костра).

СОВЕТ № 5. Натереть бородавку половинками разрезанного яблока, сложить их снова вместе, обвязать ниткой и закопать в навоз.

- СОВЕТ № 6. Натереть бородавку сырым мясом или свиным салом и закопать в землю.

СОВЕТ № 7. Когда уходит луна, проводить рукой по стене, на которую падает лунный свет, а потом гладить этой рукой бородавку. Курс: 7 дней.

СОВЕТ № 8. При появлении на небе молодого месяца взять палку с сучком, гладко срезать его и натирать бородавку В течение 2 минут, глядя на месяц. Сделать 2-3 раза.

Бронхит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- съесть натошак 2 свежих яйца за 30-40 минут до еды;
- сок крапивы двудомной: принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день;
- порошок аира: принимать по 1/4 ч. ложки, запивая водой, до еды 3 раза в день;
- цветки бессмертника: пить крепкий чай по 1 стакану 3-4 раза в день;
- цветочный мёд: ежедневно употреблять 100-120 г цветочного мёда, разделив дозу на 6 порций, а также использовать для ингаляций.

РЕЦЕПТ № 1. Чёрная редька. 1. Сок чёрной редьки — 1 л, жидкий мёд — 350 г. Принимать по 2 ст. ложки перед едой и перед сном. 2. Мелко нарезать чёрную редьку, положить в кастрюлю и покрыть сахаром. Печь в духовке 2 часа, затем процедить и слить в бутылку. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день и перед сном.

РЕЦЕПТ № 2. Сварить в 1 л молока 1 головку чеснока и 10 головок мелко нарезанного лука, добавить 1 ч. ложку сока мяты и 1 ст. ложку мёда, все перемешать. Разделить на порции, принимать каждый час в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3. Мандариновые корки. *Настой*: 2 ст. ложки залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 2-3 ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. В эмалированную посуду налить 1 стакан молока и добавить 1 ст. ложку мелко нарезанных листьев шалфея, довести до кипения и, накрыв посуду тарелкой, остудить, процедить. Пить тёплый настой перед сном. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 5. Вскипятить 1,5 л воды и бросить в неё 400 г отрубей (любых зерновых культур), настаивать 5-7 минут, остудить, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 6. Тысячелистник — 50 г, цветки календулы — 50 г. *Настой:* смесь залить 0,5 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 7. Окопник, коровяк, седмичник, алтей, вяз (ильм) — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Земляника лесная, подорожник большой. Приготовить отдельно 2 отвара из корней растений. *Отвар:* 3 ст. ложки корней на 2 стакана кипятка, настоять 25-30 минут, кипятить (так, чтобы корни не разварились), процедить. Утром и вечером выпивать сначала 1 стакан отвара земляники и сразу же 1 стакан отвара подорожника. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 9. Бессмертник песчаный. *Отвар:* $\frac{x}{2}$ стакана сухого сырья залить 0,5 л воды, довести до кипения, процедить. Пить горячий отвар по $\frac{x}{2}$ стакана в день.

РЕЦЕПТ № 10. Мелко нарезанный лук (1 стакан) засыпать сахаром или мёдом, настаивать 3-5 дней. Принимать по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день. Курс: месяц.

РЕЦЕПТ № 11. Гречиха посевная. *Настой:* $\frac{x}{2}$ стакана гречихи залить 1 л кипятка, настаивать в паровой бане 14 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана утром и вечером. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 12. Лист алоэ (возрастом не менее 3 лет) — 350 г, мёд — 250 г, спирт — 100 мл, кагор — 750 мл. Все компоненты положить в эмалированную посуду и настаивать 7 дней. Принимать по 1-2 ст. ложки перед едой 4 раза в день, пока смесь не закончится.

РЕЦЕПТ № 13. Горец птичий. 1. Спорыш, мать-и-мачеха, цветки бузины чёрной — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать в течение дня. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана после еды 3 раза в день. 2. *Отвар:* 2 ст. ложки спорыша залить 0,5 л воды, кипятить 10 минут, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана после еды 4 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 14. Репа огородная. 1. Сок репы и мёд — в равных частях. Принимать по 1-2 ст. ложки смеси 3-4 раза в день. 2. Измельчённый корнеплод репы. *Отвар:* 2 ст. ложки залить 1 стаканом кипятка, варить 15 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана 4 раза в день или по 1 стакану на ночь.

РЕЦЕПТ № 15. Цветки бузины, трава росянки, лист подорожника, трава фиалки трёхцветной — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, настаивать 2 часа, кипятить 25 минут на тихом огне, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 16. Почки сосны — 1 часть, лист подорожника — 1 часть, трава мать-и-мачехи — 1 часть. *Отвар:* 2 ст. ложки сбора залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 2 часа, кипятить 5 минут, процедить. Выпить в 3 приёма в течение дня.

РЕЦЕПТ № 17. Липовый мёд — 100 г, сало нутряное свиное — 100 г, масло сливочное несоленое — 100 г, сок алоэ — 115 мл, какао — 50 г. Растопить в эмалированной посуде сало, масло и мёд, добавить остальные компоненты и все тщательно перемешать. Хранить в стеклянной банке в холодильнике. Принимать утром и вечером по 1 ст. ложке на 1 стакан горячего молока. Курс: до окончания смеси.

РЕЦЕПТ № 18. Касторовое масло — 2 части, скипидар — 1 часть. Втирать в грудь 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ⁹ 19. Скорлупки кедровых орехов. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, настаивать 12 часов, кипятить на тихом огне 30 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 20. Морковный и свекольный соки — по 200 г, сливочное масло, мёд и алоэ — по 500 г, мелко растёртыц шоколад — 100 г, шампанское — 1 бутылка. Все вскипятить и вылить в 3-литровую банку. Принимать утром и вечером по 5 г, каждый день увеличивать дневную норму на 10 г, довести её до 100 г. Курс: до окончания смеси.

РЕЦЕПТ № 21. Почки берёзы — 100 г, водка — 500 мл, простокваша — 3 л, свежие яйца — 10 шт., цветочный мёд — 800 г. Положить всё в 5-литровую стеклянную бутылку, настаивать 15 дней, плотно закрыв от проникновения воздуха. Принимать по 50 г смеси 3 раза в день. Курс: до окончания смеси, через 9 дней можно повторить.

РЕЦЕПТЫ? 22. Корень алтея, ягоды и листья малины, листья мяты перечной, почки осины, трава шалфея, лист эвкалипта — по 2 части, почки берёзы, цветки бузины чёрной, корневище девясила — по 1 части, зверобой — 7 частей. *Настой:* 6 ст. ложек сбора залить 1 л кипятка в термосе, настаивать ночь, процедить. Выпить за день в 3-4 приема.

РЕЦЕПТЫ? 23. Чабрец, мёд, клюква — по 1 ст. ложке. *Настой:* сбор залить 1 стаканом кипятка в термосе, настаивать 4 часа, процедить. Выпить маленькими глотками в течение дня.

РЕЦЕПТЫ? 24. Зрелые плоды аниса. *Настой:* 10 г сырья заварить 200 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 25. Семена льна посевного. *Настой:* 10 г сырья заварить 300 мл кипятка и взбалтывать 10 минут, процедить. Пить в течение дня и растирать этим составом грудь.

РЕЦЕПТ Ы? 26. Синеголовник плосколистный. *Настой:* 10 г травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Выпить в течение дня за 3-4 приёма.

РЕЦЕПТ Ы? 27. Гречиха посевная. *Настой:* 20 г цветков, залить 0,5 л кипятка, настоять, процедить. Пить как чай.

РЕЦЕПТЫ? 28. Душица обыкновенная. *Настой:* 1 ч. ложку травы заварить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ 29. Ядра абрикосов — 200 г. Очистить от кожуры, высушить, размолоть. Добавлять по 1 ч. ложке порошка в чай или молоко. Пить 3-4 раза в день.

Советы из далёкого прошлого

- СОВЕТ № 1.** Живицу кедра, сосны, пихты и ели очистить от примесей и залить спиртом, чтобы он покрыл сырьё на 1 см.- Через несколько дней смола растворится. Добавить на 1 часть растворенной смолы 2 части нутряного свиного сала, все перетопить и остудить до 60 °С.
- СОВЕТ № 2.** При гнойных бронхитах принимать желчь быка.
- СОВЕТ № 3.** Принимать очищенный берёзовый деготь: по 5-10 капель 3 раза в день.

Острый бронхит

РЕЦЕПТ 1. Грецкие орехи. *Настойка:* заполнить стеклянную банку доверху размолотыми орехами, залить водкой, настаивать на солнце 40 дней, процедить. Пить по 1 ч. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ 2. Изюм. *Отвар:* 100 г изюма измельчить, залить 1 стаканом воды, кипятить на тихом огне 10 минут, процедить и отжать через марлю. Выпить отвар и съесть ягоды в течение дня.

РЕЦЕПТЫ 3. Красное вино (кагор) — 0,5 л, 4 больших листа алоэ. Настаивать 4 дня. Принимать 3 раза в день по 1 дес. ложке.

Хронический бронхит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- щелочные ингаляции;
- пить мумиё: по 0,2 г утром за 30 минут до еды (курс: 25 дней, через 10 дней курс повторить);
- пить в течение дня глиняную воду: 2 ч. ложки на 1 стакан воды.

РЕЦЕПТЫ 1. Корень алтея — 40 г, корень солодки — 25 г, листья мать-и-мачехи — 20 г, фенхель — 15 г. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ 2. Растопить свиное нутряное сало в тёплой воде или духовке (температура не должна быть очень высокой) и поставить в холодное место. Растворить 1 дес. ложку вытопленного сала в 1 стакане горячего молока и выпить на ночь маленькими глотками.

РЕЦЕПТЫ 3. Истод сибирский. *Отвар:* 8 г корней залить 1 стаканом воды, кипятить, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

Рецепт № 4. Багульник — 4 части, берёзовые почки — 1 часть, душица — 2 части, крапива — 1 часть. Отвар: 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана 3-4 раза в день после еды.

РЕЦЕПТ № 5. 2 ст. ложки листьев мать-и-мачехи залить 1 стаканом кипятка и настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день.

^1 ъ. *Советы из далёкого прошлого*

При застарелом кашле и хроническом бронхите. Еловая смола и жёлтый воск — в равных частях. Смесь растопить, положить на раскаленные угли

* и дышать этим дымом. Можно использовать для ингаляций.

Бронхит у детей

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ: ·

- ежедневно принимать по 1 ч. ложке касторового масла;
- лук репчатый: разрезать луковицу пополам, насыпать на половинки по 1 ч. ложке сахарного песка и съесть.

РЕЦЕПТ № 1. 2 яйца пожарить на свином сале и посыпать солью. Когда остынут, положить на грудь ребёнку (на ночь).

РЕЦЕПТ № 2. Мать-и-мачеха обыкновенная. 3 листа залить 0,5 л молока, довести до кипения, снять с огня, добавить % ложки свежего свиного сала, настаивать 20 минут, процедить. Давать пить тёплый настой по 100 мл перед сном.

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё: по 0,1 г утром до еды. Курс: 10 дней. После перерыва в 5 дней курс повторить. Рекомендуются 3-4 курса.

РЕЦЕПТ № 4. Спорыш, мать-и-мачеха, цветки бузины чёрной — в равных частях. *Настой*: 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25-30 минут, остудить, процедить. Выпить в течение дня.

Бронхоэктазия

РЕЦЕПТ № 1. Цветки бузины, трава росянки, лист подорожника, фиалка трёхцветная — в равных частях. *Отвар*: 2 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, настаивать 2 часа, кипятить 2-3 минуты, процедить. Выпить в 3 приёма в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. Репа огородная. 1,. Сок репы и мёда — в равных частях. Принимать по 2 ст. ложки 3 раза в день. Курс: 3-5 недель. 2. *Отвар*: 2 ст. ложки измельченного корнеплода залить 1 стаканом кипятка, варить 15 минут, процедить. Пить по % стакана 4 раза в день или по 1 стакану на ночь.

РЕЦЕПТЫ? 3. Сосновые почки, лист подорожника, листья мать-и-мачехи — в равных частях. *Отвар*: 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 2 часа, кипятить 5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Выпить за 3 приёма в течение дня.

РЕЦЕПТ № 4. Чабрец, мать-и-мачеха, фиалка трёхцветная, плоды аниса — по 10 г.
Отвар: 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 2 часа, кипятить 5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Выпить за 3 приёма в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Бедренец-камнеломка. *Настойка:* 2 части корней на 5 частей водки настаивать 8 дней в тёмном, месте, взбалтывая ежедневно; процедить. Пить по 30 капель на 1 ст. ложку воды 3 раза в день.

Бурсит плечевых суставов

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- прогревать суставы перед сном: намочить шерстяную ткань бензином и приложить к больному месту, сверху поставить медную тарелку, нагретую так, чтобы можно было терпеть. Курс: 3-5 дней;
- втирать в суставы свою мочу по 10-15 минут 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Ветки и листья ивы. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. Прикладывать на больные места лепёшки из глины, замешенные на собственной моче, обвязать шерстяной тканью и держать 30-40 минут 2-3 раза в день. Курс: 3-4 недели.

Бюргера болезнь

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- смесь красной глины с уксусом прикладывать к больным местам;
- замешать кукурузное тесто на чистом винном уксусе и прикладывать к больным местам.

Вегетоневроз

РЕЦЕПТ № 1. Боярышник кроваво-красный. *Настой:* 1 ст. ложку сухих плодов залить 1 стаканом кипятка и настаивать 2 часа, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день. *Настойка:* 10 г цветков боярышника на 100 мл водки, настаивать 10 дней, процедить. Пить по 20-25 капель до еды 3 раза в день. *Настой:* цветки и плоды боярышника — в равных частях. 3 ст. ложки смеси залить 3 стаканами кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё: принимать по 0,2 г утром до еды. Курс: 10 дней, через 5 дней перерыва курс повторить. Рекомендуется 4-5 курсов.

РЕЦЕПТ № 3. Глиняная вода: 2 ч. ложки глины развести на 1 стакан воды. Выпить в течение дня. Курс: 21 день, через 9 дней перерыва курс повторить.

Венерические болезни

Гонорея

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- принимать «Фацижин» по 1 таблетке через каждые 4 часа, излечивает в течение дня.

РЕЦЕПТ № 1. Белозор болотный. *Настой:* 1 ч. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать до Охлаждения, процедить. Пить по 1 ст. ложке через 20 минут после еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Аир болотный. *Настой:* 30 г корневищ залить 1 л кипятка, настаивать 3-4'часа, процедить. Принимать по % стакана через 30 минут до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Желтокорень. *Настой:* 1 ч. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить **уб** 1 ст. ложке через 20 минут после еды 2-3 раза в день.

Сифилис

РЕЦЕПТ № ,1. Вяз (ильм). *Настойка:* 1 ст. ложку сухой коры на 500 мл водки, настаивать 6 дней, процедить. Принимать по 10 капель 10-15 раз в день. Курс: не менее года. • ' •

РЕЦЕПТ № 2. Сделать сок из листьев и Цветков сирени (сиреневого и сине-сиреневого цвета), добавить равное количество виноградной водки и 5 частей родниковой воды. Пить по 1 ст. ложке 7 раз в день.

РЕЦЕПТ № 3. Сарсапарель. *Настойка:* 25 г сырья на 250 мл водки, настаивать 12 дней в тёплом месте..Пить по 25-50 мл 3 раза в день, запивая родниковой водой. ' * 4

Венозная недостаточность

РЕЦЕПТ № 1. Крапива, девясил, шиповник, петрушка, сосновая кора, виноградные косточки, кора лимонного дерева, шелуха арахиса, клюква — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по.100-150 мл в день. Курс: 2-3 месяца. •

РЕЦЕПТ № 2. Хвощ полевой. *Настой:* 3 ст. ложки травы залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить в течение дня.¹

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё: принимать по 0,2 г утром за 30 минут до еды. Курс: 25 дней, через 10 дней перерыва курс повторить.

Ветряная оспа

Г

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- изолировать больного от окружающих;
- кожные высыпания смазывать 1%-ным раствором метиленового спирта;
- при сильном зуде протирать кожу 5%-ным раствором ментола;
- в первые 2-3 дня болезни пить только воду с лимоном, делая горячие ванны, горячие припарки и глиняные примочки. После этой диеты употреблять свежие фрукты и овощи, овощные отвары моркови с лавром и шалфеем, постепенно добавляя картофель. , •

Витилиго

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- принимать сок свежего сельдерея по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Ряска маленькая. 1. *Настойка:* 1 ст. ложку травы на 100 мл водки,, настаивать 7 дней, процедить, Принимать по 15-20 капель на 50 мл воды 3 раза в день. 2. Смешать сухую ряску, маленькую с мёдом — в равных частях. Принимать по 1-3 г смеси 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Ветки можжевельника. *Отвар:* 40 г сырья залить 400 мл кипятка, кипятить на тихом огне 30-40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

Скатывать больные места глиной и, собрав её с больного, высыпать на любой цветок.'

Водянка

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- кресс-салат: есть в неограниченном количестве;
- сок редьки: по 30-50 мл перед едой;
- полынь: заваривать и пить как чай;
- пить соки свежих ягод с мёдом утром до еды;
- сок цикория: по 30-50 мл перед едой 3 раза в день;
- сок лука: по 2 ст. ложки в день;
- огуречный рассол: по 2 стакана в день;
- порошок корня девясила: на кончике ножа 3-4 раза в день;
- на область живота ставить примочки из глины.

РЕЦЕПТ № 1. Питаться исключительно крупяными лепёшками без соли и жира, но с большим количеством муки, пить Только свежий лимонный сок и после каждого приёма пищи съесть по 3 вишнёвых или сливовых зернышка. Курс приёма зёрен: по 3 дня с перерывами в 10 дней.

РЕЦЕПТ № 2. Вереск обыкновенный. *Настой:* 40 г цветущих веточек залить 1 л кипящей воды, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить настой вместо воды по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Аир болотный. *Отвар:* 50 г измельчённых корневищ залить 3 стаканами воды, варить на тихом огне 15 минут, остудить, процедить. Пить по 100 мл за 30 минут до еды. *Настойка:* 50 г корневищ на 0,5 л водки, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 1 ч. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Цикорий дикий. *Отвар:* 15 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 5 минут, охладить, процедить. Пить по 50-70 мл до еды 3 раза в день. Ежедневно готовить новый отвар.

РЕЦЕПТ № 5. Вымыть и нарезать 920 г петрушки, положить в кастрюлю и залить свежим непастеризованным молоком. Поставить в не слишком горячую печь, вытопить наполовину, процедить. Пить по 1-2 ст. ложки каждый час. Всё приготовленное надо выпить в один день.

РЕЦЕПТ № 6. Майоран. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, варить 3-5 минут на тихом огне, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3-4. раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Марена красильная. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья-залить 2 стаканами воды, варить 3-5 минут на тихом огне, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Лист берёзы — 4 части, плоды шиповника — 1 часть, корень стальника — 1 часть. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом воды, настаивать 4 часа, кипятить на тихом огне 15 минут, остудить, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 9. Горицвет весенний. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, варить 3-5 минут на тихом огне, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Бузина чёрная. *Настойка:* 50 г измельчённых корней залить 1 стаканом водки, настаивать 7 дней, процедить. Начинать приём с микродоз, постепенно увеличивая до 1 ст. ложки в день.

РЕЦЕПТ № 11. Цветки василька. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день за 10—15 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 12. Льняное семя. *Отвар:* 1 ч. ложку залить 1 л воды, кипятить 15 минут, настаивать 1 час, можно не процеживать. Пить горячий отвар по $\frac{1}{2}$ ~ $\frac{1}{3}$ стакана через каждые 2 часа 6-9 раз в день. Курс: 2 недели.

РЕЦЕПТ № 13. Сурепка обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день:

РЕЦЕПТ № 14. Морошка. *Отвар:* 3 ст. ложки цветков залить 1 стаканом воды, отварить на тихом огне, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана перед едой 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Хвощ полевой. *Настой:* 30 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить, Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 16. Шишки Хмеля. *Отвар:* 10 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 10-15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 17. Крапива двудомная. *Настой:* 1 ч. ложку измельчённого корня залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить как чай.

РЕЦЕПТ № 18. Срезать кожуру с репы, залить водой: на 1 стакан сырья 3 стакана кипятка. Плотно закрыть посуду и поставить в печку на 4 часа, затем процедить и хорошо отжать. Пить по 1 стакану в день.

РЕЦЕПТ № 19. Сжечь стебли бобов, собрать золу и растереть в порошок. Пить 3-4 раза в день в составе: $\frac{1}{2}$ ч. ложки золы на 1 ст. ложку водки. Запивать морковным соком.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Обложить больного распаренными молодыми ветками берёзы с почками, усадив его над раскалёнными кирпичами. Затем уложить в постель и давать пить настой листьев и почек берёзы. Настой: 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, варить 3-5 минут на тихом огне. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3-4 раза в день.

СОВЕТ № 2. Заваривать как чай конопляную мякину. Пить в течение дня как можно больше и чаще.

СОВЕТ № 3. Порошок из-высушенных и растолчённых 1-3 сверчков залить 1 стаканом кипятка, процедить. Выпить в течение дня.

СОВЕТ № 4. Сделать порошок из высушенного и сожжённого коровьего навоза. Принимать внутрь по $\frac{1}{2}$ ч. ложки перед едой 3-4 раза в день.

СОВЕТ № 5. Съесть по 30-50 г в день порошок из высушенной саранчи.

СОВЕТ № 6. Смешать порошок из высушенных чёрных тараканов с мёдом — в равных частях. Принимать по 1 ч. ложке перед едой 3-4 раза в день.

Отжать сок из живых тараканов, смешать с водкой в соотношении 1:5 и давать больному по схеме: 1 ч. ложка в день, увеличивать дозу ежедневно на 1 ч. ложку, доведя до 10 ч. ложек в день, затем снижать дозировку в обратном порядке до 1 ч. ложки в день. Можно 10-15 тараканов настоять на 100 мл водки в течение 7 дней.

Волчанка красная

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- категорически запрещается бывать на солнце;
- компрессы из сока алоэ (не закрывать повязкой) по 3 часа 2 раза в день;
- смазывать больные места глиной, смешанной с уксусом.

РЕЦЕПТ № 1. Глиняная вода: 1 ст. ложку глины размешать в 1 стакане воды и добавить сок 1-2 лимонов. Выпить в течение дня. Соблюдать диету.

РЕЦЕПТ № 2. Хвощ полевой, подорожник — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут/процедить. Выпить в течение дня.

Волос (водяной червяк)*



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Наstrугать простого серого мыла в воду, вскипятить и в очень горячей воде держать ногу по щиколотку 3 раза в день по 30 минут.

СОВЕТ № 2. Держать ногу над горячим запечённым конским или коровьим помётом, червяк от дыма погибнет.

СОВЕТ № 3. Если волос расплодился по всему телу и появились ранки, взять колосья (без зерна) ржи, пшеницы, овса, из них составить пучок мелких прутиков. Пучок положить на рану и поливать не очень горячей водой. Лить воду не менее 2 часов, пока червяк не выйдет.

*При купании в водоёме под кожу может проникнуть тонкий червь, который вызывает боль и нагноение. (Примеч. авт.)

Выпадение волос

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ;

луковый сок: втирать в голову;

вымыть голову тёплой водой без мыла, втирать поваренную соль 10 минут, затем смыть тёплой водой (курс: 6 раз через день);

корневища аира: мыть голову отваром;

облепиха: включить в пищу ягоды, пить отвар молодых веточек и протирать им голову и волосы;

листья лопуха: заварить кипятком, настаивать 30 минут и втирать в голову;

керосин, разведённый с водой в соотношении 1:1, втирать в голову;

родиола розовая: втирать в голову сок растения ежедневно утром и вечером;

плющ обыкновенный: полоскать голову отваром;

костяника: мыть голову отваром растения.

РЕЦЕПТ № 1. Мёд — 1 ч. ложка, желток — 1 шт., растительное масло — 1 ст. ложка, репейное масло — 1 ст. ложка, шампунь — 2 ч. ложки, сок лука — 2 ст. ложки. Растереть желток с мёдом, размешать с маслом и шампунем и соком лука. Перед тем как мыть голову, смазать её, хорошо расчесать густым-гребнем, завязать целлофаном на 2 часа, затем хорошо вымыть. Курс: 1 раз в неделю, не менее 2 раз в месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Коньяк — 1 часть, лук — 4 части и отвар корней репейника — 6 частей. Втирать в голову.

РЕЦЕПТ № 3. Лопух большой. 1. Сложить в кастрюлю корни лопуха, залить их водой, чтобы она закрыла корни, под крышкой поставить в духовку, кипятить до полного размягчения сырья, процедить. Смачивать голову ежедневно. 2. *Настой:* 2 ст. ложки измельчённого корня лопуха залить 100 мл миндального масла, настаивать 2 недели, процедить. Смазывать голову на ночь.

РЕЦЕПТ № 4. Горец многоцветный. *Настой:* 3 ст. ложки травы залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить настой в течение дня и втирать его в голову.

РЕЦЕПТ № 5. «Ремексин» — 1 ст. ложка, сок лука — 1 ст. ложка, детская моча — 100 мл. Втирать в голову ежедневно утром и вечером. Состав помогает даже при плешивости. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 6. Шишки хмеля — 20 г, корень лопуха — 20 г, цветки календулы — 10 г. *Отвар:* сбор залить 1 л воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 1-2 часа, процедить. Мыть голову 2 раза в неделю.

РЕЦЕПТ № 7. Вымыть голову медицинской глиной и потереть оголённые места долькой лимона. Курс: 30 дней.

РЕЦЕПТ № 8. Клевер красный. *Настойка:* 3 корня натереть на тёрке и залить 100 мл водки, настаивать 1 сутки, процедить. Протирать тампоном голову 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Ветки можжевельника, листья бузины красной и берёзы — в равных частях. *Отвар:* горсть смеси залить 3 л воды, кипятить 5 минут, настаивать, укутав, 1 час, процедить. Мыть голову 2-3 раза в неделю.

РЕЦЕПТ № 10. Касторовое масло и 96%-ный спирт — в равных частях. Втереть в голову, через 4 часа промыть детским мылом и сполоснуть составом: сок 1 лимона на 1 л воды. •

РЕЦЕПТ № 11. Чабрец — 20 г, кора ивы — 20 г, кора дуба — 20 г. *Отвар:* 4 ст. ложки смеси залить 1 л воды, кипятить 15 минут, процедить. Втирать в "голову".

РЕЦЕПТ № 12. В кипячёной воде температурой 40 °С размешать 2 ст. ложки мёда. Смачивать или втирать в голову 2 раза в неделю.

РЕЦЕПТ № 13. Крапива двудомная. *Отвар:* 100 г крапивы залить 0,5 л воды и 0,5 л уксуса, варить 30 минут, остудить, процедить. Перед сном мыть этим отваром голову (без мыла). •

Советы из далёкого прошлого

§• На ночь натирать голову голубиным помётом через день в течение 5-7 недель.

Средства от перхоти и стимуляция роста волос

РЕЦЕПТ № 1. Лопух большой. *Отвар:* залить водой корни репейника и кипятить их, пока корни не размягчатся и вода не уварится на % первоначального объёма. Остудить, процедить и смачивать голову 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Хинная корка и винный спирт — по 10 г, розовое масло — 3 капли, касторовое масло — 1 ч. ложка. Втирать в голову 1 раз в день.

РЕЦЕПТ № 3. Марь цельнолистная. Истолочь в ступе траву и смешать с хорошо вытопленным коровьим маслом. Полученной мазью смазать голову и накрыть платком, смыть тёплой водой без мыла. Процедуру делать через день. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 4. Черноголовка обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку (с верхом) сырья на 1 стакан кипятка, кипятить 5 минут, настаивать 1 час, процедить. Мыть голову 2-3 раза в день, голову досуха не вытирать и оставлять волосы влажными.

воспаление слизистой оболочки рта и десен

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- сосать мумиё: по 0,1-0,2 г 2-3 раза в день;
- жевать 7-10 минут по 2-3 г прополиса 3-4 раза в день;
- «жевать» растительное масло 10-15 минут, пока не станет густым и белым, затем выплюнуть, сполоснуть рот раствором марганцовки. Лучше делать это утром до еды и вечером перед сном.

РЕЦЕПТ № 1. Аир болотный. *Настой:* 1 ст. ложку измельчённого корневища настаивать 2 часа, залить 3 стаканами кипятка, процедить. Полоскать 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 2. Бадан толстолистный. *Отвар:* 2 ст. ложки измельчённого корневища залить 1 стаканом воды, кипятить на водяной бане 30 минут, процедить. Полоскать рот отваром.

РЕЦЕПТ № 3. Девясил высокий. *Отвар:* 1 ст. ложку измельчённого корня залить 2 стаканами кипятка, кипятить 15 минут, настаивать 4 часа, процедить. Полоскать рот отваром.

РЕЦЕПТ № 4. Кора дуба. *Отвар:* 1 ст. ложку измельченной коры залить 1 стаканом кипятка, кипятить 15 минут, процедить. Полоскать рот отваром.

РЕЦЕПТ № 5. Полоскать рот 3-4 раза в день глиняной водой: 1 ст. ложка глины на 1 стакан воды.



Советы из далёкого прошлого

Опустить раскалённый докрасна, старый, сильно заржавевший гвоздь в липовый мед. При этом вокруг него образуется смола, которой нужно смазывать десну перед сном и на ночь.

Воспаление верхних дыхательных путей

РЕЦЕПТ № 1. Лопух большой. *Настой:* 2 ст. ложки листьев залить 2 стаканами кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 100 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Сосновые почки. *Настой:* 10 г сырья залить 200 г кипятка, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Воск — 20 г, прополис — 30 г. Измельчить и поставить на водяную баню в эмалированной посуде. Делать ингаляцию.

РЕЦЕПТ № 4. Мумиё. 1. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить. 2. Мумиё — 1 часть (0,2 г), мёд (или говяжий жир) — 20 частей. Пить и смазывать с помощью тампона воспалённое горло и ноздри. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 5. Корень алтея, корень солодки, плоды аниса, листья шалфея, почки сосны — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Хвощ полевой. *Отвар:* 30 г травы залить $1\frac{1}{2}$ -стакана воды, кипятить 2-3 минуты, охладить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Кора (с веток) тёрна. *Отвар:* 5 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут на тихом огне, процедить. Пить небольшими глотками без ограничений.

Воспаление мышечной ткани (миозит)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ: .

- делать согревающие компрессы на больные мышцы;
- принимать соленые, грязевые или серные ванны.

РЕЦЕПТ № 1. Алтей лекарственный. *Настой:* 10 г корней залить 200 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке каждые 2 часа, процедить.

РЕЦЕПТ № 2. Ромашка, донник — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 50-70 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Принимать мумиё по 0,2 г утром за 30 минут до еды. Курс: 25 дней. После перерыва в 10 дней курс повторить.

Врастание ногтей

и . *Советы из далёкого прошлого*

Каждый вечер надевать на больной палец напальчник, наполненный сливочным маслом. Сверху надеть носок и не снимать ночью. Делать 2-3 недели подряд. После прекращения боли приподнять угол растающего ногтя и подложить под него марлю. Дикое мясо сядет вниз, и больное место заживёт.

Выведение из организма шлаков и токсичных металлов

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- ежедневно съедать по 2-3 г прополиса, запивая водой (курс: 3-4 недели);
- принимать порошок из панцирей рака или краба: по 1 ч. ложке, запивая водой, 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Мята, имбирь, боярышник, перец — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды, кипятить 2-3 минуты, остудить, процедить. Пить по 1/2 стакана, с добавлением 1 ст. ложки рыбьего жира, 3-4 раза в сутки.

РЕЦЕПТ № 2. Глиняная вода: 1 ст. ложку глины залить 1 стаканом воды, размешать. Выпить в течение дня. Курс: 21 день.

РЕЦЕПТ № 3. Хвощ полевой. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, кипятить 2-3 минуты, остудить, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 3-4 недели.

Вывих

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- прикладывать красную глину, замешенную на моче, обвязав шерстяным шарфом или платком, на 1-2 часа 3-4 раза в день;
- растворить 350 г каменной соли (на половину объёма ванны) в горячей воде; принимать ванну по 30-40 минут перед сном (курс: 3-4 раза).

РЕЦЕПТ № 1. Уксус, древесная зола и пшеничные отруби — пропорции произвольные. Накладывать пластырь на 2-3 часа 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Корень чемерицы, корень лобелии — в равных частях. *Отвар:* 4 ст. ложки сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, остудить. Смешать густой отвар (1 часть) и вазелин (4 части). Втирать в больное место.

Выпадение прямой кишки

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- строгий режим питания;
- нормализовать стул (не должно быть поносов и запоров);
- делать клизмы с густым отваром айвы.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Пить экстракт (густой отвар) из свежих улиток.

СОВЕТ № 2. Сделать из холста валик (не более вершка), туго набить его ватой. Густо обмазать сметаной, подложить под задний проход и закрепить. Долго его носить.

Гангрена

РЕЦЕПТ № 1. Курс лечения лимонами (см. статью «Атеросклероз», рецепт № 11).

РЕЦЕПТ № 2. Взять чёрный свежеспеченный хлеб (ржаной), тщательно его пережевать, хорошо посолить, приложить толстым слоем к больному месту и перевязать. Держать по 1-2 часа 3-4 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. При заражении крови взять кусок бараньей или говяжьей печёнки (только что заколотого скота) и, не обмывая ее, приложить на 1-2 часа к больному месту. Под куском должны появиться нарывчики или прыщики. Накалить иглу, проколоть их и снова наложить кусок печенки с кровью.

СОВЕТ № 2. Сделать надрез на почерневшем от гангрены месте, выпустить свернувшуюся заражённую кровь и налить на рану свежей крови яка. Сделать так 4 раза, перевязывая больное место.

Головная боль

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- если причина — неправильное питание и засорение толстой кишки, необходимо 3-5-дневное голодание; 2-3 раза в неделю делать очистительную клизму: сок 1 лимона залить 1 л воды; потреблять как можно больше жидкости;
- для снятия головной боли можно использовать полоску шерстяной ткани шириной 7-8 см: спереди она должна прикрывать брови, а сзади проходить под затылочным бугром;
- «жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в течение дня;
- натереть на тёрке хрэн или редьку и накладывать: между лопатками, в области затылка (ниже волосистой части головы), на икроножные мышцы;
- красная свёкла: прикладывать к вискам; пропитать тампон соком и вставить в ухо;
- лимон: выжимать в горячий чай и пить в больших количествах; лимонную корку прикладывать к виску внутренней стороной, очищенной от мякоти (если на коже появится раздражение — смазать вазелином);

- капустные листья: прикладывать ко лбу компресс;
- делать примочки из глины на затылок и лоб;
- на подошвы ног прикладывать лепёшку из глины и уксуса, надев поверх тёплые носки: по 1 часу 2-3 раза в день;
- отвар майорана: пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день;
- чеснок: съедать ежедневно 2-3 зубчика;
- астрагал: пить отвар по $\frac{2}{3}$ стакана 2-3 раза в день;
- полынь: отвар пить по 1 ч. ложке и использовать для компресса;
- душица: делать припарки;
- прижаться головой к оконному стеклу, это нейтрализует электростатический заряд;
- перед сном обтереть голову «Меновазином»;
- бессмертник: положить пучок травы в подушку;
- сок картофеля: пить по 100 мл 3 раза в день;
- сок боярышника: пить по 50 мл 3 раза в день;
- сок петрушки: пить по 30 мл 3 раза в день;
- сок калины: пить по 100-200 мл 2 раза в день;
- есть свежие ягоды клубники луговой;
- сок чёрной смородины: пить по 50 мл 3 раза в день;
- прикладывать к голове листья мать-и-мачехи;
- прикладывать ко лбу и икрам лист лопуха;
- дикий хмель: принимать по 1 ч. ложке настоя утром и вечером;
- прикладывать к голове смесь мяты и ржаного хлеба;
- возможны головные боли от неподходящих очков, необходимо их заменить;
- выпивать каждое утро стакан сыворотки или простокваши;
- носить на шее, не снимая, бусы из жёлтого янтаря;
- утром смешать сырое яйцо с чашкой кипящего молока и выпить;
- мята: пить настой в горячем виде;
- опустить в горячую воду руки по локоть и держать их так до прекращения боли;¹
- цмин песчаный: высушить траву и набить ею подушку; мыть отваром голову;
- чабрец: вечером подержать голову в отваре, после чего обмыть им все тело;
- свежие ягоды брусники: по 100-150 г в день.

РЕЦЕПТ № 1. Почки сосны. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день после еды. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Принимать утром до еды и перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25 дней. Рекомендуется через 10 дней повторить курс.

РЕЦЕПТ № 3. Черёда трёхраздельная. *Настой:* 4 ст. ложки залить 1 л кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Пастушья сумка. *Настой:* 3 ст. ложки залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана в течение дня 3 раза.

РЕЦЕПТ № 5. Прополис. Капать на хлеб по 40 капель настойки и съедать, 1 раз в день.

РЕЦЕПТ № 6. Ежевика сизая. *Настой:* 1 ст. ложку ягод залить 1 стаканом кипятка, настаивать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 7. Шелковица. *Настой*: 2 ст. ложки ягод залить 1 стаканом кипятка, настаивать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 8. Вербна, ива — в равных частях. Положить мелко нарезанные веточки вербы или ивы в эмалированную кастрюлю, залить их водой, поместить на огонь. Когда вода начнет закипать, подержать голову над паром 10-15 минут, после чего укрыть её полотенцем и лечь спать.

РЕЦЕПТ № 9. Уксус, мёд — по 100 г. Перемешать и принимать по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Ромашка, вахта трёхлистная — по 1 части, пустырник — 2 части. *Настой*: 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $1/2$ стакана перед едой 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Чабрец, цветки сирени, василёк полевой — в равных частях. *Настой*: 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $1/2$ стакана за 30 минут до еды 2 раза в день. •

РЕЦЕПТ № 12. Клевер луговой. *Настой*: 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $1/2$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Календула лекарственная. *Настойка*: 20 г цветков на 200 мл 70°-ногр. спирта, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 20-30 капель 3 раза в день, Принимать длительное время.

РЕЦЕПТ № 14. Имбирь, ягоды боярышника, пассифлора (страстоцвет), первоцвет, стручковый перец — в равных частях. *Отвар*: 3 ст. ложки смеси залить 400 мл кипятка, кипятить 3-5 минут, остудить, процедить. Пить по $1/3-1/2$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Толокнянка, ягоды можжевельника, кукурузные рыльца, петрушка, земляной орех, золотая роза, клюква, семечки арбуза — в равных частях. *Настой*: 4 ст. ложки смеси залить 1 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $1/2$ стакана после еды утром 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 16. Отвар чернобыльника, вино, уксус — в равных частях. Использовать для компрессов.

РЕЦЕПТ № 17. Сирень, картофель, хрен, свёкла — в равных частях. Компоненты протереть и перемешать. Использовать для компрессов.

РЕЦЕПТ № 18. Огуречный сок — 3 части; морковный сок — 2 части, сока сельдерея — 1 часть. Принимать по $1/2$ стакана через час после еды 2 раза в день. Курс: 10 дней, повторять через каждые 3 месяца.

РЕЦЕПТ № 19. Душица, мелисса — по 1 ст. ложке. *Настой*: сырьё залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $1/2$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 20. Зверобой продырявленный. *Отвар*: 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить 15 минут, процедить. Пить по $1/4$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 21. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 22. Пропустить через мясорубку головку чеснока и положить в стеклянную банку, залить 1 стаканом подсолнечного масла и поставить в холодильник. На следующий день добавить 1 ч. ложку лимонного сока и 1 ч. ложку чесночного масла. Все размешать и принимать за 30 минут до еды по 1 ч. Ложке. Курс: 1-3 месяца, через 1 месяц повторить.

РЕЦЕПТ № 23. Девясил высокий. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 0,5 л кипятка, настаивать 10 часов, процедить. Пить по 50 мл до еды 3 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Прикладывать ко лбу измельчённых улиток.

СОВЕТ № 2. Протирать голову кислым молоком или рассолом буряка.

СОВЕТ № 3. В течение 7-10 минут подержать над головой металлическое сито.

Головокружение

РЕЦЕПТ № 1. Имбирь, ягоды, боярышника, пассифлора (страстоцвет), стручковый перец, первоцвет — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по u^2 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Бессмертник, зверобой, ромашка, почки берёзы — по 100 г. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить перед сном и утром по 1 стакану с добавлением 1 ч. ложки мёда. Курс: до окончания сбора.

РЕЦЕПТ № 4. Лук. *Настой:* нарезать 2-3 головки лука, залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 12 часов, процедить. Пить 3 раза в день по 1 ст. ложке.

РЕЦЕПТ № 5. Вереск обыкновенный. *Настой:* 40 г цветущих веточек залить 1 л кипящей воды, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить настой вместо воды по 1 стакану 3 раза в день.

Шум в голове

РЕЦЕПТ № 1. Утром и вечером «жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло по 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в течение дня. Делать до выздоровления.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё: принимать утром до еды и перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Почки берёзы, ромашка, зверобой, бессмертник — по 100 г Пропустить всё через мясорубку, высыпать в банку, закрыть крышкой. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить и отжать. Пить перед сном и утром по 1 стакану, добавляя 1 ч. ложку мёда. Курс: до окончания смеси.

Потеря голоса

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- есть бананы, натощак — печёный чеснок или сырые яйца.

РЕЦЕПТ № 1. Вскипятить 0,5 л молока, сварить в нём 2 мелко изрезанные луковички, варить на водяной бане 5-7 минут, процедить. Пить горячий отвар 2-3 раза в день и на ночь.

Гайморит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- клюква: пить сок по 100-200 мл в день (курс: 2-3 месяца);
- делать ингаляции с ментолом или 30%-ным раствором настойки прополиса;
- делать ингаляции над кастрюлей с горячим картофелем «в мундире»;
- взять эбонитовый диск толщиной 10 мм и диаметром 110 мм, отшлифовать его с одной из сторон; гладить отшлифованной стороной по часовой стрелке (один оборот в секунду) по лбу, щекам и подбородку по 10-15 минут 2 раза в день;
- сливочное масло (кусочек величиной с горошину): положить одну ночь в правую ноздрю, другую ночь — в левую (так чередовать несколько дней);
- дряква: закапывать в нос по 2-3 капли сока травы 1 раз в день (курс: 3 дня);
- прикладывать к пазухам носа сваренные вкрутую яйца (как можно горячее) по 2-3 раза в день. Курс: 10-12 дней;
- жевать пчелиный воск с мёдом по 7-10 минут 3-4 раза в день;
- ингаляции с ментолом по 5-7 минут (курс: 7-10 дней);
- цикламен: закапывать сок листьев по 2-3 капли в каждую ноздрю 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Крапива, девясил, шиповник, петрушка — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить 2-3 минуты, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Небольшое количество йода и марганцовки растворить в 1 стакане тёплой воды. Несколько раз в день втягивать раствор через нос или вставлять смоченный тампон в ноздри несколько раз в день.

РЕЦЕПТ № 3. Еловая живица — 200 г, луковичка — 1 шт., медный купорос — 15 г, оливковое масло — 50 мл. Довести до кипения, остудить. Тампоны с мазью перед сном закладывать в ноздри и держать, сколько хватит терпения. Курс: 7-10 дней. Мазь можно держать в холодильнике, но перед употреблением подогреть.

РЕЦЕПТ № 4. Приготовить отвар корня девясила: 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, варить на тихом огне 10 минут, процедить. В отвар добавить по 1 ч. ложке зверобоя, календулы и листьев эвкалипта, 5-6 капель йода и 3 ч. ложки (без верха) соли. Все это варить в закрытой эмалированной посуде 20 минут, процедить. Необходимо втягивать через каждую ноздрю и через рот выплевывать по 1 ст. ложке отвара 2 раза в день. Хранить отвар в закрытой посуде. Курс лечения индивидуален, как правило 2-3 недели.

Геморрой

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- с помощью диеты регулировать стул, чтобы он был мягким, обязательно обмываться после каждой дефекации;
- использовать свечи из картофеля 2-3 раза днём и на ночь;
- ежедневно пить по 1 стакану воды с 10-12 каплями соляной кислоты (2-3 недели);
- есть в большом количестве яблоки и виноград;
- выпивать натощак 1-2 стакана сыворотки;
- есть сырую морковь в больших количествах. Пить на ночь настой из конского щавеля;
- ежедневно съедать 3-5 зубчиков чеснока;
- прикладывать к узлам натёртую красную свёклу и морковь 3-4 раза в день;
- делать припарки из горячих отрубей и овса;
- делать сидячие ванночки с тёплым отваром водяного перца (при внешнем геморрое);
- использовать тампоны с «Меновазином» 2 раза в день;
- делать ванны с отваром веток (возрастом 2 лет) дикого винограда;
- пить чай с полынью;
- пить отвар подорожника, добавив соль по вкусу;
- пить сок рябины красной по 50-70 мл, запивая водой, 3 раза в день;
- накладывать на узлы листья осины на 2 часа; после небольшого отдыха процедуру повторить; при сильных болях процедуру повторить через день;
- сделать холодное обмывание, наложить на узлы компресс со льдом на 3-4 минуты; процедуру делать 3-4 раза в день (курс: 3 недели);
- пить как чай отвар мартовской берёзовой и ольховой коры по 100 мл после еды 2 раза в день;
- картофельный сок: 1 ст. ложку сока ввести при помощи клизмы в анальное отверстие на ночь (курс 10 дней);
- пить рассол квашеной-капусты по $\frac{1}{2}$ стакана 2 раза в день;
- пить свежий сок лука по 1 ст. ложке 3-4 раза в день;
- прикладывать к узлу пиявку (когда она отпадет, узел начинает высыхать);
- парить анальное отверстие отваром лука (3 кг лука на 2 л кипятка);
- принимать пюре варёных плодов бузины чёрной (без сахара) по 1 ст. ложке перед едой;
- принимать экстракт крушины ломкой по 30-40 капель на ночь;
- коровяк лекарственный: заваривать. Пить как чай;
- прикладывать к узлам лепёшки из глины и мочи 3-4 раза в день;
- съедать ежедневно по 6 г семян зверобоя с сахаром (курс: 7—10 дней);
- пить настоем ботвы моркови и петрушки;
- на ночь использовать свечи из мёда и муки;
- при послеродовом геморрое: после очистительной клизмы использовать ледяную свечку.

РЕЦЕПТ № 1. Горец почечуйный. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Чистотел большой. *Настой:* 1 ч. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить за день.

РЕЦЕПТ № 3. Водяной перец — 50 г, тысячелистник — 40 г, крапива — 40 г, корень кровохлёбки — 80 г, корень алтея — 80 г, зверобой — 50 г, хвощ — 50 г. *Настой:*

3 ст. ложки сбора залить 3 стаканами кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Добавить в настой по 1 ст. ложке спиртовых настоек цветков конского каштана и корней стальника. Пить по 150 мл 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Омела белая. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Лист кассии, трава тысячелистника, кора крушины, плод кориандра, корень солодки — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 30 минут и процедить. Пить на ночь по $\frac{1}{2}$ -1 стакану.

РЕЦЕПТ № 6. Люцерна. *Настой:* 1 ст. ложку цветоносных побегов залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Гвоздика. *Настой:* 12 г травы залить 1 л кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить 3 раза в день по $\frac{2}{3}$ стакана до выздоровления.

РЕЦЕПТ № 8. Земляника лесная. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Использовать для примочек и клизм.

РЕЦЕПТ № 9. Листья крапивы двудомной — 8 г, кора крушины — 8 г. *Отвар:* смесь залить 1 л кипятка, кипятить 10-15 минут, процедить! Пить по 1 стакану 3-4 раза в день при сильных болях.

РЕЦЕПТ № 10. Скорлупа кедровых орехов. *Настой:* $\frac{1}{2}$ стакана сырья залить 0,5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 10 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ Ш 11. Семена ячменя. Цоместить в тёплую среду, когда они прорастут, высушить. *Настой:* 2 ст. ложки измельчённых сухих проростков залить 1 л кипятка, настаивать 4 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4-6 раз в день, добавив по вкусу сахар.

РЕЦЕПТ № 12. В раскалённом подсолнечном масле обжарить 1 крупную луковицу, лук выбросить и в масле развести 100 г воска. Мазать узлы перед сном и 2-3 раза днём.

РЕЦЕПТ № 13. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего — 3 курса. Одновременно делать примочки на узлы: 1 г мумиё на $\frac{1}{2}$ стакана воды.

РЕЦЕПТ № 14. Прополис. *Настойка:* 60 г прополиса на 250 мл спирта, настаивать 7 дней, процедить. Принимать по 1 ч. ложке, разведённой в $\frac{1}{2}$ стакана воды, за 1 час до еды. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 15. Девясил высокий. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 0,5 л воды, кипятить 15 минут, настаивать 4 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 16. Шалфей лекарственный. *Настой:* 3 ст. ложки сырья на 100 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Делать клизмы настоем по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 7 дней. •

РЕЦЕПТ № 17. Подмаренник настоящий. *Отвар:* 3 ст. ложки на 2 стакана воды, кипятить 3-5 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 18. Лопух большой. *Настой*: 4 ст. ложки сырья залить 1 л кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 19. Эхинацея, желтокорень, лопух, одуванчик, перец — в равных частях. *Отвар*: 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакану 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 20. Одуванчик лекарственный. *Настой*: 2 ст. ложки измельченного корня залить 1 стаканом кипячёной воды, настаивать 8 часов, процедить. Пить по 50 мл 4 раза в день.

» *Советы из далёкого прошлого*

">»ку СОВЕТ № 1. Водяной перец. Отвар: 400 г травы залить 2 л воды, варить в закрытой посуде 15-20 минут, настаивать 1 час, процедить.

В 2 стаканах молока отварить 400 г белого хлеба, процедить. Молоко и отвар травы слить в тазик. Сидеть в горячем отваре по 10-15 минут, затем Ж подмыться тёплой водой.

СОВЕТ № 2. Поставить на дно ведра горячий кирпич и вылить на него берёзовый деготь. Обложив края полотенцем, сесть на ведро, прогревая больное место.

СОВЕТ № 3. Сало.

1. Втирать в анальное отверстие старое солёное сало свиньи, смешав его с порошком чистотела.
2. Ставить свечи из нутряного сала, слегка подморозив в холодильнике и сбрызнув камфорным маслом.
3. Сделать очистительную клизму отваром ромашки, поставить на ночь свечу из старого жёлтого свиного сала (толщиной 1 см).

СОВЕТ № 4. Камфора — 15 г, медный купорос — 11 г, мозг берцовой кости свиньи — 10-15 г. Все перемешать и перед сном смазывать узлы.

СОВЕТ № 5. В невысокий железный бидон положить сильно разогретый кирпич, насыпать на него мелко нарезанный чеснок, обложить края бидона полотенцем и посидеть над испарениями чеснока.

СОВЕТ № 6. Взять толстый глиняный горшок, налить 2 л молока и положить 4 большие разрезанные головки лука. Закрывать горшок, и парить смесь на тихом огне. Снять горшок с огня, прикрыть деревянной крышкой с отверстием и посидеть над паром. Затем смазать узлы вазелином и принять слабительное. Делать 1 раз в неделю (всего 2-3 раза).

СОВЕТ № 7. Смешать пепел от берёзового полена с керосином, сделать свечи и вставлять в задний проход на 10-15 минут 3-4 раза в день.

СОВЕТ № 8. Обрабатывать анальное отверстие дымом от сгорающих копыт животных.

СОВЕТ № 9. Вставлять в задний проход тампон, смоченный раствором: 1 ч. ложка керосина и 1 ч. ложка прохладной кипяченой воды.

СОВЕТ № 10. Разогревшись в парилке, втереть в задний проход серно-ртутную мазь и продолжить париться.

Геморроидальное кровотечение

РЕЦЕПТ № 1. Трава водяного перца, горец почечуйный, кора конского каштана, лист крапивы, корневище кровохлёбки, трава тысячелистника, хвощ полевой,

РЕЦЕПТ № 18. Лопух большой. *Настой*: 4 ст. ложки сырья залить 1 л кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 19. Эхинацея, желтокорень, лопух, одуванчик, перец — в равных частях. *Отвар*: 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ -1 стакану 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 20. Одуванчик лекарственный.¹ *Настой*: 2 ст. ложки измельченного корня залить 1 стаканом кипячёной воды, настаивать 8 часов, процедить. Пить по 50 мл 4 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Водяной перец. *Отвар*: 400 г травы залить 2 л воды, варить в закрытой посуде 15-20 минут, настаивать 1 час, процедить.

В 2 стаканах молока отварить 400 г белого хлеба, процедить. Молоко и отвар травы слить в тазик. Сидеть в горячем отваре по 10-15 минут, затем подмыться тёплой водой.

СОВЕТ № 2. Поставить на дно ведра горячий кирпич и вылить на него берёзовый деготь. Обложив края полотенцем, сесть на ведро, прогревая больное место.

СОВЕТ № 3. Сало.

1. Втирать в анальное отверстие старое солёное сало свиньи, смешав его с порошком чистотела.

2. Ставить свечи из нутряного сала, слегка подморозив в холодильнике и сбрызнув камфорным маслом.

3. Сделать очистительную клизму отваром ромашки, поставить на ночь свечу из старого жёлтого свиного сала (толщиной 1 см).

СОВЕТ № 4. Камфора — 15 г, медный купорос — 11 г, мозг берцовой кости свиньи — 10-15 г. Все перемешать и перед сном смазывать узлы.

СОВЕТ № 5. В невысокий железный бидон положить сильно разогретый кирпич, насыпать на него мелко нарезанный чеснок, обложить края бидона полотенцем и посидеть над испарениями чеснока.

СОВЕТ № 6. Взять толстый глиняный горшок, налить 2 л молока и положить 4 большие разрезанные головки лука. Закрывать горшок и парить смесь на тихом огне. Снять горшок с огня, прикрыть деревянной крышкой с отверстием и посидеть над паром. Затем смазать узлы вазелином и принять слабительное. Делать 1 раз в неделю (всего 2-3 раза).

СОВЕТ № 7. Смешать пепел от берёзового полена с керосином, сделать свечи и вставлять в задний проход на 10-15 минут 3-4 раза в день.

СОВЕТ № 8. Обработать анальное отверстие дымом от сгорающих копыт животных.

СОВЕТ № 9. Вставлять в задний проход тампон, смоченный раствором: 1 ч. ложка керосина и 1 ч. ложка прохладной кипяченой воды.

СОВЕТ № 10. Разогревшись в парилке, втереть в задний проход серно-ртутную мазь и продолжить париться.

Геморроидальное кровотечение

РЕЦЕПТ № 1. Трава водяного перца, горец почечуйный, кора конского каштана, лист крапивы, корневище кровохлёбки, трава тысячелистника, хвощ полевой,

плоды черники. В состав сбора можно выбрать 4-5 компонентов. *Настой*: 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 50 минут, процедить. Пить по u^2-1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Перегородки грецких орехов, шишки хмеля — в равных частях. *Настой*: 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 40 минут и процедить. Пить по 3-4 глотка 4 раза в день.

Гемофилия

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- принимать витамины С и К;
- употреблять в пищу продукты, способствующие свертываемости крови: шпинат, зелёный молодой лук, лист сельдерея, лист капусты.

РЕЦЕПТ № 1. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 4-5 курсов.

РЕЦЕПТ № 2. Глиняная вода: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды и употребить в течение дня. Курс: 21 день, через 9 дней повторить.

Герпес

РЕЦЕПТ № 1. Шиповник, люцерна, крапива, мята, чистотел, девясил, стручки фасоли, сельдерей, ромашка — в равных частях. *Отвар*: 3 ст. ложки сбора залить 400 мл воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по u^3 стакана за 20 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ/V-⁰ 2. Глиняная вода: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды и выпить в течение дня. Курс: 4-5 недель.

РЕЦЕПТ № 3. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в течение дня.

Низкий гемоглобин

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- сок свёклы — 100 мл и сок яблок — 400 мл, выпивать по 50 мл смеси в день (курс: 3-4 недели);
- одуванчик; принимать сок листьев по 50-100 мл в день;
- есть квашеную свёклу и морковь;
- белокочанная капуста, крапива, морковь, печёная свёкла и зелёные яблоки — в равных частях: есть салат по 300-500 г в день.

РЕЦЕПТ № 1. Крапива двудомная. *Настой*: 15 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Черника обыкновенная. *Настой:* 5 г ягод залить 200 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ Ш 4. Глиняная вода: 1 ст. ложку глины развести в 1 стакане воды и выпить в течение дня. Курс: 21 день, через 9 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 5. Грецкие орехи. *Настойка:* 1 стакан перегородок на 0,5 л водки, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Клевер красный. *Настой:* 15 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

Гипертония

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- ограничить потребление соли и животных жиров; 1
- употреблять овощи, фрукты, молочные продукты, особенно творог;
- ежедневно выпивать 4 стакана сока или съедать равноценное количество фруктов;
- принимать мёд за 2 часа до еды: утром — 30 г, днём — 40 г, вечером — 30 г;
- чеснок: съедать 2-3 зубчика в день; *
- боярышник: съедать в сыром виде 40-50 ягод в день;
- есть печёный картофель с кожурой со свежим луком и чесноком;
- употреблять корицу с мёдом или простоквашей;
- есть в сыром виде цветки белой акации или пить как чай отвар цветков;
- калина: съедать по 3-5 ягод 3 раза в день (без сахара);
- прикладывать к пяткам ткань, смоченную яблочным уксусом;
- сок свёклы, черноплодной рябины, моркови, клюквы — по 50 мл; пить утром и вечером (1-1,5 месяца);
- пить отвар картофельной шелухи без ограничений;
- жимолость голубая: есть свежие ягоды по 40-50 шт. в день;
- сок красной свёклы, мёд — в равных частях: принимать по 1 ст. ложке 4-5 раз в день;
- черноплодная рябина, сахар — в равных частях: принимать по 1 ч. ложке до еды утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 1. Боярышник кроваво-красный. 1. *Настойка:* 1 стакан плодов на 200 мл спирта, настаивать 21 день, процедить. Пить по 1 ч. ложке, разбавляя водой, до еды на ночь. 2. *Отвар:* 20 г ягод залить 1 стаканом воды, настаивать 30 минут, кипятить 5 минут на тихом огне. Выпить перед едой на ночь.

РЕЦЕПТ № 2. Укроп душистый. *Настой:* 1 ст. ложку семян залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Мёд, сок свёклы, сок моркови, сок 1 лимона — по 1 ст. ложке, 1 стакан настоя хрена (настаивать натёртый хрен 36 часов). Всё перемешать. Принимать по 1 ст. ложке за 1 час до еды 2 раза в день. Курс: 1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 4. Чёрная смородина. *Отвар:* 2 ст. ложки ягод залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут, настаивать 1 час. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Хрен обыкновенный. *Настой:* 800 г хрена поместить в 2-литровый термос, залить кипятком, настаивать 1 ночь, процедить. Утром процедить и добавить 100 мл водки. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Клюква — $\frac{1}{2}$ стакана, цветочный мёд — $\frac{1}{2}$ стакана. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 7. Семена моркови. *Отвар:* размолоть 100 г семян, сварить их в 0,5 л молока. Пить по 1 стакану в течение дня. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 8. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 3-4 курса.

РЕЦЕПТ № 9. Софора японская. *Настой:* 10 г плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 1 ночь, процедить. Пить по 2 ст. ложки за 20 минут до еды. Курс: 3-4 месяца.

РЕЦЕПТ № 10. Почки и хвоя сосны. *Отвар:* 20 г сырья залить 200 мл воды/кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день. Этот же отвар добавлять в ванны.

РЕЦЕПТ № 11. Подорожник большой. 1. *Настой:* 1 ст. ложку листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Выпить всё по глоткам в течение часа, процедить. 2. Сок подорожника — 100 мл, мёд — 100 г. *Отвар:* смесь кипятить 20 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Тимьян ползучий (чабрец). *Настой:* 10 г травы залить 1 л кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день через день.

РЕЦЕПТ № 13. Мелисса, буквица, вероника — по 10 г, кустики земляники — 30 г, плоды боярышника — 40 г. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка. Заваривать. Пить как чай.

РЕЦЕПТ № 14. Полынь горькая. *Настой:* 1 ч. ложку мелко нарезанной полыни залить 400 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана, добавив по вкусу мёд, за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Ромашка, зверобой, бессмертник, берёзовые почки — по 100 г. Все перемешать, пропустить через мясорубку, засыпать в банку, закрыть крышкой. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить и отжать. В 1 стакане настоя развести 1 ч. ложку мёда и выпить перед сном. Утром подогреть оставшуюся часть, добавить мёд и выпить за 20 минут до еды. Курс: до окончания сбора.

РЕЦЕПТ № 16. Омела белая — 1 часть, корень белого пиона и барвинок малый — по 2 части, адонис, сушеница, мята, цветки боярышника — по 3 части. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 3 стаканами кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по 150 мл до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 17. Курс лечения лимонами (см. статью «Атеросклероз», рецепт № 11).

РЕЦЕПТ № 18. Сок каланхоэ, мёд — в равных частях. Размешать и принимать по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день, запивая водой. Тонко нарезать репчатый лук и засыпать его сахаром в глиняной посуде, пока не даст сок. Принимать по 1 ч. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 19. Цикорий обыкновенный. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1,5 л холодной воды, кипятить 5 минут на тихом огне, настаивать 4 часа, процедить. Выпивать маленькими глотками $1-1^{x/2}$ стакана в течение дня;

РЕЦЕПТ № 20. Натёртый лимон, ягоды клюквы, цветочный мёд — по 1 стакану, протёртый шиповник — 1 ст. ложка, настаивать 3 дня. Принимать по 1 ст. ложке перед едой утром и вечером.

РЕЦЕПТ № -21. Цветки боярышника, хвощ полевой, лист барвинка — по 1 части, трава тысячелистника — 2 части. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 3 часа, кипятить 5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить в течение дня перед едой.

РЕЦЕПТ № 22. Цветки фиалки трёхцветной, цветки арники — по 1 части, зверобой — 4 части, тысячелистник — 5 частей. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 3 часа, кипятить 5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 23. Плоды тмина, лист барвинка — 2 части, корень валерианы, лист Melissa — 3 части, цветки боярышника — 4 части, омела белая — 6 частей. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 2 стакана в день.

РЕЦЕПТ № 24. Цветки ландыша — 1 часть, лист Melissa — 2 части, трава лапчатка гусиная — 3 части, трава руты — 3 части. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 3 часа, затем кипятить 5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 25. Клевер луговой. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $x/2$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 26. Пустырник сердечный. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 27. Свежий лук, мёд — в равных частях. Перемешать и принимать по 1 ч. ложке 3-4 раза в день; тонко нарезанный репчатый лук засыпать сахаром в глиняной посуде, лук даст сок. Принимать по 1 ч. ложке сока перед едой 3 раза в день.

ГИПЕРТОНИЯ БЕЗ СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ

РЕЦЕПТ № 1. Багульник — 2 части, сушеница — 3 части, пустырник — 9 частей, почечный чай — 1 часть. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 300 мл кипятка, кипятить 5 минут, настаивать 4 часа, процедить. Пить тёплый отвар по $x/2$ стакана перед едой 3 раза в день.

ГИПЕРТОНИЯ С СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ " *

РЕЦЕПТ № 1. Адонис, цветки боярышника, лист берёзы, хвощ полевой — по 1 части, трава пустырника, трава сушеница топяная — по 2 части. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать 6 часов, процедить. Пить по $x/2$ стакана тёплого настоя перед едой 3 раза в день.

ГИПЕРТОНИЯ С ОЖИРЕНИЕМ

РЕЦЕПТ № 1. Хвощ полевой, кора крушины — по 1 части, багульник — 2 части, пустырник, сушеница топяная — по 3 части. *Отвар:* 2 ст. ложки сбора залить 0,5 л кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана после еды 3 раза в день.

СИМПТОМАТИЧЕСКАЯ ГИПЕРТОНИЯ СО СТЕНОКАРДИЕЙ

- маточное молочко: брать под язык по 20-30 мл 3 раза в день;
- пчелиная пыльца с мёдом в равных частях: принимать по 50 мл 3 раза в день;
- сок брусники: пить по 50 мл перед едой 3 раза в день;
- отвар из ягод малины: пить как чай;
- сок листьев одуванчика: принимать по 50-100 мл в день;
- соки: моркови — 300 г, шпината (салата) — 170 г, свёклы — 95 г, огурца — 95 г, сельдерея — 120 г, петрушки — 60 г. Пить в разных сочетаниях в течение дня.

РЕЦЕПТ № 1. Адонис, боярышник, мята, пустырник, сушеница, почечный чай — в равных частях. 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Чеснок посевной. *Настойка:* 1 стакан измельченных зубчиков чеснока на 0,5 л водки, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день. *

РЕЦЕПТ № 3. Барвинок малый. *Отвар:* 1 ч. ложку листьев залить 1 стаканом воды, варить 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Гвоздика. *Отвар:* 40 бутонов гвоздики залить 4 стаканами воды, кипятить на тихом огне, пока не останется 500 мл, слить в бутылку. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день. Курс: 1-2 года.

РЕЦЕПТ № 5. Валериана лекарственная. *Отвар:* 10 г корней залить 200 мл воды, кипятить 30 минут, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 10 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

Гипотония

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- пить по утрам крепкий чай и чёрный кофе;
- маточное молочко: брать под язык по 20-30 мл 3 раза в день;
- пчелиная пыльца с мёдом в равных частях: принимать по 50 мл 3 раза в день;
- принимать настойку женьшеня по 5-20 капель до еды 2 раза в день: утром и в обед (курс: 2-3 недели);
- принимать настойку золотого корня (родиола розовая) по 20-40 капель за 30 минут до еды 2 раза в день: утром и в обед (курс: 10-20 дней);
- гранатовый сок: пить по 1 стакану в день.

РЕЦЕПТ № 1. Лимонник китайский. 1. *Отвар*: 20 г сырья залить 200 мл воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке тёплого отвара 2-3 раза в день. 2. *Настойка*: 25 г сырья на 100 мл спирта, настаивать 5-7 дней, процедить. Пить по 20—40 капель на 1 ст. ложку воды перед завтраком и обедом.

РЕЦЕПТ № 2. Левзея сафлоровидная (маралий корень). *Настойка*: 25 г сырья на 100 мл спирта, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 20-40 капель на 1 ст. ложку воды перед завтраком и в обед.

РЕЦЕПТ № 3. Бессмертник песчаный. *Настой*: 10 г цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана за 30 минут до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Аралия маньчжурская. *Настойка*: 10 г сырья на 100 мл спирта, настаивать 20 дней. Принимать по 30-40 капель до еды, запивая водой, 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Лист белой берёзы — 6 частей, трава будры плющевидной, лист малины, лист подорожника большого, трава тысячелистника — по 2 части, корни левзеи сафлоровидной (маралий корень). — 10 частей, трава спорыш, крапива двудомная, плод шиповника — по 4 части, корневище девясила, лист мяты — по 1 части. *Настой*: 3 ст. ложки сбора залить в термосе 0,5 л кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Выпить в 3 приёма за 20^30 минут до еды в течение дня.

РЕЦЕПТ № 6. Татарник колючий. *Отвар*: 20 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут на тихом огне, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Глиняная, вода: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды и выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 8. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды. Курс: 28 дней, через 10 дней повторить.

Гипотиреоз (микседема)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- систематически принимать тиреоидин по 0,05-0,1 мг в день.

РЕЦЕПТ № 1. Горечавка жёлтая, ягоды черники, кошачья мята, желтокорень, мирра, пижма, окопник, жёлтый шавель, зверобой, голубая вербена, корень стародубки, ягоды лавра, ирландский мох, колючий ясень, ослинник двулетний (энотера) — в равных частях. Составить сбор из 3-5 компонентов. *Отвар*: 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Пить по 0,2 г утром за 30 минут до еды. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 3-4 курса.

Гидроцефалия (головная водянка)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- каждый день (до выздоровления) обмазывать голову глиной, замешенной на собственной моче, держать 1-2 часа, обвязав шерстяным шарфом или платком; затем обмыть тёплой водой без мыла.

РЕЦЕПТ № 1. Толокнянка, ягоды можжевельника, кукурузные рыльца, петрушка, кожура земляного ореха, золотая роза, клюква, семена арбуза — в равных частях. Составить сбор из 3-5 компонентов. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 200 мл кипятка, настаивать 4 часа в термосе. Пить по U_3 стакана после еды утром. Курс: 1-1,5 месяца.

Гипервозбудимость

РЕЦЕПТ № 1. Венерин башмачок (северная орхидея). *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, кипятить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по U_3 стакана после еды 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Глиняная вода: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды и выпить в течение дня. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё. Пить по 0,2 г за 30 минут до еды утром. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 3-4 курса.

Глазные болезни

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

*

- промывать глаза соком клевера;
- делать примочки с настоем цветков черёмухи;
- при воспалении: пить утром натошак 50-80 мл вина на 1-2 стакана воды;
- при пучеглазии: пить настой майских незабудок и делать примочки с настоем цветков земляники или их соком;
- при слезотечении: промывать перед сном отваром пшённой крупы; делать примочки с соком свежих огурцов;
- при конъюнктивите: прикладывать листья костяники каменистой;
- промывать глаза утренней росой, собранной с травы;
- при воспалении и покраснении глаз: промывать морской водой;
- промыть глаза размоченным в воде вишнёвым клеем и после этого вытереть насухо;
- смазывать глаза густым отваром смородинового листа; .
- промывать глаза своей мочой.

РЕЦЕПТ № 1. Василёк луговой. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час. Можно использовать вместе с цветами ромашки. Делать примочки ПРИ ВОСПАЛЕНИИ СЛИЗИСТОЙ ОБОЛОЧКИ ГЛАЗ.

РЕЦЕПТ № 2. Анис обыкновенный. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить U_2 стакана кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Тёплым настоем промывать глаза 3-4 раза в день ПРИ ПОВЫШЕННОМ ВНУТРИГЛАЗНОМ ДАВЛЕНИИ.

РЕЦЕПТ № 3. Лист алоэ — 0,5 кг, мёд — $\frac{3}{4}$ стакана. Смешать и настаивать 3 дня. Затем добавить 750 мл кагора, выдержать 1 сутки. Принимать по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Шиповник. *Отвар:* 100 г свежих лепестков залить 1 стаканом воды, кипятить на тихом огне 4-5 часов, остудить. Применять для примочек.

РЕЦЕПТ № 5. Иглы сосны — 5-6 ст. ложек, плоды шиповника, луковая шелуха — по 2 ст. ложки. *Отвар:* смесь залить 1 л воды, кипятить на тихом огне 10 минут, настаивать 1 ночь в термосе, процедить. Пить по 0,5-1,5 л в день при атрофии глазного нерва и онемении сетчатки глаза.

^ЦЙ- *Советы из далёкого прошлого*

ш Смазывать глаза сырым заячьим мозгом.

БОЛЬ В ГЛАЗАХ

- зелёные семена фенхеля: смазывать глаза соком 2-3 раза в день;
- цветки черёмухи или иссоп: заваривать как чай и промывать глаза;
- на опухшие веки прикладывать на ночь мякиш белого хлеба, смешанного с соком сельдерея;
- примочки на глаза из мочи ребёнка возрастом до 3 лет;
- клевер луговой: прикладывать к векам измельчённую траву;
- вдыхать сок алоэ и полоскать его отваром рот;
- прикладывать к векам тампон с соком каланхоэ перистого;
- ПРИ РЯБИ в ГЛАЗАХ втирать в подошвы ног свиной жир.

РЕЦЕПТ № 1. Засыпать в небольшую банку скорлупу яйца, наполнив её доверху, залить уксусной эссенцией и настаивать 10 дней. Затем ставить на солнце, пока не высохнет вся жидкость. То, что останется, Отжать, растереть в порошок и прикладывать на ночь к векам.

РЕЦЕПТ № 2. Агава американская. *Настой:* 1 лист залить 150 мл кипящей воды, настаивать 30 минут, добавить 1 дес. ложку мёда, хорошо размешать. Промывать глаза 3-4 раза в день, чтобы унять «внутренний жар».

РЕЦЕПТ № 3. Прикладывать 2-3. раза в день на 30-40 минут лепёшки из глины, замешенные на моче. Курс: 2-3 недели.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Есть рыбью или баранью печень, которую надо подержать над паром, идущим от только что сваренной печени.

СОВЕТ № 2. От темноты в глазах есть желчь козла.

СОВЕТ № 3. Прикладывать на глаза помёт тутового шелкопряда.

СОВЕТ № 4. Прикладывать к глазам мышцу лягушки.

СОВЕТ № 5. Прикладывать к глазам внутренней стороной кожу змеи, сброшенную при линьке.

Конъюнктивит, блефарит, язва роговицы, трахома и т. д.

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- ПРИ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССАХ в ГЛАЗАХ: пить по 1 стакану огуречного или капустного раствора 4 раза в день;
- пить по 1 стакану сывотки;
- есть простоквашу, огурцы, плоды и овощи, исключить из диеты мясо и яйца;

- смазывать веки смесью: сок лука и мёд — в равных частях;
- прикладывать к глазам тёртые яблоки или картофель;
- прикладывать белки яиц, запечённых с сахаром;
- прикладывать простоквашу, смешанную с глиной;
- листья кислой капусты: прикладывать 4 раза в день;
- прикладывать печёную свёклу, растёртую с квасом;
- прикладывать овсяную муку с простоквашей;
- прикладывать лепестки роз на 1 час;
- костяника: заваривать и пить как чай;
- промывать отварами шиповника, чайного гриба, цветков малины;
- делать припарки из семян подорожника;
- ПРИ БЛЕФАРИТЕ: смачивать веки слабым раствором борной кислоты; смазывать веки препаратами с содержанием ртути;
- ПРИ ХРОНИЧЕСКОМ КОНЪЮНКТИВИТЕ: съедать ежедневно по 1-2 ст. ложки ягод черники;
- ПРИ ВИРУСНОМ КОНЪЮНКТИВИТЕ: вдыхать эфирные масла эвкалипта;
- ПРИ КОНЪЮНКТИВИТЕ: развести мёд с водой (1:2), закалывать по 2-3 капли в глаза и делать примочки;
- ПРИ ТРАХОМЕ: делать примочки с соком ромашки; прикладывать лепёшки из глины, замешенной на моче;
- ПРИ ТРАХОМЕ: обливать голову горячим настоем молодых побегов чёрной -смородины (так, чтобы настой попадал в глаза).

РЕЦЕПТ № 1. Алтей лекарственный. Отвар: 10 г корней залить 1 л воды, кипятить 7 минут, процедить. Промывать отваром глаза.

РЕЦЕПТ № 2. Подорожник большой. Настой: 20 г листьев залить 200 мл кипятка, настаивать 15 минут, процедить. При гнойном воспалении промывать настоем глаза и делать компрессы.

РЕЦЕПТ № 3. Тимьян ползучий. Отвар: 60 г сырья залить 1 л воды, кипятить 20 минут на водяной бане, остудить, процедить. Промывать глаза.

РЕЦЕПТ № 4. 15. Дурман обыкновенный. Настой: 20 г травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, остудить, процедить. Промывать глаза.

РЕЦЕПТ № 5. Грецкий орех. Отвар: 20 г свежих листьев залить 200 мл кипятка, держать на водяной бане 10 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день при золотушном воспалении глаз. Хранить в тёмном - месте не более 2 дней.

РЕЦЕПТ № 6. Сырые яйца. Настой: 2 белка смешать со 100 мл кипяченой воды, настаивать 40 минут, процедить. Смазывать глаза за 15 минут до сна при слизисто-гнойных выделениях. -

РЕЦЕПТ № 7. Черёмуха обыкновенная. Настой: 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Делать примочки при вирусном конъюнктивите.

РЕЦЕПТ № 8. Ромашка аптечная. Настой: 10 г цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Промывать глаза.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Прикладывать к глазам сырую говядину или баранину 2 раза в день.

СОВЕТ № 2. При язве роговицы прикладывать к глазам мышиный помёт.

СОВЕТ № 3. Смазывать глаза желчью петуха.

Воспаление сетчатки глаза

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- использовать рецепты, изложенные выше в разделе «Глазные болезни»;
- сок клюквы: пить по 100 мл 3 раза в день, делать примочки.

РЕЦЕПТ № 1. Крапива, девясил, шиповник, петрушка, кора сосны, шелуха арахиса, кора лимонного дерева — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по U^2 стакана 3 раза в день.

Усталость глаз

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- примочки или компрессы из крепкого чая, слабого настоя ромашки или полыни;
- медовые примочки: вскипятить 1 ч. ложку мёда в 1,5 л воды; примочки детской мочой;
- ромашка и мята в равных частях: заваривать как чай и делать компрессы;
- ПРИ ПОДЕРГИВАНИИ ВЕКА (НЕРВНЫЙ тик): массировать виски, кожу вокруг глаз и на переносице по 7-10 минут 3-4 раза в день;
- ПРИ ПОДЕРГИВАНИИ ВЕКА (НЕРВНЫЙ тик): принимать мед за 2 часа до еды утром — 30 г, днём — 40 г, вечером — 30 г;
- ПРИ ПОКРАСНЕНИИ ВЕК ИЛИ ГЛАЗ: промывать отваром лука с добавлением мёда (5:1) 4-5 раз в день;
- ПРИ ПОКРАСНЕНИИ ВЕК или ГЛАЗ: делать примочки глиняной водой: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды.

Слезотечение

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- примочки с отваром листа будры плющевидной;
- отвар пшённой крупы: промывать глаза п-перед сном;
- серебряная вода: 10-20 г серебра залить 1 л воды, делать примочки и промывать глаза.

РЕЦЕПТ № 1. Семена тмина обыкновенного — 1 ст. ложка, лепестки василька, очанка и лист подорожника — по 1 ч. ложке. *Отвар:* 1 ст. ложку семян тмина залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Добавить в отвар по 1 ч. ложке василька, очанки и подорожника, настаивать 1 сутки, процедить через марлю. Закапывать по 2-3 капли 3-4 раза в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. Залить 1 стаканом воды 1 ч., ложку уксуса, добавить 1-2 капли йода. Выпивать 1 раз днём. Курс: 2 недели, затем пить раствор только по вторникам и четвергам.

Катаракта

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- капли Зеленина: закапывать, смазывать веки и глаза;
- густой отвар черёмухи: промывать глаза и делать примочки;
- сок аира или сок одуванчика: делать примочки;
- сжечь в пепел терновник: сыпать в глаза;
- сок цикория: закапывать по 1-2 капли 1-2 раза в день;
- сахарная пудра: насыпать в глаза на несколько минут (пока растает), растворить порошок квасцов в воде и промыть глаза; делать 3 раза в день.
- сварить вкрутую яйцо, вынуть желток, на несколько минут прикладывать к глазу горячий белок пустой серединой (он должен плотно прилегать).

РЕЦЕПТ № 1. Календула лекарственная. *Настой:* 3 ч, ложки сухих цветков залить 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 2 часа, процедить. Пить по U_2 стакана 4 раза в день и промывать настоем глаза.

РЕЦЕПТ № 2. Мёд. 1. *Отвар:* 1 ч. ложку мёда залить 1 стаканом воды, кипятить 5 минут; промывать глаза. 2. Сок ветреницы лесной (анемона), мёд — в равных частях. Смазывать глаза. 3. Сок Свежего растения очанка полевая, мёд — в равных частях. Закапывать по 2-3 капли 2-3 раза в день. 4. Сок лука, мёда — в равных частях. Делать примочки.

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё: 0,2 г на 50 мл воды, закапывать по 2-3 капли (курс: 1 месяц). Затем разбавлять мумиё настоем очитка (курс: 1 месяц)-.

РЕЦЕПТ № 4. Хвощ полевой — 15 г, крапива — 10 г, спорыш — 8 г, зверобой — 6 г. *Настой:* 1 ч. ложку сбора залить 1 стаканом, кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 2-3 стакана в день. Курс: до окончания сбора.

РЕЦЕПТ № 5. Шалфей лекарственный. *Отвар:* 1 ч. ложку залить 1 стаканом кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать 30 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 6. Глиняная вода: 2 ст. ложки глины развести в 1 стакане воды. Делать примочки 2-3 раза в день, через каждые 30-40 минут меняя место: затылок, лоб, глаза.

РЕЦЕПТ № 7. Крапива, девясил, шиповник, петрушка, сосновая кора, шелуха арахиса, клюква — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 1 стаканом воды, варить 3-5 минут, настаивать 15 минут, отжать и процедить. Пить по 100-200 мл в день, разделив на дозы. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 8. Очанка прямостоячая. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Использовать для примочек и принимать внутрь по U_3 стакана 3-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 9. Ростки картофеля («глазки»). *Настойка:* 1 ст. ложку сушёных ростков на 200 мл водки, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 1 ч. ложке 3 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Живица пихты или сосны. Накрошить её и положить в глиняный сосуд с узким горлом, закрыв отверстие шерстяной тряпочкой, поставить на водяную кипящую баню. Тряпочка будет впитывать пары со смолой, и эту жидкость надо время от времени отжимать, затем охладить и процедить. Закапывать по 2-3 капли 3 раза в день.

СОВЕТ № 2. Дождевые черви.

1. Заполнить наполовину банку дождевыми червями и засыпать сахаром, затем поставить в духовку и томить. Процедить полученную жидкость и закапывать в глаза по 1-3 капли утром и вечером.
2. Дождевых червей промыть, засыпать слегка солью, настаивать до появления жидкости, процедить. Закапывать в глаза по 1 капле в день.

СОВЕТ № 3. Смазывать глаза желчью совы.

СОВЕТ № 4. Сжечь в пепел смесь: 1 ст. ложку яичного мыла и желчь лебедя, смешать пепел с деревянным и пресным мёдом. Смазывать глаза.

СОВЕТ № 5. Взять свежий ржаной хлеб, вырезать в нём отверстие, поставить туда стакан дном кверху, очень плотно. На внутренней поверхности стакана образуется влага, её надо собрать и закапывать в глаза по 2-3 капли 3-4 раза в день.

СОВЕТ № 6. Закапывать на ночь по капле желчи свежей щуки. Делать через день 10 раз подряд и через 10 дней повторить.

Глаукома

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- ограничить в рационе соль и жидкость (до 1,2 л в сутки);
- включить продукты мочегонного действия: арбуз, берёзовый сок, петрушка, смородина, виноград, капуста, редька, рябина;
- цветочная пыльца: принимать по 10 г в день (курс: 1 месяц, повторить 2 раза в год);
- втягивать через нос мочу по 3-5 минут 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Травы, собранные в мае: крапива — $\frac{1}{2}$ стакана, цветки ландыша — 1 ч. ложка. *Настой:* залить 1 стаканом кипятка, настаивать 8 часов, затем добавить 0,5 ч. ложки соли, процедить. Использовать для примочек.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё: по 0,2 г за 30 минут до еды утром, запивая свекольным соком. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 4-5 курсов.

РЕЦЕПТ № 3. Душица и омела белая — по 70 г, дурнишник — 60 г. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Зверобой, пустырник, тысячелистник — по 2 части, пижма, подорожник, хвощ — по 1 части, боярышник, сenna — по 0,5 части, чернобыльник, шиповник — по 3 части. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 700 мл кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Пить после еды по $\frac{1}{3}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Лист берёзы, брусники, подорожника, льна, спорыш, череда, хвощ, крапива — по 1 части, рябина, шиповник — по 2 части, зверобой — 3 части. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 700 мл кипятка, настаивать 1 сутки, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана после еды 3-4 раза в день.

Кровоизлияние глазное

РЕЦЕПТ № 1. Цикорий обыкновенный. *Отвар:* 3 ст. ложки корней залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день и использовать для примочек, на глаза.

Улучшение зрения

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- налить в ванну температурой не ниже 10-12 °С воды глубиной 2-2,5 см. Войти в неё и быстро потопать ногами, потирая одну ногу об другую (до икр), продолжительность 1-3 минуты. После ванны ноги не вытирать, надеть теплые носки и быстро ходить по комнате в течение 10-15 минут;
- делать ванну для глаз 2 раза в день: в тазик с холодной водой погрузить лицо с открытыми глазами на 10-15 секунд поднять голову, поморгать глазами, затем опять погрузить — и так сделать 4-5 раз подряд. Затем вытереть лицо насухо, но не тереть лицо, а промокать;
- крапива двудомная: добавлять в салат, принимать сок по 1 ч. ложке 3 раза в день;
- прикладывать к глазам лепёшки из глины, замешенные на моче, на 30-40 минут 3 раза в день;
- морковь: съедать ежедневно 3 шт.;
- одуванчик: добавлять в салат по 12—15 листьев в день;
- сок тыквы: пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день (курс: 1 месяц);
- репа, капуста, редис, редька, свежая рыба: добавлять в салат;
- алоэ: съедать по 1 см листа в день;
- «жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день;
- сок лука: делать примочки и закапывать по 1-3 капли в глаза;
- мёд: по 100-150 г в день за 2 часа до еды утром в обед и вечером.

РЕЦЕПТ № 1. Ромашка, зверобой, почки берёзы, бессмертник — по 100 г. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 0,5 л кипятка^ настаивать 20 минут, процедить, отжать. В 1 стакан настоя положить 1 ч. ложку мёда. Выпить перед сном, утром допить оставшуюся порцию. Курс: до окончания смеси.

РЕЦЕПТ № 2. Девясил, голубая вербена, шлемник, клопогон, лобелия — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 5-7 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 3. Очанка прямостоячая. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить 400 мл кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана во время еды утром и вечером и делать компрессы.

РЕЦЕПТ № 4. Цветки льнянки, василька, бузины — по 1 ст. ложке. *Настой:* залить сбор 2 стаканами кипятка, настаивать 8 часов. Использовать для примочек на глаза: по 30-40 минут 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Шиповник. *Отвар:* 2 ст. ложки плодов залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить.' Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 6. Цикорий обыкновенный. *Отвар:* 3 ст. ложки залить 400 мл воды, кипятить 2-3 минуты, настаивать 30 минут. Выпить в течение дня. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 7. Пассифлора (страстоцвет). *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 400 мл воды, кипятить 2-3 минуты, настаивать 30 минут. Выпить в течение дня. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 8. Диоскорея кавказская. Принимать по 1 г витамина С, запивая отваром растения. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 400 мл воды, кипятить 2-3 минуты, настаивать 30 минут. Выпить в течение дня. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 9. Шалфей, стручковый перец, элеутерококк — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 10. Брусника обыкновенная. *Отвар:* 2 ст. ложки плодов залить 1 стаканом кипятка, кипятить 2-3 минуты, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 11. Крапива, девясил, шиповник, петрушка, шелуха арахиса, клюква, виноградные косточки, сосновая кора — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, кипятить 3-5 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 100-200 мл в течение дня. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 12. Корень крапивы, лист подорожника, мята, тысячелистник — по 50 г. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 20 минут, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 2-3 раза в день. Курс 21 день.

РЕЦЕПТ № 13. Зверобой, хвощ полевой — по 1 ст. ложке, можжевельник — 25 ягод, шиповник — 30 ягод. *Отвар:* сбор залить 0,5 л воды, кипятить 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 14. Цикорий обыкновенный. *Отвар:* 2 ст. ложки травы или 1 ст. ложку корней залить 0,5 л воды, кипятить 10 минут, процедить. Делать примочки по 15-20 минут 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Подорожник, лимонник китайский — по 1 ст. ложке, можжевельник — 25 ягод, шиповник — 30 ягод. *Отвар:* сбор залить 0,5 л воды, кипятить 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 16. Чистотел большой. 1. Смазывать глаза соком чистотела 3-5 раз в день. 2. Смешать сок чистотела с мёдом — в равных частях, кипятить, пока не закончится выделение пены из кипящей массы. Полученным составом смазывать глаза.

РЕЦЕПТ № 17. Ястребинка волосистая. *Настой:* 10 г травы залить 200 мл. кипятка. Заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 18. Чеснок посевной. Пропустить 2 раза через мясорубку 350 г чеснока, взвесить 200 г массы и залить её 200 мл 96%-ного спирта, настаивать 10 дней, затем отжать, процедить и настаивать ещё 3 дня. Пить с холодным соком или молоком (1 ст. ложка) по каплям соответственно схеме:

дни	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак	2	4	7	10	13	15	12	9	6	3
Обед	2	5	8	11	14	14	11	8	5	2,
Ужин	3	6	9	12	15	13	10	7	4	1

" Ч ц ^ *Советы из далёкого прошлого*

**Щ.* Печень чёрной курицы или быка: есть в готовом виде или пить бульон.

Глиома (нейробластома)

РЕЦЕПТ № 1. Нагреть в водяной бане смесь глины и мочи до 38-42 °С и наложить на голову слоем 2-4 см на 15-30 минут, процедить. Делать ежедневно или через день по самочувствию 10-15 раз. После процедуры обмыть голову тёплой водой без мыла, 30 минут отдохнуть.

РЕЦЕПТ № 2. Корень лопуха, ревень, лист вяза, трава молочного чертополоха, кресс-салат, щавель — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 400 мл воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 28 дней, через 10 дней повторить.

Глистная инвазия

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- сок персика: по 100-150 мл 3 раза в день;
- семена зверобоя: 6 г залить 1 стаканом кипятка с сахаром, настоять и выпить;
- корень ясеня: пить крепкий отвар;
- семена тыквы: утром до еды долго жевать 2 ст. ложки (с верхом) семян и через 1 час принять сильную дозу слабительного;
- есть сырую морковь;
- пить отвары пижмы или Дикой рябины;
- съесть 2-3 зубчика чеснока 2-3 раза в день;
- сок граната: по 10-150 мл 3 раза в день;
- конопляное масло: по 1 ст. ложке утром и вечером;
- изгнать остриц: 5-8 зубчиков чеснока залить 1 стаканом воды, настоем вводить через клизму 2-3 раза в день;
- изгнать остриц: употреблять перед едой варёную морковь утром и вечером.
- изгнать ленточных глистов: пить крепкий отвар папоротника; съесть утром 3-5 зубчиков чеснока с селёдкой;
- изгнать лямблии: ежедневно пить рассол квашеной капусты по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день (один раз натощак);
- изгнать бычьего цепня: сока растения молодило кровельное по 1-2 ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Чеснок — 10 головок, топлёное молоко — 1 л. чеснок пропустить через мясорубку, смешать с молоком. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день и после этого принимать слабительное.

РЕЦЕПТ № 2. Тыква. Пропустить через мясорубку очищенные семена и принимать по 2 ст. ложки, запивая молоком, 3 раза в день. Через 30 минут принять слабительное.

РЕЦЕПТ № 3. Берёза, бессмертник, валериана, вахта, девясил, душица, жостер, звербой, золототысячник, кукуруза, омела, орех, пижма, полынь, туя, хмель,

чеснок, эвкалипт — в равных частях. Можно составить сбор из 3-5 растений. *Настой*: 3 ст. ложки смеси залить 400 мл кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по U_2 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Растолочь 10 г арбузных косточек и смешать со 100 мл молока. Выпить 2 стакана смеси за день, между приёмами пищи.

РЕЦЕПТ № 5. Лук. *Настой*: измельчить среднюю луковицу, залить 1 стаканом воды и настаивать 10 часов, процедить. Пить до еды в течение дня. Курс: 3-4 дня.

РЕЦЕПТ № 6. Лист полыни, -толченые семена тыквы — в равных частях. *Настойка*: заполнить U_3 бутылки смесью, залить водкой, настаивать в тёплом месте 7 дней. Пить за 30 минут до еды 2 раза в день по рюмке. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 7. Семя тыквы — 1 часть, цветки пижмы — 1 часть, кора крушины — 2 части. *Настой*: 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 стакану утром. Курс: 3 дня.

РЕЦЕПТ № 8. Чеснок — 1 головка, яйцо — 1 желток, горсть сырого пшена, сельд-ка — 1 шт. Всё измельчить, развести молоком и съесть натощак, чтобы изгнать солитёра и других ленточных глистов. Курс: 3-5 дней.

РЕЦЕПТ № 9. Полынь, гвоздика, грецкий орех, фенхель, мята, корень горечавки, иссоп аптечный — в равных частях. *Настой*: 3 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по U_2 стакана до еды 3 раза в день. Курс: 2-3 недели. л

РЕЦЕПТ № 10. Пижма обыкновенная. *Настой*: 20 г пижмы залить 1 л кипятка, настаивать 2-3 часа, процедить. Пить по U_3 стакана 3 раза в день, чтобы изгнать аскариды и острицы. Курс: 5-7 дней.

РЕЦЕПТ № 11. Чеснок посевной. *Настойка*: U_2 стакана изрезанного чеснока залить коньяком, настаивать 10 дней в тёмном месте. Пить по 1 ч. ложке, заедая мёдом, 3 раза в день, чтобы изгнать лямблий.

ОПИСТОРОХОЗ (СИБИРСКАЯ ДВУУСТКА)

РЕЦЕПТ № 1. Растереть 2 г чеснока и смешать с 2 ст. ложками спирта, настаивать 3 дня. Принимать по 1 ч. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день. -

Глухота

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- закапывать по 2-3 капли морковного сока;
- вставлять фитиль, смоченный густым раствором мумиё, 2-3 раза в день и на ночь (курс: 3-4 недели).

РЕЦЕПТ № 1. Герань болотная. *Настой*: 4 ст. ложки сырья залить 1 стаканом воды, настаивать 1 час. Ежедневно мыть голову настоем.

РЕЦЕПТ № 2. Капуста огородная. Опустить в кипящую воду на 5 минут 3-4 центральных листа капусты. Вынуть из воды, разрезать по жилкам, подавить бутылкой и приложить к ушам на 2-3 часа, обвязав шерстяным платком. Снять повязку, когда листья почернеют и станут вызывать ощущение холода.

РЕЦЕПТ № 3. Натереть 3 г хрена и добавить 5 г соли, настаивать до появления сока. Закапывать в ухо на ночь по 2-3 капли.

Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Свернуть воронкой большой лист толстой синей бумаги, вставить узкий конец в ухо и поджечь широкий конец. Когда воронка сгорит почти вся, погасить и вытащить остаток бумаги из уха. Повторить ту же процедуру с другим ухом.

Ц СОВЕТ № 2. На ночь вставлять в ухо тампоны, смазанные желчью вороны. Курс: 10-12 дней..

СОВЕТ № 3. Свиное сало, куриный жир, сок лука — по 1 ст. ложке. Размешать и на ночь вставлять на тампоне в ухо. Курс: 2-3 недели.

СОВЕТ № 4. Молоко суки или подогретый гусиный (утиный) жир закапывать в ухо по 3-5 капель 3 раза в день. Курс: 7-10 дней.

Гноеродные инфекции

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- арбуз: прикладывать мякоть к больному месту;
- сушёные белые грибы: размочить в воде и делать компрессы;
- листья алоэ: разрезать и приложить к больному месту;
- горох: растереть и присыпать порошком больное место;
- сирень или осина: прикладывать листья;
- промывать поражённые места мочой 3-4 раза в день;
- кора белой ивы: пить отвар и промывать им поражённые места.

РЕЦЕПТ № 1. Горечавка, ягоды черники, пижма, мята, окопник, щавель, зверобой, корень стародубки, ягоды лавра, ясень, ирландский мох — в равных частях. Составить сбор (можно из 3-5 растений). *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 400 мл кипятка, настаивать 1 час. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Глиняная вода: 7 ст. ложку глины залить 1 стаканом воды, размешать. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3. Горицвет кукушкин. *Настой:* 2 ст. ложки сырья залить 1 л кипятка, настаивать до охлаждения. Использовать для компрессов.

РЕЦЕПТ № 4. Черемуха обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку ягод залить 500 мл кипятка, настаивать 1 час. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день, а также использовать для ванн и компрессов.

Воспаленные раны

ЖАРОПОНИЖАЮЩИЕ СРЕДСТВА:

- компрессы с раствором мумиё: развести 0,2 г на 50 мл воды;
- промывать рану мочой, прикладывать лепёшки из глины, замешенные на моче.

РЕЦЕПТ № 1. Лепестки роз — 3 г, оливковое масло — 350 мл. Перемешать и настаивать 7 дней на солнце. Полученной мазью обрабатывать рану.

Горечь во рту

РЕЦЕПТ № 1. Льняное семя. Растереть, получив 1 ст. ложку муки, заварить как густой чай, получится жидкий кисель. Пить по 1 стакану утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 2. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в течение дня. Курс: 3-4 недели ежедневно.

Гормональные нарушения

РЕЦЕПТ № 1. Шиповник, люцерна, крапива, мята, чистотел, девясил, стручки фасоли, сельдерей, ромашка — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3 раза в день.

Гормональная недостаточность

РЕЦЕПТ № 1. Корень женьшеня (или корень астрагала). *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по схеме:

- 1-я неделя:* $\frac{1}{2}$ стакана утром натощак;
- 2-я.неделя:* $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером;
- 3-я неделя:* 1 стакан утром и $\frac{1}{2}$ стакана вечером;
- 4-я неделя:* по 1 стакану утром и вечером.

4

После перерыва в 10 дней курс можно повторить.

Грибковые заболевания ногтей

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- делать ванны (для рук или ног) с винным уксусом и спать в носках (или перчатках), пропитанных им;
- погружать ноги (руки) на 10-15 минут в прохладную воду 2-3 раза в день;
- парить ноги (руки) в отваре молочая;
- погружать ноги (руки) в раствор крепкого кофе;
- истолочь мяту,, смешать с солью, уложить между пальцами на 1 час. Делать 3-4 раза в течение дня;
- чеснок, сливочное масло — в равных частях: смазывать больное место ежедневно до выздоровления;
- сок лимона: втирать в больное место 3-4 раза в день;
- сок вероники колосистой: делать примочки;
- сок клюквы: делать компрессы;
- густой отвар ромашки: делать ванны;
- помыть ноги, больные места смазать йодом, спать в носках с борной кислотой.

РЕЦЕПТ № 1. Горечавка жёлтая, ягоды черники, кошачья мята, желтокорень, мирра, пижма, окопник, жёлтый щавель, зверобой, Голубая вербена, корень стародубки, ягоды лавра, ирландский.мох, колючий ясень, ослинник — в равных частях. *Отвар:* 100 г смеси залить. 1 л воды, настаивать 5 дней, кипятить

20-30 минут, процедить. Добавить нашатырный спирт (1:10). Втирать в больные места. Можно использовать один отвар без спирта.

РЕЦЕПТ № 2. Прикладывать глину, замешенную на моче, на 40-50 минут 3-4 раза в день, обвязав шерстяной тканью.

Грибковые заболевания кожи (микозы)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- смазать поражённые участки свежим соком помидоров, чёрной редьки, репчатого лука и подсушить;
- пить различные овощные соки;
- мыть поражённые места отваром чистотела и втирать его сок;
- клюква болотная: использовать для компрессов;
- промывать поражённые места мочой 4-5 раз в день;
- перед любой процедурой кожу надо тщательно вымыть с мылом.

РЕЦЕПТ № 1. Черёда, фиалка трёхцветная, водянка — по 10 г. *Настой:* 8 г смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час. Пить по 2 ст. ложки 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Гречиха посевная. *Отвар:* 1 стакан крупы залить 2 стаканами воды, кипятить 5-7 минут, процедить. Обработать больные места ПРИ ЛИШАЕ.

РЕЦЕПТ III 3. Ромашка аптечная. *Отвар:* $\frac{1}{2}$ стакана цветков ромашки залить 1 стаканом кипятка, кипятить 1-2 минуты, остудить. При стригущем лишае втирать отвар в больные места за 30 минут до мытья.

РЕЦЕПТ № 4. Мумиё. Делать примочки: 0,4 г мумиё на $\frac{1}{2}$ стакана воды, 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Тимьян ползучий. *Настой:* 200 г сушеных стеблей вместе с цветками залить 4 л кипятка, настаивать 1 час. Разделить пополам для двух процедур: делать ванночки для ног (рук) по 20-30 минут, процедить.

РЕЦЕПТ № 6. Дикая мята. Несколько веточек измельчить и растереть в ступке, добавить немного воды. Полученную кашицу нанести на кожу. Через 15 минут снять компресс салфеткой и дать коже высохнуть. Применять при поверхностном поражении кожи.

РЕЦЕПТ № 7. Бузина красная. *Отвар:* 2 ст. ложки сухих и измельчённых корней бузины залить 800 мл кипятка, кипятить 10 минут, процедить. Добавить 2 л горячей воды и делать ванночки по 10 минут 1 раз в день, не смывая отвара и не вытирая тела. ПРИ РУБРОФИТИИ СТУПНЕЙ И ЛАДОНЕЙ делать ежедневно несколько дней.

РЕЦЕПТ № 8. Кора дуба. *Отвар:* 2 ст. ложки сухой измельчённой коры залить 500 мл воды, варить 20 минут, остудить, процедить. Делать ванночки по 10-20 минут. Курс: 5-7 дней, при руброфитии туловища и паховой эпидермофитии через 2 недели повторить курс лечения.

Грибковые заболевания женских половых органов

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- чистотел: 10 г сока на 100 мл кипяченой воды, спринцеваться по 0,5 л утром и вечером;
- использовать тампоны с препаратами серебра;
- мумиё: 0,5-1 г на 1 л воды, использовать для спринцеваний;
- мёд: 10-15 г на тампон, вводить во влагалище 2-3 раза в день и на ночь;
- облепиховое масло: использовать для тампонов.

РЕЦЕПТ № 1. Календула лекарственная. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить U_2 стакана кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Спринцеваться 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Глиняная вода: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды. Спринцеваться 2-3 раза днём и на ночь.

РЕЦЕПТ № 3. Использовать тампоны с мазью прополиса: по 30-40 минут 3-4 раза в день и на ночь. Курс: 7-10 дней.

Грипп

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- при первых признаках гриппа надо хорошо пропотеть: выпить горячего настоя липы или малины, лечь в постель, тепло закутаться, рот и нос прополоскать раствором марганцовки;
- при насморке принимать 1 ст. ложку сока лука каждые 2-3 часа; закладывать в нос тампоны с кашицей лука или чеснока;
- сок каланхоэ: 50 мл залить 1 стаканом воды, полоскать горло 4 раза в день;
- в течение дня держать за щекой комочек прополиса величиной с горошину;
- через каждые 2 часа пососать дольку лимона (около 1 часа) и проглотить;
- приложить к горлу лист свежей капусты, обвязать шерстяным платком, менять каждые 3 часа;
- мумиё: пить по 0,2 г перед едой утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 1. Календула лекарственная. *Отвар:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, кипятить 10 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мёд — 500 г, сок алоэ — 150 мл, шоколад — 100 г, сливочное масло — 200 г. Всё смешать и растереть. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Подорожник, веточки малины, чабрец — по 2 части, мать-и-мачеха, цветки бузины, буквица — по 3 части. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 3 стаканами воды, довести до кипения, настаивать 15-20 минут, процедить. Выпить в 3 приёма за 1 час до еды.

РЕЦЕПТ № 4. Мёд, шиповник, смородина, малина — по 1 ст. ложке. *Настой:* смесь залить 300 мл кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Чеснок, мёд — в равных частях. Принимать на ночь по 1 ст. ложке или 3 раза в день по 1 ч. ложке, запивая водой.

РЕЦЕПТ № 6. Ромашка — 2 ст. ложки, эвкалипт, шалфей — по 1 ст. ложке. *Настой:* сбор залить 0,5 л кипятка, настаивать 5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день и полоскать горло.

РЕЦЕПТ № 7. Натереть на тёрке сырую луковицу, залить 0,5 л горячего молока, настаивать 20 минут, процедить. Выпить 1 стакан горячего настоя на ночь и 1 стакан — утром.

РЕЦЕПТ № 8. Тёртый лимон — 2 шт., чеснок — 2 головки. Всё перемешать, залить 1 л кипяченой воды, настаивать 3 дня в тёмном месте. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Тёртая свёкла — 1 стакан, уксус — 1 ст. ложка. Всё перемешать, настаивать 8 часов, сок отжать. Полоскать горло и по 1-2 ст. ложки глотать.

РЕЦЕПТ № 10. Полынь горькая. *Настойка:* 20 г полыни на 0,5 л водки, настаивать 24 часа, процедить. Пить от 20 до 30 мл 3 раза в день за 15 минут до еды.



Советы из далёкого прошлого

Керосин. 1 ст. ложку вылить в 1 стакан кипячёной холодной воды. Выпить $\frac{1}{2}$ стакана, а остальным раствором полоскать горло.

Грозовой удар

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- зарыть пострадавшего в сырую землю, оставив открытым лицо;
- обложить пострадавшего сырыми капустными листьями.

Грудные железы

Мастит (грудница)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- в начальной стадии рекомендуется с помощью повязки закрепить молочную железу в приподнятом положении на 1-2 дня и прикладывать пузырь со льдом;
- э накладывать мазь Вишневского;
- исключить продукты из белой муки; желательно через каждые 3 дня голодать 24 часа;
- ежедневно съедать 400-700 г яблок или 1-3 лимона; можно пройти курс лечения лимонами (см. статью «Атеросклероз», рецепт № 11);
- прикладывать к больному месту тёртую морковь;
- примочки из глины, замешенной на собственной моче, на грудь и на низ живота, по 30-40 минут 5-7 раз в день;
- прикладывать на грудь внутренней стороной листья свежей капусты;
- ставить компресс из сырого теста, замешенного на желтке и мёде;
- прикладывать промытые листья мать-и-мачехи или лопуха блестящей стороной.

РЕЦЕПТ № 1. Сделать лепёшки из ржаной муки, сливочного масла и свежего молока и прикладывать к больному месту на всю ночь. Выполнить процедуру несколько раз.

РЕЦЕПТ № 2. Чистотел большой. 1. Пить сок чистотела по 1 дес. ложке за 15 минут до еды. 2. Смазывать соком растения трещины сосков и грудь, в течение 2-3 минут через каждые 1-2 часа. Выполнить процедуру 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Размешать в воде рисовый крахмал до состояния сметаны, нанести на бинт и приложить на 2-3 часа. Выполнить процедуру 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Прикладывать примочки из крахмала с конопляным или подсолнечным маслом 4-5 раз в день. ;

РЕЦЕПТ № 5. Алтей лекарственный. Прикладывать тёплые запаренные листья алтея 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Мёд, печёный лук — в равных частях. Делать примочки на 30-50 минут 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Порошок листьев мяты — 3 части, расплавленный воск — 2 части, льняное масло — 1 часть. Прикладывать смесь к больному месту на 40-60 минут 3 раза в день. •

Мастопатия

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- ни в коем случае не загорать, не облучать грудь кварцевой лампой и не проводить другие физиотерапевтические процедуры;
- прикладывать к больному месту тёртую морковь;
- примочки из глины, замешенной на собственной моче, на грудь и на низ живота, по 30-40 минут 5-7 раз в день;
- накладывать повязку с керосином на 20 минут 1 раз в день;
- прикладывать свежую измельчённую тыкву на 1 час 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Порошок ладана — 50 г, белое креплёное вино — 0,5 л. Использовать на ночь для компрессов.

РЕЦЕПТ № 2. Грецкие орехи. *Настойка:* перегородки из 25 орехов залить 100 мл спирта, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 15-20 капель 3 раза в день с водой. Курс: 2 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Орехи лещины (фундук). *Отвар:* 1 кг орехов залить 2 л воды, уварить до 1 л, процедить. Пить по 30 Мл до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Свёкла. 1. Прикладывать тёртую красную свёклу, собрав её в марлю, на 40 минут 2-3 раза в день. Можно уложить свёклу на капустный лист. 2. Тёртая свёкла — 1 часть, мёд — 5 частей. Поместив на капустный лист, прикладывать к груди на 40 минут 2-3 раза в день. 3. Тёртая свёкла — 3 части, мёд — 1 часть. Приложить на ночь на грудную железу. Утром грудь обмыть и на следующую ночь процедуру повторить. Затем сделать перерыв 2-3 дня и опять повторить — всего необходимо 20 процедур. Одну смесь можно использовать 2 раза, храня её в холодильнике! 4. Рекомендуется употреблять салат: растительное масло, сок лимона или уксуса, морская капуста, тёртая отварная свёкла, чеснок, ядра грецкого ореха.



Советы из далёкого прошлого

Завернуть в сырую марлю ржаной хлеб и поставить в духовку. Пропарить и, когда марля высохнет, хлеб выжать, разломить надвое и приложить к уплотнению. Держать, пока не остынет.

ФИБРИОЗИО-КИСТОЗНАЯ МАСТОПАТИЯ

РЕЦЕПТ № 1. Конский каштан. Срезать цветок (свечку) и удалить столбик. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 200 мл воды, довести до кипения, настаивать 6-8 часов, процедить. Выпить в течение дня 1-1,5 л, делая по глотку за приём.

Опухание груди после родов

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- прикладывать к месту отёка тёртую морковь;
- прикладывать на 1 час лепёшки из глины, замешенные на собственной моче, 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Крапива двудомная. 100 г свежих листьев крапивы мелко нарезать, залить 50 мл кипящей воды, немного остудить. Использовать в виде компрессов по 30-40 минут 3 раза в день.

Опухоль молочной железы

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ: . .

- « накладывать компресс из тёртой моркови;
- обильные примочки из глины и мочи на грудь и низ живота.

РЕЦЕПТ № 1. Курс лечения лимонами (см. статью «Атеросклероз», рецепт № 11), через каждые 3 дня — полное голодание.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и перед сном и делать компрессы с водяным раствором.

Увеличение лактации

РЕЦЕПТ № 1. Анис обыкновенный. *Настой:* 1 ст. ложку семян аниса залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Выпить весь настой в 2 приёма в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. Василёк луговой, или василёк синий. *Настой:* 2 ст. ложки цветков залить 0,5 л кипятка, настаивать до охлаждения. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

Грыш

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- носить специальный бандаж;
- при пупочной грыже: приложить старую медную монету;
- сваренное на молоке просо: съедать по 150-200 г в день;

- ванны с отваром овсяной соломы;
- компрессы с печёным луком или нагретым на пару грыжником, положить сверху грелку;
- пить настой растения поповник;
- заячья капуста: пить сок или настой из листьев.

РЕЦЕПТ № 1. Семена крапивы — 1 ч. ложка, мёд — 1 ст. ложка. На ночь прикладывать смесь к грыже, прикрыв тканью из хлопка.

РЕЦЕПТ № 2. Полынь горькая. *Отвар:* 1 ч. ложку сырья залить 150 мл воды, кипятить 15 минут, настаивать 15 минут, процедить. На ночь использовать отвар для компрессов.

РЕЦЕПТ № 3. Грыжник голый. *Настой:* 1 ч. ложку травы залить 150 мл кипятка, в термосе настаивать 1 ночь, утром процедить. Пить по 35 г 4 раза в день и прикладывать компрессы с настоем.

РЕЦЕПТ № 4. Кошачьи лапки двудомные. *Настой:* 3 ст. ложки травы залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Корень папоротника или дербенник иволистный. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 400 мл кипятка, кипятить 15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Белый клевер. *Настой:* 3 ч. ложки сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 50 мл за 20 минут до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Горечавка жёлтая. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 400 мл кипятка, кипятить 15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Зверобой продырявленный. *Настой:* 10 г травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут и процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день после еды.

*Ч.Й_ *Советы из далёкого прошлого*



Смазывать место грыжи мозгом коня или собачьей кровью.

Грыжа паховая

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- ежедневно съедать по 2-3 луковицы гладиолуса;
- папоротник: прикладывать на ночь на больное место.

РЕЦЕПТ № 1. Хвощ полевой. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, варить 3-5 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Свиное сало, скипидаровая мазь — в равных частях. Смешать и натирать больное место 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Грыжник голый. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 400 мл воды, варить 5 минут, остудить и процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

Грыжа пупочная

РЕЦЕПТ № 1. Хвощ полевой. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, варить 3-5 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Лютик многоцветковый. *Настойка:* горсть травы на 0,5 л водки, настаивать 7 дней. Пить по 1 ст. ложке перед едой.



Советы из далёкого прошлого

Ежедневно в неограниченных количествах пить несолёный бульон из свежего налима.

Психические расстройства при болезни Дауна

РЕЦЕПТ. № 1. Шлемник байкальский, пассифлора (страстоцвет), валериана, дикий ямс (диоскорея) — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки измельчённого сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30-40 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана на ночь.

Дерматит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- желательно очистить кишечник, вывести из организма токсины;
- ограничить приём углеводов; ¹
- помыть тело тёплой водой с мылом и обтереть столовым уксусом;
- главный лечебный элемент — соль: обтираться после душа солью и не смывать, её некоторое время;
- плоды малины: протирать больные места крепким отваром;
- масло облепихи: смазывать больные места.

РЕЦЕПТ № 1. Ромашка аптечная, мята, вяз, желтокорень, фенхель, анис — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Промыть чешую морских рыб, просушить и размолоть в муку. Смешать с рыбьим жиром до состояния кашицы и наносить на больные места на 1-2 часа 2-3 раза в день. После этого обмыть тёплой водой.

РЕЦЕПТ № 3. Чистотел большой. *Настойка:* $\frac{1}{2}$ стакана корней на 0,5 л спирта, настаивать 7 дней. Обрабатывать кожу спиртовым настоем, после этого обработать кожу рыбьим жиром или солёным салом, взятым со стороны кожи.

РЕЦЕПТ № 4. Шишки хмеля. 1. *Настой:* 1 ст. ложку измельченных шишек залить 50 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 50 мл перед едой 3-4 раза в день. 2. Шишки хмеля и череды — по 1 ст. ложке. *Настой:* залить смесь 300 мл кипятка, настаивать 1 час, тепло укутать, процедить. Разделить на порции и пить горячим перед едой и на ночь.

РЕЦЕПТ № 5. Лопух большой. *Отвар:* 1 ч. ложку измельчённых корней залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5-7 минут, остудить и процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Жостер слабительный. *Отвар*: 20 г спелых плодов залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана на ночь.

РЕЦЕПТ № 7. Крапива двудомная. *Настой*: 15 г листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Мать-и-мачеха обыкновенная. *Настой*: 10 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, остудить, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Софора японская. *Настой*: 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Пить тёплый настой по 30-50 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Принимать глиняные ванны 1-2 раза в день: 2 стакана глины на ведро тёплой воды.



Советы из далёкого прошлого

Обтирать тело солёной селёдкой, очистив её от кожи.

Детский диатез, экзема, нейродермит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- * необходимо давать ребёнку витамины А, В², В₆, В₁₂, С, Д;
- ограничить количество молока до 500-600 мл в сутки;
- давать мумиё: по 0,1 г утром и вечером;
- давать ребёнку тёртое яблоко симиренка;
- череда, чистотел или махорка: добавлять в ванну в виде отваров.

РЕЦЕПТ № 1. Цветки калины. *Отвар*: 2 ст. ложки сырья залить 1 л кипятка, кипятить 3-5 минут, настоять 20 минут, процедить. Добавлять в ванну.

РЕЦЕПТ № 2. Овёс посевной. *Настой*: 2 ст. ложки овсяной муки засыпать в термос, залить 0,5 л кипятка, настаивать на 4 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Делать глиняные ванны: развести 2 стакана глины в ведре тёплой воды.

РЕЦЕПТ № 4. Пихтовое масло — 1 часть, детское мыло — 3 части, сок лимона — 3 части. Перемешать и смазывать поражённые места.

РЕЦЕПТ № 5. Череда трёхраздельная. *Настой*: 4 ст. ложки травы залить 1 л воды, настаивать 8 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Чистотел большой. Смешать 1 часть, измельченного в порошок чистотела и 4 части вазелина. Втирать в поражённые места 2-3 раза в день по 5-7 минут.

НЕЙРОДЕРМИТ

РЕЦЕПТ № 1. Дымянка, мята, будра, крапива, зверобой, омела, лист берёзы, лист чёрной смородины — по 2 части, ромашка, череда, чистотел — по 3 части.

Отвар: 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 1 ночь в термосе, процедить. Пить по 100 мл 4 раза в день. При весе ребёнка до 40 кг отвар делать из 2 ст. ложек.

РЕЦЕПТ № 2. Уксус — 100 мл, лавровый лист — 30 г, настаивать 3-5 дней, процедить. Несколько раз прижечь больное место. В последующие дни смазывать подсолнечным маслом.

РЕЦЕПТ № 3. Софора японская. *Настой:* 1 ст. ложку измельчённых на мясорубке плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать! ночь, процедить. Пить тёплый настой по 50-70 мл 3 раза в день и смачивать поражённые участки кожи.

ЗУДЯЩИЙ ДЕРМАТИТ

РЕЦЕПТ № 1. Сернокислая магнезия. Принимать натощак по $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{3}$ ч. ложки, запивая водой, 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Череда трёхраздельная. *Отвар:* 700 г травы насыпать в ведро с водой, кипятить 5-7 минут с закрытой крышкой, процедить и вылить в ванну. Принимать ванну (38 °С) по 25-30 минут 2-3 раза в день. Во время курса лечения пить настой череды как чай.

РЕЦЕПТ № 3. Облепиха. Мазь: 100 г ягод и 150 мл подсолнечного (или оливкового) масла, перемешать, настаивать 3 недели, слить верхнюю часть настоя. Обрабатывать больные места:

РЕЦЕПТ № 4. Ячмень. *Отвар:* 1 кг ячменных зёрен залить 10 л воды, кипятить 1-2 часа, процедить. Использовать для ванн 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Глиняные ванны: развести 2 стакана глины в 1 ведре воды, принимать ванну по 20-30 минут 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Смешать 50 г салицина и 500 мл технического спирта. Утром и вечером обрабатывать больные места тампоном с мазью.

Золотуха (экссудативно-катаральную диатез)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- крапива: употреблять сок, добавлять/в салаты и т. д.;
- чёрная смородина: пить отвар из листьев и почек; пить сок спелых ягод 3 раза в день;
- морковь, репа: выпивать натощак по чашке (150 мл) любого сока;
- пить кофе из молотых желудей.

РЕЦЕПТ № 1. Молодило кровельное. 1. Принимать сок растения по 1 ч. ложке 2-3 раза в день. 2. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить 2-3 минуты, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ - $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Желуди — 3 части, ячмень, цикорий — по 2 части, рожь, овёс, корень одуванчика — по 1 части. Заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 3. Череда трёхраздельная. *Настой:* 4 ст. ложки травы залить 1 л кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Подмаренник цепкий. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 3 стаканами кипятка, настаивать 4 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Грецкий орех. *Отвар:* 1 кг листьев залить 5 л воды, кипятить 45 минут, процедить. Использовать для ванн.

РЕЦЕПТ № 6. Лопух большой. *Настой:* 15 г корней залить 200 мл кипятка, настаивать 20 минут, охладить, процедить. Пить отвар без ограничений, использовать для обмываний больных участков кожи.

РЕЦЕПТ № 7. Аир болотный. *Настойка:* 1 часть корней на 10 частей водки, настаивать 8 дней, процедить. Принимать по 30 капель до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Календула лекарственная. *Настой:* 5 г цветков залить 100 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Калина обыкновенная. *Отвар:* 10 г коры залить 200 мл кипятка, кипятить 1-3 минуты, настаивать 15 минут. Принимать по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 10. Мать-и-мачеха обыкновенная. *Настой:* 15 г листьев залить 200 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке через каждые 2-3 часа.

РЕЦЕПТ № 11. Родиола розовая. *Настойка:* 1 часть корней на 5 частей водки, настаивать 21 день, процедить. Принимать по 25-30 капель 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Тысячелистник обыкновенный. *Настой:* 15 г травы залить 200 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. В сливочное масло добавить небольшое количество водки, чтобы получилась консистенция мази. Смазывать поражённые места 2-3 раза в день. Курс: 7 дней.

РЕЦЕПТ № 14. Сарсапарель. *Настойка:* 1 ст. ложка растения на 250 мл водки, настаивать 12 дней в тёплом месте. Пить по рюмке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Полынь, хвощ, терновник — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром до еды и вечером перед сном.

РЕЦЕПТ № 16. Золототысячник малый. *Настой:* 15 г травы залить 200 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 2 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Протереть обжаренную на сковороде рыбью чешую в порошок. Смазывать больные места.

СОВЕТ № 2. Прикладывать лепёшки из голубинога кала, замешенные на ячменной муке и уксусе.

1

ЗОЛОТУШНОЕ ВОСПАЛЕНИЕ ГЛАЗ, УШЕЙ И ГОЛОВЫ

- намазать сливочным маслом лист свежей капусты и приложить к затылку;
- лопух: смазывать больные места соком корней и листьев.

РЕЦЕПТ № 1. Грецкий орех. 1. *Отвар:* 5 ст. ложек листьев залить 1 л воды, кипятить 15 минут, охладить, процедить. Использовать для примочек. 2. *Отвар:* 20 г свежих листьев залить 200 мл кипятка, держать на кипящей водяной бане 10 минут, настаивать 20 минут, процедить. Хранить в прохладном месте не более 2 дней. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

ЗОЛОТУШНАЯ ОПУХОЛЬ .



Советы из далёкого прошлого

Содрать с зайца шкуру, обмазать сметаной внутреннюю сторону, приложить этой же стороной к больному месту.

Депрессия

РЕЦЕПТ № 1. Боярышник, мята, стручковый перец — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 400 мл кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Венерин башмачок (северная орхидея). *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 400 мл кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана после еды 3 раза в день. " *

РЕЦЕПТ № 3. Валериана, хмель, буквица, шлемник, клопогон, мытник, лобелия, перец, венерин башмачок (северная орхидея) — в равных частях. *Отвар:* 1 ч. ложку сбора залить 1 л воды, кипятить 7–10 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 30-40 мл утром и вечером перед сном.

РЕЦЕПТ № 4. Фигус пузырчатый. *Настойка:* 1 часть растения на 10 частей спирта, настаивать 10 дней, процедить. Принимать по 10-15 Капель на кусочке сахара 3 раза в день. " .

РЕЦЕПТЫ? 5. Астрагал шерстистоцветковый. *Отвар:* 10 г корней залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана утром и вечером. .

РЕЦЕПТ № 6. Порошок льняного семени, чернослив, яблоко, корень алтея, горечавка, артишок, люцерна — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки залить 400 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой. Курс: 10 дней, через 10 дней повторить. , " г, ' . . . /

РЕЦЕПТ № 7. Мумиё. Пить по 0,2 г утром натощак. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 8. Аир, мята, щавель, зверобой — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

Кровоточивость дёсен

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ: г „' . , .

- мумиё: 0,2 г на 50 мл воды, полоскать рот раствором. 3-4 раза в день;
- глина: сосать по 1-2 г 3-4 раза в день (курс 1-2 недели); -

- корень аира: 0,5 г порошка насыпать на зубную щётку вместе с пастой, чистить зубы 3 раза в день;
- «жевать» (цедить.сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день;
- полоскать полость рта отваром дикого винограда;
- сосать 1-2 г глины 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Щавель, чабрец — в равных частях, квасцы — на кончике ножа. *Настой:* 20 г корней залить 200 мл кипятка/варить 5 минут, остудить, процедить. Добавить квасцы. Полоскать рот 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Акация серебристая. *Настой:* 10-15 стручков акации измельчить, залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20-25 минут, процедить. Полоскать рот каждые 2-3 часа днем.

РЕЦЕПТ № 3. Дубовая кора — 50 г, цветки липы — 20 г. *Настой:* сырьё залить 0,5 л кипятка, настаивать 40-50 минут, процедить. Полоскать рот как можно чаще.

РЕЦЕПТ № 4. Герань луговая. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Полоскать рот как можно чаще.

Сахарный диабет

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- листья черники: пить без ограничений; У
- ротания: пить перед едой по 1 ст. ложке отвара корней;
- горчичное семя: по 1 ч. ложке перед едой 3 раза в день;
- если у ребёнка диабет в начальной стадии: поить его отваром верхушек ежевики и мыть отваром цветков шелковицы (или белой акации);
- ягоды брусники: по 100-150 г в день;
- сок свёклы: пить по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день;
- картофельный сок: выпивать по 100 мл за 30 минут до еды утром и-вечером;
- цикорий: измельчённые корни заваривать и пить как кофе, траву есть тушеную, вареную, а также в салатах и винегретах;
- сок стручковой фасоли: по 50-100 мл 2-3 раза в день;
- стручки зрелых бобов: пить по чашке (150 мл) отвара утром до еды;
- сок одуванчика: 40 капель разбавить в рюмке с водой, пить перед едой 2-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Сирень обыкновенная. Собрать весной набухающие почки, высушить в тени. *Настой:* 1 ст. ложку почек залить 1 л кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 2. Родиола розовая. *Настойка:* 100 г корней на 1 л водки, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 30 капель за 30 минут до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Овёс посевной. *Отвар:* 100 г очищенных семян овса вымачивать 4 часа, залить 1 л воды, добавить 1 ч. ложку соды, кипятить 1 час на тихом огне. Выпить всё в 3 приема за 30 минут до еды. Курс: 3 месяца. -

РЕЦЕПТ № 4. Фасоль обыкновенная. *Отвар:* 15-20 г измельчённых сухих створок на 1 л воды, кипятить 3-4 часа. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Сушёная груша — 1 часть, корень одуванчика — 2 части, желуди — 7 частей, ячмень — 3 части. Все компоненты смешать и поджарить. *Настой:* 1 ч. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 45 минут, процедить. Выпить в течение дня перед едой, разделив на дозы.

РЕЦЕПТ № 6. Ягоды рябины — 2 ст. ложки, шиповник — 1 ст. ложка. *Настой:* сырьё залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить вместо воды.

РЕЦЕПТ № 7. Корни пиона, одуванчика и цикория — по 100 г, корень лопуха и репешок — по 75 г. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 3 стаканами воды в эмалированной кастрюле, настаивать 1 ночь, утром кипятить 30 минут, настаивать 30 минут, процедить. Выпить за 4 приёма в течение дня. Курс: до окончания смеси.

РЕЦЕПТ № 8. Лист шелковицы, корень черныбыльника — по 100 г, хвощ полевой, бессмертник — по 75 г, кора осины — 125 г. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 3 стаканами воды в эмалированной кастрюле, настаивать 1 ночь, утром кипятить 30 минут, настаивать 30 минут, процедить. Выпить за 4 приёма в течение дня. Курс: до окончания смеси.

РЕЦЕПТ № 9. Сушеница топяная, лист черники — по 100 г, цветки коровяка, лист грецкого ореха, корень пырея — по 75 г. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 3 стаканами воды в эмалированной кастрюле, настаивать 8- часов, кипятить 30 минут, настаивать 30 минут. Выпить в 4 приёма в течение дня.

РЕЦЕПТ № 10. Крапива, спорыш — по 100 г, кора бузины, корень девясила, трава вероники — по 75 г. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 3 стаканами воды в эмалированной кастрюле, настаивать 8 часов, кипятить 30 минут, настаивать 30 минут. Выпить в 4 приёма в течение дня.

РЕЦЕПТ № 11. Глиняная вода: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 12. Эхинацея пурпурная — 3 части, желтокорень — 2 части, корень лопуха ϱ^* - 1 часть, корень одуванчика — 2 части, стручковый перец — 1 часть. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Выпить за день перед едой, разделив на дозы. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 13. Горец многоцветный. *Отвар:* 3 ст. ложки залить 400 мл воды, кипятить 3-5 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 14. Пижма, тимьян — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить 3-5 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана перед едой. •

РЕЦЕПТ № 15. Порошок льняного семени — 3 части, чернослив — 3 части, яблочная кожура — 2 части, алтей лекарственный — 2 части, горечавка — 2 части, артишок — 2 части, алоэ — 1 часть, люцерна — 3 части, стручковый перец — 1 часть. *Настой:* 6 ст. ложек смеси залить 1 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по схеме: •

1-я неделя: по 1 ч. ложке за 1 час до еды 3 раза в день;

2-я неделя: по 1 ст. ложке за 1 час до еды 3 раза в день;

3-я неделя: 1 ст. ложку утром и 2 ст. ложки за час до еды на ночь;

через 10 дней курс повторить. •

РЕЦЕПТ № 16. Крапива, девясил, шиповник, петрушка, сосновая кора, виноградные косточки, шелуха арахиса, сушеная клюква — в равных частях. *Отвар:* 4-5 ст. ложек смеси залить 1 л воды, кипятить 10 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по 100-200 мл в течение дня. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 17. Сок лука — 500 мл, спирт — 500 мл. Смешать и пить по 1 ст. ложке в день до еды утром. Курс: 1 месяц. '

РЕЦЕПТ № 18. Рогоз широколистный. *Настой:* 50 г сырья залить 0,5 л холодной воды, настаивать 4 часа, вскипятить, остудить, процедить. Выпить в течение дня. Помогает при запущенной форме диабета.

РЕЦЕПТ № 19. Голубика болотная. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день перед едой.

РЕЦЕПТ № 20. Ольховые листья — $\frac{1}{2}$ стакана, цветки крапивы — 1 ст. ложка, лист лебеды — 2 ст. ложки. *Настой:* сбор залить 1 стаканом воды, настаивать 3-5 дней, процедить, и добавить щепотку питьевой соды. Пить по 1 ч. ложке за 30 минут до еды 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 21. Корень лопуха, кожура или створки фасоли, лист черники, солома овса, цветки бузины чёрной — по 10 г. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 600 мл кипятка, кипятить на тихом огне 10 минут, настаивать в термосе 40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 6-8 раз на день.

РЕЦЕПТ № 22. Семя льна, корень одуванчика, плоды можжевельника — по 10 г, корень лопуха, лист крапивы — по 20 г, плоды черники — 30 г. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 200 г воды комнатной температуры, настаивать 2 часа, кипятить 10 минут, процедить. Пить по 1 стакану перед едой 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 23. Цветки яснотки белой — 5 г, корень лопуха, лист черники, плод шиповника, створки фасоли — по 20 г. *Настой:* сбор залить 1 л кипятка, настаивать в термосе 10-12 часов, процедить. Выпить в течение дня перед едой в несколько приёмов.

РЕЦЕПТ № 24. Длительное лечение свежими соками. Любой из этих составов выпивать в течение дня, разделив на дозы:

морковь — 300 мл, шпинат (салат) — 170 мл;

морковь — 300 мл, Свёкла — 95 мл, огурец — 95 мл;

морковь — 200 мл, сельдерей — 120 мл, петрушка — 60 мл, шпинат — 85 мл.

РЕЦЕПТ № 25. Петрушка — 300 г, чеснок — 300 г и лимоны без косточек — 1 кг. Все компоненты пропустить через мясорубку, перемешать, настаивать 14 дней. Принимать по 1 ч. ложке перед едой 3-4 раза в день. :-

РЕЦЕПТ № 26. Вечером в стакан кефира высыпать 1 ст. ложку гречневой муки. Утром выпить за 30 минут до еды. • '.

РЕЦЕПТ № 27. Клевер красный. *Настой:* 5 г сухих головок клевера залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой.

РЕЦЕПТ № 28. Девясил высокий. *Настой:* 20 г корней залить 1 стаканом воды, кипятить 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 29. Одуванчик лекарственный. *Отвар:* 10 г корней залить 1 стаканом воды, варить 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 30. Подорожник, черника, крапива, одуванчик, цикорий, грецкий орех — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды, кипятить 3 минуты, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 3 ст. ложки за 15 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 31. Пырей ползучий. *Отвар:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 3 ст. ложки за 20 минут до еды 3 раза в день.

Комплексный метод лечения сахарного диабета

ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА

1. Подорожник, хвощ полевой, красный клевер, лопух, корень репейника, золотой корень — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 1 л воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.
2. Утром и вечером принимать по 20 мг маточного молочка.
3. Соблюдать диету, включив в супы, каши или салаты печёную тыкву, сок свёклы, топинамбур, сельдерей, корень одуванчика, чечевицу. Потреблять вместо воды (в неограниченных количествах) ягоды черники и отвар из её листьев. Пить по 100-200 мл сока фасоли свежей.
4. Положить в бутылку из белого стекла 4 ст. ложки глины, залить водой и поставить на солнце на 3 дня. Каждый раз взбалтывая бутылку с жидкостью, пить маленькими глотками по 1 стакану в день. Курс: 5-7 дней.
5. В этот период соблюдать диету:
 - исключить из еды сахар, крахмал, хлеб, рис, крупы, стручковые плоды, бананы, черешню, сливу, виноград;
 - есть нежирное мясо, свежие фрукты, простоквашу, творог;
 - пить сок свёклы по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день.

БАЛАНСИРОВКА ИММУННОЙ СИСТЕМЫ ОРГАНИЗМА

1. Утром перед едой и перед сном принимать по 0,2 г мумиё. Курс: 10 дней, 5 дней перерыв, и так пройти 5 курсов.
2. Крапива, лист черники, шиповник, корень одуванчика — по 20 г, хвощ полевой — 30 г. *Отвар:* 4 ст. ложки смеси, залить 1 л воды, вскипятить, настаивать 30-минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой в период приёма мумиё.

ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

1. Взять 0,5 л хорошего коньяка, отлить из бутылки 100 мл жидкости и заполнить её по горлышко пропущенным через мясорубку, очищенным чесноком. Закрыть и настаивать 14 дней в тёмном месте. Принимать по 1 ст. ложке в день, пока не закончится настой.

2. В этот период рекомендуется принимать порошок из сушёных панцирей раков и крабов: по 1 ч. ложке после еды 3-5 раз в день. Курс: 2-3 недели.
- 3. Методы устранения некоторых симптомов заболевания:
- снижению холестерина в крови способствуют чеснок, петрушка, перец;
 - при осложнениях в сердечно-сосудистой системе принимать экстракт боярышника;
 - при осложнениях нервной системы принимать: препараты корня валерианы, пантокрин, экстракт белой ивы;
 - при осложнениях печени принимать: препараты корня лопуха и-чертополоха;
 - при осложнениях в мочевыделительной системе принимать: отвары ягод можжевельника и толокнянки;
 - при осложнениях желудочно-кишечного тракта: принимать препараты эхинацеи, золотого корня и лопуха.,

Сахарный диабет во время беременности

РЕЦЕПТ № 1. Брусника, репешок, крапива, астрагал — по 100 г, корень одуванчика — 75 г. *Настой*: 3 ст. ложки сбора залить 3 стаканами кипятка, настаивать 1 ночь в термосе, процедить. Выпить за день в 4 приёма.

Несахарный диабет

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ: - > :

- ; употреблять укрепляющие средства: железо, бром, валериану;
- во время приступов пить глицерин: по 1 ст. ложке в день;
- для снабжения фосфором тканей мозга чаще есть рыбу, мясо раков, мозги, яичные желтки.

Дифтерия

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- полужидкая высококалорийная пища, богатая витаминами В_а и С: потребность в аскорбиновой кислоте до 500-800 мг в сутки для взрослого человека;
- полоскать горло 30%-ным раствором лимонной кислоты каждый час;
- сосать ломтики лимона и глотать их;
- сосать кусочек глины размером с горошину 3-4 раза в день;
- сок алоэ: принимать по 1 ст. ложке 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Чечевица. *Отвар*: 1,5 ст. ложки залить 1 стаканом воды, варить 3-5 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза, в день.

Вегетососудистая дистония

- РЕЦЕПТ № 1. Астрагал шерстистоцветковый, или золототысячник малый. *Отвар*: 15 г Измельчённого сырья залить 200 мл воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 20 минут, процедить. Принимать по схеме:

1-я неделя: по 1 ст. ложке за 20 минут до еды 3 раза в день;

2-я неделя: по 1 ст. ложке до еды утром и вечером;

3-я неделя: 2 ст. ложки утром и 1 ст. ложка вечером;

4-я неделя: 2 ст. ложки утром и 2 ст. ложки вечером.

Через 10 дней повторить курс.

РЕЦЕПТ № 2. - Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

Дистопия сосудов головного мозга

РЕЦЕПТ № 1. Иглы сосны — 5 ст. ложек, плоды шиповника и луковой шелухи — по 2 ст. ложки. *Отвар:* всё измельчить, залить 800 мл воды, довести до кипения, кипятить на тихом огне 10 минут, настаивать 1 ночь в термосе, процедить. Пить тёплый отвар вместо воды по 0,5-1,5 л в день.

Опухоли доброкачественные и злокачественные

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- мать-и-мачеха: компрессы из листьев.

РЕЦЕПТ № 1. Порошок из панцирей раков или крабов: принимать до 10 г в день, за 15 минут до еды, разделив на равные дозы. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Корень горечавки, котовник лимонный, восковница, пижма, желтокорень, корень окопника, шавель, зверобой, вербена, ослинник, василёк — в равных частях. Составить сбор из 3-5 растений. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 400 мл воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по U_2 стакана 3 раза в день. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё. Пить по 0,2 г утром и вечером. Курс: 28 дней, через 10 дней повторить.

Желудочно-кишечные заболевания

РЕЦЕПТ № 1. Аир болотный. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, отварить 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Ромашка аптечная. *Отвар:* 20 г цветков залить 200 мл воды, кипятить 10-15 минут, процедить. Использовать для клизм 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Шиповник. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 1, ночь, процедить. Пить по 1 стакану после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Голубая вербена. *Отвар:* 3 ст. ложки залить 2 стаканами воды, кипятить 7-10 минут, процедить. Пить по U_4 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Шлемник, мирра, лобелия, клопогон, перец — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить 1-ю неделю по U_3 стакана перед едой 3 раза в день, а далее — по U_4 стакана. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 6. Порошок из панцирей раков или крабов. Принимать до 10 г в день, разделив на 3 приёма и запивая водой.

РЕЦЕПТ № 7. Мёд: утром — 30 г, днём — 40 г, вечером — 30 г за 2 часа до еды. Курс: 2-4 недели.

РЕЦЕПТ № 8. Зверобой продырявленный. *Настой:* 1 ст. ложку зверобоя залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3-4 раза в день.

НАРУШЕНИЕ ПЕРИСТАЛЬТИКИ

РЕЦЕПТ № 1. Морковь, зелёные яблоки, белокочанная капуста, печёная свёкла, крапива — в равных частях. По 300-500 г Салата в день, можно сочетать с другими блюдами.

РЕЦЕПТ № 2. Полынь обыкновенная. *Отвар:* 15 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 7—10 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Эвкалипт шариковый. *Отвар:* 10 г листьев залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день. :•

РЕЦЕПТ № 4. Аир болотный. *Настой:* 1 ч. ложку корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. 1 ст. ложку цветков ромашки залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3-4 раза в день.

СПАЗМЫ ЖЕЛУДКА

РЕЦЕПТ № 1. Полынь горькая. *Настойка:* 20 г полыни на 100 мл водки, настаивать 10-12 дней, процедить. Принимать по 15-20 капель в день, запивая водой.

РЕЦЕПТ № 2. Полынь обыкновенная (чернобыльник). *Отвар:* 15 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 5-7 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Ромашка лекарственная. *Настой:* 20 г цветков, залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Плоды рябины — 4 ст. ложки, лист мяты — 3 ст. ложки, семя укропа — 3 ст. ложки, корень валерианы — 2 ст. ложки. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана в день.

ОПУЩЕНИЕ ЖЕЛУДКА

РЕЦЕПТ № 1. Лапчатка прямостоячая (калган). Заваривать и пить как чай: 1 ст. ложку травы на 1 стакан воды.

СЛАБИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА •'

- порошок конского щавеля: принимать на ночь по 0,5-1 г, запивая водой;
- смесь сырой капусты и яблок: есть по 200-300 г в день в виде салата (курс: 2-3 недели).

РЕЦЕПТ № 1. Жостер слабительный. *Настой:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Лист кассии — 3 части, кора крушины — 2 части, плоды жостера — 2 части, плоды аниса и корень солодки — по 1 части. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка в термосе, настаивать 1 ночь, процедить. Пить По У²-1 стакану перед сном. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 3. Тысячелистник, крапива — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 45 минут, процедить. Пить по у² стакана на ночь.

ЗАКРЕПЛЯЮЩИЕ СРЕДСТВА

- веточки ежевики: заваривать и пить как чай;
- ягоды черёмухи: заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 1. Горец змеиный. Принимать порошок по 0,5-1 г за⁴ 20—30 минут до еды 3-4 раза в день, запивая водой. Курс: 3-5 недель.

РЕЦЕПТ № 2. Кора дуба. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, кипятить 15-20 минут, процедить. Выпить на голодный желудок в течение дня. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Кровохлёбка аптечная. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки до еды 5-6 раз в день. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 4. Грецкий орех. *Настойка:* заполнить бутылку на у³ внутренними перегородками ореха, залить доверху спиртом, настаивать 7—10 дней, процедить. Пить по 7—10 капель на рюмку воды 3-4 раза в день. *"

РЕЦЕПТ № 5. Овёс.посевной. *Отвар:* 1 стакан очищенного овса залить 1 л воды, кипятить 2 часа на тихом огне (доливая воду до начального объёма), процедить. Выпить в течение дня за 20-30 минут до еды. Курс: 1—1,5 месяца, повторять 3-4 раз в год.

РЕЦЕПТ № 6. Конский щавель. *Отвар:* 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить 3-5 минут, процедить. Выпить в течение дня.

ПОВЫШЕННАЯ КИСЛОТНОСТЬ

- морковный сок: пить по 1 стакану в день;
- ягоды шиповника: принимать по 1 ч. ложке сиропа 3 раза в день;
- сок картофеля: пить по 100-200 мл в день;
- цветочный мёд: принимать по 100-150 г в день, разделив на 2-3 приёма, за 2 часа до еды.

РЕЦЕПТ № 1. Липовый цвет, льняное семя, корень солодки, корневище аира, лист мяты, плод фенхеля — в равных частях. *Настой:**1 ст. Ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 3 стакана в день.

РЕЦЕПТ № 2. Аир болотный. *Настой:* 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, остудить, процедить. Пить по 2 стакана до еды 2 раза в день.

ИЗЖОГА . .

- порошок аира: принимать на кончике ножа за-20-30 минут до еды 3-4 раза в день (курс: 2-3 недели);
- сок алоэ: принимать перед едой по 1 ч. ложке, запивая водой, 3 раза в день;
- сок капусты огородной: пить по $\frac{1}{2}$ -1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ №. Т. Будра плющевидная. *Настой:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 ночь в термосе, процедить. Пить по 0,5 л в день.

РЕЦЕПТ № 2. Глиняная вода: 1 ст. ложку глины залить 1 стаканом воды, размешать. Выпить в течение дня. ,

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить. /

РЕЦЕПТ № 4. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

КОЛИКИ И ЧУВСТВО ТЯЖЕСТИ В ЖЕЛУДКЕ

- ягоды можжевельника: съедать по 30-40 шт. в день;
- дикая гречиха: пить отвар;
- арбузные семечки: измельчить, заваривать и пить как чай;
- свёкла или морковь: по 200-250 г в день;
- картофель: пить по 100-150 мл сока утром До еды (курс: 10 дней, через 10 дней повторить).

РЕЦЕПТ № 1. Корень валерианы — 0,5 г, плод фенхеля — 0,5 г, лист мяты — 2 г, ромашка — 6 г. *Настой:* 8 г сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Берёзовый гриб (чага). *Настой:* 1 часть сырья на 5 частей кипячёной воды, настаивать 2 дня, отжать, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день, перед едой. • .

РЕЦЕПТ № 3. Цветочный мёд, сушеница топяная — по 1 ст. ложке. *Настой:* смесь залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день. Этот настой можно применять при низкой кислотности желудка. • • ,

v

РЕЦЕПТ № 4. Одуванчик лекарственный. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Выпить за день в 3 приёма.

РЕЦЕПТ № 5. Петрушка. *Настой:* 0,5 ч. ложки семян залить 1 стаканом холодной кипячёной воды, настаивать 1 ночь, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 6. Аир болотный. *Настой:* 1 ч. ложку Корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день за 30 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 7. Золототысячник, шалфей, ромашка — по 1 ч. ложке. *Настой:* сбор залить 1 стаканом кипятка, остудить и процедить. Пить по 1 ст. ложке каждые 2 часа (7-8 раз в день). ' . .

РЕЦЕПТ № 8. Ирис. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Пить по глотку в течение дня.

РЕЦЕПТ № 9. Прополис. *Настойка:* 20 г прополиса на 500 мл 70°-ного спирта, настаивать 7-10 дней, процедить. Пить по 40 капель на 1 стакан тёплой воды или молока за час до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Подсолнечное масло (нерафинированное). 1. Принимать по 1-3 ч. ложки в день после еды. Курс: 3-5 дней, через 5-7 дней повторить. 2. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15—20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, утром и вечером до еды утром и перед сном (до излечения).

ПОНИЖЕННАЯ СЕКРЕЦИЯ ЖЕЛУДКА

РЕЦЕПТ № 1. Аир болотный. *Настой:* 1 ч. ложку корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Девясил высокий. 1. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом холодной кипячёной воды, настаивать 10 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{5}$ стакана 3 раза в день. 2, *Отвар:* 750 мл кагора и 10 ст. ложек корней девясила кипятить в эмалированной кастрюле 10 минут, добавить 1 ст. ложку мёда. Пить по 50 г после еды 3-4 раза в день.

ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНАЯ ПАТОЛОГИЯ В СОЧЕТАНИИ С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ БРОНХОВ И ЛЕГКИХ

РЕЦЕПТ № 1. Корень девясила — 2 части, цветки ромашки — 3 части, лист Мята — 2 части, анис — 2 части, кора вяза — 1 часть, желтокорень, корни и плоды фенхеля — по 2 части. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды, кипятить 7-10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером. •'

ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

- арбузные семечки: высушить, измельчить и добавлять в чайник при заварке чая;
- сок петрушки: по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Мать-и-мачеха обыкновенная. *Настой:* 3 ст. ложки измельчённых листьев залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по 1-2 стакана до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Горец птичий (спорыш) *Отвар:* 1 ст. ложку измельчённых корней спорыша залить 1 стаканом тёплой воды, поставить на 30 минут на водяную баню, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Берёзовый гриб (чага). Ястой. триб обмыть и натереть на тёрке, замочить на 4 часа в холодной воде (кипяченой) в соотношении. 1:5, температура воды не выше 50 °С, настаивать 2 дня, процедить и отжать. Пить по 1 стакану за 30 минут до еды 3 раза в день. Хранить в холодильнике не более 4 дней.

РЕЦЕПТ № 4. Сок картофеля. Утром до еды выпить 1 стакан сока, затем лечь в постель на 30 минут, и через 1 час можно позавтракать. Курс: 10 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 5. Мёд — 1 ст. ложка и сушеница тодяная — 1 ст. ложка. *Настой:* смесь залить 250 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день. При низкой кислотности желудка пить за 2 часа до еды.

РЕЦЕПТ № 6. Петрушка. *Настой:* 2 ст. ложки измельченных корней петрушки залить 0,5 л кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Выпить за 4 дня, разделив настой на равные части.

РЕЦЕПТ № 7. Одуванчик лекарственный. *Настой:* 1 ст. ложку измельченных корней залить 1 стаканом кипячёной воды, настаивать в прохладном месте 8 часов, процедить. Выпить в течение дня в несколько приёмов.

РЕЦЕПТ № 8. Можжевельник обыкновенный. *Отвар:* 100 г ягод залить 0,5 л воды, кипятить 30 минут, процедить и добавить сахар. Затем варить на водяной бане до консистенции сиропа. Принимать по 1 ч. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Дикая гречиха, цветки ромашки — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 10. Корень аира, корень валерианы — по 20 г, кора крушины, лист крапивы перечной — по 40 г, лист крапивы двудомной — по 60 г. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипящей воды, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1/3 стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТЫ? 11. Кора дуба. *Настой:* 1 ч. ложку измельчённой коры залить 2 стаканами холодной кипячёной воды, настаивать 8 часов, процедить. Выпить в течение дня. Настой не рекомендуется детям.

РЕЦЕПТЫ? 12. Земляника лесная. *Настой:* 1 ст. ложку листьев залить 2 стаканами холодной, кипяченой воды, настаивать 8 часов, процедить. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Кровохлёбка лекарственная. *Отвар:* 1 ст. ложку "сырья" залить 1 стаканом воды, кипятить 30 минут на тихом огне, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 5 раз в день.

РЕЦЕПТЫ? 14. Облепиха грушевидная. *Отвар:* 3 ст. ложки ягод залить 0,5 л горячей воды, кипятить 10 минут, процедить и добавить мёд по вкусу. Пить как чай по 2-3 стакана в день до еды.

РЕЦЕПТЫ? 15. Глиняная вода: 1 ст. ложку глины залить 1 стаканом воды. Выпить в течение дня. Курс: 21 день.

РЕЦЕПТ № 16. Мумиё: принимать утром до еды и перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей)..Курс: 25 дней, рекомендуется через 10 дней повторить курс.

Заболевания кишечника

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- |* сок лука: принимать по 1 ч. ложке перед едой 3-4 раза в день; растворить 20-30 г сахара на 1 стакан тёплой воды, использовать для клизм 2-3 раза в день и на ночь;
- сок облепихи:..принимать по 1 ст. ложке перед едой 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Ромашка аптечная. *Настой:* 3 ст. ложки цветков залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Использовать для клизм 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мыльнянка, чабрец, пижма, мать-и-мачеха, бессмертник, ромашка, ягоды брусники, ягоды черники, корень валерианы — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1/3 стакана после еды 3 раза, в день.

РЕЦЕПТ № 3. Алтей, ромашка, бузина, вахта, спорыш, дуб, зверобой/кровохлебка, лапчатка, лён, шалфей, эвкалипт — в равных частях, Составить сбор или использовать одну траву. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 2 стаканами воды, кипятить не более 1 минуты (спорыш, кору дуба, лапчатку и кровохлебку кипятить 10 минут), процедить. Использовать для тёплых клизм, объёмом 200-400 мл. Удерживать жидкость необходимо 10-15 минут, лёжа на спине или на правом боку, после чего опорожнить кишечник. Курс: 1-1,5 месяца. Отвары трав менять через 10-14 дней. Рецепт помогает при ХРОНИЧЕСКОМ ЭНТЕРОКОЛИТЕ с ПРЕИМУЩЕСТВЕННЫМ ПОРАЖЕНИЕМ ТОЛСТОЙ КИШКИ, ПРИ СИГМОДИТАХ, ЯЗВЕННОМ КОЛИТЕ, ДИВЕРТИКУЛЕЗЕ КИШЕЧНИКА, ТРЕЩИНАХ ПРЯМОЙ КИШКИ.

РЕЦЕПТ № 4. Берёзовый гриб (чага). *Настой:* замочить гриб в холодной кипячёной воде на 4 часа; после чего потереть на тёрке. 1 часть гриба залить 5 частями кипячёной воды 40-50 °С, настаивать 2 дня, процедить. Пить по 1 стакану за 30 минут до еды. Хранить настой не более 3 дней.

РЕЦЕПТ № 5. Картофель. Пить сок по 200 мл каждое утро за 30 минут до еды. Курс: 10 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 6. Сушеница топяная. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, добавить 20 г мёда, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Арбуз. Высушить и измельчить арбузные семечки. *Настой:* 2 ч. ложки семечек залить 1 стаканом кипятка, настаивать как чай, процедить. Пить как чай.

РЕЦЕПТ № 8. Одуванчик лекарственный. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом кипячёной воды, настаивать 8 часов. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 9. Можжевельник обыкновенный. 200 г плодов залить 1 л воды, добавить сахар, кипятить 30-40 минут до образования сиропа. Принимать сироп перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Петрушка кудрявая. 1. Принимать сок петрушки по 2-3 ст. ложки перед едой. 2. *Настой:* у, ч. ложки растёртых семян залить 1 стаканом холодной кипячёной воды, настаивать 8 часов, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТЫ? 11. Горчица сарептская. Утром до еды съесть немолотое горчичное семя, запивая водой. Начать с приёма 1 зёрнышка в день, постепенно увеличивать дозу на 1 семя, пока количество не достигнет 20 зёрнышек в день. Продолжать приём, уменьшая дозировку по такой же схеме.

РЕЦЕПТ № 12. Корень аира, кора корицы, лист вахты трёхлистной — по 1 части, трава золототысячника, кожура апельсина — по 2 части. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана перед едой 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Спорыш. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 1 л кипяченой воды, кипятить 10-12 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 14. Девясил высокий. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 2 стаканами холодной кипяченой воды, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по 50 мл за 30 минут до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Календула, крапива, зверобой, спорыш — в равных частях. *Настой:* 4 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, настаивать 1 час в тёплом месте, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3-4 раза в день.

КИШЕЧНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

- принимать витамины С, Р и К и дубильные вещества (содержатся в плодах бузины чёрной, коре дуба, корнях девясила и лапчатки прямостоячей, листьях крапивы двудомной, корне кровохлёбки, шишках серой ольхи, траве тысячелистника).

РЕЦЕПТ III 1. Тысячелистник обыкновенный. *Настой:* 15 г цветущих верхушек залить 200 мл кипятка, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Огуречные стебли с листьями (плетни, огудины) собрать после сбора огурцов, мелко нарезать и высушить. Промывать перед употреблением. *Отвар:* 50 г сырья залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Желательно соблюдать постельный режим 3-4 дня.

РЕЦЕПТ № 3. Кора дуба. *Настой:* 0,5 ч. ложки коры залить 2 стаканами холодной воды, настаивать 8 часов, процедить. Разбавить 1 стакан настоя 1 стаканом красного вина. Выпить в течение дня. Курс: 7—10 дней.

РЕЦЕПТ № 4. Арбуз. Пропустить через мясорубку арбузные семечки, 1-2 ч. ложки смешать с 1 стаканом молока. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Кровохлёбка аптечная. *Отвар:* 2 ст. ложки корней залить 1 стаканом кипятка, варить 5 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки каждый час.

СПАЗМЫ КИШЕЧНИКА

РЕЦЕПТ № 1. Душица обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку сухой травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день за 20 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 2. Плоды рябины — 4 части, семя укропа — 3 части, корень валерианы — 2 части. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана в день.

КИШЕЧНАЯ ПАЛОЧКА

РЕЦЕПТ № 1. Сок алоэ — 1 часть, мёд — 2 части. Перемешать и принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день.

ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ в КИШЕЧНИКЕ

РЕЦЕПТ № 1. *Алтей* лекарственный. *Настой:* 1 часть корня алтея на 20 частей холодной кипячёной воды, настаивать несколько Часов, пока не появится слизь. Принимать каждые 2 часа по 1 ст. ложке.

РЕЦЕПТ № 2. Спорыш — 9 частей, мелисса — 3 части, зверобой — 5 частей. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить до 3 стаканов в день.

РЕЦЕПТ № 3. Глиняная вода: 1 ст. ложку глины на 1 стакан воды. Выпивать по 1 стакану в течение дня.

РЕЦЕПТ № 4. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 10 дней. Рекомендуются 3-4 курса с перерывами в 5 дней.

Энтерит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- перга: 1 часть на 20 частей мёда, принимать 3 раза в день;
- цветочный мёд: принимать, запивая 1 стаканом яблочного сока, -утром и вечером — по 30 г, в обед — 40 г. *

РЕЦЕПТ № 1. Корень змеевика, корень кровохлебки, шишки серой ольхи, лист подорожника, плоды чёрной смородины — в равных частях. Составить сбор из нескольких растений. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5-7 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ - $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Семена айвы, лист алоэ, корень алтея, анис обыкновенный, плоды вишни, горечавка, зверобой, лист земляники, подорожник, мать-и-мачеха, сушеница топяная, лесные яблоки, плоды черёмухи; клубень ятрышника — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5-7 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ - $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Горец почечуйный. *Настой:* 20 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 2 ст. ложки 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 4. Малина обыкновенная. *Настой:* 10 г ягод залить 200 мл кипятка, настаивать и пить как чай.

ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Кора дуба, зверобой, календула, кровохлёбка аптечная, лист мать-и-мачехи, сухая трава и семена овса, лист шалфея, чеснок — в равных частях. Составить сбор из нескольких растений. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5-7 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ - $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

ЗАКРЕПЛЯЮЩИЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Семена айвы, плоды брусники, плоды вишни, корень горца, змеинового, кора дуба, лист ежевики, трава зверобоя, шишки серой Ольхи, плоды черёмухи,

черники, корни конского щавеля, клубники и ятрышника, чеснок — в равных частях. Составить сбор из нескольких растений. *Отвар*: 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5-7 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $У^3$ - $у^2$ стакана 3 раза в день.

• СЛАБИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Плоды и листья бузины чёрной, плоды винограда, корень горечавки желтой, плоды жостера, земляника лесная, лист золототысячника, инжир, семена клещевины, капуста огородная, семена льна, корень лопуха, морковь, семена миндаля, корень одуванчика, корень ревеня, лист сенны, корень солодки, тыква, свёкла, плоды тмина, чернослив, чеснок — в равных частях. Составить сбор, из нескольких растений. *Отвар*: 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5-7 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $У_3$ - $У_2$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Кора крушины — 3 части, лист крапивы — 2 части, тысячелистник — 1 часть. *Отвар*: 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5-7 минут, настаивать 10 минут/процедить. Пить по $У_3$ - $У_2$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Лист сенны — 6 частей, кора крушины, плод жостера, плод аниса — по 5 частей, корень солодки — 2 части. *Настой*: 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана на ночь.

Метеоризм

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- диета с ограничением углеводов, преимущественно белковая пища (мясо, рыба, яйца, творог);
- полынь: принимать по $\frac{1}{2}$ ч. ложки порошка 3 раза в день;
- чеснок: съедать 2-3 зубчика в день;
- сок алоэ: принимать по 1 ч. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день (курс: 1 месяц);
- эвкалиптовый чай: пить натошак;
- масло фенхеля: принимать по 5-10 капель 3 раза в день;
- тмин: принимать по 1 дес. ложке семян 1-2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Корень аира, плоды аниса, корень валерианы, корень горечавки, трава золототысячника, трава Melissa, лист мяты, овсяная солома, корень одуванчика, плоды петрушки, ромашка, шалфей, плоды тмина, укропа, чеснок — в равных частях. Составить сбор из нескольких растений. *Отвар*: 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5-7 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $у^3$ - $у^2$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Плоды фенхеля, аптечный укроп, корень валерианы, лист мяты — в равных частях. *Настой*: 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить тёплый настой по $у^2$ -1 стакану утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 3. Лист мяты — 2 части, плод жостера, плод укропа, корень валерианы — по 1 части. *Настой*: 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ III 4. Ромашка, мята перечная, анис, вяз, желтокорень, фенхель — в равных частях. *Отвар*: 3 ст. ложки сбора залить 1 стаканом воды, кипятить 2-3 минуты, процедить. Пить по $\frac{x}{г}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ IV 5. Глиняная вода: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды и выпить в течение дня.

РЕЦЕПТЫ? 6. Плоды рябины — 4 части, листья мяты, семена укропа — по 3 части, корень валерианы — 2 части. *Настой*: 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40-60 минут, процедить. Пить по $У_2$ стакана в день.

РЕЦЕПТЫ? 7. Мелисса лекарственная. *Отвар*: 15 г травы залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 25-30 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТЫ? 8. Семена аниса, мёд — по 1 дес. ложке. *Отвар*: смесь залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать до охлаждения/процедить. Пить по 1-2 ст. ложки 3-4 раза в день:

РЕЦЕПТЫ? 9. Подорожник большой. *Настой*: 20 г листьев залить 400 мл кипятка, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить утром по 1 ст. ложке.

РЕЦЕПТЫ? 10. Фиалка трёхцветная. *Настой*: 2 ст. ложки травы залить 400 мл кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 2 чашки (по 150 мл) в день.

РЕЦЕПТЫ? 11. Мята перечная. *Настой*: 2 ст. ложки залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить без ограничения.

РЕЦЕПТ V 12. Морковь. 1. Принимать по 1 г порошок из семян моркови. 2. *Настой*: 1 ст. ложку семян залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 13. Семена укропа — 3 ст. ложки, чистотел — 1 ч. ложка. *Отвар*: смесь залить 1 л воды, кипятить на водяной бане 10-15 минут, остудить, не снимая крышки, процедить, отжать. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана через 40 минут после еды. Выпить за курс 2 л.

Дисбактериоз

РЕЦЕПТЫ? 1. Женьшень, карраген (семена подорожника), коровяк — по 1 части, иссоп аптечный, розмарин — по 2 части, плоды боярышника, чабрец — по 3 части, эхинацея пурпурная — 4 части. *Отвар*: 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, варить 3-5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{l}{г}$ стакана за 30 минут до еды 2 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ VI 2. Принимать порошок из панцирей раков или крабов по 15-20 мг в день: за 3 приёма перед едой, запивать водой. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТЫ? 3. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды. Курс: 25 дней.

Ботулизм

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- как можно быстрее промыть желудок тёплым 5%-ным раствором питьевой соды и ПРИНЯТЬ внутрь 25 г сернокислой магнезии;

- вызвать рвоту и сразу выпить 0,5 л молока или воды с глиной и соком лимона;
- вызвать рвоту и промывать желудок слабым раствором марганцовки, пока рвота не будет состоять из одной воды.

Колит

ОСТРЫЙ КОЛИТ

*

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- промыть желудок содой (1 ст. ложка на 3 л воды) или марганцовкой (1 г на 10 л воды);
- при гнилостной диспепсии: яблочная диета в течение 1-2 дней — съедать 1200-1500 г протёртых яблок в день через равные промежутки времени;
- сыворотка отжаты брынзы: пить по 1 стакану 2 раза в день;
- сок каланхоэ: пить по 1 ст. ложке 3 раза в день;
- сока листьев одуванчика (собранных во время цветения): принимать по 50-100 мл в день;
- сок листьев подорожника: по 1 ст. ложке 3 раза в день за 15 минут до еды; ;
- цветочный мёд: по 60-100 г в день, принимать в 3 приёма с 1 стаканом яблочного сока;
- сок ягод смородины: принимать по 100-150 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Золототысячник, шалфей, ромашка — по 1 ч. ложке. *Настой:* сбор залить 1 стаканом кипятка, остудить, процедить. Пить по 1 ст. ложке каждые 2 часа (примерно 7-8 раз в день). Соблюдать диету.

РЕЦЕПТ № 2. Берёза. *Настой:* 1 ст. ложку берёзовой золы залить 1 стаканом кипятка, остудить. Пить по 3-4 глотка перед едой.

РЕЦЕПТ № 3. Лактоза. Принимать лактозу по 30 г в день. Делать перед сном 2 клизмы. I. 3 стакана чистой воды. II. Через 1.0-15 минут после I клизмы: 1 стакан рисового отвара, 30 г молочного сахара (лактоза). Эту клизму постараться «задержать» в кишечнике на всю ночь. Курс: 1-2 недели. Лактозу принимать ещё 2 недели, Через 3 месяца весь курс повторить.

РЕЦЕПТ № 4. Лист подорожника, цветки ромашки, лист шалфея — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды, вскипятить, процедить. Пить по 1 ст. ложке каждые 2 часа в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Аир болотный. *Настой:* 1 ч. ложку корней залить, 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Принимать смеси соков из свежих овощей с суточными нормами:
 морковь — 300 мл и шпинат — 170 мл;
 морковь — 300 мл, свёкла — 95 мл;
 огурец — 95 мл или морковь 450 мл.

РЕЦЕПТ № 7. Малина обыкновенная. *Отвар:* 10 г ягод залить 200 мл кипятка, вскипятить, остудить. Пить как чай.

• ХРОНИЧЕСКИЙ КОЛИТ

РЕЦЕПТЫ 1. Лист подорожника, цветки ромашки, лист шалфея — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 400 мл воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке каждые 2 часа.

РЕЦЕПТ № 2. Прополис. *Настойка:* измельчённый прополис — 1 часть, спирт 96-ный — 5 частей, настаивать 10 дней, разбавить водой до 30%. Принимать по 40 капель на 1 стакан тёплой воды за час до еды 3 раза в день. Соблюдать диету.

РЕЦЕПТ № 3. Черника. Отвар в вине: 2 ст. ложки сухих ягод залить $\frac{1}{2}$ стакана воды, кипятить 20 минут, залить 1 стакан красного вина, кипятить 10 минут, после охлаждения процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Корень горца змеинового — 15 г, ягоды черники, лист подорожника — по 1 ст. ложке; мох исландский, корень лапчатки прямостоячей, цветки ромашки — по 10 г. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, варить 5 минут, процедить. Выпить всё за 3-4 приема в течение дня.

КОЛИТ С ПОНОСОМ И КИШЕЧНЫМ КРОВОТЕЧЕНИЕМ

- свежие ягоды черники: есть по 200-500 г в день;
- конский щавель: принимать порошок корней по 9,25 г 3 раза в день. .

РЕЦЕПТ № 1. Кора дуба. *Настой:* 1 ч. ложку коры залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 8 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Брусника обыкновенная. *Отвар:* 10 г сушёных ягод залить 1 стаканом воды, кипятить 20 минут, процедить. Пить по 1 стакану 2-3 раза в день,

РЕЦЕПТ № 3. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, варить 15 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки каждые 2 часа.

РЕЦЕПТЫ? 4. Земляника лесная. *Отвар:* 1 ст. ложку сушёных ягод залить 1 стаканом воды, варить 5 минут, процедить. Пить по 1 стакану 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 5. Айва. *Отвар:* 10 г неизмельчённых семян айвы залить 1 стаканом воды, варить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 6. Лист дуба, лист ежевики, лист лесной земляники, лист мать-и-мачехи, плоды черемухи, плоды черники, корень конского щавеля — в равных частях. Составить сбор из 3-4 растений (можно использовать только одно растение). *Отвар:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, варить 15 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки каждые 2 часа.

КОЛИТ С ЗАПОРАМИ И АТОНИЕЙ КИШЕЧНИКА

- свежий сок алоэ: принимать по 1 ч. ложке 2-3 раза в день; .
- настойка горечавки жёлтой (или горечавки крестовидной): принимать по 20-30 капель 3 раза в день за 15-20 минут до еды;
- ежедневно съедать любые из перечисленных плодов с суточной нормой: земляника — 200-500 г, инжир — 500-100 г, чернослив — до 1,5 кг, яблоки — до 2 кг;
- виноград: съедать по 200-300 г в день (курс: 1-2 месяца). .

РЕЦЕПТЫ? 1. Рябина обыкновенная. *Настой:* 3 ст. ложки плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Выпивать после еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 2. Лопух большой. *Настой:* 1 ч. ложку корней залить 0,5 л кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Пить по 100 мл после еды 5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 3. Крушина ольховидная. *Настой:* 20 г коры залить 1 стаканом кипятка, заварить как чай. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана на ночь.

РЕЦЕПТ № 4. Лён обыкновенный. *Настой:* 1 ч. ложку семян залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 часа. Выпивать всё и съесть семена 1-2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Жостер слабительный. *Отвар:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана на ночь.

РЕЦЕПТ № 6. Чёрная бузина. *Настой:* $\frac{1}{2}$ ч. ложки сухих плодов или листьев залить 1 стаканом воды, настаивать 8 часов, процедить. Пить тёплый настой 1-2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Кора крушины — 3 части, лист крапивы — 2 части, трава тысячелистника — 1 часть, плоды жостера — 5 частей. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана на ночь для нормализации работы кишечника.

ЯЗВЕННЫЙ КОЛИТ

- грецкий орех: съесть по 70 г ядрышек между приёмами пищи.

РЕЦЕПТ № 1. Корни окопника, калгана или льняного семени — можно чередовать. *Настой:* 10 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить вместо воды по $\frac{1}{3}$ стакана 3-4 раза в день. Курс: 3 месяца.

Запор

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- огуречный рассол: пить до 4 стаканов в день (курс: 1 месяц);
- овёс или сливы: пить отвар;
- сок редьки, рассол капусты, простокваша, чай с сушёной вишней и яблоками: по 0,5-1 стакану 4-5-раз в день;
- сок сельдерея: по 1 ст. ложке 3 раза в день;
- сок алоэ: по 1 ч. ложке 3 раза в день;
- экстракт ревеня: по 1-2 г утром и вечером (курс: 1-2 месяца);
- экстракт крушины: по 20-40 капель 1-2 раза в течение дня;
- плоды рябины: по 100-150 г в день;
- тыква: пить сок или есть в запечённом виде;
- сок моркови: пить натощак по 100-150 мл в день;
- яблоки: каждое утро съесть по 2 шт. с кожурой;
- сода: 1 ч. ложка на 2 стакана воды, выпивать утром до еды.

РЕЦЕПТ № 1. Льняное семя — 1 ст. ложка, соль — 1 ст. ложка, льняное или конопляное масла — 2 ст. ложки. Вскипятить 1 л воды, залить льняное семя, настоять 20 минут, процедить. Добавить остальные компоненты и использовать для клизмы.

РЕЦЕПТ № 2. Кора крушины. Заварить 1 ч. ложку 1 стаканом кипятка. Пить как чай.

РЕЦЕПТ № 3. Кора крушины — 3 части, лист крапивы — 2 части, трава тысячелистника — 1 часть. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипяченой воды, варить 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Лист сенны — 6 частей, кора крушины — 5 частей, плод жостера — 5 частей, плод аниса — 5 частей, корень солодки — 2 части. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана на ночь.

РЕЦЕПТ № 5. Жостер слабительный. *Настой:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать 45-50 минут. Выпить в течение дня. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 6. Огуречный рассол — 1 стакан, оливковое масло — 2 ст. ложки, мёд — 1 ст. ложка. Смешать, подогреть и выпить всю смесь.

РЕЦЕПТ № 7. Касторовое масло — 1 ст. ложка, яйцо — 1 желток, мёд — 1 ст. ложка. Все компоненты развести в $\frac{3}{4}$ стакана воды. Принимать по 1 ст. ложке каждые 2 часа в течение дня:

РЕЦЕПТ № 8. Соки свекольный, морковный, сельдерея — по 50 мл. Пить смесь 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Пшеничные отруби. *Настой:* 1 ст. ложку пшеничных отрубей залить 2 стаканами кипятка, настаивать 2 часа. Съесть утром до еды.

ХРОНИЧЕСКИЙ ЗАПОР

- промывать толстую кишку 1-2 раза в месяц (курс: 6 месяцев):
 - 1-й день: клизма из 0,5 л подсоленной тёплой воды;
 - 2-й день: клизма из 1 л подсоленной тёплой воды;
 - 3-й день: пропустить;
 - 4-й день: клизма из 1 л подсоленной тёплой воды;
- повидло из ягод чёрной бузины без сахара: есть по 1 ст. ложке утром и вечером;
- персики: съедать по утрам 2-3 свежих или сушеных плода (курс: 1-2 месяца);
- на завтрак есть по 150-200 г в день смеси сырой капусты и яблок, пропустив их через мясорубку;
- тыквенный сок: пить по 1 стакану в день;
- спелые абрикосы: есть ядрышки по 10-12 г в день;
- сок алоэ: по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день;
- порошок из панцирей крабов или раков: по 1 ч. л. в день перед едой, разделив на дозы.

РЕЦЕПТ № 1. 25. Льняное семя, чернослив, кожура яблок — по 2 части, алтей — 3 части, горечавка, артишок, алоэ, стручковый перец — по 1 части, люцерна — 4 части. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 10 минут, добавив яблочный сок по вкусу. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё: 2 г развести в 1 л воды. Пить натошак по 100 г в день. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 3-5 курсов.

Дизентерия

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- веточки ежевики: пить отвар без ограничений;
- черника: 5 г залить 200 мл кипятка;
- семена душицы: прожарить, принимать по 6 г 3 раза в день;

- пить, слабый раствор марганцовки: по 1 стакану утром и на ночь;
- : корень ревеня: принимать порошок по 0,5 г 2 раза в день;
- лимон: сосать ломтики и затем глотать их; через каждый час полоскать горло 30%-ным раствором лимонной кислоты.

РЕЦЕПТ № 1. Сырые яйца: есть по 12 шт. в день, пользуясь схемой: I и II дни: по 2 яйца каждые 2 часа; III и IV дни: по 2 яйца каждые 3 часа, Уи VI дни: по 2 яйца утром и вечером, по 4 Яйца в течение Дня.

РЕЦЕПТ № 2. Черешня. *Настойка:* 100 г свежих ягод на 750 мл крепкого, красного вина, настаивать 2 дня, процедить. Пить по 50 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № -3. Конский щавель. *Отвар:* 300 г корней залить 3 л воды, варить, помешивая, 20 минут, процедить. Использовать как заварку для чая, пить с сахаром.

РЕЦЕПТ № 4. Налить в стакан 80 мл заварки чая, растворить 40 г сахара, долить 100 мл свежего кислого виноградного сока (из зелёных незрелых плодов). Пить по 1 рюмке 3 раза в день. - •

РЕЦЕПТ № 5. Полынь, золототысячник, щавель, тысячелистник, шишки ольхи. *Отвар:* 3 ст. ложки, любого растения залить 2 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по-% стакана 3 раза в день. /

РЕЦЕПТ № 6. Барбарис обыкновенный. Лист, собранный после цветения. *Отвар:* 10 г сырья залить 200 мл кипятка, кипятить 2-3 минуты, настаивать 10 минут. Выпить в течение дня. .. -

РЕЦЕПТ № 7. Горец почечуйный. Верхние побеги, собранные во время цветения. *Настой:* 20 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 8. Кора дуба, собранная ранней весной. *Отвар:* 20 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 5-7 минут. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 15 г цветков залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 10. Крапива двудомная. *Настой:* 15 г листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Цить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Лён посевной. *Настой:* 20 г семян залить 0,5 л кипятка, взбалтывать 10 минут, процедить. Пить по * $\frac{1}{3}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Пастушья сумка. *Отвар:* 20 г травы залить 200 мл воды, кипятить 5-7 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Очный Цвет пашенный. *Отвар:* пучок растений залить 1 л воды, варить 10-15 минут, процедить. Принимать по 50 мл утром до еды. Курс: 2-3 дня.

РЕЦЕПТ № 14. Глиняная вода: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды. Выпить в течение дня. -

Советы из далёкого прошлого

- ^Щ Совет № 1. Есть сваренное мясо лягушки.
- Щк Совет № 2. Пить подогретую козью кровь по 1-3 чашки (по. 150-450 мл) в течение дня.

Диспепсия

РЕЦЕПТ № 1. Мумиё: принимать утром до еды и перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 24 дня.

РЕЦЕПТ.№ 2. Горчичное семя. Начать с 1 немолотого семени в день, ежедневно увеличивать на 1 семя, пока их количество не дойдёт до 20. Затем вернуться в обратном порядке к приёму 1 семени в день.

РЕЦЕПТ № 3. Утром натощак выпить 1 стакан сока картофеля, затем лечь в постель на 30 минут, через 1 час позавтракать. Курс: 10 дней.

РЕЦЕПТ № 4. Глиняная вода: 2 ч. ложки глины развести на 1 стакан воды. Выпить в течение дня. Курс: 21 день. После перерыва в 9 дней курс повторить.

РЕЦЕПТ № 5. Золототысячник малый. *Отвар:* 15 г сырья залить 200 мл кипятка, кипятить 10 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Гастрит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- съесть утром натощак по 2 взбитых сырых яйца (курс: 3-4 недели);
- сок свежих листьев подорожника: принимать по 1 ч. ложке перед едой;
- экстракт ягод клюквы или ягод можжевельника: принимать по 1 ст. ложке перед едой;
- сок свежей капусты: принимать по 1/2 стакана за 20 минут до еды 3 раза в день (курс: 2-3 недели);
- пить козье молоко по схеме:
 - в 1-й день* выпить 5 л;
 - во 2-й день* выпить 4 л;
 - в 3-й день* выпить 3 л;
 - В 4-й день* выпить 2 л;
 - в 5-й день* выпить 1 л;
 затем 10 дней выпивать по 1 стакану в день;
- пить без ограничений чай из берёзового гриба чага;
- принимать сок алоэ: по 1-2 ч. ложки за 30 минут до еды (курс: 1-2 месяца);
- по утрам заваривать чай из листьев белой вербы: выпивать 150 мл до еды, после этого следует выпить 150 мл свежего молока;
- сок каланхоэ (или ноготков лекарственных): принимать по 1 ч. ложке перед едой 3-4 раза в день (курс: 3-4 недели);
- пить тёплый рассол квашеной капусты: по 1-2 стакана в день;
- сок лука: принимать по 1 ст. ложке перед едой 3-4 раза в день;
- пить как чай отвар зрелых плодов малины. (10 г сырья на 1 стакан воды);
- употреблять в пищу плоды и сок чёрной смородины.

РЕЦЕПТ № 1. Чистотел большой. *Настой:* 1 ч. ложку сырья залить 1 л кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Использовать для клизм (каждые 3 дня).

РЕЦЕПТ №2. Очистить от сердцевины и кожи 2-3 яблока зелёных сортов, протереть на тёрке и съесть, 4 часа до еды и 4 часа после еды ничего не пить и не есть.

РЕЦЕПТ № 3. Утром натощак выпить 1 стакан сока картошки, затем лечь в постель на 30 минут. Через 1 час можно завтракать. Курс: 10 дней, через 10 дней курс повторить (2-3 раза в год).

РЕЦЕПТЫ⁹ 4. Ягоды переспелого крыжовника — 1 кг, сахар.— 1 кг, мёд — 1 кг. Всё тщательно перемешать. Принимать по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день. Необходимо употребить две порции смеси.

РЕЦЕПТ №5? 5. Мать-и-мачеха обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за-15 минут до еды 3-4 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 6. Лопух большой. *Настой:* 1 ч. ложку измельченных корней залить 1 стаканом Кипятка, настаивать 12 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакаца перед едой 4 раза в день.

РЕЦЕПТ №7? 7. Цветки ромашки, трава тысячелистника, трава полынь, лист мяты и лист шалфея — по 10 г. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить горячий настой по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды утром и вечером.

РЕЦЕПТ №8? 8. Лист мяты — 20 г, трава золототысячник — 5 г. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 стакану за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Подорожник — 200 г, винная водка — 0,5 л. Смешать и варить в течение 5 минут, процедить. Принимать утром по 1 ст. ложке за 1 час до еды.

РЕЦЕПТЫ⁹ 10. Корень алтея — 3 части, корень окопника — 2 части. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 стакану -перед едой 3-4 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТЫ? 11. Плоды фенхеля, корень алтея, цветки ромашки, корень пырея, корень, солодки — в равных частях. *Настой:* 2,ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТЫ? 12. Плоды фенхеля и цветки ромашки — по 1 части, липовый цвет — 4 части. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3-4 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТЫ? 13. Земляника лесная. *Настой:* 1 ст. ложку корней и листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТЫ? 14. Цветочные корзинки бессмертника песчаного, собранные в начале цветения. *Отвар:* 10 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 5-7 минут, процедить. Пить тёплый отвар по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 15. Одуванчик лекарственный. *Отвар:* 5 г корней залить 1 стаканом воды, кипятить 3 минуты, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 50 мл перед едой.

РЕЦЕПТ № 16. Зрелые плоды шиповника. *Настой:* 20 г измельчённого сырья залить 400 мл кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 50 мл перед едой 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 17. Земляника, калина, кизил, крыжовник — в равных частях. Заваривать. Пить как чай.

ГАСТРИТ С СЕКРЕТОРНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ

- пить смородиновый сок по 50-70 мл перед едой 3 раза в день;
- принимать свежий сок алоэ по 1 ч. ложке за 30 минут до еды (курс: 30 дней, при необходимости через 1 месяц повторить);
- употреблять в пищу плоды (свежие, варёные и отвары из них): брусники, лесной земляники, рябины красной (сок по 200-300 мл в день), черники, клюквы (по 1 ст. ложке 3 раза в день);
- есть капусту по 100-150 г 2 раза в день;
- принимать сок подорожника по 1 ст. ложке 3 раза в день (курс: 3 недели, 4-6 раз в год);
- есть салат из листьев одуванчика лекарственного — 5-10 г в день;
- есть мёд: утром — 30 г, днём — 40 г, вечером — 30/ (курс 3-4 недели).

РЕЦЕПТ № 1. Семена подорожника (карраген), чабрец, иссоп аптечный, плоды боярышника, коровяк, розмарин, эхинацея пурпурная — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана утром и вечером за 20 минут до еды. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Алтей лекарственный. *Настой:* 1 ст. ложку измельченного корня залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды, 3-4 раза в день. Курс: 7-10 дней.

РЕЦЕПТ № 3. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, варить на тихом огне 15 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки перед едой 4 раза в день. Курс: 7-10 дней.

РЕЦЕПТ № 4. Календула лекарственная. *Настой:* 1 ч. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Мать-и-мачеха обыкновенная. *Настой:* 2 ст. ложки листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Пить по 2 ст. ложки 4 раза в день. Курс: 21 день.

РЕЦЕПТ № 6. Мята перечная. *Настой:* 2 ст. ложки залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 8 раз в день.

РЕЦЕПТ № 7. Шишки хмеля. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1-2 ст. ложки за 15 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1-2 недели, не чаще 4 раз в год.

РЕЦЕПТ № 8. Шалфей лекарственный. *Настой:* 1 ч. ложку листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить перед едой по 1 ст. ложке 3-4 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 9. Полынь горькая. *Настой:* 1 ст. ложку измельченной травы полыни залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 50 мл перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Аир болотный. *Настой:* 1 ч. ложку корневищ залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 100 мл за 30 минут до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Тмин обыкновенный. *Настой:* 15 г зрелых плодов залить 200 мл кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Берёзовый гриб (чага). *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом тёплой воды (40-50 °С), настаивать 1 ночь, процедить. Выпить весь настой (в течение дня) на голодный желудок.

ХРОНИЧЕСКИЙ ГАСТРИТ С НОРМАЛЬНОЙ И ПОВЫШЕННОЙ СЕКРЕЦИЕЙ

- пить по утрам свежий сок картофеля по 100 мл;
- пить сок капусты по 100 мл за 30 минут до еды 3 раза в день (курс: 4 недели);
- есть цветочный мёд: утром — 30 г, днём — 40 г, вечером — 30 г (желательно принимать за 2 часа до еды).

РЕЦЕПТ № 1. Принимать настой из растений: спорыш — 6 г, мята — 2 г, розмарин — 3 г. 2 ст. ложки смеси залить 500 мл кипятка, настаивать 2 часа. Выпить за 5-6 приёмов в течение дня за 40 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 2. Тысячелистник обыкновенный. *Отвар:* 10 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут, процедить. Пить по 100 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Картофельный сок — $\frac{1}{2}$ стакана, мёд — 1 ст. ложка. Свежий сок размешать с мёдом. Пить перед едой 3 раза в день. Курс: 10 дней, через 10 дней курс повторить.

РЕЦЕПТ № 4. Пырей ползучий. *Настой:* 2 ст. ложки корневищ залить 1 стаканом кипятка, настаивать 12 часов, процедить. Пить по 20 мл за 5 минут до еды. Курс: 10 дней.

РЕЦЕПТ № 5. Крапива двудомная. *Настой:* 2 ст. ложки измельченного сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 20 мл перед едой 4 раза в день. Курс: 10 дней.

РЕЦЕПТ № 6. Валериана лекарственная. *Настой:* 15 г корневищ залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 70 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Корень аира болотного, лист берёзы, лист калины, трава подорожника, лист чёрной смородины — по 2 части, трава золототысячника малого, трава мяты — по 3 части, семя льна посевного — 4 части, трава зверобоя, трава пустырника — по 5 частей, кора вербы — 1 часть. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить в термосе 0,5 л кипятка, настаивать 1 Ночь, процедить. Выпить в течение дня за 3 приёма перед едой.

РЕЦЕПТ № 8. Курс лечения яблоками (зелёных или жёлтых сортов). Съесть натощак по утрам 2 протёртых яблока, медленно и тщательно их¹ пережёвывая, и после этого не есть несколько часов, процедить. Соблюдать схему приёма:

1-й месяц: ежедневно;

2-й месяц: через день;

3-й месяц и т. д. (до выздоровления): 1-2 раза в неделю.

РЕЦЕПТ № 9. Глиняная вода: 1 ст. ложку глины залить 1 стаканом воды и размешать. Выпить в течение дня. Курс: 21 день, через 9 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 10. Мумиё., Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № И. Прополис. *Настойка:* 1 часть прополиса на 5 частей 96°-ного спирта, настаивать 10 дней. Принимать по 40 капель за 1 час до еды. 3 раза в день, разбавляя водой (1:3).

ГАСТРИТ С БОЛЬЮ В ПЕЧЕНИ

РЕЦЕПТ № 1. Трава золототысячника — 1 часть, лист мяты перечной — 4 части. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по 1 стакану за 30 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 2. Корень валерианы, вахта трёхлистная, мята, кожура апельсина — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут; процедить. Пить по 1 стакану через 40 минут после еды 3-4 раза* в день.

ГАСТРИТ С ПОВЫШЕННОЙ КИСЛОТНОСТЬЮ

р пить сок топинамбура или сок свежей капусты: по U_2 стакана перед каждым приёмом пищи в течение дня (курс: 3-4 недели);

- есть цветочный мед за 2 часа до еды: утром — 30 г, днём — 40 г, вечером — 30 г;
- принимать цветочную пыльцу пчёл: по 1 ч. ложке перед едой 3 раза в день;
- «жевать»-(цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в течение дня (курс: 1 месяц).

РЕЦЕПТ № 1. Спорыш — 6 г, мята — 2 г, розмарин — 3 г. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 2 часа, процедить через 3 слоя марли. Выпить в течение дня, разделив на порции, за 40 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 2. Мята перечная. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка. Пить как чай по 1 стакану 3 раза в день. Курс 2-3 недели.

ГАСТРИТ С ПОНИЖЕННОЙ КИСЛОТНОСТЬЮ

- пить смородиновый сок по 50 мл перед едой 3 раза в день (курс: месяц);
- пить сок ягод рябины, отвары из ягод брусники и свежей клубники;
- принимать по 100-150 г мёда за 2 часа до еды 3 раза в день (курс: 3-4 недели).

РЕЦЕПТ № 1. Чабрец, иссоп аптечный, плоды боярышника, коровяк, семена подорожника (карраген), эхинацея пурпурная, розмарин — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 20 минут до еды. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Аир болотный. *Настой:* 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по U_2 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 3. Пион уклоняющийся. *Настойка:* 10 г измельчённых корней на 100 мл водки, настаивать 30 дней. Принимать по 20-30 капель на $\frac{1}{2}$ стакана воды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Зрелые ягоды рябины, черноплодной, сахар — в равных частях. Протереть ягоды с сахаром. Принимать по 70-100 г 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Тмин обыкновенный. *Настой:* 15 г плодов на 200 мл кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3-4 раза в день;

РЕЦЕПТ № 6. Глиняная вода: 1 ст. ложку глины залить 1 стаканом воды, размешать. Выпить в течение дня. Курс: 21 день, через 9 дней повторить.

Боль в желудке

- клизма тёплой водой с добавлением оливкового масла: 1 стакан воды, 1 ст. ложка масла;
- мята или тмин: заваривать и пить как чай; масло мяты: по 3-4 капли на кусок сахара 3-4 раза в день;
- растирать живот камфорным спиртом.

РЕЦЕПТ № 1. Зверобой, таволга, крапива, грецкий орех — в равных частях. *Настой:* 2 ст. ложки измельчённого сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить после еды в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. Плоды шиповника. *Настой:* 2 ч. ложки сушеных ягод залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить после еды по 2-3 стакана в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 3. Эвкалипт шариковый. *Настой:* 2 ст. ложки сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день после еды. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 4. Цветки ромашки. *Настой:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

ЖЕЛУДОЧНЫЕ БОЛИ НА НЕРВНОЙ ПОЧВЕ

РЕЦЕПТ № 1. Выпить натощак 1 стакан холодной кипяченой воды, добавив в него 1 ст. ложку анисовой водки. Через 15 минут выпить 1 ст. ложку оливкового масла.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 28, дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Мёд: утром — 30 г, днём — 40 г, вечером — 30 г за 2 часа до еды.

РЕЦЕПТ № 4. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой 2-3 раза в день.

Желудочное кровотечение

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- необходимо принимать дубильные вещества и комплекс витаминов: С, Р, К;
- ягоды малины: 20 г сырья залить 2 стаканами кипятка, довести до кипения, пить как чай;
- плоды черноплодной рябины: растереть с сахаром (1:1), принимать по 50-100 г 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Левзея сафлоровидная. *Настойка*: 10 г корней на 100 мл водки настаивать 30 дней, процедить. Пить по 25-35 капель 3 раза в день, запивая водой.

РЕЦЕПТ № 2. Барвинок малый. *Отвар*: 60 г травы залить 700 мл воды, кипятить 30-45 минут, настаивать, 30 минут, процедить. Пить по 100 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Корень окопника — 2 части (по весу), трава барвинка — 4 части. *Настой*: сбор залить 2 стаканами воды, вскипятить, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 стакану утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 4. Барбарис обыкновенный. *Отвар*: 30 г корней залить 200 мл воды, кипятить 2-3 минуты, процедить. Пить по 1 ст. ложке через каждый час.

РЕЦЕПТ № 5. Горец почечуйный. *Отвар*: 20 г корней залить 200 мл воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Кора дуба, собранная ранней весной. *Отвар*: 20 г измельченного сырья залить 200 мл воды, кипятить 5-7 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Зверобой продырявленный. *Отвар*: 15 г сырья залить 200 мл воды, кипятить 15 минут, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 5-6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 8. Крапива двудомная. *Настой*: 15 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-35 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Кровохлёбка лекарственная. *Отвар*: 15 г корней залить 200 мл воды, кипятить 7-10 минут, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 5-6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 10. Пастушья сумка. Трава, собранная во время цветения. *Отвар*: 10 г сырья залить 100 мл воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Подорожник большой. 1. Пить сок листьев подорожника: по 1 ст. ложке за 20 минут перед едой 3 раза в день. 2. *Настой*: 20 г листьев залить 400 мл кипятка, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Мумиё: принимать по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 28 дней.

ВЫВЕДЕНИЕ СГУСТКОВ СВЕРНУВШЕЙСЯ КРОВИ ИЗ ЖЕЛУДКА

РЕЦЕПТ № 1. Ромашка "аптечная". *Отвар*: 6 г корней залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день. Курс: 10-15 дней.

Панариций

РЕЦЕПТ № 1. Взять острый перец, вырезать ножку, очистить от семян и наполнить водкой. Большой палец вложить внутрь (перед сном) и держать, пока не надоест, после этого перевязать.

Заболевания печени и желчного пузыря

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- плоды шиповника: пить по 1 ч. ложке сиропа 3 раза в день;
- мякоть арбуза: по 300-500 г 4 раза в день (курс: 1-2 месяца);
- баклажановая икра: есть по 100-150 г с добавлением 25-50 мл растительного масла 1 раз в день;
- настойка барбариса обыкновенного: по 30 капель 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Череда трёхраздельная. *Настой:* 4 ст. ложки травы залить 1 л кипятка, настаивать 1 ночь, процедить; Пить по U_2 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Чистотел большой. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 1 стакану утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 3. Шиповник. *Настой:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Цикорий обыкновенный. *Отвар:* 2 ст. ложки корней залить 1 стаканом воды, варить 3-5 минут, процедить. Выпить в 3 приёма в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Мачок рогатый: *Отвар:* 4 ст. ложки корня залить 1 л воды, уварить на U_2 объёма, процедить. Пить по U_3 стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 6. Марена красильная. *Отвар:* 4 ст. ложки корня залить 1 л воды, уварить на u_2 объёма, процедить. Пить по U_3 стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 7. Зверобой продырявленный. *Настой:* 10 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Шалфей лекарственный — 20 г, лист мяты — 10 г. *Настой:* залить сбор 1 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по u_3 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Полынь горькая. *Настой:* 1 ч. ложку травы залить 2 стаканами кипящей воды, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\%$ стакана с добавлением мёда (по вкусу) за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Бессмертник песчаный. *Отвар:* 3 ст. ложки травы залить 2 стаканами кипятка, варить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по U_2 стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.

ПРИ ОСТРЫХ И ХРОНИЧЕСКИХ ФОРМАХ ЗАБОЛЕВАНИЯ

- молодые побеги чёрной смородины: заваривать и пить как чай;
- порошок (таблетки) цветков бессмертника: по $\frac{1}{2}$ ч. ложки 3 раза в день (курс: 15-20 дней);
- лимон: съедать по U_2 лимона с сахаром 2 раза в день (курс: 3-6 месяцев).

РЕЦЕПТ № 1. Кукурузные рыльца. 1. Экстракт кукурузных рылец: принимать по 40-50 капель перед едой 3 раза в день. 2. *Настой:* 10 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке каждые 3 часа.

РЕЦЕПТ № 2. Берёзовые почки и листья. *Настой:* 10 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по u_4 стакана перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ III 3. Василёк синий. *Отвар:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, варить 2-3 минуты, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Спорынья, ромашка, хвощ полевой, лист брусники — по 50 г. *Отвар:* смесь залить 3 л кипятка, кипятить 2-3 минуты, процедить. Пить по U_2 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Очистить 5 лимонов от кожуры, положить в тарелку, посыпать сахаром, оставить на ночь. На следующее утро выжать сок в стакан, опустить в него свежее яйцо и держать до тех пор, пока не растворится скорлупа. Выпивать всё залпом по 2 раза в неделю. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 6. Плакучая, ива. *Настой:* небольшой пучок заварить в 2 л воды, настаивать 5 часов, процедить. Пить по 50 мл за 30 минут до еды 3 раза в день.

ЗАКУПОРКА ПРОТОКОВ ПЕЧЕНИ

- семена подорожника: по 9 г 1 раз в день (курс: 7-10 дней);
- сок цикория: по 1 ст.-ложке 3 раза в день (курс: 2-3 недели);
- свекольный сок: по 20-30 мл 3 раза в день;
- » сок квашеной капусты: по $\frac{1}{2}$ стакану перед едой 3 раза в день (курс 1,5-2 месяца).

ЗЛОКАЧЕСТВЕННАЯ ОПУХОЛЬ ПЕЧЕНИ

- плоды дикого арбуза: по 500-700 г в день (курс: 2-3 недели).

РЕЦЕПТ № 1. Мумиё. 1. Пить по 0,2 г мумиё утром перед едой и вечером перед сном. Курс: 28 дней, через 10 дней повторить. 2. Мумиё — 0,2 г, глина — 0,1-0,3 г, шафран — 0,5 г, сок цикория — 1 ст. Ложка. Перемешать и пить утром и вечером. Курс: 28 дней, через 10 дней повторить.

ОСТРЫЕ и ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ

- » дикие груши: утром натощак съедать по 2 шт.;
- рябина: сок плодов по 100 мл за 30 минут до еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Аир болотный. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ III 2. Спорыш. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды комнатной температуры, держать 30 минут в кипящей бане, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Душица обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить 0,5 л кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по U_2 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, кипятить 15 минут, процедить. Пить по U_4 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Календула лекарственная. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 0,5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по U_2 стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Лист крапивы, плоды шиповника — по 2 части, спорыш, корень синюхи голубой, трава володушки золотистой — по 1 части. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 750 мл кипятка, настаивать в термосе 2-3 часа, процедить. Выпить за день в 3-4 приёма за 20 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 7. Одуванчик лекарственный. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом холодной кипячёной воды, настаивать 8 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана перед едой 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Кабачки. 1. Высушить кабачковые семечки, есть по 30-40 шт. в день. 2. *Настой:* 10-12 шт. цветков кабачков залить 2 стаканами кипятка, настаивать 2-3 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 5-6 раз в день между приёмами пищи.

РЕЦЕПТ № 9. Глиняная вода: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды. Выпить в течение дня. Курс; 21 день. ;

РЕЦЕПТ № 10. Чистотел большой. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Кукурузные рыльца. *Настой:* 10 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день!

РЕЦЕПТ № 12. Мумиё. Пить по 0,2 г утром и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 13. Алоэ — 0,5 кг и мёд — $\frac{3}{4}$ стакана. Смешать и настаивать 3 дня, затем добавить 750 мл кагора и настаивать 1 сутки. Принимать по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3-4 раза в день.

ВОСПАЛЕНИЕ ЖЕЛЧНЫХ ПРОТОКОВ

- пить сок или есть свежие ягоды плодов рябины: по 100 г за 30 минут до еды 3 раза в День.

РЕЦЕПТ № 1. Майский мёд первой качки — 625 г, алоэ 3-летнего возраста — 375 г, красное крепленое вино — 675 мл. Все перемешать, настаивать 14 дней. Принимать по схеме:

5 дней: по 1 ч. ложке утром до еды;

2 дня: по 1 ст. ложке утром до еды;

последующие дни: по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день (пока не закончится смесь).

РЕЦЕПТ № 2. Семена укропа — 3 ст. ложки, чистотел — 1 ч. ложка. *Отвар:* залить сбор 1 л кипятка, варить на водяной бане 10-15 минут, процедить. Дать остыть, не снимая крышки, процедить и отжать. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана через 40 минут после еды. Всего выпить 2 л . .

РЕЦЕПТ № 3. Василёк синий. *Настой:* 2 ч. ложки цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3-4 часа, процедить. Выпить в течение дня за 3 приёма.

РЕЦЕПТ № 4. Аир болотный. *Настой:* 1 ч. ложку измельчённого корневища залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Душица обыкновенная. *Настой:* 1 ч. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 50 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, кипятить 15 минут, процедить. Пить по 50 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Календула лекарственная. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 100 мл 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Рыльца кукурузы. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке каждые 3 часа.

РЕЦЕПТ № 9. Тысячелистник обыкновенный. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 100 мл 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Шалфей лекарственный. *Настой:* 1 ст. ложку измельченных листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке каждые 2 часа.

РЕЦЕПТ № 11. Подорожник большой. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Выпить настой в течение 1 часа маленькими глотками (суточная доза).

РЕЦЕПТ № 12. Спорыш. *Отвар:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом воды комнатной температуры, поставить на 30 минут в кипящую водяную баню, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Зверобой — 2 части, бессмертник — 3 части. *Отвар:* 4 ст. ложки сбора залить 1 л воды, настаивать 12 часов, кипятить 5-7 минут, процедить. Пить по U_2 стакана через час после еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 14. Зверобой, корень одуванчика — по 4 части; цветки бессмертника, спорыш, золототысячник — по 3 части. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 стакану утром и вечером.

БОЛЬ В ПЕЧЕНИ

- кукурузные волокна: заваривать и пить как чай;
- сок чистотела большого: принимать по 1 ч. ложке утром и вечером после еды;
- коровяк (медвежье ушко): заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 1. Свежий сок моркови — 210 мл, сельдерей — 150 мл, эндивия курчавая — 60 мл, петрушка — 60 мл. Пить ежедневно в течение длительного времени.

РЕЦЕПТ № 2. Капустный рассол и сок свежих помидоров — по U_2 стакана. Смешать. Пить, по 1 стакану после еды 3 раза в день. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Прованское масло и сок грейпфрута — по U_4 стакана. Смешать и выпить на ночь через 2 часа после еды, предварительно сделав клизму. Курс: 5-7 дней.

РЕЦЕПТ № 4. Цветочные корзинки бессмертника песчаного. *Отвар:* 20 г сырья залить 0,5 л воды, кипятить 3-5 минут, остудить, процедить. Пить по U_2 стакана до еды 2-3 раза в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 5. Пастушья сумка. *Отвар:* 20 г сырья залить 200 мл кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 1 ст. ложке-после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Липучка. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана после еды 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.



Советы из далёкого прошлого

Пить собачье молоко по 1-2 чашки в день.

Гепатит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- овсяная солома: пить отвар по 1 стакану 3 раза в день;
- морковь: пить отвар из ботвы или морковный сок: по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день;
- -пить как чай отвары из листьев пижмы;
- при болях в правом подреберье делать припарки из варёного картофеля с кожурой;
- пить по 150 мл в день смеси соков красной свёклы и редьки (в равных частях);
- берёзовый сок: пить по 150 мл в день;
- сироп шиповника: принимать перед едой по 1-2 ст. ложки;
- один раз в неделю перед сном делать процедуру: смочить простыню водой комнатной температуры, выжать её и обернуться от подмышек до колен, лечь, "в постель и тепло укрыться; так лежать 1,5 часа, затем вытереть тело, надеть сухое бельё и лечь спать.

РЕЦЕПТ № 1. Шиповник. *Отвар:* 3 ст. ложки, измельчённого корня залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Молоко — 1 часть, пиво — 2 части. Принимать по 200-300 мл смеси перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Анемон (ветреница дубравная). *Настой:* 10 г измельчённых листьев залить 1 стаканом холодного кипятка, настаивать 1 сутки, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 4. Цветки ромашки, зверобой — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами холодной воды, настаивать 1 ночь, утром кипятить 3-5 минут, настаивать 20 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Цветки ромашки — 5 г; спорыш — 10 г, кора крушины, цикорий — по 10 г, зверобой, календула — по 20г. *Отвар:* 20 г смеси залить 0,5 л холодной воды (кипяченой), настаивать 1 ночь, утром кипятить 5-7 минут, настаивать 25 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 6. Шишки хмеля. *Отвар:* 10 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 10-15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Бессмертник песчаный. *Отвар:* 3 ст. ложки цветков залить 2 стаканами холодной воды, настаивать 1 ночь, утром кипятить 3-5 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 2-3 чашки (чашка — 150 мл) в день.

РЕЦЕПТ № 8. Натереть на тёрке 4 ст. ложки хрена, смешать с 1 стаканом молока, настаивать на плите, не доводя до кипения, 5 минут, процедить. Пить понемногу несколько дней до наступления улучшения.

РЕЦЕПТ № 9. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, кипятить 15 минут, процедить. Пить по 50 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Лесная земляника. *Отвар:* 3 ст. ложки цветков залить 2 стаканами холодной воды, настаивать 1 ночь, утром кипятить 3-5 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 2-3 чашки (чашка — 150 мл) в день.

РЕЦЕПТ № 11. Тонко нарезать печень, не прожаривать её до конца, пропустить через мясорубку. На 200 г печени добавить 100 г сливочного масла. Есть как паштет.

РЕЦЕПТ № 12. Аир болотный. *Отвар:* 1 ч. ложку измельчённых корней залить 1 стаканом кипятка, варить на тихом огне 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Ива пурпурная. *Отвар:* 60 г коры залить 1 л воды, кипятить 10 минут, настаивать 1 сутки. Пить перед едой по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 14. Верхушки полыни обыкновенной. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Плоды фенхеля. — 20 г, плоды тмина — 20 г, кора крушины ольховидной — 40 г, лист мяты — 40 г* трава тысячелистника — 40 г, трава золототысячника — 40 г. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 16. Кора крушины и корень одуванчика — по 40 г, вахта трёхлистная, желтокорень, чистотел, мята — по 30 г, горечавка — 20 г. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $2 - \frac{3}{4}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день до окончания сбора.

ГЕПАТОХОЛЕЦИСТИТ

РЕЦЕПТ № 1. Цветки бессмертника — 4 части, листья трилистника водяного — 3 части, листья мяты перечной и плоды кориандра — по 2 части. *Настой:* 2 ст. ложки измельчённой смеси залить 400 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана за 20 минут до еды 3 раза в день. Курс: 3 недели.

Холецистит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- * съедать каждый день натощак 2 дикие груши, пить вместо воды компот из этих фруктов (без сахара);
- * шиповник: принимать сироп по 1 ч. ложке 3 раза в день;
- * порошок из панцирей крабов или раков: принимать по 3 г, запивая водой, 3 раза в день (курс: 1-1,5 месяца);

- арбуз: по 300-500 г мякоти после еды 4 раза в день (курс: 1-2 месяца, 1 раз в год);
- каланхоэ: съедать 1 лист за час до еды. 3 раза в день;
- калина с сахаром: принимать по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день;
- выпивать утром 1 стакан воды с соком $\frac{1}{2}$ лимона и $\frac{1}{2}$ ч. ложки соды.

РЕЦЕПТ № 1. Молочай лозный (молочай огородный). Трава должна быть собрана во время цветения. *Отвар:* 40 г измельчённого сырья залить 3 л кипятка, кипятить 7 минут, остудить, процедить. Пить по 1 стакану в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Шалфей лекарственный. *Настой:* 1 ст. ложку сырья заварить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке через каждые 2 часа в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3. Аир болотный. Корневища, собранные поздней осенью. *Настойка:* 1 часть корневищ на 10 частей 40%-ного спирта, настаивать 8 дней в тёмном месте в соотношении 1:10. Принимать по 30 капель до еды 3 раза в день. •

РЕЦЕПТ № 4. Бессмертник песчаный. *Отвар:* 20 г корзинок на 2 стакана воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Календула, семена укропа, листья берёзы белой, трава сушеницы лесной, плоды можжевельника — по 1 части, цветки ромашки, плоды земляники лесной, лепестки белой розы — по 2 части, хвощ, кукурузные рыльца, корень одуванчика, плоды шиповника — по 3 части, цветки бессмертника песчаного — 4 части. *Настой:* 2 ст. ложки тщательно измельченной смеси залить 1 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 150 мл за 15 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Эхинацея пурпурная, чабрец, иссоп аптечный, боярышник, семена подорожника (карраген), коровяк, розмарин, женьшень — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды (кипятка), настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана за 20 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Шишки хмеля. 1. *Отвар:* 10 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 10-15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день! 2. *Настойка:* 20 г шишек хмеля на 100 мл спирта, настаивать 5 дней, процедить. Принимать по 40 капель с водой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Цветки бессмертника и ромашки, золототысячника, лапчатка гусиная, вахта трёхлистная — по 15 г, зверобой, корень одуванчика — по 40 г. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 стакану утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 9. Цветки бессмертника — 4 части, лист трилистника водяного — 3 части, лист мяты перечной и плоды кориандра — по 2 части. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, настаивать 30 минут в тёплом месте, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 15 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Баклажаны. Есть икру из печёных плодов (20-40-дневного возраста) по 100-150 г с растительным маслом (20-40 мл) 3-4 раза в неделю.

РЕЦЕПТ № 11. Зверобой продырявленный. *Настой:* 10 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 2 часа в тёплом месте, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Спорыш. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, варить на водяной бане 30 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

Комплексный метод лечения холецистита

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- принимать пищу 5-6 раз в сутки, лучше в виде отварных или запечённых продуктов;
- не употреблять жареные блюда; сало, жирные сорта мяса и рыбы; острую пищу, алкоголь, газированные напитки; редис, лук, чеснок, редьку, щавель, репу;
- употреблять овощи и фрукты: морковь, свёклу, кабачки, томаты, капусту, виноград, арбузы, клубнику, чернослив; салаты с растительным маслом (кукурузным, оливковым, подсолнечным, соевым);
- пить минеральную воду: эссендуки № 17, боржоми по 200 мл за 30 минут до еды 3 раза в день (курс: 1 месяц).

ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЕ И СПАЗМОЛИТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Белая ива. *Отвар:* 20 г сырья залить 200 мл воды, кипятить на тихом огне 7-10 минут, настаивать в тёплом месте 30 минут, процедить, отжать. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Кора белой ивы, гортензия, люцерна, клопогон, аралия, петрушка, вяз, перец, лобелия, красная глина — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки измельчённой и перемешанной смеси залить 500 мл кипятка, кипятить 7 минут на тихом огне в закрытой посуде, настаивать в термосе 2-3 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

АНТИБАКТЕРИАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Люцерна — 3 части, кожура яблок и персиков — по 5 частей. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 500 мл кипятка, настаивать в термосе 3-4 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана за 20 минут до еды утром и через 2 часа после еды вечером. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Сине-зелёные водоросли. Пить по 1 ст. ложке настоя 2 раза в день. Курс: 10 дней.

РЕЦЕПТ № 3. Эхинацея пурпурная, желтокорень, лопух, одуванчик, водяной перец — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, варить 15 минут, настаивать в термосе 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 3 недели.

ЖЕЛЧЕГОННЫЕ СРЕДСТВА.

РЕЦЕПТ № 1. Одуванчик, желтокорень, свёкла, щавель, восковница, лобелия, магнолия — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, кипятить на тихом огне 15 минут, настаивать в термосе 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана за 20 минут до еды. Курс: 1 месяц.

СРЕДСТВА, СТИМУЛИРУЮЩИЕ ОБРАЗОВАНИЕ ФЕРМЕНТОВ

РЕЦЕПТ № 1. Ромашка, мята, анис, вяз, желтокорень, фенхель — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, кипятить на тихом огне 15 минут, настаивать в термосе 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана во время еды 3 раза в день. Курс: 3 недели.

СРЕДСТВА-ИММУНОМОДУЛЯТОРЫ

РЕЦЕПТ № 1. Клевер, чеснок, эхинацея пурпурная, мята, желтокорень, шиповник, прополис — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, варить на водяной бане 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и днём. Курс: 1 месяц.

СРЕДСТВА-АНТИОКСИДАНТЫ

РЕЦЕПТ № 1. Расторопша, грейпфрут — по 2 части, концентрат виноградных косточек — 1 часть, экстракт морского чертополоха — 1 часть. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 500 мл кипятка, настаивать в термосе 3 часа, процедить. Пить тёплый настой по 3-4 стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

ВИТАМИННО-МИНЕРАЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС

РЕЦЕПТ № 1. Пчелиная пыльца. Принимать по $\frac{5}{2}$ ч. ложки, запивая водой, 3 раза в день. Курс: 2 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Ягоды боярышника, мята перечная, имбирь — по 2 части, перец стручковый — 1 часть, рыбий жир — 6 частей. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, настаивать в термосе 3 часа, процедить и добавить рыбий жир. Пить по схеме:

1-я неделя: по 1 ст. ложке 3 раза в день;

2-я и 3-я недели: по 2 ст. ложки 3 раза в день.

Дискинезия желчных протоков

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- при гипотонически-гипокинетическом типе дискинезии необходимы продукты, богатые растительной клетчаткой и обладающие желчегонным действием: чёрный хлеб грубого помола; до 1,5 кг в день овощей и фруктов; пшённая, овсяная, гречневая крупы (каши); растительные масла; сметана, творог; сельдь, треска;
- при гипертонически-гиперкинетическом типе необходимо ограничить потребление грубоволокнистой пищи, острых приправ, таких овощей, как редис, лук, чеснок, редька, труднорасщепляемых жиров.

РЕЦЕПТ № 1. Шиповник, люцерна, крапива, мята, чистотел, девясил, стручки фасоли, сельдерей, ромашка — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана за 20 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Порошок панцирей крабов или раков: разделить 10 г на дозы и принимать за 15 минут до еды.

Комплексный метод лечения дискинезии желчных протоков

ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА

РЕЦЕПТ № 1. Подорожник, мякоть цитрусовых, мята, чеснок, люцерна, пижма, вяз, имбирь, корень лопуха, алтей, скорлупа ореха, лист малины, семя тыквы, корень одуванчика, толокнянка, эхинацея пурпурная, алоэ, кукурузные рыльца, перец, мокрица, гвоздика — в равных частях. Составить сбор из 3-5 компонентов. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 3-5 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Лопух, щавель, корень ревеня, кора вяза, расторопша, красный клевер, ламинария — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 60 мл отвара на 60 мл кипяченой воды утром и вечером. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 3. Хвощ полевой. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером.

ЖЕЛЧЕГОННЫЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Одуванчик, желтокорень, свёкла, щавель, восковница, лобелия, магнолия — в равных частях. *Отвар:* 4 ст. ложки сбора залить 3 стаканами воды, кипятить 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана утром и вечером. Курс: 3 недели..

СРЕДСТВА, ВЛИЯЮЩИЕ НА ВЫРАБОТКУ ФЕРМЕНТОВ

РЕЦЕПТ № 1. Фенхель, ромашка, мята, анис, вяз, желтокорень — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами воды, вскипятить, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана во время еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мята перечная, корень девясила — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день Курс: 2-3 недели.

СРЕДСТВА ИММУНОМОДУЛЯТОРЫ

РЕЦЕПТ № 1. Солодка голая. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке утром. Курс: 1 месяц.

УСПОКАИВАЮЩИЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Пассифлора (страстоцвет). *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке на ночь. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Корень валерианы, шишки хмеля, мытник, шлемник, корень клопогона, перец, венерин башмачок (северная орхидея), лобелия — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана на ночь. Курс: 1 месяц.

Можно чередовать употребление средств рецепта № 1 и рецепта № 2.

Дискинезия желчного пузыря

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- арбуз: съедать по 300-400 г 4 раза в день после еды (курс: 1-2 месяца, 1 раз в год);
- отруби: заварить (1 ст. ложку на 1 стакан воды), употреблять полученную кашу.

РЕЦЕПТ № 1. Печёные баклажаны — 100-150 г, растительное масло — 25 мл. Съедать 1 раз в день (в обед). Курс: 3-4 раза в неделю.

РЕЦЕПТ № 2. Мята перечная — 10 г, лист шалфея — 17 г, полынь горькая — 18 г. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана после еды 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Дягиль лекарственный. *Настой:* 30 г корней залить 0,5 л кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Алоэ — 0,5 кг, мёд — $\frac{1}{2}$ стакана. Перемешать, настаивать 3 дня, добавить 750 мл кагора, настаивать 1 сутки, Принимать по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

Желчнокаменная болезнь

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- » сок редьки: пить по 1 стакану в день, можно пополам с соком свёклы;
- э 1-2 раза в неделю ходить в парилку;
- « жидкий экстракт кукурузных волокон (продаётся в аптеке): по 35 капель перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Александрийский лист. *Настой:* 10 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Хвощ полевой — 3 части, полынь — 1 часть. *Отвар:* 1 ч. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 3. Эхинацея пурпурная — 30 г, желтокорень — 20 г, лопух — 15 г, одуванчик (корень) — 20 г, перец — 10 г. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 20 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

Комплексное лечение желчнокаменной болезни

ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА

РЕЦЕПТ № 1. Ромашка, жимолость, плоды шиповника, кожура апельсина, мята, толокнянка, сеина, крушина, алтей — в равных частях. Составить сбор из 5-7 растений. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами воды, кипятить 5-7 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 2 раза в день. Курс: 20-30 дней. •

ЖЕЛЧЕГОННЫЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Одуванчик, желтокорень; свёкла, щавель, восковница, лобелия, магнолия, — в равных частях. Составить сбор из 3-5 растений. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2-3 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана на ночь. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Принимать сок листьев алоэ: по 1 ч. ложке перед едой. Курс: 3 недели..

РЕЦЕПТ № 3. Гортензия. *Настой:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки утром и вечером. Курс 1 месяц.

СРЕДСТВА, СТИМУЛИРУЮЩИЕ ОБРАЗОВАНИЕ ФЕРМЕНТОВ

РЕЦЕПТ № 1. Ромашка, мята, анис, вяз, желтокорень, фенхель — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. Курс: 3 недели.

СРЕДСТВА-АНТИОКСИДАНТЫ

РЕЦЕПТ № 1. Грейпфрут, расторопша, концентрат виноградных косточек, экстракт морского чертополоха — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 5-7 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{3}{4}$ стакана перед едой 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТЫ? 2. Смешать соки: моркови — 210 мл, сельдерея — 150 мл, петрушки — 60 мл. Пить по 1 ст. ложке за 15 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Одуванчик лекарственный. *Отвар:* 2 ст. ложки корней залить 0,5 л воды, кипятить 10 минут, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТЫ? 4. Мякоть арбуза: есть по 300-400 г после еды 4 раза в день. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТЫ? 5. В тыкке весом 2-3 кг прорезать отверстие и влить в неё 0,5 л спирта, закрыть отверстие вырезанной частью, настаивать 30 дней, взбалтывая ежедневно 2-3 раза. Затем пропустить все через мясорубку, отжать, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Спорыш, кукурузные рыльца, стручки фасоли, грыжник, медвежье ушко — в равных частях. *Настой:* 15 г сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТЫ? 7. Чистотел, мята, володушка золотистая — по 10 г. *Настой:* 10 г сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 стакану утром и вечером за 30 минут до еды.

РЕЦЕПТЫ? 8. Хвощ полевой, почечный чай — по 10 г, спорыш и крапива — по 20 г. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать 6 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3 раза в день. Курс: 21 день.

Желтуха

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- сок одуванчика или чёрной редьки: пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день;
- сок квашеной капусты: пить по 1 стакану через каждые 2-3 часа (курс: 1-2 недели);
- ягоды облепихи: пить без ограничений отвар веточек облепихи;
- носить на шее янтарь.

РЕЦЕПТ № 1. Повилика европейская. *Отвар*: 50 г травы залить 2 л кипятка, держать на водяной бане 20-25 минут, охладить, процедить. Обливаться этим отваром.

РЕЦЕПТ № 2. Бессмертник песчаный. *Отвар*: 10 г сырья залить 200 мл кипятка, кипятить 3-4 минуты, процедить. Пить как чай.

РЕЦЕПТ № 3. Лист толокнянки, спорыш, кукурузные рыльца, стручки фасоли, грыжник голый — в равных частях. *Настой*: 15 г смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить тёплый настой по $\frac{1}{2}$ стакана в день.

РЕЦЕПТ № 4. Марена красильная. *Настой*: 3 ст. ложки сырья залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 1 час. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Пырей ползучий. *Отвар*: 100 г корней залить 1 л воды, уварить на половину объёма, процедить. Пить по 1 ст. ложке 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 6. Хвощ полевой. *Отвар*: 30 г хвоща на 1 стакан воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Принимать по $\frac{1}{3}$ - $\frac{1}{2}$ стакана через 1 час после еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Цветки бессмертника — 20 г, лист трилистника — 15 г, лист мяты — 10 г, плод кориандра — 5 г. *Отвар*: 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 20 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Шишки хмеля. *Отвар*: 10 г залить 1 стаканом воды, кипятить 10-15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Кора ивы. *Отвар*: 60 г сырья залить 1 л воды, кипятить 20 минут, настаивать 24 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Лесной орех (лещина). Листья высушить в духовке. *Настойка*: 1 ч. ложка сырья на 1 стакан белого вина, настаивать 8 часов. Выпить в течение дня до еды в 3 приёма. Курс: 12-14 дней.

РЕЦЕПТ № 11. Копытень европейский, бессмертник песчаный — в равных частях. *Настой*: 15 г смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 часа. Выпить в 3 приёма в течение дня.

^ Советы из далёкого прошлого

>5ШГ СОВЕТ № 1. Вложить в вишенки 7-9 вшей и дать проглотить больному.

•"^^Ш*^ СОВЕТ № 2. Пить отвар грибка трутовика (дубовая губка).

^Ежяы. СОВЕТ № 3. Пить по 1 стакану в день отвара соломы зерновых культур,

к» СОВЕТ № 4. Натереть больного гречневой кашей и уложить на 2 часа в тёплое место.

" СОВЕТ № 5. Взять в руки живую щуку и смотреть на неё, пока не уснёт.

Заболевания почек

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- свекольный сок: дать отстояться в течение 2 часов, процедить, пить по 100-200 мл в день;
- дыня: есть семечки, пить чай из сушёной мякоти.

РЕЦЕПТЫ? 1. Подмаренник настоящий. *Настой:* 2 ст. ложки травы залить 400 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить без ограничений вместо воды.

РЕЦЕПТЫ? 2. Шиповник. 1. Принимать по 1 ч. ложке сиропа 3 раза в день. 2. *Настой:* 2 ч. ложки сушёных плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Чёрная редька. Натереть на тёрке, отжать сок и смешать 1 л сока и 350 г мёда. Принимать по 2 ст. ложки перед едой и перед сном.

РЕЦЕПТЫ? 4. Осина. *Отвар:* 20 г коры залить 2 стаканами воды, варить 3-5 минут, процедить. Пить вместо воды.

РЕЦЕПТЫ? 5. Укроп. *Настой:* 2 ст. ложки семян залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана в день.

РЕЦЕПТЫ? 6. Льняное семя, чернослив, кожура яблока, корень алтея, горечавка, артишок, люцерна — в равных частях. *Отвар:* 10 ложек смеси залить 3 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером. Курс: 10 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТЫ? 7. Луковая шелуха. *Отвар:* 1 стакан шелухи залить 1 л воды, довести до кипения, варить 10 минут, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по 0,5-1,5 л в сутки. Курс: 4 месяца.

РЕЦЕПТЫ? 8. Хвощ полевой, корневище лапчатки прямостоячей — по 30 г, лист подорожника — 40 г. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{2}{3}$ - $\frac{3}{4}$ настоя на ночь в тёплом виде.

РЕЦЕПТЫ? 9. Мумиё: 3 г растворить в 3 л кипяченой воды, принимать по 20 мл, запивая соком свёклы, за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 10 дней, затем 3 дня отдыха.

*ЧШ
4Ш

Советы из далёкого прошлого

На область почек делать припарки с крепким отваром овсяной соломы.

НАРУШЕНИЕ ФУНКЦИИ СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ПОЧЕК

РЕЦЕПТЫ? 1. Астрагал шерстистоцветковый. *Отвар:* 3 ст. ложки залить 400 мл воды, вскипятить, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 2. Мумиё. Пить по 0,2 г до еды утром и вечером перед сном. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 4-5 курсов.

Боль в ПОЧКАХ

- вместо воды пить отвар осинового коры без ограничений;
- пить чай из сушёной дыни и есть её семечки;
- пить свекольный сок по 100-150 мл в день;
- пить сироп шиповника по 1 ч. ложке 3 раза в день;
- применять лечебное голодание 48-72 часа.

Рецепт № 1. Шиповник. *Настой:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом кипятка, настоять 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{2}{3}$ стакана после еды. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Натереть на тёрке чёрную редьку, отжать сок и смешать 1 л сока с 350 г мёда. Принимать по 2 ст. ложки перед едой и перед сном. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Глиняная вода: 2 ч. ложки глины на 1 стакан воды. Выпить в течение дня. Курс: 21 день. После перерыва в 9 дней курс повторить.

ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ

- очистить желудок, выпить настой липы, малины, мяты, шалфея и лечь в постель, обложившись грелками;
- пить морковный сок по 70-100 мл перед едой 3 раза в день;
- пить сок смородины по 70-100 мл 3 раза в день;
- 1 ст. ложку сока петрушки залить 1 стаканом воды, пить без ограничений.

РЕЦЕПТ № 1. Подмаренник настоящий. *Отвар:* 1 ст. ложку измельчённого сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить без ограничений вместо чая и воды. Курс: 2 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Осинная кора. *Отвар:* 1 ст. ложку измельчённой коры залить 2 л воды, вскипятить и варить 3-5 минут на тихом огне, остудить, процедить. Пить вместо воды без ограничений.

РЕЦЕПТ № 3. Крапива-двудомная, плоды фенхеля обыкновенного, трава хвоща полевого — по 10 г; корень стальника полевого, лист берёзы плосколистной — по 15 г; цветки календулы, трава тысячелистника — по 20 г. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Семена укропа. *Настой:* 2 ст. ложки сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Хвощ полевой. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Шишки хмеля. *Отвар:* 10 г измельченного сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Шиповник. *Настой:* 3 ст. ложки плодов измельчить и залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить, не процеживая, по 150 мл в день.

РЕЦЕПТ № 8. Сушёная кожура яблок. *Настой:* 3 ст. ложки измельчённой кожуры залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпивать по 1 стакану настоя в день за 3 приёма.

РЕЦЕПТ № 9. Аир болотный. *Настой:* 1 ч. ложку измельчённого корневища залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Тысячелистник обыкновенный. *Настой:* 1 ч. ложку измельчённого корневища залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить без ограничений вместо чая.

РЕЦЕПТЫ? 11. Грыжник голый, душица, рыльца кукурузы, корень бузины чёрной, спорыш, ромашка — по 20 г, почки берёзы — 30 г, лист толокнянки, зверобой — по 40 г, хвощ полевой — 60 г. *Настой:* 3 ст. ложки измельчённой и перемешанной смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4} \sim \frac{1}{3}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 12. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 13. Барбарис обыкновенный. *Настой:* 10 г измельчённой коры залить 200 мл кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 14. Ягоды черники. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3-4 часа, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТЫ? 15. Ромашка аптечная, *Настой:* 20 г травы залить 150 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3-4 раза в день.

Воспаление почечных лоханок (пиелит)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- исключить из пищи острые продукты, предпочтительна молочно-растительная диета;
- принимать порошок корневищ аира болотного: по 0,5 г запивать водой, 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 1. Пастушья сумка. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. •

РЕЦЕПТЫ? 2. Шелуха лука. *Отвар:* сырьё залить водой, довести до кипения и держать на тихом огне 10 минут, настаивать, 1 ночь, поместив в тепло, процедить. Пить от 1 до 2 л в сутки. Курс: 4 месяца.

РЕЦЕПТЫ? 3. Кора осины. *Отвар:* 5 г измельчённой коры залить 1 стаканом кипятка, варить на тихом огне 10 минут, процедить. Пить без ограничений.

Блуждающая почка

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- надеть специальный пояс — «бандаж на почку», который укрепляется на теле в положении лёжа;
- употреблять калорийную пищу, чтобы почка обросла жиром и стала неподвижной;
- необходимо ежедневно лежать не менее 3 часов с аппликацией из речного (морского) песка на животе;
- при сильных болях делать на поясницу припарки из овсяной соломы.

Гломерулонефрит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- « употреблять как можно больше жидкости, ограничить приём соли;
- есть варёный рис без соли, варёные морковь, свёклу, репу, брюкву;
- пить свежие соки овощей и фруктов;
- увеличить потребление молочных продуктов.

РЕЦЕПТ Ы? 1. Почечный чай, череда, плоды шиповника, лист подорожника — по 30 г; хвощ полевой — 20 г, цветки календулы — 40 г. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить в течение дня. Пить 1-1,5 месяца.

Зубная боль

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- при сильной зубной боли и отсутствии лекарств надо сделать 10-15 приседаний;
- положить на больное место ломтик сала на 10-15 минут;
- положить в ухо с противоположной стороны от больного зуба корешок подорожника;
- натереть запястье с внутренней стороны чесноком, мелко нарезать, завернуть в ткань, привязать к запястью с противоположной стороны от больного зуба;
- жевать лист каланхоэ или зверобоя по 5-10 минут каждый час;
- полоскать зубы соком свежей сирени;
- при флюсе: прикладывать к щеке лист хрена;
- нюхать водку, втягивая запах через ноздрю со стороны больного зуба;
- держать во рту толчёное и нарезанное горчичное семя;
- положить на десну у больного зуба кусочек (величиной с горошину) прополиса;
- « жевать лист валерианы по 7—10 минут 4-5 раз в день;»
- натирать десны соком подорожника и полоскать им рот;
- пожить на больной зуб кусочек конского щавеля;
- мелко накрошить лук, завернуть в ткань и положить в ухо с противоположной стороны от больного зуба;
- » «жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15=20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой,-2-3 раза в день;
- « привязать на шею (под затылок) распаренный горячий тёртый хрен или горчицу;
- съесть по 2-3 дольки чеснока 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Лист малины, лист мяты — по 3 ст. ложки, винный уксус — 30 мл. Перемешать, настаивать 3 дня, процедить. Использовать для полосканий.

РЕЦЕПТ № 2. Душица обыкновенная. Горсть душицы залить 0,5 л подсолнечного масла, настаивать 8 часов, процедить, отжать. Намочить кусочек ваты и приложить к зубу.

РЕЦЕПТЫ? 3. Ива белая. *Отвар:* 15 г коры залить 200 мл кипятка, кипятить, подливая воду, пока отвар не станет концентрированным, процедить. Полоскать зубы 5-7 раз в день. Можно использовать готовый экстракт.

РЕЦЕПТЫ? 4. Шалфей лекарственный. *Настой:* 10 г сырья залить 200 мл кипятка, кипятить 20 минут на водяной бане, процедить. Использовать для полосканий каждые 30-40 минут.

РЕЦЕПТЫ? 5. Кошачьи лапки. Высушить цветущее растение, размолоть и давать курить больному, как табак. Через 3-8 часов боль стихает, а если выкурить 2-3 раза, боль уходит совсем.

РЕЦЕПТ Ы? 6. Хвощ полевой. *Настой:* 2 ст. ложки травы на 1 стакан холодной кипяченой воды, настаивать 1 ночь. Использовать для полоскания.

РЕЦЕПТ № 7. Окопник лекарственный (или люцерна). *Отвар:* 10 г корней залить 200 мл кипятка, кипятить на водяной бане 30 минут, процедить. Использовать густой отвар для полосканий.

РЕЦЕПТ № 8. Масло душицы — 1 часть, масло растительное — 10 частей. Прикладывать смесь к больному зубу.

РЕЦЕПТ № 9. Крапива двудомная. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 1 стаканом воды, прокипятить, процедить. Добавить 1-2 ст. ложки уксуса и полоскать зубы, задерживая жидкость во рту, перед тем как выплюнуть.

РЕЦЕПТ № 10. Лук, перец, вино, мёд — в равных частях. Сварить отдельно лук и перец. Добавить вино и мёд и ещё раз вскипятить. Держать во рту небольшое количество смеси по 10-20 минут 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Аир болотный. 1. *Настой:* 20 г корней на 100 мл водки, настаивать 8 дней, процедить. Прикладывать к больному зубу. 2. *Настойка:* у² стакана корней залить 0,5 л спирта, настаивать 7 дней, процедить. Смешать 1 ст. ложку настойки аира и 1 ч. ложку настойки прополиса (можно готовой) и полоскать зубы по 2-3 минуты 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Ежевика сизая. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 500 мл кипятка, варить 10 минут (цока вода не станет красной), процедить. Использовать для полосканий. ,



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Мирра, ложечная трава, лист малины, лист салопы, лист мяты — по 15 г, винный уксус, винный спирт — по 60 мл. Всё перемешать, настаивать 3 дня, процедить. Полоскать зубы 3-4 раза в день.

СОВЕТ № 2. Залить в глиняный горшок 1 стакан вина и добавить по 1 ч. ложке шалфея, розмарина, красного мела, прокипятить 1-2 раза. Полоскать зубы горячей жидкостью перед сном — обязательно 3 дня подряд.

Зоб

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- соблюдать диету: ограничить потребление мяса и речной рыбы; увеличить содержание в рационе молочных продуктов и яиц; исключить чай, кофе и курение;
- носить янтарные бусы на короткой нити, чтобы янтарь касался зоба;
- смешать черноплодную рябину с сахаром (1:1) и принимать по 1 дес. ложке 2 раза в день утром и вечером;
- пить как чай отвар майских незабудок;
- вдыхать запах йода;
- ежедневно есть морскую рыбу: в виде ухи, жареную или варёную;
- обтирать шею и зоб свежей дубовой корой или сухой, но предварительно замоченной, можно привязывать её на ночь.

РЕЦЕПТ III 1. Грецкие орехи. *Настойка:* 1 стакан перегородок на 0,5 л водки, настаивать 7 дней, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 1 раз в день.

РЕЦЕПТ № 2. Ягоды калины — $\frac{2}{3}$ стакана, мёд — $\frac{1}{2}$ стакана, добавить немного водки, хорошо размять, перемешать. Принимать по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Дурнишник зобовидный (зобник, картавочная трава). *Отвар:* 1 ч. ложку травы залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по 100-150 мл в день.

Советы из далёкого прошлого

Приложить к зобу 1 пчелу, чтобы ужалила, на следующий день — 2 пчелы *Щш* и так увеличивать ежедневно по 1 пчеле, пока количество укусов не до-
п стигнет 6-8 в день.

Заболевания женских половых органов

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- сок айвы: пить по 50 мл 3 раза в день;
- боярышник: есть по 40-50 шт. плодов 2 раза в день; использовать тампоны с соком плодов 2-3 раза в день при обильных выделениях;
- буквица лекарственная: принимать по 1 ч. ложке порошка листьев 3 раза в день.

ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ

РЕЦЕПТ № 1. Ромашка аптечная. *Настой:* 3 ст. ложки сухих цветков ромашки залить 300 мл воды, накрыть и укутать, настаивать 20 минут, процедить. За это время сделать очистительную клизму тёплой водой. Отвар ромашки температурой 37 °С ввести в заднепроходное отверстие и лечь на бок, чтобы настоем успел всосаться через стенки кишечника. Делать несколько раз в день и на ночь в течение нескольких дней.

РЕЦЕПТ № 2. Окопник, коровяк, седмичник, алтей, вяз — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать 3 раза в день по 1 ст. ложке за 30 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 3. Измельчённый прополис — 50 г, мёд — 1 ст. ложка, сливочное масло (несоленое) — 100 г. Подогреть на водяной бане в течение 45 минут, процедить. Вводить тампоны во влагалище на 2-3 часа утром и вечером. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 4. Сон-трава чернеющая (прострел чернеющий). *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом холодной воды (кипяченой), настаивать 1 сутки, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Спринцеваться составом: 1 ст. ложку экстракта корневища бадана развести в 1 л тёплой воды. Использовать для спринцевания 2-3 раза в день. Курс: 2 недели.

РЕЦЕПТ № 6. Грушанка круглолистная. *Настойка:* 50 г листьев и стеблей растения залить 0,5 л водки, настаивать 14 дней, процедить. Пить по 30-40 капель 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Анис обыкновенный. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Выпить за день. _

Советы из далёкого прошлого

Смешать цветки алтея со свиным салом и скипидаром до консистенции мази. Накладывать мазь на низ живота для снятия воспаления. -

РАЗЛИЧНЫЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ, ФИБРОМИОМА МАТКИ, ЭРОЗИЯ И ВОСПАЛЕНИЕ ШЕЙКИ МАТКИ

- айва: добавлять в чай по кусочку (мелко изрезанному) 3 раза в день;
- «жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1./ Бадан толстолистный. *Отвар:* 3 ст. ложки корней залить 1 стаканом кипятка, уварить наполовину, процедить. Пить по 30 капель 2-3 раза в день, можно применять порошок корней для присыпки.

РЕЦЕПТ № 2. Арника горная. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 ночь. Пить по 1 ч. ложке 4-6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 3. Корки 6 апельсинов залить 1 л воды, уварить до 500 мл, добавить сахар. Принимать по 2 ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Астра (фиолетовые цветки). *Настой:* 1 ст. ложку свежих лепестков залить U_2 стакана воды с мёдом, настаивать 1 ночь. Выпить за день.

РЕЦЕПТ № 5. Герань луговая. 1. Каждые 2 часа пить по 20-30 капель сока свежего листа герани. 2. *Настой:* 30 г корней залить $\frac{1}{2}$ стакана кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 1 ст. ложке через каждые 2 часа. Этим же настоем спринцеваться.

РЕЦЕПТ № 6. Калина обыкновенная. *Настой:* 1 ч. ложку коры залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 7. Ива белая. *Настой:* 1 ст. ложку коры ивы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 6 часов, процедить. Пить по 1 ст. ложке через 30 минут после еды.

РЕЦЕПТ № 8. Пастушья сумка, горец птичий, омела белая — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 400 мл кипятка, варить на тихом огне 3-5 минут, процедить. Пить по U_2 стакана 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Использовать тампоны (по 24 часа) с составами: каша крапивы двудомной с облепиховым маслом и прополисом; 1 часть мёда, 2 части воды. Курс: 15-20 дней. >

СКУДНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ ИЛИ ЗАДЕРЖКА НА НЕРВНОЙ ПОЧВЕ

РЕЦЕПТ № 1. Корень валерианы, трава зверобоя, цветки терновника — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по U_2 стакана 2-3 раза в день.

ТРИХОМОНАДНЫЙ КОЛЬПИТ

РЕЦЕПТ № 1. Вводить во влагалище по 20-25 г мёда, закладывая тампоном (можно на ночь). Курс: 10-15 дней.

РЕЦЕПТ № 2. Пить как чай заварку мартовской берёзовой или ольховой коры по U_2 стакана после еды 2 раза в день.

ЗЛОКАЧЕСТВЕННАЯ ОПОХУЛЬ МАТКИ

РЕЦЕПТ № 1. Бешеный огурец. *Настой:!* ст, ложку листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день. : ' *

РЕЦЕПТ № 2. Бузина красная. *Настой:* 1,ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 1 ст.ложке до еды 3 раза в.день.

ВАГИНАЛЬНЫЙ ЗУД . , .. /

- айва: пить по 50 мл сока 3-4 раза в день;
- спринцеваться глиняной водой: развести 1 ст. ложку глины на 1 стакан кипячёной воды.

РЕЦЕПТ № 1. В 0,5 л кипящего молока бросить растолчённый зубчик чеснока, настаивать до охлаждения, процедить. Использовать для спринцеваний.

РЕЦЕПТ № 2. Шалфей лекарственный. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 400 мл воды, кипятить 15 минут, процедить. Одну половину отвара выпить, вторую половину использовать для спринцеваний.

РЕЦЕПТ № 3. Вербена лекарственная. *Отвар:* 10 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, охладить, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день. Развести 20 мл отвара в 1 стакане воды и использовать для спринцеваний.

КАК СУЗИТЬ ВЛАГАЛИЩЕ

РЕЦЕПТ № 1. Сок лимона — 1 часть, мята — 1 часть, листья дуба — 2 части, вино — 10 частей. Смесь настаивать 7 дней в тёмном и тёплом месте и процедить. Тампоны, пропитанные этим составом, вводить во влагалище на 7-8 часов на Ночь.

ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ В МАТКЕ

РЕЦЕПТ № 1. Цветки алтея лекарственного — 3 части, свиное сало и скипидар — по 1 части. Перемешать и прикладывать к низу живота — снимет все-воспаление.

РЕЦЕПТ № 2. Алтей лекарственный. *Отвар:* 10 г корней залить 200 мл воды, варить 5-10 минут, процедить. Пить по 1-2 стакана 3 раза в день.

СПАЗМАТИЧЕСКИЕ ЯВЛЕНИЯ

РЕЦЕПТ № 1. Агарик лекарственный. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по U_3 стакана до еды 3 раза в день.

ОПУХОЛИ МАТКИ

РЕЦЕПТ № 1. Донник лекарственный. *Отвар:* 1,5 кг цветков залить 5 л воды, варить 10-15 минут, процедить. Принимать ванны с отваром и использовать в составе свечей ПРИ плотной ОПУХОЛИ.

РЕЦЕПТЫ? 2. Чернобыльник (или пижма). Сжечь целое растение вместе с корнем и золу использовать для тампонов при опухолевых узелках в матке.

ОТДЕЛЕНИЕ ПОСЛЕДА

РЕЦЕПТЫ? 1. Адиантум. *Отвар:* 10 г травы залить 100 мл воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

Альгоменорея

РЕЦЕПТЫ? 3. Валериана, хмель, буквица лекарственная, шлемник байкальский, клопогон даурский, мытник хохлатый, лобелия, перец, венерин башмачок (северная орхидея) — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана до еды утром и вечером. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТЫ? 2. Корни любистока. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{y}{3}$ стакана 4-5 раз в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТЫ? 3. Мята перечная. *Настой:* 3 ст. ложки травы залить 2 стаканами воды, настаивать 30 минут, процедить. Выпить в течение дня. Курс 3-4 недели.

Аменорея

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- необходимо принимать витамины группы В и витамин С.

РЕЦЕПТЫ? 1. Шелуха лука. *Отвар:* 2 кг.шелухи залить 3 л воды, кипятить на тихом огне до появления тёмно-красного цвета, процедить. Принимать по утрам по 1-2 стакана до еды, пока не закончится весь отвар.

Амеома

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- пить сок красной свёклы: не менее 100-150 мл в день (курс: 1 месяц);
спринцеваться собственной мочой, задерживая её во влагалище на какое-то время, или ставить тампоны, пропитанные собственной мочой;
- тампоны с мёдом вводить во влагалище в дневное время на 2-3 часа и на всю ночь.
Курс: 1 месяц;
- пить чай из листьев и плодов малины обыкновенной.

РЕЦЕПТЫ? 1. Глиняные ванны из расчета 2 стакана глины на ведро тёплой воды. Принимать сидячую ванну 30-40 минут, желательно утром и вечером. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТЫ? 2. Стручковый перец, чеснок, петрушка — по 1 ст. ложке. *Настойка:* залить смесь 2 стаканами водки, настаивать 14 дней, процедить. Принимать по 1 ч. ложке перед едой 3 раза в день. Курс: 4-5 недель.

РЕЦЕПТЫ? 3. Кора белой ивы, чеснок, ягоды боярышника — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 2 часа/процедить. Пить утром по 100-150 мл до еды.

РЕЦЕПТЫ? 4. Корень горечавки, котловник лимонный, восковница, желтокорень, корень окопника, щавель, зверобой, вербена лекарственная, ослинник, василёк — по 1 ст. ложке. *Отвар:* смесь высыпать в стальную кастрюлю, залить 1 л кипятка, кипятить на тихом огне 10 минут, настаивать 10 часов, процедить. Добавить 250 мл кипятка, вскипятить, процедить и вылить в термос. Принимать утром и вечером перед едой по 60 мл отвара с 60 мл воды. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТЫ? 5. Эхинацея пурпурная. *Отвар:* 2 ст. ложки корней заварить в 1 л воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 50 мл утром и вечером.

РЕЦЕПТЫ? 6. Виноград, скользкий вяз, золотой корень, жёлтый щавель, коровяк, алтей, корень окопника — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке за 15 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

Бели

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- подмываться 3-4 раза в день тёплым раствором марганцовки 1:10 000;
 - спринцеваться 3-4 раза в день отваром манжетки обыкновенной;
 - спринцеваться отваром ромашки аптечной;
 - пить чай из листьев земляники;
 - пить отвар дикой гречихи вместо чая;
 - пить сок цветков акации: по 1 ч. ложке 3 раза в день (курс: 3 недели);
- «> при хронической, форме ставить влагалищные тампоны из 2%-ного раствора азотнокислого серебра.

РЕЦЕПТЫ? 1. Бессмертник песчаный. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Выпить в течение дня. Этим же отваром спринцеваться 2-3 раза в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТЫ? 2. Дубовая кора. *Настой:* 3 ст. ложки сухой коры залить 2 стаканами кипятка, настаивать 2-3 часа, процедить. Спринцеваться 2 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Сосновые иглы. *Отвар:* 3 стакана игл залить 3 л воды, кипятить 10-15 минут, вылить в ведро с водой. Принимать сидячие ванны 2-3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТЫ? 4. Плющ обыкновенный. *Настой:* $\frac{x}{2}$ ч. ложки растения залить 1 стаканом кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Выпить в течение дня. Курс 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 5. Лист алоэ 3-5-летнего возраста. Листья срезать и сушить 5 дней, затем 500 г сырья пропустить через мясорубку и добавить 500 г мёда и 500 мл красного вина, настаивать 5 дней. Принимать по 1 ч. ложке 2 раза в день утром и вечером за 1 час до еды, пока не закончится вся смесь.

РЕЦЕПТ № 6. Трава тысячелистника, лист шалфея, лист розмарина — по 20 г, кора дуба — 40 г. *Отвар:* весь сбор залить 3 л воды, кипятить 30 минут, процедить. Спринцеваться 2 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 7. Спорыш — 5 г, крапива — 3 г, кора дуба — 1 г, ромашка — 1 г. *Отвар:* 2 ст. ложки сбора залить 1 л воды, кипятить 5 минут, процедить. Спринцеваться и делать тампоны.

РЕЦЕПТ № 8. Ввести глубоко во влагалище 20-25 г мёда и вложить тампон. Держать днём по 1-2 часа и ставить на ночь. Курс 10-15 дней.

Бесплодие

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- . каждый вечер пить сок айвы: по 1-2 ст. ложки;
- смесь из соков моркови, облепихи, черники (20 частей) и мумиё (1 часть); пить утром натощак и перед сном (курс: 25-28 дней);
- принимать сок подорожника: по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Кукушкин цвет (горичвет), собранный во время цветения в утреннее время, когда высохла роса. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 200 мл кипятка и настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТЫ? 2. Грушанка круглолистная (дикий ладан, лесная яблонька). *Настойка:* 50 листьев и стеблей растения настаивать на 0,5 л водки 14 дней, процедить. Пить по 30-40 капель, запивая водой, 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Спорыш (горец птичий). *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить без ограничений. Курс: 1-3 месяца.

РЕЦЕПТЫ? 4. Ирис солелюбивый. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут и Процедить. Пить без ограничений. Курс: 1-3 месяца.

РЕЦЕПТЫ? 5. Женьшень, элеутерококк колючий, толокнянка, овёс, ромашка, василёк/конопляное и тыквенное семя, солодка, хвощ полевой, кукурузные рыльца, туя, чёрная бузина, плаун, любисток — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером. При этом прикрепить янтарь на низ живота, а на шею носить янтарный кулон или бусы.

РЕЦЕПТЫ? 6. Полынь, корень девясила, дымянка — по 1 части, кукурузные рыльца, корень ревеня, мелисса, душица, софора японская, корень барбариса — по 2 части, крапива, тысячелистник, корень касатика, корень белого пиона, донник белый, корень солодки — по 3 части. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить в термосе 3 стаканами кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по 150 мл 4 раза в день.

Советы из далёкого прошлого

- ~ 1 % Каждый день выпивать по 1 стакану молока кобылы. Курс: 2-3 месяца.

Вагинит (кольпит)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- подмываться марганцовкой, разведённой в соотношении 1:10 000;
- прикладывать к низу живота лепёшки из глины, замешенные на моче;
- облепиховое масло: использовать на тампонах 3-4 раза в день и на ночь (курс: 8-12 дней).

РЕЦЕПТ № 1. Грушанка круглолистная. *Настойка:* 50 г листьев и стеблей растения залить 0,5 л водки, настаивать 14 дней, процедить. Пить по 30-40 капель 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Анис обыкновенный. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Выпить за день.

РЕЦЕПТ № 3. Цветки алтея — 3 части и свиное сало — 7 частей. Прикладывать смесь к низу живота на 20-30 минут 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Смесь: 3 мл спирта и 100 г сливочного масла. Использовать на тампонах 1 раз в сутки.

РЕЦЕПТ № 5. Тампоны с раствором мумиё: 0,2 г на 1 стакан воды, вводить на 1-2 часа днём и на ночь.

РЕЦЕПТ № 6. Ромашка аптечная. *Настой:* 1 ч. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Использовать тёплый настой для подмываний.

РЕЦЕПТ № 7. Сделать тесто из муки грубого помола: замесить на яблочном уксусе с добавлением 1-2 ст. ложек-мёда. Наложить компресс на чисто вымытое тело, накрыть марлей и тепло укутать. Держать по 2-3 часа 2-3 раза днём и всю ночь.

РЕЦЕПТ № 8. Календула лекарственная. *Настой:* 1 ч. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Использовать для спринцеваний 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 9. Кора дуба. *Отвар:* 500 г измельчённой коры залить 3-4 л воды, кипятить 30 минут, процедить. Использовать для ванн.

Воспаление придатков, эндометрит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- делать присыпку измельчённым в порошок корневищем бадана;
- использовать тампоны с облепиховым маслом 3-4 раза в день по 2 часа, процедить.

РЕЦЕПТ № 1. Грушанка круглолистная. *Настойка:* 50 г листьев и стеблей растения залить 0,5 л водки, настаивать 14 дней, процедить. Пить по 30-40 капель 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Есть цветочный мёд — 30 г на завтрак, 40 г в обед, 30 г на ужин, подолгу задерживая его во рту. Смазывать шейку матки и влагалище мёдом, вводить тампоны на 2-3 часа по 2-3 раза в день и на ночь. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Тампоны с раствором мумиё: 0,2 г на 1 стакан воды, вводить 3-4 раза днём и на ночь.

РЕЦЕПТ № 4. Тёрн колючий. *Отвар:* 5 г корней или коры терна, залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут, процедить. Спринцеваться, разбавив тёплой водой в равных частях.

РЕЦЕПТ № 5. Цветки алтея или розы — 3 части, свиное сало — 7 частей, скипидар — 1 часть. Прикладывать смесь на повязке к низу живота на 2-3 часа 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Трава полыни — 5 частей, трава вероники — 5 частей, цветки ромашки — 5 частей, трава донник — 1 часть. *Настой:* 5 ст. ложек смеси заварить 1 л кипятка, настаивать 25 минут, процедить. 0,5 л горячего настоя выпить на ночь, 300 мл использовать для спринцевания, 150 мл ввести в прямую кишку и лечь на бок. Курс: 2 месяца, сначала несколько дней, затем 2-3 раза в неделю.

Дисменорея

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- плоды дикого арбуза: по 300-500 г в день. .

РЕЦЕПТ № 1. Окопник, имбирь, перец, желтокорень, чеснок — по 2 части, элеутерококк — 3 части. *Отвар:* 2 ст. ложки сбора залить 1 стаканом воды, кипятить 7-10 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1-2. ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Голубая вербена. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 2-3 раза в день. *

Киста яичника

РЕЦЕПТ № 1. Мёд. Использовать на тампонах: вводить внутрь на 2-3 часа днём и на ночь.

РЕЦЕПТ № 2. Чистотел большой. Спринцеваться соком утром и вечером, используя по 0,5 л раствора: 10 г сока на 100 мл кипяченой тёплой воды.

РЕЦЕПТ № 3. Прикладывать к низу живота лепёшки из глины, замешенные на моче, по 40-50 минут 3-4 раза в день и спринцеваться глиняной водой: 1 ст. ложку глины развести в 1 стакане тёплой воды.

Атония матки

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- спринцеваться собственной Мочой;
- тампоны с мёдом 2-3 раза в день вводить во влагалище на 1-2 часа, можно оставлять на ночь (курс 1-3 недели).

РЕЦЕПТ № 1. Листья гвоздики. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить По 1 ст. ложке 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТЫ? 2. Мумиё. Спринцеваться раствором 2-3 раза в день: 0,3-0,5 г на $У_2$ стаканатюды. Одновременно принимать по 0,2 г мумиё. Курс: 2 недели, через 7 дней повторить.

Использовать тампоны 2-3 раза в день на 2 часа; мумиё — 1 часть и мёд — 10 частей. Курс: 2 недели.

РЕЦЕПТ И? 3. Сидячие ванны с глиняной водой: 2 стакана глины на 1 ведро тёплой воды. Находиться в ванне 25-30 минут по 2-3 раза в день.

Прикладывать на низ живота лепёшки из глины, замешенные на моче.

Воспаление шейки матки

РЕЦЕПТЫ? 1. Календула и крапива — в равных частях. *Настой:* 16 ст. ложек смеси залить 1 л кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Спринцеваться 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Веточки калины — 100 г и сыворotka — 600 мл. *Отвар:* залить веточки сывороткой, кипятить 10 минут, настаивать 1 ночь, процедить. Использовать тёплый отвар для спринцевания.

РЕЦЕПТЫ? 3. Смесь: 3 мл"спирта и 100 г сливочного масла. Использовать тампоны 1 раз в сутки.

РЕЦЕПТЫ? 4. Смазывать шейку матки цветочным мёдом: вводить по 20-30 г 3 раза в день на 2-3 часа и на ночь.

РЕЦЕПТ Ы? 5. Горец почечуйный. *Настой:* 20 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТЫ? 6. Барбарис обыкновенный. 1. *Настойка:* 1 часть листьев на 5 частей водки, настаивать 5 дней, процедить. Пить по 30^40 капель до еды 3 раза в день. 2. Барбарис обыкновенный. Кора с веточек, собранная осенью. *Настой:* 10 г измельченного сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 7. Тёрн колючий. *Отвар:* 5 г корней или коры тёрна залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут, процедить. Пить маленькими глотками без ограничений и спринцеваться, разбавив тёплой водой в равных частях.

РЕЦЕПТ Ы? 8. Мумие: по 0,2 г утром за 30 минут до еды. Курс: 25 дней. После перерыва в 10 дней курс повторить.

РЕЦЕПТЫ? 9. Бадан толстолистный. *Отвар:* 3 ст. ложки измельченного корня бада-на залить 1 стаканом кипятка, уварить наполовину, процедить. Пить по 30-40 капель 3 раза в день.

Средства для сокращения матки

РЕЦЕПТЫ? 1. Калина обыкновенная. 1. Пить сок зрелых плодов по 1 ст. ложке перед'едой 2-3 раза в день. 2. *Отвар:* 10 г коры вскипятить, залить 200 мл воды, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 2. Пастушья сумка. *Отвар:* 20 г сырья залить 200 мл воды, вскипятить, остудить, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Полынь обыкновенная. Собрать верхние листья во время цветения. *Настой:* 5 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день.

Опущение матки

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- пить по 100-150 мл сока айвы утром и вечером; делать клизмы и спринцеваться с густым отваром айвы.

РЕЦЕПТ № 1. Листья гвоздики. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20-30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Буквица лекарственная. *Отвар:* 3 ст. ложки травы залить 3 стаканами воды, кипятить 15 минут, процедить. Выпить в 4 приёма (за 1 час до еды) в течение дня.

- *РЕЦЕПТ № 3.* Клещевина обыкновенная. *Отвар:* 50 г травы залить 0,5 л воды, кипятить 15 минут, остудить, процедить. Спринцеваться 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Кора с веточек калины. *Отвар:* 3 ст. ложки измельчённой коры залить 2 стаканами кипятка, кипятить 10-15 минут, процедить. Спринцеваться 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Сок калины — 3 части, мёд — 1 часть. Накладывать смесь на тампоны и на ночь вставлять их во влагалище. Курс: не менее 15 раз.

РЕЦЕПТ № 6. Мелисса, донник лекарственный — по 100 г, душица, мать-и-мачеха обыкновенная — по 75 г. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Крапива двудомная. *Отвар:* 15 г травы залить 200 мл воды, кипятить 3-5 минут с закрытой крышкой, остудить, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 8. Курс лечения лимонами (см. статью «Атеросклероз», рецепт № 11). Одновременно необходимо употреблять глиняную воду: 2 ч. ложки глины залить 1 стаканом воды, выпить в течение дня.

Наружно: прикладывать глиняные примочки на живот и делать вагинальные промывания глиняной водой. Тампоны, смоченные такой водой, вводить во влагалище на 1 час.

^ ^ Л . Советы из далёкого прошлого



Сделать валик из холста (не более 2 вершков), обмакнуть его в густую сметану и, вставив в рукав матки (во влагалище), подвязать и носить долго.

Маточные кровотечения

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- земляника лесная: заваривать и пить как чай (1 дес. ложка на 1 стакан кипятка);
- крапива двудомная: пить сок свежих листьев по 1 ч. ложке за 20 минут до еды 3 раза в день, размешав в $\frac{1}{2}$ стакана воды (курс: 10 дней);
- виноград: принимать по 2-4 г порошка из сухих листьев 2-3 раза в день;
- есть ягоды терновника, калины, рябины, свежие груши.

РЕЦЕПТ № 1. Крапива, пастушья сумка, хвощ — По 10 г. **Настой:** 1 ч. ложку смеси залить 1 стаканом воды комнатной температуры, настаивать 8 часов, процедить и добавить $\frac{1}{2}$ стакана кипятка. Пить по 100 мл 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Жабник полевой. **Отвар:** 3 ст. ложки травы залить 2 стаканами воды, вскипятить, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 100 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Барбарис обыкновенный. 1. **Настой:** 10 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день. 2. **Настойка:** 10 г листьев на 500 мл водки, настаивать 5 дней. Принимать по 30-40 капель до еды 3 раза в день. 3. **Отвар:** 30 г корней или коры залить 1 стаканом воды, кипятить 15-20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке каждый час.

РЕЦЕПТ № 4. Калина обыкновенная. Кора, собранная весной. 1. **Отвар:** 10 г сырья залить 200 мл воды, вскипятить, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день. 2. **Настой:** 10 г ягод залить 100 мл воды, вскипятить, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Пустырник пятилопастный. **Настой:** 15 г верхних, листьев залить 200 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Родиола розовая. Корень, выкопанный осенью. **Настойка:** 1 часть сырья на 5 частей водки, настаивать 21 день. Принимать по 25-30 капель 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Шиповник. **Настой:** 20 г плодов залить 200 мл кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 50 мл утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 8. Гореч перечный, перец водяной — по 15 г сухой травы. **Настой:** сбор залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Яснотка белая. **Настой:** 1 ст. ложку цветущих верхушек залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 10. Тысячелистник, крапива — по 25 г. **Настой:** 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 100 мл за 1 час до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Лопух большой. Высушить корни двухлетнего растения. **Настой:** 5 г сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать в термосе 12 часов, процедить! Пить по 100 мл 4 раза в день. Курс: 1 месяц, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 12. Огуречные стебли с листьями (плети, огудина), собранные после уборки огурцов, мелко нарезать и промыть. *Отвар:* 50 г сырья залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать до охлаждения. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана через 30 минут после еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 14. Кедр. *Отвар:* 2 ст. ложки скорлупы орехов залить 1 л воды, кипятить на водяной бане 3 часа, процедить. Пить по 100 мл до еды 3 раза в день:

РЕЦЕПТ № 15. Апельсин. *Отвар:* корки с 6 апельсинов залить 1,5 л воды, уварить до 500 мл, добавить по вкусу сахар. Пить по 4 ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 16. Размешать 6 белков свежих яиц с U^2 ч. ложкой лимонной кислоты. Выпить такую смесь несколько раз.

РЕЦЕПТ № 17. Фиолетовые цветы астры. *Настой:* 1 ст. ложку лепестков залить U^2 стакана воды с мёдом, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{r}{3}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 18. Арника горная. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по 1 ч. ложке 5-6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 19. Герань луговая. 1. *Настой:* 30 г корней залить $\frac{P}{2}$ стакана кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 1 ст. ложке через каждые 2 часа. 2. Сок свежих листьев герани принимать по 20-30 капель каждые 2 часа. 3. *Отвар:* 4 свежих корня положить в 1 л кипящей воды, кипятить 20 минут, процедить. Использовать для спринцеваний.

РЕЦЕПТ № 20. Ива белая. *Настой:* 1 ст. ложку коры залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 6 часов, процедить. Пить по 1 ст. ложке через 30 минут после еды.

РЕЦЕПТ № 21. Конский щавель. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 3 стаканами холодной воды, кипятить 15 минут, процедить. Половину отвара выпить в течение дня, вторую половину использовать для спринцеваний: по 3-5 минут 2-3 раза в день.

При маточном кровотечении можно использовать любые рецепты, которые применяются при желудочном кровотечении.

КРОВОТЕЧЕНИЕ ПОСЛЕ АБОРТА

РЕЦЕПТ № 1. Бадан толстолистный. 1. Делать присыпки порошком из корней растения. 2. *Отвар:* 3 ст. ложки корней залить 1 стаканом кипятка, уварить до половины объёма жидкости, процедить. Пить по 30 капель 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Земляника лесная. *Отвар:* 1 ст. ложку ягод и листьев залить 1 стаканом воды, кипятить 15-20 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Пить соки ежевики, щавеля, черемухи или ревеня по $\frac{r}{2}$ стакана 5 раз в день с добавлением отвара из ягод, земляники.

Полипоз матки

РЕЦЕПТ III 1. Тысячелистник обыкновенный. *Отвар:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом молока, вскипятить, настаивать 15-20 минут, процедить. Добавить 1 ст. ложку мёда и 1 ст. ложку сливочного масла и выпить в 2 приёма.

РЕЦЕПТ № 2. Ель обыкновенная. Побеги, собранные в сентябре. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать как чай, процедить. Пить вместо чая по U_2 стакана в день.

Миома матки

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- мать-и-мачеха: делать компрессы с соком травы;
- примочки с сахарным песком;
- на низ живота прикладывать лепёшку из глины, замешенную на моче, на 30 минут 2-3 раза в день (курс: 2 недели);
- «жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 1. Лопух большой. *Настой:* 5 г измельчённого сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 12 часов, процедить. Пить по 100 мл 4 раза в день. Курс: 1 месяц, через месяц повторить, для закрепления эффекта можно повторить курс через 10 дней.

РЕЦЕПТ № 2. Льняное семя. *Настой:* 1 часть истолчённых семян на 30 частей кипящей воды (или 2 ч. ложки семян залить 1 стаканом кипятка), взбалтывать 15 минут, затем процедить через плотную материю. Пить по кофейной чашке 3 раза в день. Курс: 15 дней.

РЕЦЕПТ № 3. Смесь соков: картофельного, морковного и свекольного — в равных частях. Пить по 1 стакану в день за 30 минут до еды. Курс: 2 недели. Сок свёклы предварительно отстаивать в течение 3-4 часов.

РЕЦЕПТ № 4. Конопля посевная. *Отвар:* 20 г семян залить 200 мл воды, вскипятить, остудить, процедить. Пить по 100 мл 3 раза в день. Курс: 15 дней.

РЕЦЕПТ № 5. Душица, календула, кровохлёбка, тысячелистник — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 60 минут, процедить. Настой подсолить: 1 ч. ложка соли на 1 стакан настоя. Длительность спринцевания 5—10 минут.

РЕЦЕПТ № 6. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 7. Туя западная. *Настой:* 20 г сушеных побегов залить 1 л кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Принимать по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Календула, пастушья сумка, пустырник, зверобой — по 2 части, чистотел — 3 части. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Сок алоэ — 50 мл (лист 5 лет), мёда из разнотравья — 50 г, корень аира — 2 ч. ложки. Все перемешать, настаивать 5 дней. Принимать по 1 ст. ложке за 1 час до еды 3-4 раза в день.

Молочница

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- пить сок сырой моркови с мёдом;
- есть пареную репу с мёдом.

РЕЦЕПТ Ш 1. Настурция лекарственная. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, варить 30 минут, добавить 1 ч. ложку мёда. Спринцеваться по 3-5 минут 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Черёмуха. *Отвар:* 3 ст. ложки ягод залить 2 стаканами воды (лучше кваса), вскипятить, настаивать 10-15 минут, процедить. Подсластить мёдом и выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3. Использовать свечи «Пимафуцин»: максимум 6-9 свечей; таблетки Пимафуцин: принять 4 таблетки в течение дня. Курс: 5 дней.

Эндометриит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- использовать вагинально тампоны с мёдом по 1 часу 2-3 раза в день и на ночь.

РЕЦЕПТ № 1. Горечавка жёлтая, ягоды черники, кошачья мята, жёлтый шавель, смола мирры, пажитник, окопник, желтокорень, зверобой, голубая вербена, корень стародубки, ягоды лавра, ирландский мох, ослинник, колючий ясень, девясил — в равных частях. Составить сбор из 5-7 растений. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, отварить на водяной бане 30 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

Для снятия боли принимать малые, дозы мухомора. Шляпки мухомора без ножек плотно уложить в трёхлитровую бутылку, закрыть пробкой, закопать в землю на глубину 1 м на 40 дней. Полученную массу процедить через 3-4 слоя марли. Начинать лечение с приёма 1 капли в день (запивать водой), увеличивая, ежедневно дозу на 1 каплю, довести её до 20-30 капель. Курс: 1-2 месяца, через 10 дней повторить.

Закупорка вен (тромбофлебит)

РЕЦЕПТ № 1. Морковь. 1. Отвар ботвы пить как чай. 2: *Настойка:* 20 г ботвы на 100 мл водки, настаивать 7 дней, процедить. Делать компрессы.

РЕЦЕПТ № 2. Сирень обыкновенная. Парить ноги, обложив их свежими листьями сирени (листья покрываются выделениями из ран, и ноги заживают), 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Обмазывать ноги глиняным тестом, замешанным на моче, на 30-40 минут 2-3 раза в день. Курс: 3-4 недели.

Злокачественные опухоли в ранней стадии

РЕЦЕПТ № 1. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 2. Чистотел большой. Пить по 1 ст. ложке сока 2 раза в день.

ОПУХОЛЬ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

РЕЦЕПТ № 1. Делать припарки толчёной чечевицей 4-5 раз в день. . .

ОПУХОЛЬ ГОРЛА

РЕЦЕПТ № 1. Чечевица. *Отвар:* 1,5 ст. ложки залить 1 стаканом воды, варить 3-5 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить без ограничений.

ОПУХОЛЬ ПЕЧЕНИ, СЕЛЕЗЁНКИ, ЖЕЛЕЗ

РЕЦЕПТ № 1. Дикий арбуз: есть по 300-500 г мякоти в день.

ОПУХОЛЬ МАТКИ

РЕЦЕПТ № 1. Бешеный огурец. *Отвар:* 1 ст. ложку листьев залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке до еды 3-4 раза в день.. \

РЕЦЕПТ № 2. Бузина красная. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

УПЛОТНЕНИЯ в ТЕЛЕ

РЕЦЕПТ № 1. Вошина, полынь, водка — приготовить в виде кашицы. Приложить к больному месту, накрыть чистой марлей и оставить на ночь. Делать, пока уплотнение не рассосётся.

Травматическое защемление нерва

РЕЦЕПТ № 1. Топлёная вошина, оливковое масло — в равных частях. Смешать до консистенции мази. Накладывать на пластырь из хлопчатобумажной ткани и прикреплять к больному месту.

Заболевания мочевого пузыря

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- морковный сок: принимать по 100-120 мл утром и вечером;
- сок клюквы: пить по 50-70 мл 3 раза в день (курс: 2-3 недели);
- принимать ванны с отварами хвоща полевого, овсяной соломы, сенной трухи.

РЕЦЕПТ № 1. Можжевельник обыкновенный. Есть ягоды можжевельника: начать с 1 ягоды в день, увеличивать ежедневно на 1 ягоду, дойти до приёма 50 шт. в день.

РЕЦЕПТ Ш. 2. Лист берёзы, толокнянка, кукурузные рыльца, корень солодки — по 10 г, корень пырея — 20 г. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 15 минут, процедить. Принимать по 1 стакану в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Корень алтея, лист толокнянки, трава вероника — по 10 г, лист шалфея — 20 г, хвощ полевой — 40 г. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 15 минут, процедить. Пить маленькими глотками в течение дня.

РЕЦЕПТ № 4. Грыжник, плоды петрушки — по 20 г, лист толокнянки — 60 г. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 15 минут, процедить. Пить маленькими глотками в течение дня.

РЕЦЕПТ Ы? 5. Корень любистка, плоды петрушки, лист берёзы — по 10 г, ягоды можжевельника — 25 г. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 15 минут, процедить. Принимать по 1 стакану в день.

РЕЦЕПТ Ы? 6. Цветки василька обыкновенного, корень солодки — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ Ы? 7. Корень валерианы, лист Melissa — по 2 части, лапчатка гусиная, трава руты — по 3 части. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Тёплый настой выпить сразу после приготовления.

РЕЦЕПТЫ? 8. Ольховая кора. *Отвар:* 15 г коры залить 200 мл кипятка, варить 30 минут, процедить. Пить как чай по $\frac{1}{2}$ стакана после еды 2 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 9. Грушанка круглолистная (см. статью «Цистит», рецепт № 10).

РЕЦЕПТЫ? 10. Василёк синий» *Настой:* 10 г цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20-25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана после еды. Курс: 3-5 недель.

РЕЦЕПТЫ? 11. Ромашка аптечная. *Настой:* 20 г цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить тёплый настой по $\frac{1}{2}$ стакана до еды.

РЕЦЕПТЫ? 12. Лесные желуди — 10 г, дикий каштан — 1 плод. Размолоть в порошок, добавить 0,5 л красного вина, довести до кипения, добавить 50 г сухой череды, 30 г размолотого прополиса, настаивать 1 сутки в глиняной посуде, добавить 20 г цветочной пыльцы и ещё раз довести до кипения. Не процеживая, Остудить. Перед употреблением взбалтывать, пить по 1 ст. ложке 5-6 раз в день.

РЕЦЕПТЫ? 13. Аир болотный. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 стакану за 30 минут до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 14. Плоды аниса и петрушки — по 5 г, трава пастушья сумка, плоды одуванчика — по 2 г. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить 10-15 минут, процедить. Пить по 1 стакану утром во время завтрака и вечером за ужином.

РЕЦЕПТ № 15. Берёза. *Настой:* 2 ст. ложки листьев залить 0,5 л кипятка, добавить Уз ч. ложки пищевой соды, настаивать 1 час, процедить, Пить по У₄ стакана до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 16. Спорыш, плоды можжевельника, лист брусники — по 10 г, трава золотарник, хвощ полевой — по 20 г. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить утром и вечером до еды по 1 стакану. Курс: 8 недель, через 2 недели повторить.

РЕЦЕПТ № 17. - Кукурузные рыльца или плодоножки черешни (или вишни). Заваривать и пить как чай утром натощак и несколько раз в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 18. Молочай лозный. Собрать траву во время цветения. *Отвар:* 20 г травы залить 1,5 л кипятка, кипятить 15-20 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 19. Крапива глухая. *Настой:* 15 г цветущих верхушек залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 20. Чёрная смородина. *Настой:* 1 ст. ложку листьев заварить 2 стаканами кипятка, настаивать 6 часов, процедить. Пить по У₂ стакана 4 раза в день.

ЦИСТИТ

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- пить! морковный сок по 70-100 мл 3 раза в день;
- есть ягоды облепихи.

РЕЦЕПТ № 1. Шишки хмеля. *Отвар:* 10 г измельчённых шишек залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Хвощ полевой. 1. *Отвар:* 50 г травы залить 3 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по У₂ стакана 3-4 раза в день. 2. 20 г травы на 100 мл 96%-ного-спирта настаивать 7 дней, процедить.. Принимать по 20-25 капель перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Веточки облепихи. *Отвар:* 10 г измельчённых веточек залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, процедить. Пить без ограничений.

РЕЦЕПТ № 4. Кора дуба. *Отвар:* 1 ч. ложку измельчённой коры залить 2 стаканами воды, настаивать 8 часов, кипятить 3-5 минут, процедить. Смешать с красным вином. Пить по у² стакана смеси 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Шиповник. *Отвар:* 2 ст. ложки измельчённых корней залить 1 стаканом кипятка, кипятить 15 минут, настаивать 2 часа, процедить. Пить по У₂ стакана перед едой 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Тысячелистник обыкновенный. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 50 мл 4 раза в день до еды.

РЕЦЕПТ № 7. Плоды рябины — 3 части, трава брусники — 1 часть. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать в тёплом месте 4 часа, процедить. Пить по U_2 стакана за 30 минут до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 8. Пырей болотный. *Настой:* 2 ст. ложки корневищ залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 12 часов в прохладном месте, процедить. Пить по u^2 стакана 4 раза в день; "

РЕЦЕПТ № 9. Трава адониса, плод тмина, цветки бузины, плоды фенхеля — по 1 части; плоды можжевельника, плоды петрушки — по 3 части. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды и настаивать 6 часов, кипятить 15 минут, процедить. Пить по 50 мл 4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 10. Грушанка круглолистная. *Настойка:* 50 г листьев и стеблей растения залить 0,5 л водки, настаивать 14 дней, процедить. Пить по 30-40 капель 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Плоды аниса, пастушья сумка — по 20 г, плоды можжевельника, лист толокнянки, корень стальника полевого, корень одуванчика — по 30 г, петрушка — 40 г. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами холодной кипячённой воды, настаивать 6-8 часов, кипятить 5-7 минут, процедить. Пить тёплый отвар по 70-100 мл 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 12. Плоды шиповника, плоды можжевельника, лист берёзы, трава марена красильная — по 40 г. *Настой:* 14 ст. ложек сбора залить 3 л кипятка, настаивать 1-1,5 часа, процедить. Пить по 70—100 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 13. Чернобыльник. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Добавить к отвару 100 г ржаной **муки**, сделать жидкое тесто и обложить область мочевого пузыря на ночь. Курс: 1-3 дня. Во время курса лечения пить отвар желудей. *Отвар:* 1 ст. **лОЖКУ** измельчённых желудей залить 1 стаканом воды, варить 3-5 минут, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по \gg 1 ст. ложке 3 раза в день. .

Мочекаменная болезнь

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- полный покой, никаких резких движений, не поднимать тяжестей;
- употреблять молочные продукты, лимоны; исключить спиртное, обильное питье по 2-3 л в день для облегчения выхода песка и камней;
- после каждого мочеиспускания пить по 150-200 мл тёплого отвара;
- приём отваров трав лучше начинать в период обострения болезни, уже в первые дни после начала приёма отваров улучшается общее состояние больного;
- сильные мочегонные травы нужно принимать только в составе сборов.

РЕЦЕПТЫ? 1. Бессмертник песчаный. *Настой:* 10 г цветков залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 2-3 стакана в день за 30 минут до еды.

РЕЦЕПТЫ? 2. Принимать каждый день настойку **лука**. Заполнить наполовину бутылку нарезанным луком и залить сверху полностью водкой, настаивать в тёплом месте или на солнце 10 дней, процедить. Пить по 1-2 ст. ложки перед едой 3-4 раза в день; • -'

РЕЦЕПТ № 3. Хрен обыкновенный. *Настой:* 1 ст. ложку растертого хрена залить 1 стаканом кипящего молока, настаивать 5-10 минут в тёплом месте, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 4. Ягоды рябины — 3 кг, сахар — 2 кг. Прокипятить, настаивать до охлаждения. Пить сироп по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Полынь, хвощ, укроп — по 10 г, лист толокнянки, семена моркови — по 15 г. *Отвар:* 12 г смеси залить 2 стаканами воды, настаивать в прогретой духовке 12 часов, кипятить 5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана через час после еды.

РЕЦЕПТ № 6. Бессмертник — 15 г, корень ревеня — 10 г, тысячелистник — 25 г. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Шиповник, корень стальника, трава адониса, плоды можжевельника — по 25 г. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1 час, процедить. Выпить 2 стакана в течение дня.

РЕЦЕПТ № 8. Цветки пижмы, хвощ полевой — по 10 г, репешок обыкновенный, лист брусники, корень аира, корень пырея — по 20 г. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1,5 часа, процедить. Пить по 1 стакану во время еды утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 9. Трава дрока, лист брусники, плоды можжевельника — по 15 г, хвощ полевой — 30 г. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1,5 часа. Пить утром и вечером по 1 стакану.

РЕЦЕПТ № 10. Чёрная смородина. *Настой:* 1 ст. ложку листьев заварить 2 стаканами кипятка, настаивать 6 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Шиповник. Корни, выкопанные осенью, просушить 2 дня на свежем воздухе. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 45 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 1 раз в день.

РЕЦЕПТ № 12. Лист лаванды колосковой, лист чёрной смородины, лист берёзы, трава будра плющевидная, плоды можжевельника, шишки хмеля, лепестки розы — по 10 г, лист толокнянки, лист подорожника, лист крапивы — по 20 г, трава спорыш, василёк синий — по 30 г, семя льна — 40 г, плоды земляники, побеги хвоща полевого, бутоны белой акации — по 60 г, трава донника — 50 г, пастушья сумка — 15 г. Мржно составить сбор при отсутствии каких-то компонентов, точно соблюдая указанный вес. *Настой:* 10 г смеси залить 750 мл кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить тёплый настой по 150 мл утром и вечером. При выходе камня дозу уменьшить до 5-6 г на 500 мл кипятка. Этот сложный состав при длительном употреблении (в течение года) не только снимает боли и способствует выходу камней, но и предупреждает возможность осложнения инфекции.

ОКСАЛАТНЫЕ КАМНИ

- употреблять яблоки, груши, айву, отвары листьев грушевого дерева, листьев чёрной смородины, листьев винограда;

- сок белокочанной капусты: по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день (курс: 1 месяц);
- употреблять чечевицу, репу, спаржу, абрикосы, персики, кизил;
- исключить продукты с высоким содержанием щавелевой кислоты: щавель, свёклу, картофель, бобы, ревень, петрушку, сливу, землянику, крыжовник, чай, кофе, какао, шоколад.

УРАТНЫЕ КАМНИ

- исключить из диеты печень, почки, язык, телятину, цыплят;
- мясо и рыбу употреблять только в отваренном виде 2-3 раза в неделю;
- исключить из диеты горох, бобы, фасоль, алкоголь, пиво, вино;
- употреблять молоко, икру, картофель, сыр, яйца, морковь, белый и чёрный хлеб, гречневую, перловую, рисовую, пшённую, овсяную крупы.

РЕЦЕПТ № 1. Хвощ, овёс посевной, лобелия, лист окопника — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день, на ночь выпивать 1 стакан чая с молоком или лимоном..

РЕЦЕПТ № 2. Шиповник. *Настой:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

Комплексный метод лечения мочекаменной болезни

ОЧИЩЕНИЕ МОЧЕВЫДЕЛИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

РЕЦЕПТ № 1. Подорожник, мякоть цитрусовых плодов, мята перечная, чеснок, люцерна, пажитник, скользкий вяз, имбирь, корень лопуха, алтей, скорлупа чёрного грецкого ореха, лист малины, тыквенное семя, корень одуванчика, толокнянка, эхинацея пурпурная, алоэ, кукурузные рыльца, перец, гвоздика. Составить сбор из 5-7 перечисленных растений. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами воды, варить в течение 3-5 минут, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана утром и вечером, запивая водой. Курс: 1-2 месяца.

СРЕДСТВА, РАЗМЯГЧАЮЩИЕ КАМНИ

РЕЦЕПТ № 1. Алоэ. Заполнить литровую банку листьями до половины, засыпать сахаром, обвязать марлей, настаивать 3 дня, процедить, отжать. Принимать по 1 ч. ложке до еды утром и вечером. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Желтокорень, алтей, имбирь, ягоды можжевельника, толокнянка, лобелия, петрушка, семечки арбуза — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и днём, запивая водой. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Толокнянка, ягоды можжевельника, кукурузные рыльца, петрушка, клюква, семечки арбуза, золотарник — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 4. Гортензия. *Настой:* 20 г травы залить 200.мл кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке утром и днём. Курс: 21 день.

СТИМУЛЯЦИЯ ФУНКЦИИ ПОЧЕК

РЕЦЕПТ № 1. Лопух большой. *Отвар:* 15 г корней залить 200 мл воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Пить по U_4 стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Овёс посевной, хвощ полевой, лобелия, окопник — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 200 мл воды, вскипятить, настаивать 30 минут, процедить. Пить по U_3 стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТЫ? 3. Люцерна. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Пить по U_2 стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

СТИМУЛЯЦИЯ ИММУННОЙ СИСТЕМЫ И ВИТАМИННО-МИНЕРАЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС

- цветочная пыльца: принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день (курс; 1 месяц).

РЕЦЕПТЫ? 1. Эхинацея пурпурная. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по U_2 стакана утром. Курс: 1,5-2 месяца.

РЕЦЕПТЫ? 2. Солодка голая. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по U_2 стакана утром. Курс: 1,5-2 месяца.

РЕЦЕПТЫ? 3. Эхинацея пурпурная, чеснок, желтокорень, прополис, мята перечная, гвоздика — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 1 ст. ложке 4 раза в день со стаканом воды. Курс: 1 месяц.

СРЕДСТВА АЙТИОКСИДАНТЫ

- сок белокачанной капусты: пить по $\frac{1}{r}$ стакана 3 раза в день (курс: 1 месяц);
- сок грейпфрута: пить по 50-70 мл утром и вечером (курс: 1 месяц).

УЛУЧШЕНИЕ МИКРОЦИРКУЛЯЦИИ

- рыбий жир: принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день (курс: 2 месяца).

РЕЦЕПТЫ? 1. Стручковый перец — 1 часть, имбирь — 2 части, ягоды боярышника — 3 части, мята перечная — 4 части. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 400 мл кипятка, настаивать 50-60 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день. Курс: 1,5-2 месяца.

Мочегонные средства

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- калина: пить сок плодов по 1 ст. ложке до еды 2-3 раза в день;
- липовый чай: пить в неограниченных количествах.

РЕЦЕПТЫ? 1. Бессмертник песчаный. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 25 минут, процедить. Пить по U_2 стакана тёплого отвара за час до еды 3 раза в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Толокнянка обыкновенная. *Отвар:* 30 г листьев залить 0,5 л воды, кипятить 15 минут на тихом огне, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Земляника лесная. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 20 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 4. Анис обыкновенный. *Настой:* 10 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Берёза. 1. *Настой:* 5 г листьев, собранных во время цветения, залить 1 стаканом кипятка, охладить, процедить. Пить по 100 мл 2 раза в день. 2. Пить берёзовый сок перед едой по 2-3 стакана в день.

РЕЦЕПТ № 6. Горец почечуйный. Верхние листья, собранные во время цветения. *Настой:* 20 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 7. Жостер слабительный. *Настой:* 20 г плодов залить 200 мл кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана на ночь.

РЕЦЕПТ № 8. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 15 г сырья залить 200 мл воды, кипятить 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 9. Одуванчик лекарственный. *Отвар:* 5 г корней залить 200 мл кипятка, вскипятить, настаивать 20 минут, охладить, процедить. Пить по 50 мл за 30 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 10. Шалфей лекарственный. *Настой:* 5 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 20-30 мл через каждые 4 часа.

РЕЦЕПТ № 11. Толокнянка обыкновенная. *Отвар:* 10 г листьев залить 200 мл воды, вскипятить, процедить. Пить по 1 ст. ложке 5-6 раз в день.

Затруднённое мочеиспускание

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- свинина: пить бульон без ограничений;
- подорожник: принимать истолчённые семена до 6 г в день;
- калина: съедать по 25-30 ягод в день.

РЕЦЕПТ № 1. Берёзовые почки. *Настой:* залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Выпить за один приём. Курс: 10-15 дней.

РЕЦЕПТ № 2. Абрикосы. 1. Пить сок свежих плодов по 70-100 мл между приёмами пищи 5-7 раз в день. 2. *Настой кураги:* 100 г сырья залить 1 л кипятка, настаивать 6 часов, укутав. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3. Шиповник. *Отвар:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Арбуз. Срезать тонкий слой зелёной корки арбуза, мелко нарезать и высушить. Есть перед едой по 5 г 3 раза в сутки, запивая медовой водой (Уз ч. ложки мёда на $\frac{1}{2}$ стакана воды).

РЕЦЕПТ № 5. Клевер красный. *Настой:* 2 ст. ложки цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, охладить, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Резеда жёлтая. Принимать порошок листьев по $\frac{4}{4}$ ч. ложки 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Бессмертник песчаный. *Настой:* 3 ч. ложки цветков залить 0,5 л холодной воды, настаивать 8 часов, процедить. Пить в течение дня за 30 минут до еды.

РЕЦЕПТ Л^с 8. Цветки липы, плоды малины — по 1 ст. ложке. *Отвар:* сбор залить 400 мл воды, вскипятить, настаивать до охлаждения, процедить. Пить горячий отвар на ночь по 1 стакану.

РЕЦЕПТ Ш 9. Мумиё. Пить по 0,2 г утром натощак и перед сном. Курс: 28 дней, через 10 дней повторить.

Заражение крови

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ: *

- * лебеда: заваривать и пить как чай;
- почки чёрной смородины: заваривать и пить как чай;
- морковный сок: пить без ограничений.

РЕЦЕПТ № 1. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

Советы из далёкого прошлого



Облить горячей водой сенную труху, выложить её на холст и обвязать им больного. Вытягивает инфекцию.

Заболевания лёгких

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- * порошок яичной скорлупы: принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Медуница лекарственная. *Настой:* 2 ст. ложки листьев залить 2 стаканами кипятка, настаивать 15 минут, процедить, добавить по вкусу мёд. Пить в течение дня маленькими глотками.

РЕЦЕПТ № 2. Мать-и-мачеха обыкновенная: *Настой:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 4-6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 3. Медуница, мать-и-мачеха, подорожник, корень солодки, фиалка душистая — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды комнатной температуры, настаивать 2 часа, кипятить 3-5 минут, остудить, процедить. Пить маленькими глотками в течение дня.

Заноза

РЕЦЕПТ № 1. Смазать густо дёгтем кожу вокруг занозы, через 15-20 минут её конец появится над кожей, так что его можно будет захватить и вытащить.

РЕЦЕПТ № 2. Лебеда раскидистая. Прикладывать толчёные листья лебеды 2 раза в день, они вытянут занозу.

Заусеницы на пальцах



Советы из далёкого прошлого

Подержать руки в бульоне из свежей трески.

Заболевания верхних дыхательных путей

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- ингаляции с эфирными маслами шалфея или облепихового масла.

РЕЦЕПТ № 1. Девясил высокий. *Отвар:* 20 г корней залить 1 стаканом кипящей воды, держать на-водяной бане 30 минут, охладить, процедить, долить кипяченой, воды до начального объёма. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Вьюнок полевой. *Настой;* 20 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 5 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Липовый цвет. *Настой:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить: Пить по 100 мл за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ III 4. Прополис — 60 г и вошина — 40 г. Использовать для ингаляций.

РЕЦЕПТ № 5. Мумиё. Принимать утром до еды и перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей).

Запах изо рта

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- абрикосы: есть по 200-300 г в день;
- сушёная гвоздика: жевать 2-3 раза в день;
- настой шиповника или морковный сок: пить по 100 г 3 раза в день.

РЕЦЕПТ III 1. Мята перечная. *Настой:-.* 5 г листьев залить 200 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Использовать для полосканий.

РЕЦЕПТ № 2. Винный уксус — 400 мл, морской лук — 40 г. Настаивать 7 дней на солнце. Принимать по 6 г в день.

РЕЦЕПТ № 3. Ольха серая. *Отвар:* 20 г листьев залить 2 стаканами кипятка, варить 20 минут, остудить, процедить. Использовать для полоскания рта 3-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 4. Ромашка аптечная. *Отвар:* 10 г цветков залить 200 мл кипятка, кипятить 5 минут, процедить. Использовать для полосканий.

РЕЦЕПТ № 5. Барвинок малый. *Отвар:* 10 г цветков залить 200 мл кипятка, кипятить 5 минут, процедить. Использовать для полосканий.

Заболевания нервной системы

РЕЦЕПТ № 1. Вахта трёхлистная, мята перечная — по 30 г, корень дягиля лекарственного и корень валерианы лекарственной — по 20 г. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 стакану в день.

РЕЦЕПТ № 2. Шишки хмеля, лист розмарина, лист мяты, трава зверобоя, лист мелиссы, корень валерианы — по 20 г. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Выпить маленькими глотками в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3. Кора крушины, цветки ромашки — по 20 г. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 стакану на ночь.

РЕЦЕПТ № 4. Трава вереска, лист мелиссы — по 20 г, корень валерианы — 60 г. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 стакану в день, последнюю порцию — на ночь.

РЕЦЕПТ № 5. Цветки лаванды, лист мяты — по 20 г, корень валерианы, цветки ромашки — по 30 г. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Выпить на ночь.

Заболевания эндокринной системы

РЕЦЕПТ № 1. Шиповник, люцерна, крапива, мята, чистотел, девясил, стручки фасоли, ромашка, сельдерей — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, кипятить 2-3 минуты, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана за 20 минут до еды 3 раза в день.

Изжога при повышенной кислотности

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- сок картофеля: пить по 100 мл 3 раза в день (курс: 10-12 дней);
- гречиха: жевать крупу (по щепотке);
- угольный порошок: 1 ч. ложку развести в 1/4 стакана воды и выпить;
- сок топинамбура или свежей капусты: по 1-2 стакана в день;
- порошок корней аира: принимать на кончике ножа, запивая водой, 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Мята перечная., *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 1-2 минуты, настаивать 30-40 минут, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 2 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Глиняная вода: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3. Бессмертник песчаный. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 1-3 минуты, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 1 чашке (150 мл) в день.

РЕЦЕПТ № 4. Золототысячник малый. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить 1-2 минуты, настаивать 30 минут, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 5. Кора калины, кора вяза, кора ясеня — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5-7 минут, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день, запивая холодной кипяченой водой.

Советы из далёкого прошлого

Принимать свежую бычью желчь по 1 ст. ложке каждые 2,-3 часа в течение дня.

Импотенция

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- употреблять перец, морские продукты, свёклу, морковь, репу, свежий лук;
- маточное молочко: принимать по 20 г утром и вечером;
- настойка золотого корня: принимать по 20-40 капель за 30 минут до еды утром и в обед.

РЕЦЕПТ № 1. Клён остролистный. 1. *Настойка:* 1 ст. ложка кленовых листьев на 100 мл водки, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 20-30 капель перед едой 3 раза в день..2. *Отвар:* 1 ст. ложку кленовых листьев огненного цвета залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 2. Семена лука, мёд — в равных частях. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Настойка пантокрина. Принимать по 15-20 капель за 30 минут до еды 2 раза в день. Курс: 2-3 недели, через 1 месяц повторить. Не рекомендуется принимать настойку весной и летом.

РЕЦЕПТ № 4. Настойка пиона. Принимать по 15—20 капель за 30 минут до еды 2 раза в день. Курс: 2-3 недели, через 1 месяц повторить. Не рекомендуется принимать настойку весной и летом.

РЕЦЕПТ № 5. Свежий сок моркови, мёд — в равных частях. Принимать по 1 ст. ложке 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 6. Корнеплоды пастернака, сахар — в равных частях. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Высушить семечки дыни, смолоть их на кофемолке и принимать по 1 ч. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Гравилат городской. *Отвар:* 1 ч. ложку корня залить 1 стаканом кипятка, варить 10 минут на тихом огне, процедить. Выпить в течение дня по глотку.

РЕЦЕПТ № 9. Зверобой продырявленный. *Настой:* 1,5 ст. ложки цветков залить 1 стаканом кипятка, охладить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день;

РЕЦЕПТ № 10. Корень аира, барвинок, жёлтая водяная лилия — по 10 г. *Отвар:* сбор залить 250 мл водки, варить на тихом огне 7-9 минут, процедить. Принимать по 7-9 капель 2 раза в день, в тёмное время дня. •

РЕЦЕПТ № 11. Мумиё — 0,2-0,3 г, сок моркови — 4-6 г. Принимать утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней. . .

РЕЦЕПТ № 12. Горчица — 1 часть, перец — 1 часть, мёд — 5 частей. Принимать по 1 ст. ложке смеси по утрам. >

РЕЦЕПТ № 13. Аир болотный. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 0,5 л воды, варить 15 минут, процедить. Пить по 3 ст. ложки 3 раза в день после еды, желательнее после 15 часов. . • -

РЕЦЕПТ № 14. Настойка женьшеня. Принимать по 10 капель 2 раза в день. Курс: 30-40 дней, через 2 недели повторить.

РЕЦЕПТ № 15. Конопля посевная. Поджарить семена конопли с солью и есть по 1 ч. ложке 3 раза в день. ⁴„ .

РЕЦЕПТ № 16. Левзея сафлоровидная. *Настойка:* 10 г корней на 100 мл водки, настаивать 30 дней, процедить. Пить по 25-35 капель 3 раза в день, запивая водой.

РЕЦЕПТ № 17. Родиола розовая. *Настойка:* 1 часть корней на 5 частей водки, настаивать 21 день, процедить. Пить по 25-30 капель 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 18. Элеутерококк колючий. *Настойка:* 1 часть корней на 5 частей водки, настаивать 21 день, процедить. Пить по 25-30 капель 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 19. Пить смеси соков в любой из перечисленных пропорций: '

- морковь — 300 мл, свёкла — 95 мл, огурец — 95 мл;
- морковь — 450 мл, сок из проросшего зерна (пшеница, овёс, ячмень) — 3 ст. ложки, шпинат — 450 мл.

Пить в течение месяца. - „ • ' . ,

РЕЦЕПТ № 20. Эхинацея пурпурная, желтокорень, лопух, одуванчик, перец в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, кипятить 3-5 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 20 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Сварить хвосты самцов кабарги и пить бульон по 2-3 чашки в день. Можно приготовить спиртовую настойку из хвостов.

СОВЕТ № 2. Высушить земляных червей и растереть в порошок. Приготовить смесь: 1 часть порошка, 3 части барвинка, 100 частей мяса. Есть утром и вечером.

СОВЕТ № 3. В медную посуду положить 100 г мёда, залить 0,5 л водки, довести до кипения, влить 20 мл крови петуха. Снять с огня, вылить в глиняный горшок и добавить протёртый корень сельдерея и 3 корешка мелко нарезанной ослиной колючки, настаивать 3 дня. Ежедневно принимать по 30 г вечером, смешав с сырым куриным желтком.

Испуг

ОБЩИЕ

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- выпить 1 стакан воды с разведёнными в ней 2 ч. ложками сахара.

РЕЦЕПТ № 1. Пустырник — 3 части, вереск — 4 части, сушеница — 3 части, валириана — 1 часть. *Настой:* 4 ст. ложки смеси залить 1 л кипятка, настаивать 20-30 минут, процедить. Пить в течение дня по 4-5 глотков каждый час.

ИСПУГ у ДЕТЕЙ

РЕЦЕПТ № 1. Камыш лесной. *Настой:* 3 травинки залить 1 стаканом кипятка, заварить как чай. Пить по ½ стакана 4-5 раз в день и перед сном.

Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. За 2 часа до заката солнца заварить 2 кг чертополоха в 3 ведрах кипятка, закрыть крышками и укутать. Как только солнце сядет за горизонт, искупать больного в этой воде и уложить в постель. Для взрослого делать процедуру 3 раза.

СОВЕТ № 2. Купать больного в отваре спорыша. Способ приготовления как в предыдущем совете. Положить под подушку куриное яйцо. Делать 3 вечера подряд.

Истерия

РЕЦЕПТ № 1. Пассифлора мясо-красная'. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Горец многоцветный (спорыш). *Отвар:* 20 г травы залить 1 стаканом воды, вскипятить, варить 1-3 минуты, остудить, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Валириана — 2 часть, хмель — 1 часть, буквица лекарственная — 3 части, шлемник — 2 части, клопогон — 1 часть, мытник хохлатый — 2 части, лобелия — 3 части, перец водяной — 2 части, венерин башмачок (северная орхидея) — 2 части. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по ½ стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 4. Аир болотный. Капнуть на кусочек сахара 2-3 капли эфирного масла аира и проглотить.

Советы из далекого прошлого

Таволга вязолистная. Засыпать в ведро 3 стакана травы, залить водой, настаивать 1 ночь. Днём всё вскипятить и облить больного.

Истощение нервной системы

РЕЦЕПТ № 1. Дягиль лекарственный. *Отвар:* 1 ст. ложку измельчённого сырья залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 4-5 курсов.

РЕЦЕПТ № 3. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Шалфей полевой. *Настой:* 3 ст! ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 5 минут. Пить с сахаром в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Мята перечная. *Настой:* 5 ст. ложек листьев залить 2 л воды, настаивать 20 минут, процедить. Использовать для ванн.

РЕЦЕПТ № 6. Рожь посевная. Измельчённые зёрна заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 7. Любисток, липа, валериана, Melissa — и равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки сбора залить 0,6 л воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 50 мл 3 раза в день.

Икота

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- заткнуть плотно уши и глотать мёд или выпить несколько глотков холодной воды;
- быстро раскусить и проглотить кусок сахара, смоченного в уксусе;
- чемерица: развести не более 2 капель спиртовой настойки растения в 1 ч. ложке воды и проглотить.

РЕЦЕПТ № 1. Горчица сарептская — 1 ч. ложка порошка. Развести уксусом до консистенции кашицы, намазать $\frac{x}{3}$ языка и держать 2-4 минуты.

РЕЦЕПТ № 2. Укроп душистый. *Отвар;* 1 ч. ложку семян залить 1 стаканом кипятка, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{1}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Хвощ полевой. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 2-5 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана утром и вечером.

*Советы из далёкого прошлого*

СОВЕТ № 1. Сделать кольцо из пальцев на руках, соединив пальцы правой и левой руки, и затаить дыхание.

СОВЕТ № 2. Соединить на каждой руке мизинец с большим пальцем и затаить дыхание.

СОВЕТ № 3. Приложить остриё ножа к переносице икающего, и пусть он смотрит на остриё не мигая 30-40 секунд.

Инсульт

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- приложить на область сердца 6-8 пиявок;
- сок полыни и мёд: принимать по 1 ч. ложке 2-3 раза в день;
- цветочный мёд: по 100-150 г в день в 3 приёма.

РЕЦЕПТ № 1. Ромашка, зверобой, почки берёзы, бессмертник — по 100 г. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 0,5 л. кипятка, настаивать 30 минут, процедить и отжать. В 1 стакан настоя добавить 1 ч. ложку мёда и выпить, утром допить остальной настоем, подогрев на водяной бане. Курс: до окончания смеси.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Принимать по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей) утром до еды и перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Иглы сосны — 5 ст. ложек, плоды шиповника и луковой шелухи — по 2 ст. ложки. *Отвар:* весь сбор залить 1 л воды, варить на тихом огне 10 минут, настаивать 1 ночь в тёплом месте, процедить. Пить вместо воды от 0,5 до 1,5 л в сутки в тёплом виде.

Одновременно принимать лимоны: по 0,5 шт. за приём за 30 минут до еды или через 1 час после еды 3-4 раза в день. Очистить кожуру и мелко изрезать, залить отваром хвои и выпить залпом. Курс: 2 недели, через 1 месяц повторить, Всего 3-4 курса. Хвойный отвар принимать постоянно.

Вирусные инфекции

РЕЦЕПТ № 1. Шиповник, люцерна, крапива, мята, чистотел, девясил, стручки фасоли, сельдерей, ромашка — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки тщательно измельченной и перемешанной смеси залить 2 стаканами кипятка, кипятить 3⁵ минут на тихом огне, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 20 минут до еды 3-4 раза в день.

Инфаркт миокарда

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- -пить соки: яблочный, виноградный, клубничный;
- абрикосы: 200-300 г в сутки (курс: 3-4 недели);
- сок моркови: по 150-200 мл в день;
- цветочный мёд: утром — 30 г, днём — 40 г, вечером — 30 г;
- съесть 1 банан в сутки;
- сироп шиповника: по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Черёмуха обыкновенная. *Настойка:* цветки черемухи, чистый спирт — в равных частях, настаивать 14 дней, процедить. Принимать по 14 капель настоя на кусочке сахара.

РЕЦЕПТ № 2. Взбить 2 яичных белка, добавить 2 ч. ложки сметаны и 1 ч. ложку мёда. Съесть утром натощак. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 5 курсов.

РЕЦЕПТ № 4. Родиола розовая — 20 г, заманиха высокая (корень) — 20 г, шиповник — 20 г, боярышник — 15 г, зверобой — 10 г. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана в день. Курс: 2-3 недели.

Укрепление иммунной системы

РЕЦЕПТ № 1. Тимьян ползучий. *Отвар:* 6 ст. ложек залить 3 л воды, кипятить 15-20 минут, остудить, процедить. Обливаться отваром 1-2 раза в месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Пить по 0,2 г утром натощак и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 3. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

Истощение организма

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ: "

- Мёд: есть утром — 30 г, днём — 40 г, вечером — 30 г (курс: 2-3 недели);
- сок зелёного овса или шиповника: по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Эхинацея пурпурная — 3 части, чеснок — 1 часть, чёрный грецкий орех — 1 часть. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить 3 раза в день по $\frac{x}{3}-\frac{x}{2}$ стакана.

РЕЦЕПТ № 2. Аир болотный. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, остудить, процедить. Пить по 100 мл за 30 минут до еды 3 раза в день. **

РЕЦЕПТ № 3. Взять по 125 г Какао и нутряного свиного сала, положить в алюминиевую кастрюлю, перемешивать, пока состав не растопится и не станет кипеть. Снять с огня, остудить. Пить с горячим молоком (1 ч. ложка смеси на 1 стакан молока) по y^2-1 стакану 3-4 раза в день. При запорах есть чернослив.

Каменная болезнь

СРЕДСТВА ДЛЯ РАЗМЯГЧЕНИЯ И ВЫВЕДЕНИЯ КАМНЕЙ ИЗ ОРГАНИЗМА

РЕЦЕПТ № 1. Горец змеиный. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, вскипятить, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Дурнишник зобовидный. *Отвар:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом воды, кипятить 1 минуту, настаивать 8 часов, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана перед едой 3 раза в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Размешать 1 белок яйца и сок 1 лимона, съесть за 1 час до еды. Курс: 7-10 дней.

РЕЦЕПТ № 4. Сок 1 лимона растворить в $\frac{x}{2}$ стакана горячей воды; смешать морковный, свекольный и огуречный соки. Пить одновременно $\frac{x}{2}$ стакана смеси соков и сок лимона 3-4 раза в день. Курс: 2-3 недели. *

РЕЦЕПТ № 5. Спорыш. *Отвар:* 20 г сырья залить 200 мл воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Земляника лесная. Собрать листья до появления ягод и завязей. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настоять 5-10 минут, процедить. Пить тёплый настой по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Шиповник. Высушить корни, выкопанные осенью. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 45 минут, процедить. Пить напиток по $\frac{1}{3}$ стакана 1 раз в день.



Советы из далёкого прошлого

Высушить голубиный помёт. Приготовить смесь: порошок — 2 части, мёд — 1 часть. Принимать по 1 ст. ложке в день. Курс: 21 день.

Можно размешать порошок с водкой (в тех же пропорциях) и принимать по 1 ч. ложке на $\frac{x}{2}$ стакана воды 3 раза в день.

Камни в желчном пузыре и желчных протоках

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- земляника: съедать по $\frac{1}{2}$ стакана 6 раз в день;
- свекольный сок: пить по 150-200 мл утром и вечером (предварительно отстоять 2 часа) (курс: 2-3 недели);
- сок редьки: пить по 1 стакану в течение дня, можно пополам с соком свёклы;
- цветочный мёд: принимать по 1 ч. ложке со стаканом яблочного сока утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 1. Укроп душистый. *Отвар:* 2 ст. ложки семян залить 2 стаканами кипятка, кипятить на тихом огне 15 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана 4 раза в день. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Александрийский лист. *Настой:* 10 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{x}{3}$ стакана перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Хвощ полевой — 3 части, полынь — 1 часть. *Отвар:* 1 ч. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана утром и вечером. *

РЕЦЕПТ № 4. Петрушка кудрявая. *Отвар:* 1 ст. ложку травы и корней залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, остудить, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Кукурузные рыльца. 1. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 0,5 л воды, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана 4 раза в день. 2. Принимать по 35 капель жидкого экстракта кукурузных рылец (аптечного) перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Смесь из соков: моркови — 120 мл, сельдерея — 150 мл, петрушки — 120 мл. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 7. Капустный рассол — $\frac{1}{2}$ стакана, томатный сок из свежих помидоров — $\frac{1}{2}$ стакана. Пить смесь после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Порошок льняного семени, чернослив, яблоко, корень алтея, горечавка, артишок, люцерна, стручковый перец, алоэ — по 30 г. *Настой:* 3 ст. ложки залить 0,5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана за 1 час до еды 3 раза в день. Курс: 10 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 9. Хвощ полевой, полынь горькая — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Спорыш. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, поставить на огонь, довести до кипения, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Берёза. *Настой:* горсть листьев размять, залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 стакану перед едой утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 12. Брусника обыкновенная. *Отвар:* 15 г листьев залить 3 стаканами кипятка, кипятить 5 минут, остудить, процедить. Выпить за 3 приёма в течение дня.

РЕЦЕПТ № 13. Спорыш — 300 г, бессмертник — 70 г. *Настой:* сбор залить 0,5 л кипятка, настаивать до охлаждения. Пить без ограничений и при возможности съедать осадок из трав.

КАМНИ в ЖЕЛЧНЫХ ПРОТОКАХ

- рябина: съедать по 2 стакана ягод в день (курс: 1,5 месяца).

РЕЦЕПТ № 1. Свёкла. Нарезать свёклу и долго варить, пока отвар не превратится в сироп. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Соки лапчатки гусиной и зелёной ржи — в равных частях. Пить по 30 мл перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Корень одуванчика, корень крапивы — по 10 г, цветки календулы — 40 г, донник — 3 г, цветки василька — 20 г. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 л кипятка, положить 4-5 кусков сахара, закрыть крышкой, настаивать 1 час, процедить. Пить по 200 мл перед едой 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 4. Трава зверобоя — 10 г, цветки бессмертника — 15 г. *Отвар:* 2 ст. ложки залить 0,5 л холодной воды, настаивать 12 часов, кипятить 5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана через 1 час после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Цветки бессмертника — 15 г, трава льнянки — Юг. *Настой:* 20 г смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана после еды 4 раза в день.

КАМНИ В ЖЕЛЧНОМ ПУЗЫРЕ

РЕЦЕПТ № 1. Арбуз. Срезать тонкий слой зелёной корки арбуза, мелко нарезать и высушить. Есть по 5 г перед едой 3 раза в сутки, запивая медовой водой (У₂ ч. ложки мёда на $\frac{1}{2}$ стакана воды).

РЕЦЕПТ № 2. Отжать сок 1 лимона в 100 мл горячей воды, взять по 50 мл соков — огуречного, морковного, свекольного, все смешать. Пить смесь 3⁴ раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ Ш 3. Белок 1 яйца, сок 1 лимона. Пить залпом за 1 час до еды по утрам. Курс: 7-10 дней.

РЕЦЕПТ Ш 4. Цикорий обыкновенный. *Настой:* 2 ст. ложки корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25-30 минут, процедить. Настой разделить на порции и выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Прованское масло. Пить за 30 минут до еды: начать с 1 ч. ложки в день, постепенно увеличивать дозу до 1 стакана в день, Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 6. Яблочная диета. -

1-й и 2-й дни. В 8 часов утра выпить 240 мл яблочного сока, затем через каждые 2 часа пить по 480 мл сока. Голодать на этой диете 2 дня. В конце каждого дня: принимать слабительное из трав или делать клизму тёплой водой, принимать горячую ванну без мыла.

3 день. В 8 часов утра выпить 480 мл яблочного сока, через 30 минут-120 мл оливкового (прованского) масла и сразу же выпить 1 стакан яблочного сока., В течение дня пить только яблочный сок.

Камни в почках

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- во время приступа сесть на 20 минут в тёплую ванну, затем лечь в постель и положить на больное место горячие припарки из тёртого картофеля;
- принимать витамины А и Д;
- сок редьки: принимать перед едой по 1 ст. ложке 3-4 раза в день (Курс: 2 недели);
- пить горячий отвар винных ягод на молоке;
- прованское масло: выпивать по 2 ст. ложки 2 раза в день;
- берёзовый сок: пить по 1 стакану в день;
- сок лимона: пить по у стакана 3 раза в день;
- молочко из растёртых зёрен кедровых орешков: по 70-100 мл в течение дня.

РЕЦЕПТ № 1. Пропустить через мясорубку 1 стакан конопляного семени, смешать с 3 стаканами сырого свежего молока, уварить наполовину, процедить. Пить горячий отвар по 1 стакану в день. Курс: 5 дней, через 10 дней повторить, через год повторить оба курса.

РЕЦЕПТ № 2. Земляника лесная. Собрать листья до появления ягод и завязей. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, заваривать и пить как чай по $\frac{1}{2}$ стакана в день.

РЕЦЕПТ № 3. Спорыш — 300 г, бессмертник — 70 г. *Настой:* сбор залить 0,5 л кипятка, настаивать до охлаждения. Пить без ограничений и при возможности съедать осадок из трав. • . .

РЕЦЕПТ № 4. Чеснок посевной. *Настойка:* 10 г измельчённого чеснока на 100 мл водки, настаивать 7 дней, процедить. Принимать по 30-40 капель за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Яблочная диета:

8 часов — выпить 1 стакан яблочного сока;

10 часов — 2 стакана; , .

12 часов — 2 стакана;

14 часов — 2 стакана;

16 часов — 2 стакана;

18 часов — 2 стакана;.

20 часов — 2 стакана.

Яблочную диету выдержать 2 дня. На 3-й день, в 8 утра выпить 2 стакана яблочного сока и через 30 минут 120 мл оливкового масла и сразу же выпить 1 стакан разбавленного яблочного сока. Можно на час-два лечь в постель. В конце лечения принять горячую ванну без мыла.

РЕЦЕПТ № 6. Арбуз. Срезать тонкий слой зеленой -корки арбуза, мелко нарезать и высушить. Есть по 5 г перед едой 3 раза в сутки, запивая медовой водой • (У² ч. ложки мёда на ^x/2 стакана воды).

РЕЦЕПТ № 7. Морковь. *Настой:* 1 ст. ложку семян моркови залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Выпивать горячего настоя до 3 стаканов в день. * •

РЕЦЕПТ № 8. Свежая петрушка с корнями — 1 кг, крупный корень сельдерея — 1 шт., мёд — 1 кг. Травы мелко нарезать, залить 2 л воды, довести до кипения, помешивая, процедить, не давая смеси остынуть. Принимать сироп по 3 ст. ложки перед едой. :

РЕЦЕПТ № 9. Смешать щ стакана оливкового масла и % стакана сока грейпфрута — выпить на ночь через 2 часа после еды, предварительно сделав клизму. Утром клизму повторить. Через 3-5 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 10. Малина обыкновенная. *Настойка:* заполнить бутылку до половины нарезанными листьями малины, залить водкой до горлышка, настаивать 14 дней, процедить. Пить 3 раза в день по 30 капель до еды в 1 ст. ложке кремниевой (см. статью «Кремниевая вода») или дистиллированной воды. Курс: 2-3 недели, через 1 неделю повторить. . • .

РЕЦЕПТ № 11. Хвощ полевой. *Отвар:* 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Выпивать утром перед едой. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 12. Крапива двудомная. *Настой:* 1 ч; ложку семян залить У₂ стакана кипятка, настаивать 20 минут. Пить по 1-2 чашки (150-300 мл) в день.

РЕЦЕПТ № 13. Мак-самосейка. *Отвар:* 2 ст. ложки макового семени залить 0,5 л кипятка, кипятить 2-3 минуты, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 14. Яблоки. 1 ст. ложку сушеной яблочной кожуры заварить в 1 стакане горячей воды. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Лист плюща, розмарин, толокнянка, хвощ, корень солодки, плод тмина, плод можжевельника — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 15 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить в течение дня по 1-2 стакана и вечером — 2 стакана.

РЕЦЕПТ № 16. Лист крапивы, корень аира, лист мяты — по 5 г, хвощ полевой, цветки чёрной бузины, липовый цвет, плод можжевельника, плод шиповника — по 15 г. 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по 1 стакану утром и вечером перед сном.

РЕЦЕПТ № 17. Семена аниса и петрушки — по 50 г, трава пастушья сумка, плод можжевельника, лист толокнянки, корень стальника, корень любистка, корень одуванчика — по 15 г. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по 1 стакану утром во время еды и вечером перед сном.

РЕЦЕПТ № 18. Сирень обыкновенная. *Настойка:* 1 стакан цветков на 0,5 л водки, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 25—30 капель 3 раза в день, запивая водой.

РЕЦЕПТ № 19. Одуванчик лекарственный. *Отвар:* 2 ст. ложки корней залить 2 стаканами воды, кипятить 1-3 минуты, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 20. Льняное семя. *Отвар:* 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом воды, вскипятить, добавив немного лимонного сока. Пить 1-2 стакана через каждые 2 часа в течение 2 дней 1 раз в 3 недели. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 21. Берёза. Листья, собранные весной. *Настой:* 100 г сырья залить 2 стаканами тёплой воды, настаивать 6 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана перед едой 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТЫ? 22. Толокнянка, ягоды можжевельника, кукурузные рыльца, петрушка, земляной орех, клюква, семена арбуза — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, вскипятить, варить 3-5 минут, процедить, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана после еды утром. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 23. Льняное семя, чернослив, яблочная кожура, алтей, горечавка, артишок, люцерна, алоэ, стручковый перец — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси (в виде порошка) залить 1 стаканом воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 1 час до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ Ш 24. Лечение смесями соков:

морковь — 300 мл, шпинат — 170 мл; ,
морковь — 250 мл, сельдерей — 200 мл;
морковь — 85 мл, сельдерей — 145 мл;
петрушка — 60 мл.

Выбрать состав смеси и выпить в течение дня. Курс: в течение длительного периода.

РЕЦЕПТ № 25. Пастушья сумка. *Настой:* 3 ст. ложки свежей или сушёной травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Выпить в течение дня. Курс: 2-3 недели,



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Вырезать сердцевину редьки^ положить внутрь 12 г семян репы, залепить тестом и закопать в догорающем костре, пока не испечётся. Затем в течение 3 дней подогреть и есть в тёплом виде по 1-2 штуки до еды 2-3 раза в день.

СОВЕТ № 2. Порошок из скорлупы яиц от вылупившихся птенцов — 1 часть, вино — 20 частей. Смешать и принимать по 30 мл 2 раза в день.

СОВЕТ № 3. Делать ванны с настоем хвоща полевого, сенной трухи, овсяной соломы. Делать припарки на область почек с отваром овсяной соломы.

СОВЕТ № 4. Вино — 100 частей, пепел скорпионов — 1 часть. Смешать и принимать по 2 ст. ложки 1-2 раза в день.- Курс: 5-7 дней.

УРАТНЫЕ КАМНИ

РЕЦЕПТ № 1. Малина обыкновенная.- *Настойка:* мелко нарезать корни малины, заполнить бутылку на половину объема, залить водкой по горлышко, настаивать 2 недели. Пить по 30 капель за 25 минут до еды 3 раза в день, разбавляя в 1 ст. ложке дистиллированной воды. Курс: 2-3 недели, через 1 неделю повторить. •

РЕЦЕПТ № 2. Плоды шиповника, плоды можжевельника, корни берёзы — по 1 части, корень марены красильной — 6 частей. *Отвар:* 1 ч. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 12 часов, кипятить 5 минут, процедить. Выпить в течение дня за 3 приёма.

РЕЦЕПТ № 3. Свёкла. Отжать сок, дать отстояться в течение 2 часов, процедить. Пить по 100-150 мл перед едой 3 раза в день. Курс: в течение длительного времени.

РЕЦЕПТ № 4. Хвощ полевой. *Отвар:* 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Выпивать утром перед едой. Курс: 2-3 месяца.

Камни в мочевом пузыре

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- лимон: сок 1 лимона на $\frac{1}{2}$ стакана горячей воды, пить 3-4 раза в день (курс: 2-3 недели);
- берёзовый сок: принимать- по 1 стакану перед едой 3 раза в день;
- крапива двудомная: принимать сок по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Смола вишни или черешни. *Настойка:* 10 г смолы на 200 мл сухого вина, настаивать до полного растворения смолы. Выпить в течение дня. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Ягоды рябины — 3 кг, сахар — 2 кг. Сварить сироп. Принимать по 20-30 г до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Саксаул. *Отвар*: 20 г веточек залить 1 стаканом воды, кипятить 10-12 минут, процедить, Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 4. Цветки василька полевого, корень солодки — в равных частях. *Настой*: 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Семена моркови. Размолоть в порошок, принимать по 1 г за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Корни и листья петрушки. *Настой*: 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Выпить за 3 приёма в течение дня.

РЕЦЕПТ № 7. Корни шиповника. *Отвар*: 2 ст. ложки сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить 20 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день. Курс: 12 дней.

РЕЦЕПТ № 8. Вереск обыкновенный. *Настой*: 1 ст. ложку травы залить 0,5 л кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по 100 мл в день до еды, разделив на Порции.

РЕЦЕПТ № 9. Соки: огуречный — 1 часть, свекольный — 2 части, морковный — 3 части. Выпивать по 100 мл смеси в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 10. Спорыш. *Настой*: 3 ч. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 4 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Горец почечуйный. *Настой*: 20 г верхних листьев залить 200 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 12. Плод можжевельника — 3 части, лист толокнянки — 3 части, пас-тушья сумка — 3 части, корень стальника — 3 части, семена петрушки, плоды аниса — по 10 частей. *Отвар*: 1 ст. Ложку сбора залить 1 стаканом холодной во-ды, настаивать 6 часов, кипятить 15 минут, процедить. Пить по 1 стакану утром во время еды и вечером перед сном.

РЕЦЕПТ № 13. Арбуз. Срезать тонкий слой зеленой корки арбуза, мелко наре-зать и высушить. Есть перед едой по 5 г 3 раза в сутки, запивая медовой водой (У² ч. ложки мёда на $\frac{1}{2}$ стакана воды).

РЕЦЕПТ № 14. Хвощ полевой. *Отвар*: 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, кипятить 2-3 минуты, остудить, процедить. Выпить 1 стакан и принять тёплую ванну в течение 20 минут, добавив в неё отвар хвоща. Лечь в постель, положить на живот припарку из хвоща или кожуры картофеля. Принимать каждые 2 ча-са по 1 ст. ложке сока редьки с мёдом.

РЕЦЕПТ № 15. Лук репчатый. *Настойка*: $\frac{x}{2}$ бутылки заполнить нарезанным Лу-ком, залить водкой до горлышка, настаивать в тёплом месте 10 дней, процедить. Пить по 1-2 ст. ложки перед едой.

Советы из далёкого прошлого

Щк&-> - ' СОВЕТ № 1. Вырезать середину у редьки, положить внутрь 12 г семян репы, залепить тестом и держать на углях, пока не испечётся. Подогреть и есть натошак по 1-2 редьки 2-3 раза в день.. Курс: 3 дня.

^З^йт

^ш**

Щ

СОВЕТ № 2. Порошок из скорлупы яиц от вылупившихся птенцов — 1 часть, вино — 20 частей. Смешать и принимать по 30 мл 2 раза в день.

Камни в мочеточниках

РЕЦЕПТ № 1. Лист плюща, розмарин, толокнянка, хвощ, корень солодки, плоды тмина и можжевельника — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 5 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1-2 стакана в течение дня, 2 стакана выпивать вечером.

РЕЦЕПТ № 2. Хвощ, крапива, мята, корень аира, корень колючелистника — по 5 г, липовый цвет, цветки чёрной бузины, плоды можжевельника и шиповника — по 15 г. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, процедить. Пить по 1 стакану утром во время еды и вечером перед сном.

РЕЦЕПТЫ? 3. Семена аниса и петрушки — по 50 г, пастушья сумка, плоды можжевельника, лист толокнянки, корень стальника, корень любистка и корень одуванчика — по 15 г. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6 часов, кипятить 15 минут, процедить. Пить по 1 стакану во время еды и вечером перед сном. . . .

РЕЦЕПТ № 4. Арбуз. Срезать тонкий слой зелёной корки арбуза, мелко нарезать и высушить. Есть по 5 г перед едой 3 раза в сутки, запивая медовой водой (U_2 ч. ложки мёда на U_2 стакана воды).

Камни в печени

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- свекольный сок: отжать сок, дать отстояться в течение 2 часов, пить по 100-150 мл 3 раза в день (курс: 14-21 день);
- хвощ полевой: заваривать и пить как чай;
- земляника: съедать по U_2 стакана ягод 6 раз в день;
- красная рябина; съедать по 2 стакана ягод в день (курс: 1,5-2 месяца);
- квашеная капуста: пить по U_2-1 стакану сока до еды 3 раза в день (курс: 1,5-2 месяца);
- крапива двудомная: принимать по 1 ст. ложке сока 3 раза в день; листья заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 1. Конопля посевная. *Отвар:* 1 стакан толчёных семян положить в эмалированную кастрюлю, залить 1 л молока, уварить до 250 мл, процедить. Пить натощак по 1 стакану в день. Курс: 5 дней, через 15 дней повторить, через 6 месяцев повторить (оба курса).

РЕЦЕПТЫ? 2. Сирень обыкновенная. *Настойка:* 1 стакан цветков залить 0,5 л водки, настаивать 14 дней, процедить. Принимать по 25-30 капель на U_2 стакана воды до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Берёза. *Настой:* 1 ст. ложку листьев залить 1 стаканом кипятка, кипятить 30 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 4. Соки лапчатки гусиной и зелёной ржи — в равных частях. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 5. Оливковое масло. Принимать за 30 минут до еды: начать с U_2 ч. ложки в день, постепенно довести дозу до U_2 стакана в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 6. Сок редьки, мёд — в равных частях. Начать с $У_3$ стакана в день, постепенно довести дозу до 1 стакана в день.

РЕЦЕПТ № 7. Барбарис обыкновенный. Корень, выкопанный осенью. *Настой:* 10 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Шиповник. *Настой:* 20 г плодов залить 400 мл кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 50 мл 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Соки: морковный, свекольный и огуречный — по 50 мл. Принимать смесь 2-3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 10. Сок редьки, сок свёклы — в равных частях. Принимать по 100 мл 3 раза в день. . . .

РЕЦЕПТ № 11. Брусничный лист, пижма — в равных частях. Заваривать и пить как чай. . . .

РЕЦЕПТЫ? 12. Бессмертник песчаный. *Настой:* 20 г цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 стакану 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Натереть на тёрке 4 ст. ложки хрена, смешать с 1 стаканом молока, нагреть до кипения (но не кипятить), настоять 5 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТЫ? 14. Чеснок посевной. *Настойка:* 5 очищенных, измельчённых головок чеснока залить 0,5 л водки, настаивать 10 дней. Пить по 1 ч. ложке 3 раза в день.

Советы из далёкого прошлого

Щс Снять внутреннюю оболочку с желудка курицы, высушить, размолоть в порошок. Принимать по 1 ч. ложке в день.

Образование песка

РЕЦЕПТ № 1. Спорыш. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 0,5 л воды, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Кукурузные рыльца. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 0,5 л воды, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $у_2$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Соки свёклы, огурца, моркови — в равных частях. Принимать смесь по 100 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 4. Корни шиповника. Выкопать осенью, вымыть, высушить и измельчить. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить в чайнике 1 стаканом кипятка, настаивать 45 минут, процедить. Пить до еды 3 раза в день по $У_3$ стакана.

Карбункулы

РЕЦЕПТЕ 1. Канифоль, белый пчелиный воск, нутряное свиное сало — в равных частях. Растереть канифоль и просеять через сито. Растопить воск на водяной

бане, высыпать канифоль, помешивая, затем положить кусочки сала. Когда смесь расплавится, снять с огня и перемешивать, пока она не загустеет. Накладывать мазь на больное место, делая повязку из марли, сложенной 8 раз, на 2-3 дня.

Катаральные воспаления

Катар гортани

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- тёплые ванны и согревающий компресс на горло;
- сок шалфея и сок подорожника — в равных частях: полоскать горло;
- смазывать горло мазью из йода и глицерина (курс: 3 дня);
- сок редьки: пить по 100-200 мл в течение дня и полоскать горло.

РЕЦЕПТ № 1. Пустырник сердечный. *Настой:* 2 г травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Сосновые иглы, шишки, веточки. *Отвар:* 1,5 кг сырья залить 5 л воды, кипятить 30 минут, настаивать 12 часов. Вылить в ванну.

РЕЦЕПТ № 3. Имбирный корень. Натереть на тёрке $\frac{1}{4}$ стакана корней, залить мёдом доверху, сварить. Принимать по 1-2 ч. ложки смеси на 1 стакан горячего чая по вечерам. Курс: 2-3 дня.

РЕЦЕПТ № 4. Лук репчатый. Разрезать мелко луковицу, насыпать 1 ст. ложку сахара, залить 3-4 стакана воды, кипятить, пока лук не разварится. Принимать по 1 ст. ложке в течение дня.

Катар желудка

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- свежий сок белладонны (красавка): принимать по 5-10 капель 2 раза в день, запивая водой;
- употреблять сок кислой капусты и гречневую кашу;
- живица сосны: принимать по 0,5-1 г 3 раза в день;
- сок тысячелистника: принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Яблоки симиренка. В течение 5 часов ничего не есть и не пить. Ранним утром (чтобы в 11 часов можно было позавтракать) натереть яблоки на тёрке, съесть и 5 часов не принимать никакой пищи и не пить. На ночь яблоки не есть. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Кора дуба. *Настой:* 1 ч. ложку коры залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 8 часов. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3. Полынь горькая. *Настой:* 1 ч. ложку мелко нарезанной полыни залить 400 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Яблоня. *Настой:* 1 ст. ложку сухих цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Ромашка аптечная. *Отвар:* 1 ст. ложку цветков залить 1 л воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Очистить желудок слабительным средством и не есть 1 сутки, потом принимать только нежирную пищу и в небольших количествах. Ставить на живот грелку с горячей водой. Утром и вечером делать клизму с отваром ромашки.

РЕЦЕПТ III 6. Горчица сарептская. Утром натощак принимать горчичное семя, запивая водой: начать с 1 шт. и, прибавляя каждый день по 1 зерну, довести количество до 20 шт. в день. Затем по тому же принципу уменьшать дозу.

Катар верхних дыхательных путей

ОБЩИЕ, РЕКОМЕНДАЦИИ:

- лук и чеснок: натереть на тёрке и вдыхать запах по 10-15 минут 2 раза в день;
- сок ягод калины: принимать по 1 ст. ложке перед едой 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Пустырник сердечный. *Настой:* 2 г травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Окопник, коровяк, седмичник, алтей, вяз — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1 Месяц.

РЕЦЕПТ № 3. Эхинацея пурпурная, желтокорень, лопух, одуванчик, водяной перец — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по 1"л 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 4. Смесь: $\frac{3}{4}$ стакана горячего молока и 50 г сливочного масла. Выпивать 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Подорожник большой. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 л кипятка, кипятить на тихом огне 10 минут, настаивать 24 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 15-20 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Брусника обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку ягод и листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 7. Липа сердцелистная. *Настой:* 20 г цветков залить 200 мл кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить как чай 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Малина обыкновенная. *Отвар:* 100 г зрелых плодов залить 200 мл кипятка, отварить, процедить. Пить как чай. *

РЕЦЕПТ № 9. Чабрец. *Настой:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Мать-и-мачеха обыкновенная. *Настой:* 10 г цветков залить 200 мл кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды и перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 12. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой 2-3 раза в день. Курс: 1 месяц.



Советы из далёкого прошлого

Держать под языком табачную махорку 1 раз, в день в течение 1 часа, потом выплюнуть.

Катар бронхов

РЕЦЕПТЕ 1. Фиалка трехцветная. *Настой:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Выпить в течение дня, разделив на 3 приёма. Использовать рецепты № 11 и № 12 из предыдущего раздела.

Катар кишечника

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- чашка молока с 1 ст. ложкой известковой воды, выпивать каждый день;
- очистить желудок слабительным и делать согревающие компрессы из отвара сосновых веток;
- в начале заболевания пить воду с белком яйца, пить молоко, есть молочные каши, принимать желтки яиц, сваренных всмятку, смешав их с лимонным соком;
- красавка: принимать порошок, запивая водой, 2-3 раза в день.

Кашель

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- берёзовый сок: пить по 1 стакану 3 раза в день;
- сироп из брусничного сока с мёдом: произвольные пропорции (для отделения мокроты);
- маковое масло: втирать в грудь (при сильном кашле и удушье);
- вишня: сосать часто в течение дня;
- срезать верхние части веток малины: заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТЫ? 1. Взбить яичные желтки с сахаром, добавить ром (пропорции произвольные. Съесть натошак.

РЕЦЕПТ Ы? 2. Душица обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, Процедить. Пить по U_2 стакана за 20 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ Ы? 3. Мёд — 3 ст. ложки, варенье из малины — 3 ст. ложки, U_2 лимона. Развести в Г л холодной кипячёной воды. Выпить в течение дня, разделив , на дозы.

РЕЦЕПТ Ы? 4. Мёд — 0,5 кг, сок алоэ — 150 мл, шоколад — 100 г, сливочное масло — 200 г. Все растереть и перемешать. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ Ы? 5. Чёрная редька. 1. Сок редьки, мёд — в равных частях. Принимать по 2 ст. ложки перед едой и перед сном. 2. Сок редьки (или моркови), молоко — в равных частях. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Сок репы и мёд — в равных частях, вскипятить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 7. Лук репчатый. 1. Тонко нарезать лук, положить в глиняную посуду, засыпать сахаром, настаивать, пока не даст сок. Принимать его по 1 ч. ложке 3 раза в день. 2. 10 луковиц и головку чеснока мелко нарезать, вскипятить в молоке, пока не станут мягкими, добавить немного сока будры (собачья мята), добавить мёд по вкусу. Принимать по 1 ст. ложке в час в течение дня.

РЕЦЕПТ № 8: Сливочное масло — 2 ст. ложки, свежие яйца — 2 желтка, мука — 1 ч. ложка, мёд — 1 ст. ложка. Принимать по 1 ч. ложке 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТЫ? 9. Корень солодки — 1 ст. ложка, укроп — 1 ч. ложка, сахар — 2 ст. ложки. Всё перемешать. Принимать по $\frac{1}{2}$ ч. ложки 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 10. Сжечь скорлупу грецкого ореха, развести 1 ст. ложку пепла в 1 стакане вина. Пить по 1 ст. ложке 5-7 раз в день.

РЕЦЕПТ № 11. Вырезать середину редьки, вложить внутрь мёд или сахар, настаивать 3-5 дней. Принимать сироп по 1-2 ст. ложки 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Подержать над огнём 1 ст. ложку с сахарным песком, пока он не растает и не приобретёт тёмно-коричневый цвет. Вылить в блюдце с холодным молоком. Получившийся леденец взять в рот и сосать, пока не растает.

РЕЦЕПТЫ? 13. Мёд — 100 г, сливочное масло — 100 г, ванилин. Перемешать. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. При продолжительном грудном кашле вытереть грудь сухим полотенцем и втирать досуха нутряное сало или топленое масло 1-2 раза в день. К свиному салу можно добавлять сосновое масло. Курс: 1-3 недели.

СОВЕТ № 2. Рожь, ячмень, овёс, цикорий — в произвольных пропорциях, немного очищенного горького миндаля. Всё размолоть. Пить как кофе, можно с горячим молоком.

СОВЕТ № 3. При застарелом кашле взять тряпочку величиной с ладонь, обильно смазать её сапожным варом и приклеить между лопатками, менять каждые 72 часа.

СОВЕТ № 4. При сухом кашле втирать в грудь состав: 2 части деревянного масла и 1 часть нашатырного спирта.

ХРОНИЧЕСКИЙ И СИЛЬНЫЙ КАШЕЛЬ

РЕЦЕПТЫ? 1. Картофель — 1 шт., лук — 1 головка, яблоко — 1 шт. *Отвар:* всё залить 1 л воды, уварить до 0,5 л жидкости. Принимать полученный состав по 1 ч. ложке 3 раза в день ПРИ ХРОНИЧЕСКОМ КАШЛЕ.

РЕЦЕПТ № 2. Грецкие орехи со скорлупой — 4 шт., цветки красной бузины — 1 ст. ложка, мёд — 1 ст. ложка. *Отвар:* измельчённую смесь залить 0,5 л воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Принимать, по 1 ст. ложке 3 раза в день ПРИ СИЛЬНОМ КАШЛЕ.

РЕЦЕПТ № 3. Плоды фенхеля, цветки коровяка — по 2 части, корень солодки — 3 части, корень алтея, лист мать-и-мачехи — по 4 части. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 2 часа, кипятить 10 минут, остудить, процедить. Выпить, в несколько приёмов в течение дня **ПРИ СИЛЬНОМ КАШЛЕ.**

ЗАСТАРЕЛЫЙ КАШЕЛЬ у КУРЯЩИХ ЛЮДЕЙ

РЕЦЕПТ № 1. Мальва. *Отвар:* 3-5 корней залить 0,5 л молока, кипятить 2-3 минуты, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 1 кофейной чашке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Льняное семя. *Отвар:* 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом воды, вскипятить, процедить. Пить вместо воды. Курс: 7 дней.

РЕЦЕПТ № 3. Просвирник лесной. *Отвар:* 3-4 корешка залить 0,5 л молока, варить 10-15 минут, процедить. Пить по 1 кофейной чашке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Кусочек смолы белой черешни залить 1 л воды и сварить. После того как клей остынет, добавить 200 г мёда, 3 шт. гвоздики и на кончике ножа имбирь. Принимать по 1 ст. ложке утром и вечером перед едой.

См. рецепты № 1 и № 2 предыдущего раздела.

СТАРЧЕСКИЙ КАШЕЛЬ

- сок капусты с сахаром: принимать по 100 мл 3 раза в день;
- калина: есть плоды с мёдом;
- козьё молоко: пить по 3-4 чашки в день;
- натирать подошвы толчёным чесноком;
- икра солёной селёдки: есть несколько раз в день.

РЕЦЕПТ № 1. Сливочное масло — 20 г, внутренний жир — 200 г, порошок какао 300 г, мёд — 200 г, яичные желтки — 15 шт. Все смешать и варить на тихом огне 10 минут, остудить. Принимать по 1 ч. ложке в $\frac{1}{2}$ стакана горячего молока 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Девясил высокий. *Отвар:* 20 г корней залить 1 стаканом воды, варить 2-3 минуты, настаивать 4 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 20 минут до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Подорожник большой. *Настой:* 1 ст. ложку листа залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Сосновые почки. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 1-2 глотка во время приступов кашля.

РЕЦЕПТ № 5. Чёрная бузина. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 0,5 л кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить на ночь по 1 стакану, добавив мёд по вкусу.

РЕЦЕПТ № 6. Анис обыкновенный. 1. *Настой:* 10 г зрелых плодов залить 200 мл кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

2. *Настойка:* анис — 1 часть, спирт 70%-ный — 5 частей, настаивать 7 дней, процедить. Принимать по 10-15 капель 8-10 раз в день. Хранить в холодильнике.

РЕЦЕПТЫ? 7. Спорыш. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5-6 минут на водяной бане, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Листья земляники и брусники, цветки белой сирени — в равных частях. *Настой:* 4 ст. ложки залить 1 стаканом кипятка, настаивать 4-6 часов, процедить. Выпить в течение дня в несколько приёмов.

РЕЦЕПТЫ? 9. Аир болотный. *Настой:* 1 ст. ложку корня залить 1 стаканом кипятка, остудить, процедить. Пить по 150 мл за 30 минут до еды (до 500 мл в сутки) во время сильных приступов кашля.

РЕЦЕПТ № 10. Хвощ полевой. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом горячего молока, варить на кипящей бане 20 минут, отжать. Пить горячий отвар по 1 стакану 2 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 11. Гранат. *Отвар:* 10 г измельчённой кожуры граната залить 1 стаканом кипятка, варить 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день!

РЕЦЕПТЫ? 12. Чеснок — 1 часть, Мёд — 5 частей. Смешать толчёный чеснок с мёдом, поставить на ночь в горячую печь. Полученный сок пить по 1 ст. ложке 3 раза в день:

РЕЦЕПТЫ? 13. Абрикосы. Размолоть ядра и добавлять в чай или молоко по 1 ч. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 14. Подсолнечник. *Настойка:* 1 часть краевых цветков на 5 частей 70%-ного спирта, настаивать 10 дней, процедить. Пить по 40-80 капель за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 15. Чеснок, черёмуха — в равных частях. Истолочь вместе и варить до густой консистенции. Пить по 1 ч. ложке 4-5 раз в день ПРИ УПОРНОМ КАШЛЕ с КРОВОХАРКАНЬЕМ. Курс: 2-3 недели. Если кровохарканье не прекратится, добавить уксус.

ЗАТЯЖНЫЕ ПРИСТУПЫ КАШЛЯ

- порошок корней аира: принимать по 0,6 г до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 1. Земляника лесная, подорожник большой. Приготовить одновременно 2 отвара из корней этих растений. *Отвар:* 1 ст. ложку корней подорожника залить 1 стаканом воды, варить, пока не разварится, сразу же процедить. Отвар корней земляники приготовить тем же способом. Выпить отвар подорожника и следом — отвар корня земляники сразу после их приготовления. Пить 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 2. Чёрная редька. Сок редьки — 1 л, мёд — 2 л. Пить по 2 ст. ложки перед едой 3-4 раза в день и перед сном.

РЕЦЕПТЫ? 3. Чеснок — 1 головка, лук — 10 головок. Мелко нарезать, залить 0,5 л воды и варить, пока не разварятся, добавить 1 ч. ложку сока мяты и 1 ст. ложку мёда. Принимать по 2 ст. ложки через 1 час после еды.

РЕЦЕПТЫ? 4. Мандариновые корки. *Отвар:* 20 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, процедить. Пить по 2-3 ст. ложки 3 раза в день.

СУХОЙ КАШЕЛЬ (БЕЗ ОБРАЗОВАНИЯ МОКРОТЫ)

РЕЦЕПТ № 1. Морковь. 1. Морковный сок и сахарный сироп — в равных частях. Пить по 1 ст. ложке 5 раз в день. 2. Морковный сок и молоко — в равных частях. Пить по 100-150 мл 3 раза в день. 3. Морковный сок — 5 частей, мёд — 2 части. Принимать по 30-50 г 3 раза в день. Сок репы или редьки принимать так же.

РЕЦЕПТЫ? 2. Сливочное масло и сахар — в равных частях. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Истолочь головку чеснока и залить 1 стаканом горячего молока. Выпить в течение дня маленькими глотками.

РЕЦЕПТЫ? 4. Сахар — 1 ст. ложка. Расплавить на огне до тёмно-коричневого цвета и вылить в блюдце с молоком. Полученный леденец сосать.

РЕЦЕПТЫ? 5. Корни перца — 6 г, белое виноградное вино — 248 мл. Вскипятить, процедить и выпить горячий отвар за 3 приёма в течение дня. Разрезать луковицу: натирать переднюю часть шеи перед сном. Каждое утро съедать смесь сока лука и гусиного сала — в равных частях.

РЕЦЕПТЫ? 6. На тихом огне варить 1 лимон 10 минут, охладить, очистить от кожуры и выжать сок в стакан, добавить 2 ст. ложки глицерина и перемешать. Принимать по 2 ч. ложки 3 раза в день и перед сном.

РЕЦЕПТЫ? 7. Корень девясила, корень аира, лист мать-и-мачехи — по 2 ст. ложки, багульник — 4 ст. ложки, фиалка трёхцветная, полынь цитварная — 6 ст. ложек. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день и на ночь.

РЕЦЕПТЫ? 8. Шалфей лекарственный. *Отвар:* 1 ст. ложку листьев шалфея залить 1 стаканом молока, вскипятить, остудить и снова вскипятить. Выпить весь горячий отвар перед сном и хорошо укутаться.

РЕЦЕПТЫ? 9. Полынь цитварная. *Настойка:* 20 г полыни, залить 0,5 л водки, настаивать 1 сутки в тёмном месте. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день и перед сном.

РЕЦЕПТЫ? 10. Растереть на тёрке большую луковицу и смешать поровну с гусиным жиром. Принимать утром до еды по 1 ст. ложке смеси и растирать ею грудь и шею.

КАШЕЛЬ у ДЕТЕЙ

РЕЦЕПТЫ? 1. Мёд — 100 г, сливочное масло — 100 г, ванилин. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 2. Нарезать редьку кубиками, положить в кастрюлю и засыпать сахаром. Печь в духовке 2 часа, процедить жидкость в бутылку. Принимать по 1 ст. ложке перед едой 4 раза в день и перед сном.

1 *РЕЦЕПТЫ? 3.* На ночь натереть грудь, бока и спину ребёнка камфорным маслом; дать 1 стакан горячего молока с 1 ч. ложкой мёда и 3 каплями гусиного жира.

Кардиосклероз

РЕЦЕПТ № 1. Перец, ягоды боярышника, мята, имбирь — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Настой — 3-4 части, рыбий жир — 2 части, смешать. Принимать по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 3. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

Коклюш

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ: "

- ввести в рацион лук (по 1 головке в день) и чеснок (по 2-3 зубчика в день);
- втирать в шею и грудь смесь сока чеснока и свиного жира.

РЕЦЕПТ № 1. Чеснок посевной. *Отвар:* 5 зубчиков истолочь, залить 1 стаканом молока, вскипятить, процедить. Давать по $\frac{1}{2}$ стакана несколько раз в день.

РЕЦЕПТ № 2. Багульник, крапива — по 15 г. *Настой:* смесь залить 1 л кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Сосновые пачки, лист подорожника, лист мать-и-мачехи — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 2 часа, кипятить 5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Выпить в течение дня за 3 приёма.

РЕЦЕПТ № 4. Бедренец-камнеломка. *Настойка:* 20 г корней на 50 мл водки, настаивать 8 дней в тёмном месте, процедить, отжать. Пить по 30 капель на 1 ст. ложку воды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Чабрец, мать-и-мачеха, фиалка трёхцветная, плод аниса — по 10 г. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 2 часа, кипятить 5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Выпить в течение дня в 3 приёма.

Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Заварить в небольшом чайнике горсть сухой малины, настаивать 30-40 минут, процедить. В 1 ст. ложку мёда положить толстый, раскаленный докрасна гвоздь. Когда он остынет, положить всё в чайник с настоем малины. Принимать по 1 ст. ложке, добавив 3-6 капель сока свёклы, 3 раза в день. К груди приложить компресс из свечного сала.

СОВЕТ № 2. Прокурить шерстяную перчатку и тереть ею грудь и спину.

Перелом кости

РЕЦЕПТ N° 1. 100 г муки, 200 г сливочного масла, 60 г смолы, 100 г воска, 50 г сосновой живицы. Все перемешать и растопить до жидкого состояния, остудить. Нанести на салфетку и прикладывать к месту перелома, меняя повязку 2 раза в день и оставляя на ночь.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё — 0,5 г, розовое масло — 10 г. К 1 части этой смеси добавить 20 частей коровьего жира. Прикладывать на место перелома утром и вечером. Пить по 0,2-0,3 г мумиё в день. Курс: 25 дней.

Средство против костных наростов

Залить свежее куриное яйцо 100 мл крепкого винного уксуса и выдержать в тёмном прохладном месте 4 дня, пока скорлупа не растворится. На 5-й день вынуть яйцо из уксуса, пробить плёнку и вылить белок. Желток взбить до пены и прибавить к нему настоянный уксус с осадком от скорлупы. Добавить к смеси 100 мл скипидара. Вливать в желток уксус и скипидар понемногу, хорошо размешивая. Полученный состав вылить в тёмную бутылку и хранить в прохладном месте. Вечером в 0,5 л горячей воды растворить 2-3 ст. ложки соли, смочить шерстяную тряпочку и натирать ею больное место 5-7 минут. Вытереть его насухо, нанести изготовленную мазь (предварительно встряхнуть), накрыть сухой шерстяной тканью и компрессной бумагой, перевязать и оставить на ночь. Курс: 10-12 дней, при необходимости можно увеличить.

Кожные заболевания

РЕЦЕПТ № 1. Череда трёхраздельная. *Отвар:* 100 г сырья положить в ведро с водой, кипятить 10-15 минут с закрытой крышкой, процедить. Влить в ванну температурой 38 °С и принимать в течение 20 минут. Пить отвар как чай.

РЕЦЕПТ № 2. Хвощ полевой. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 1-3 минуты, остудить. Использовать для примочек ПРИ КОЖНОМ ЗУДЕ.

РЕЦЕПТ № 3. Чёрная смородина. Сок растения — 20 мл, нутряное топленое сало — 80 г. Тщательно перемешать. Смазывать больные места мазью, обмывать отваром календулы.

РЕЦЕПТ № 4. Глина. 1 ст. ложку глины развести в 1 стакане воды. Пить перед едой в течение дня, разделив на порции. - Одновременно делать глиняные ванны: 2 ст. ложки глины развести в 2 стаканах воды и вылить в ванну. Для большего объёма: 2 стакана глины развести в ведре тёплой воды.

РЕЦЕПТ № 5. Горечавка жёлтая, ягоды черники, кошачья мята, желтокорень, смола мирры, пажитник, окопник, жёлтый щавель, зверобой, голубая вербена, корень стародубки, ягоды лавра, ирландский мох, колючий ясень, ослинник, девясил — в равных частях. Составить сбор из 5-7 растений. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 400 мл кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день, но первые 2-3 дня пить 1 раз в день.

Обморожение

РЕЦЕПТ № 1. Кора дуба. 1. *Отвар:* 2 ст. ложки сухой измельчённой коры залить 500 мл воды, варить 20 минут, остудить, процедить. Использовать для компрессов. 2. *Отвар:* 1 кг сухой коры залить 4-5 л холодной воды, настаивать 4-6 часов, кипятить 30 минут. Вылить в ванну.

РЕЦЕПТЫ 2. Чёрная смородина, *Настой*: 1 ст. ложку листьев залить 2 стаканами кипятка, настаивать 6 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

Советы из далёкого прошлого

>||>> Взять дюжину яиц и сварить вкрутую. Надеть желтки на спицу, положить на металлическую решётку и держать над огнём свечи. Из желтка будут выделяться капли «сока», которые необходимо собирать. Этот «сок» прикладывать на повязке к поражённому месту. Менять повязку 1 раз в день до полного выздоровления.

Кожная сыпь

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- молочай огородный: смазывать кожу соком;
- мёд: 30 г залить 100 мл воды, использовать для компрессов 2 раза в день;
- чистотел большой: пить сок по 1-2 капли на 1 стакан воды перед едой 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 1. Вербена лекарственная. *Настой*: 1 ст. ложку измельчённых корней и цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3-4 раза в день, использовать для компрессов.

РЕЦЕПТЫ? 2. Солодка голая. *Настой*: 1 кг корней залить 3 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Вылить в ванну.

РЕЦЕПТЫ? 3. Тмин обыкновенный. Листья и плоды — 1 часть, растительное масло — 50 частей, настаивать 14-21 день. Растирать кожу ПРИ НАЛИЧИИ ГРИБКОВЫХ ИНФЕКЦИЙ И ПАРАЗИТОВ.

РЕЦЕПТЫ? 4. Череда, фиалка, водянка — по 5 г. *Настой*: 8 г смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить, по 2 ст. ложки 3-4 раза в День ПРИ ГРИБКОВЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ КОЖИ.

РЕЦЕПТЫ? 5. Сосновые иглы, веточки и шишки. *Отвар*: 1,5 кг сырья залить холодной водой, кипятить 30 минут, настаивать 12 часов, процедить. Вылить в ванну

РЕЦЕПТЫ? 6. Подмаренник настоящий. *Настой*: 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить тёплый настой по $\frac{1}{2}$ стакана за 15 минут до еды 3 раза в день ПРИ кожной сыпи.

Климакс

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- холодные обливания на область паха у женщин и на область мошонки у мужчин.

РЕЦЕПТЫ? 1. Цветки ромашки, трава тысячелистника, трава лапчатки гусиной — по 10 г, трава чистотела — 5 г. *Настой*: 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 2 стакана в день маленькими глотками.

РЕЦЕПТЫ? 2. Боярышник кроваво-красный. 1. *Отвар*: 3 ст. ложки цветков залить; 3 стаканами холодной воды, настаивать 1 ночь, кипятить 7 минут, настаивать

30 минут, отжать, процедить. Выпить 1 стакан утром натощак, остальное количество — после еды в течение дня. 2. *Настой*: 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа в тёплом месте, процедить. Пить по 1-2 ст. ложки до еды 3-4 раза в день. 3. Плоды и цветки боярышника — в равных частях. *Отвар*: 3 ст. ложки сырья залить 3 стаканами кипятка, вскипятить, настаивать 2 часа в тёплом месте, процедить, Пить по 1 стакану до еды 3 раза в день или через 1 час после еды.

РЕЦЕПТ № 3. Пастушья сумка. *Отвар*: 40 г сырья залить 1 л воды, вскипятить, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Каштан. *Отвар*: 15 г кожуры спелых семян, каштана залить 1 стаканом воды, кипятить 25 минут, настаивать 1 час. Подмываться тёплым отваром 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Зверобой продырявленный. *Отвар*: 15 г сырья залить 200 мл воды, кипятить 15 минут, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 6. Цветки бузины красной, трава грыжника, плоды аниса, трава фиалки трехцветной, корень стальника колючего, кора крушины, корень солодки — по 3 части, цветки календулы, цветки просвирника — по 2 части. *Настой*: 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 2 стакана в день.

РЕЦЕПТ № 7. Берёза. 1. *Настой*: 1 ст. ложку берёзовых листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить перед едой по $\frac{1}{2}$ стакана, добавляя 1 ч. ложку соды, 3-4 раза в день ПРИ РАННЕМ КЛИМАКСЕ. 2. *Настой*: 1 ч. ложку берёзовых почек залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 4 часа, процедить. Пить тёплый настой по 1 ст. ложке 3-4 раза в день за 10. минут ДР еды.

РЕЦЕПТ № 8. В 200 мл белого вина положить головку очищенного чеснока, кипятить 30 секунд, охладить и вылить в бутылку вместе с чесноком. Пить по 1 ч. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 3 дня с начала новолуния. Для усиления эффекта лучше принимать в течение первых 3 дней каждой декады лунного месяца: 1, 2, 3; 11, 12, 13; 21, 22, 23.

РЕЦЕПТ № 9. Тысячелистник, крапива — в равных частях. *Настой*: 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке после еды 3-4 раза в день ПРИ МАТОЧНЫХ КРОВОТЕЧЕНИЯХ.

РЕЦЕПТ № 10. Валериана лекарственная. *Настой*: 10 г корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по $\frac{4}{2}$ стакана на ночь или в течение дня.

РЕЦЕПТ № 11. Рута душистая. *Настой*: 1 ч. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Ясменник душистый, пустырник сердечный — по 20 г, цветки боярышника — 10 г, сушеница топяная — 15 г. *Настой*: 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час в тёплом месте, процедить. Пить как чай до $\frac{1}{2}$ стакану 3 раза в день ПРИ ОТСУТСТВИИ МЕНСТРУАЦИЙ.

РЕЦЕПТ № 13. Чабрец, душица, шалфей, полынь, корень алтея, корень аира — по 10 г, сосновые почки — 20 г. *Отвар:* весь сбор залить 3 л воды, вскипятить, процедить и вылить в ванну.

РЕЦЕПТ № 14. Цветки боярышника — Юг, сушеница топяная — 15 г, ясменник душистый, пустырник — по 20 г. Заваривать и пить как чай. Курс: 10 дней.

Советы из далёкого прошлого

*

СОВЕТ № 1. Чаще бывать в помещении, где живут лошади.

СОВЕТ № 2. Пить воду, в которой погасили раскалённое железо.

КЛИМАКТЕРИЧЕСКИЕ НАРУШЕНИЯ

РЕЦЕПТ № 1. Аир болотный. Сухой корень измельчить и принимать порошок на кончике ножа 5-6 раз в день, запивая медовой водой.

РЕЦЕПТ № 2. Левзея сафлоровидная. 3 ст. ложки корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Гранат. Есть высушенные косточки, если климакс протекает с ПОВЫШЕНИЕМ ДАВЛЕНИЯ, ГОЛОВНЫМИ БОЛЯМИ, СИЛЬНОЙ РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬЮ.

РЕЦЕПТ № 4. Клевер красный. 1. *Настой:* 3 ч. ложки цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана за 20 минут до еды 4 раза в день ПРИ МАТОЧНЫХ КРОВОТЕЧЕНИЯХ. 2. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 5 часов, процедить. Использовать для сидячих ванн.

РЕЦЕПТ № 5. Молодые листья ежевики — 4 части, малины — 2 части, лесной земляники — 1 часть. Сбор немного повялить, окропить водой и завернуть в чистое полотно, выдержать в тёмном месте 2 дня, затем быстро высушить. Заваривать и пить как чай ПРИ КЛИМАКТЕРИЧЕСКОМ НЕВРОЗЕ.

РЕЦЕПТ № 6. Боярышник кроваво-красный. *Настой:* 1 ст. ложку цветков, сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить горячий настой по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3 раза в день ПРИ КЛИМАКТЕРИЧЕСКИХ НАРУШЕНИЯХ ПСИХИКИ.

Нарушения в кровеносной системе

Кровотечения

РЕЦЕПТ № 1. Спорыш. *Настой:* 2 ст. ложки залить 0,5 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Глухая крапива. *Настой:* 15 г верхушек крапивы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Ежевика сизая. *Отвар:* 20 г листьев или плодов залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Барбарис обыкновенный. *Отвар:* 10 г сырья залить 200 мл воды, вскипятить, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Кора дуба. *Настойка:* 0,5 ч. ложки коры залить 2 стаканами холодной воды, настаивать 8 часов, процедить. 1 стакан настоя разбавить 1 стаканом красного вина и выпить в течение дня. Курс: 7-10 дней.

РЕЦЕПТ № 6. Арбуз. Пропустить через мясорубку арбузные семечки и растереть их в порошок. Пить утром и вечером: 1 ч. ложку порошка на 1 стакан молока.

ПРИ ГЕМОРРОИДАЛЬНОМ КРОВОТЕЧЕНИИ применяются все вышеуказанные средства и средства от кровотечения в кишечнике и желудке.

ПРИ ЛЁГОЧНОМ КРОВОТЕЧЕНИИ применяются средства от кровотечения в кишечнике и желудке.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. При геморроидальном кровотечении прикладывать тампоны, смоченные в женском модоке, но не менее 2 недель после родов 4-5 раз в день.

СОВЕТ № 2. Погасить в воде раскалённое железо и пить без ограничений эту воду.

СОВЕТ № 3. При кровотечении из раны наложить на неё гриб дождевик.

Несвёртываемость крови

РЕЦЕПТЫ? 1. Порошок из панцирей раков или крабов. Принимать по 10 г в день в 3 приёма за 15 минут до еды. Курс: 1,5 месяца.

РЕЦЕПТЫ? 2. Барбарис обыкновенный. *Настойка:* 10 г сырья на 50 мл водки, настаивать 5 дней. Принимать по 20-30 капель перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Крапива двудомная. *Настой:* 15 г листьев залить 200 мл кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 4. Подорожник'большой. Листья, собранные во время цветения. *Настой:* 10 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 5. Тысячелистник обыкновенный. *Настой:* 15 г цветущих верхушек залить 200 мл кипятка, настаивать 20-25 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 6. Конопля посевная. *Настой:* 20 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 7. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТЫ? 8. Повилика европейская. *Отвар:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом воды, довести до кипения, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по 400-800 мл в день (по 1 глотку за приём. Желательно в комплексе с мумиё, препаратами, способствующими образованию тромбоцитов в крови, витамином С).

Нарушение кровообращения

РЕЦЕПТЫ? 1. Лист алоэ — 0,5 кг, мёд — $\frac{3}{4}$ стакана. Настаивать смесь 3 дня, добавить 750 мл кагора, настаивать 1 сутки. Принимать по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

ЗАСТОЙНЫЕ ЯВЛЕНИЯ В КРОВОТОКАХ

РЕЦЕПТ № 1. Порошки льняного семени, чернослива, яблочной кожуры, растения алтей аптечный, горечавка, артишок, люцерна, алоэ, стручковый перец — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, довести до кипения, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по схеме:

1-я неделя: 1 ч. ложка за 1 час до еды, запивая водой, 3 раза в день;

2-я неделя: 2 ч. ложки за 1 час до еды 3 раза в день;

3-я неделя: 2 ч. ложки утром и 3 ч. ложки на ночь за 1 час до еды.

Через 10 дней курс повторить.

Средства для улучшения состава крови

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- цветочный мёд: принимать по 100-120 г в день в 3 приёма в (курс: 3-4 недели);
- сок свёклы: пить по 100-200 мл в день;
- петрушка: есть зелень и пить сок по 50-70 мл в день.

РЕЦЕПТ № 1. Шалфей лекарственный, полынь горькая — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить через каждые 2 часа по 4-6 ст. ложек. Курс: 2 недели.'

РЕЦЕПТ № 2. Одуванчик лекарственный. 1. *Отвар:* 5 г корней залить 200 мл воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 50 мл за 30 минут до еды 3 раза в день. 2. Пить сок листьев одуванчика по 50-100 мл 1-2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Черника. *Настой:* 5 г зрелых ягод залить 200 мл кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 4-5 курсов.

РЕЦЕПТ № 5. Крапива двудомная. Листья, собранные во время цветения. *Настой:* 15 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3-4 раза в день.

ОЧИЩЕНИЕ КРОВИ

- морковный сок: пить 1-2 стакана в день;
- сок антоновских яблок: пить 1-3 стакана в сутки.

РЕЦЕПТ № 1. Вяз голый. Кора двухлетних побегов, собранных в мае: очистить, мелко изрезать и высушить, заваривать как чай. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Чёрная смородина. *Настой:* 1 ч. ложку сушёных почек залить 1 стаканом горячего молока, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 стакану 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Лимоны без косточек, свёкла, морковь, клюква — по 2 кг, гранатовый сок — 2 л, мёд — 1 кг. Все перемешать, поставить в холодильник, настаивать 3-5 дней. Принимать по 50 г смеси на 50 мл воды утром и вечером. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, до окончания смеси. *

Кровоизлияние (наружное, внутреннее)

РЕЦЕПТЫ? 1. Герань луговая. *Отвар:* 4 свежих корня положить в 1 л кипящей воды, кипятить 20 минут, процедить. Пить тёплый отвар по 1 Ч: ложке через каждые 20 минут ПРИ ВНУТРЕННЕМ КРОВОТЕЧЕНИИ. Промывать рану, отваром и делать примочки, меняя повязку 3 раза в день, ПРИ НАРУЖНОМ КРОВОТЕЧЕНИИ..

ВНУТРЕННЕЕ КРОВОИЗЛИЯНИЕ

РЕЦЕПТ № 1. Софора японская. *Настойка:* 1 часть свежих плодов софоры (бобы) на 1 часть водки, настаивать 14 дней, процедить. Пить по 1 ч. ложке 3 раза в день или по 10 капель 3-4 раза в день для ПРОФИЛАКТИКИ ВНУТРЕННИХ КРОВОИЗЛИЯНИЙ. " .

РЕЦЕПТ № 2. Герань душистая. *Отвар:* 4 измельчённых корня залить 1 л кипящей воды, варить 20 минут, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить тёплый отвар по 50-75 мл, через каждые 20 минут.



Советы из далёкого прошлого

Отварить свежую ослиную кожу, чтобы она была мягкой, и в таком виде есть.

Кровотечения носовые

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- заложить в ноздрю тампон, смоченный соком свежей крапивы или материнским молоком;
- разрезать луковицу пополам и приложить к задней стороне шеи;
- вылить $\frac{1}{4}$ ведра воды на голову и $\frac{1}{2}$ ведра. — на спину;
- если кровь идёт из одной ноздри: поднять вверх руку с противоположной стороны, зажав ноздрю другой рукой, на 3-5 минут; *
- заложить в ноздрю свежий лист тысячелистника или закапать его сок.

РЕЦЕПТЕ 1. В 1 стакан холодной воды выжать сок из $\frac{1}{2}$ лимона, втянуть жидкость в нос и задержать на 3-5 минут, зажав ноздрю пальцем.

РЕЦЕПТ № 2. В холодной воде развести уксус и небольшое количество квасцов. Держать голову прямо, втянуть в нос раствор, зажать ноздри пальцами и заткнуть ватой. * .

РЕЦЕПТЫ? 3. Глухая крапива. *Настой:* 15 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Взять в каждую руку по ключу и куску мыла и стиснуть -кулаки.

СОВЕТ № 2. Носить между лопатками на спине маленький' железный ключик, подвешенный на шерстяной нитке.

СОВЕТ № 3. Накапать несколько капель крови из носа на хлеб и съесть.

СОВЕТ № 4. Положить под язык кусочек бумажки или дробинку.

Кровохарканье

РЕЦЕПТ № 1. Козье молоко. Пить парное молоко по 0,5-1 л в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Цветочный мёд. Есть утром по 30 г, в обед по 40 г, в ужин по 30 г. Курс: 2-3 недели.

Куриная слепота

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- рыбий жир: пить по 1 ст. ложке 3 раза в день;
- есть печёнку в любом виде: варёную, печёную, сырую;
- есть продукты, в которых много витамина А: помидоры, сливы, яйца, шпинат, салат, пшено;
- промывать глаза своей мочой по 3-5 минут 2-3 раза в день;
- прикладывать к глазам распаренные части лютика многоцветного.

Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Сварить большое количество печёнки (говяжьей или бараньей, можно куриной). Наклониться над кастрюлей, накрыв голову полотенцем (как при ингаляции), глаза должны быть открыты, чтобы их прогрел пар. Выполнять процедуру 1-3 раза в день.

СОВЕТ № 2. Принимать сок козьей печени, добавив в него перец.

СОВЕТ № 3. Вылить в миску 2 ст. ложки дегтя. Смотреть на него по 3 минуты каждые 2 часа. На ночь выпить 1 ст. ложку рыбьего жира.

СОВЕТ № 4. Натирать глаза свежей желчью щуки 2-3 раза в день. Курс: до улучшения зрения. • •

СОВЕТ № 5. Часто смотреть в дырочку на доске, из которой выпал сучок.

СОВЕТ № 6. Обмывать глаза водой, взятой с истока реки или из того места, где она не замерзает.

СОВЕТ № 7. Взять печень чёрной курицы или чёрного быка, сварить её, съесть и выпить бульон.

СОВЕТ № 8. Поместить в бутылку печень налима, подождать, пока она сгниет. Смазывать ею глаза 3 раза в день: на восходе солнца, в полдень и на закате. • ' - .. *">»

СОВЕТ № 9. Смазывать глаза сырой печенью козы, быка, тёлки или курицы.

Средства против курения

РЕЦЕПТ № 1. Овёс посевной. 1. **Отвар:** 100 г очищенных зёрен залить 1 л воды, настаивать 4 часа, добавить 1 ст. ложку питьевой соды, кипятить 1 час, процедить. Выпить отвар в 3 приёма за 30 минут до еды. 2. **Настой:** 1 ст. ложку листьев залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1 час, процедить. Добавить 1 ст. ложку мёда и 1 ст. ложку глицерина. Пить по ¼ стакана 5-7 раз. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Баранец обыкновенный. **Отвар:** 10 г залить 200 мл воды, кипятить 15 минут, процедить. Пить по ¼ стакана 3 раза в день и полоскать рот.

РЕЦЕПТ № 3. Змееголовник молдавский. *Настой:* 10 г корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Полоскать рот 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Сухой чай — 1 ч. ложка, цикорий — $\frac{1}{2}$ ч. ложки, сухая мята — $\frac{1}{2}$ ч. ложки, корень валерианы — $\frac{1}{4}$ ч. ложки. *Настой:* прогреть чайник, засыпать 1 ч. ложку смеси, залить 2 стаканами кипятка, настаивать 8-10 минут, процедить. Пить чай с приправой. *Приправа:* 1 ст. ложка натёртой свёклы, 1 ч. ложка промытого изюма, 1 ч. ложка мёда и $\frac{1}{4}$ ч. ложка мелко изрубленного лимона. Все смешать и подать к чаю. Курс: 5-7 дней.

РЕЦЕПТ № 5. Зверобой, багульник — по 10 г. *Отвар:* смесь залить 1 стаканом воды, кипятить на водяной бане 15 минут, настаивать в тёплом месте 45 минут, процедить. Пить по 1-2 стакана в день. Курс: 40 дней.

РЕЦЕПТ № 6. Чабрец, полынь — по 5 г. *Отвар:* смесь залить 200 мл воды, вскипятить, добавить $\frac{1}{2}$ таблетки нитроглицерина. Когда захочется курить, выпить отвар.

Советы из далёкого прошлого



СОВЕТ № 1. Высушить в тени речного рака, растереть в порошок, смешать с махоркой или табаком. Выкурить.

СОВЕТ № 2. Сжечь перо любой птицы, в эту золу добавить $\frac{1}{10}$ часть соды. Смесь вложить в пачку махорки или табак. Выкурить.

СОВЕТ № 3. Поместить на сутки сигареты около порошка медного купороса. Выкурить.

Все эти средства вызывают сильное отвращение к курению.

Ночные кошмары

Советы из далёкого прошлого

Положить под изголовье веточку осины с зелёными листьями. Сжав несколько листьев в комоч, очертить вокруг кровати круг. Делать так перед сном 2-3 дня.

Ларингит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- овёс или цикорий: отвар растений добавлять в сыворотку и сок кислых ягод и плодов;
- полоскать горло отваром вишнёвых ягод или изюма, свежих слив или чернослива;
- "окунуть влажный палец в соль, натереть больное место солью и слегка подавить его пальцем — боль быстро пройдет;
- мумиё: сосать по 0,1-0,2 г 3 раза в день;
- глина: сосать 1-2 г 3-4 раза в день;
- пить горячее молоко пополам со щелочной водой (например, боржоми);
- полоскать горло слегка подогретой морской водой.

РЕЦЕПТ № 1. Лист малины — 2 части, лист просвирника лесного — 1 часть, лист шалфея — 3 части. *Настой:* 3 ч. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, Процедить. Использовать для полосканий.

РЕЦЕПТ № 2. Плоды фенхеля, лист мяты, цветки ромашки, лист шалфея — в равных частях. *Настой:* 1 ч! ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Использовать для полосканий.

РЕЦЕПТ № 3. Абрикос. Очистить 200 г ядрышек абрикоса от кожуры, высушить, смолоть. Принимать по 1 ч. ложке на 1 стакан чая или молока 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Анис обыкновенный. *Отвар:* 1 ст. ложку семян залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, добавить 1 ст. ложку цветочного мёда и опять вскипятить. В полученный отвар влить 1 ст. ложку коньяка. Принимать по 1 ст. ложке каждые 30 минут в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. «Жевать» (цедить Сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Приготовить 1-2%-ный **раствор** соды, добавить несколько капель скипидара или эвкалиптового масла с ментолом. Использовать для ингаляций.

Заболевания лёгких

РЕЦЕПТ № 1. Медуница лекарственная. *Настой:* 2 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 15 минут, процедить, добавить мёд по вкусу. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. Грудной чай: медуница, мать-и-мачеха, подорожник, корень солодки, трава фиалки — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, кипятить 5 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ III 3. Мать-и-мачеха, обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 4-6 раз в день.

РЕЦЕПТ II? 4. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 5. Сосна обыкновенная. 1. *Настой:* 10 г почек залить 200 мл кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день. 2. Мелко порубить веточки сосны. На 1. стакан сырья добавить по вкусу сахар, мёд и воду — в равных частях, томить в духовке 1 час. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день. 3. Сосновая пыльца, мёд — в равных частях. Принимать по 1 ст. ложке через час после еды 3-4 раза в день, запивая настоем душицы. *Настой:* 1 ст. ложку душицы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить как чай.

РЕЦЕПТ IV- 6. Пажитник сенной. *Отвар:* 1 ст. ложку семян залить 200 мл воды, вскипятить, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Шлемник, мирра, валериана, лобелия, клопогон, перец — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку измельчённой смеси залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день в течение 1-й недели, затем по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день. Курс: 3 недели. '

РЕЦЕПТ № 8. Порошок скорлупы яиц. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день, запивая водой. Курс: 2-3 недели.

ЛЕЧЕНИЕ СЕРДЦА и ЛЁГКИХ

РЕЦЕПТ № 1. Любисток. *Отвар:* 40 г корней залить 1 л воды, Настаивать 12 часов, кипятить 5 минут, настаивать 30 минут в тёплом месте, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. Перец стручковый, клопогон, лобелия, шлемник, мирра, валериана — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Сливочное масло, свиное нутряное сало, мёд, сахар — по 350 г. Смесь разогреть и растереть. Какао — 85 г, яйца — 8 желтков, сливки — 3 стакана. Смесь взбить. Обе смеси перемешать, вскипятить, чтобы получилось «тесто», остудить. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день до окончания смеси.

РЕЦЕПТ № 4. Алоэ. Насыпать до половины объёма литровой банки измельчённый лист алоэ, сверху засыпать сахарным песком, настаивать 3 дня, процедить, отжать. Принимать по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

Воспаление лёгких (пневмония)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- на ночь положить на грудь медные монеты или диски;
- принимать по 1 ст. ложке перед едой сок свежих плодов калины 2-3 раза в день;
- принимать сок крапивы двудомной по 1 ст. ложке 3 раза в день;
- пить как чай отвар зрелых плодов малины: 10 г залить 200 мл кипятка;
- «жевать» растительное масло 10-15 минут, пока не станет густым и белым, затем выплюнуть и сполоснуть рот раствором марганцовки. Лучше делать это утром до еды и вечером перед сном.

РЕЦЕПТ № 1. Хвощ полевой. *Отвар:* 30 г хвоща на 1 стакан воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3 раза в день ПРИ ВЛАЖНОМ ПЛЕВРИТЕ.

РЕЦЕПТ № 2. Тёрн колючий. *Отвар:* 10 г измельченных корней тёрна на 2 стакана воды, кипятить 10 минут, процедить. Пить в течение дня без ограничений маленькими глотками.

РЕЦЕПТ № 3. Сосновые почки. *Отвар:* 3 ст. ложки залить 2 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, остудить, процедить. Выпить за день.

РЕЦЕПТ № 4. Мумиё: протирать утром -до еды и перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25 дней, через 5 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 5. Спорыш, мать-и-мачеха, цветки бузины чёрной — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3 раза в день маленькими глотками.

РЕЦЕПТ № 6. Шалфей лекарственный. *Настой:* 2 ч. ложки сырья на 150 г кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Выпить перед сном. Курс: 1-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 7. Перемолоть 100 г столетника и засыпать 1 ч. ложку соли, настаивать в тепле 3 дня, процедить, отжать. Принимать по 1 ст. ложке за час до еды 3 раза в день, запивая водой.

РЕЦЕПТ № 8. Прополис измельчённый — 15 г, сливочное масло — 100 г. Принимать по 1 ч. ложке за 1 час до еды или через 1 час после еды 2-3 раза в день с тёплым молоком.

РЕЦЕПТ № 9. Мать-и-мачеха обыкновенная. *Настой:* 10 г цветков залить 200 мл кипятка, настаивать 30 минут, остудить, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Мёд, сухая горчица, мука и водка — по 1 ст. ложке. Все перемешать и использовать для компрессов (на ночь на грудь или на спину).

РЕЦЕПТ № 11. Алоэ без шипов, мёд, водка — по 1 стакану, виноградный сок — 2 стакана и почки берёзы — 1 ст. ложка. Все смешать и настаивать 7 дней, процедить. Принимать по $\frac{1}{4}$ стакана в день.

РЕЦЕПТ № 12. Взбить 3 яичных белка с 3 ст. ложками скипидара. Взять 2 куса марли. Первый кусок обмакнуть в этот раствор, а второй — в горячую воду. Вначале положить на спину марлю с горячей водой, а на неё марлю со скипидаром, закрыть плёнкой и держать 10-12 минут, процедить. На груди такой компресс держать 6-8 минут. Делать 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Цветки подсолнечника. *Настойка:* заполнить бутылку цветками и залить водкой, настаивать 2 недели, процедить. Пить по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 14. Сок свёклы и сок алоэ, мёд, кагор — по 1 стакану и свиной жир — 1 ст. ложка. Настаивать 20 дней. Принимать по 30-40 г 3 раза в день.

Советы из далёкого прошлого

Взять 1 ст. ложку жира любого из животных — барсука, медведя или собаки, размешать в 1 стакане молока и выпить в течение дня.

РЕАБИЛИТАЦИЯ ЛЁГКИХ

РЕЦЕПТЫ? 1. За 1 час до процедуры съесть 100 г вареного лёгкого любого, животного (корова, свинья, овца). Затем принять кислородную ванну с подводным душем (массажем). После ванны пить квас: в 3 л воды положить 1 стакан одного из растений: девясил, фиалка трёхцветная, эвкалипт или сосна (хвоя), — добавить 1 стакан сахара и 1 ч. ложку сметаны и сбраживать 2 недели. Пить по 1 стакану.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё: принимать утром до еды и перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 28 дней. Рекомендуется повторить курс через 10 дней.

РЕЦЕПТЫ? 3. Медуница лекарственная. *Настой:* 2 ст. ложки измельчённых листьев залить 2 стаканами кипятка, настаивать, укутав, 15 минут, процедить, добавить по вкусу мёд. Выпить в течение дня маленькими глотками.

Лейкоз (белокровие)

РЕЦЕПТЫ? 1. Принимать внутрь препарат АДС-27 по схеме:

I день: принять 1 каплю препарата на 100 мл воды в 8.00;

II — XXV день: каждый день увеличивать дозу на 1 каплю, пока число не достигнет 25 капель;

XXVI—XXX день: принимать по 15 капель препарата в 8.00, 12.00, 16.00 и 20.00;
XXX—XXXV день: принимать по 20 капель препарата в 8.00, 12.00, 16.00 и 20.00;

следующие 5 дней — по 25 капель, затем — по 30 капель до полного выздоровления.

РЕЦЕПТ № 2. Свежие соки сырых овощей. Выбрать любой состав и выпить в течение дня:

- морковь — 450 мл;
- морковь — 315 мл, одуванчик — 85 мл, репа — 60 мл;
- морковь — 255 мл, салат (латук) — 115 мл, люцерна — 85 мл;
- морковь — 380 мл, свёкла — 85 мл.

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё. Пить по 0,2 г утром и вечером. Курс: 28 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 4. Цветочная пыльца, мёд — в равных частях. Принимать по 1-2 ч. ложки 2-3 раза в день, запивая отваром душицы. *Отвар:* 1 ст. ложку душицы залить 1 стаканом воды, довести до кипения, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по 1 /2 стакана за приём.

Вместо цветочной пыльцы можно использовать сосновую пыльцу.

РЕЦЕПТ № 5. Сделать лепёшки из ржаных отрубей. Употреблять: 6 частей лепёшек и 1 часть мёда.

РЕЦЕПТ № 6. Каштан. Собрать цветки каштана и сушить 3 дня на полотне или бумаге. *Отвар:* 8 ст. ложек сухих цветков залить 1 л воды, довести до кипения, настаивать 1 ночь в тёплом месте, процедить. Выпить всё в течение дня маленькими глотками. Рекомендуются для взрослых людей.

РЕЦЕПТ № 7. Плоды шиповника, листья дикой маслины — по 2 ст. ложки, измельчённые иглы (годового возраста) сосны и луковой шелухи — по 4 ст. ложки. *Отвар:* смесь залить 1 л воды, вскипятить, настаивать 1 ночь в термосе, процедить. Пить по 0,5-1 л ежедневно, постепенно увеличивая дозу.

РЕЦЕПТ № 8. Душица обыкновенная. *Отвар:* 3 ст. ложки травы залить 600 мл воды, вскипятить, настаивать 1- ночь в тёплом месте, процедить. Пить как воду в течение дня. Пить-по схеме: 3 дня — рецепт № 8, 1 день — рецепт № 7 и так далее.

ВОССТАНОВЛЕНИЮ СОСТАВА КРОВИ также способствуют вина кагор и каберне. Пить до 1 л в день по 30-50 мл за приём.

РЕЦЕПТ № 9. Салат: белокочанная капуста, морковь, зелёные яблоки — по 1 части, печёная свёкла, крапива (предварительно вымачивать 1 час) — по 2 части.

РЕЦЕПТ № 10. На 200 мл сырой воды добавить 1 ч. ложку яблочного уксуса и 1 ч. ложку мёда. Пить без ограничений для **СНИЖЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ЛЕЙКОЦИТОВ.**

РЕЦЕПТ № 11. Креолин. Начать с 1 капли в день утром за час до еды, постепенно увеличивать на 1 каплю в день, Пока число не достигнет 15 капель за 1 приём. : Затем уменьшать дозу на 1 каплю в день по тому же принципу. Рекомендуются : для **СНИЖЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ЛЕЙКОЦИТОВ.**

РЕЦЕПТ № 12. Овёс (неочищенный). *Отвар:* заполнить кастрюлю до половины объёма промытым овсом и залить доверху молоком, варить на тихом огне 20 минут, процедить, быстро слить отвар. Пить вместо воды, ВОССТАНАВЛИВАЕТ СОСТАВ КРОВИ.

Лейкемия

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

ПРИ ЛЕЙКОЦИТОМИИ

- есть только свежие овощи и фрукты: яблоки, апельсины, бананы, салат, помидоры, сваренные на пару овощи, картофель; свежее молоко и мёд — всё малыми дозами; ,
- есть приготовленные на пару мясо и рыбу;
- исключить консервы и подогретое повторно мясо (в течение 12 недель);
- дикий арбуз: съедать по 300-500 г плодов в день (курс: 1.месяц).

РЕЦЕПТ № 1. Мальва (лесной просвирник). 1. Порошок сушёных плодов мальвы смешать с высушенной сычужиной желудка молодого ягнёнка — в равных частях. Принимать по 1 ч. ложке с небольшим количеством воды 2 раза в день. 2. В течение длительного времени пить сок плодов мальвы по 100-150 мл в день.

РЕЦЕПТ № 2. Гречиха посевная. *Отвар:* 1 стакан цветков гречихи залить 1 л кипятка, вскипятить, процедить. Пить без ограничений.

РЕЦЕПТ № 3. Паслен дольчатый, хвощ полевой — по 2 ст. ложки, ятрышник пятнистый, любка двулистная, донник лекарственный, цвет гречихи посевной — по 4 ст. ложки. *Отвар:* 6 ст. ложек сбора залить 2 л кипятка, вскипятить, процедить. Принимать 200 мл утром и ещё 6 раз по 100 мл в течение дня.

РЕЦЕПТ № 4. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды и перед сном. Курс: 28 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 5. Донник лекарственный, хвощ полевой, крапива двудомная — в равных частях. *Отвар:* 5 ст. ложек сбора залить 1 л кипятка, вскипятить, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по 100 мл 4 раза в день, ПРИ УМЕНЬШЕНИИ КРОВЯНЫХ ТЕЛЕЦ И ПРИ ЛЕЙКОПЕНИИ.

Применять рецепты 1-13 из статьи «Лейкоз (белокровие)».

Болезнь Меньера

РЕЦЕПТ № 1. Девясил, клопогон ветвистый, голубая вербена — по 2 части, лобелия, шлемник — по 3 части. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 2 месяца.

Ломота в теле

РЕЦЕПТ № 1. Овёс посевной. *Отвар:* 300 г овсяной соломы на ведро воды, вскипятить и вылить в тёплую ванну, процедить. Принимать 25-30 минут, желательно делать перед сном. Курс: 2-3 недели.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Прикладывать к больному месту пластырь из распаренных в масле цветков багульника болотного.

СОВЕТ № 2. Натирать больные места порошком бодяги, смешанным с лампадным маслом.

СОВЕТ № 3. Обложить ноющие конечности свежими листьями белены чёрной.

Лимфаденит

РЕЦЕПТ № 1. Прополис. *Настойка:* 10 г. раздробленного прополиса на 100 мл 70°-ного спирта, настаивать 10 дней, процедить. Обильно смоченные салфетки прикладывать к больному месту.

РЕЦЕПТ № 2. Боярышник, стручковый перец, мята перечная, зелёная мята — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды, кипятить 2-3 минуты, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 3. Клопогон, девясил, вербена, шлемник, лобелия — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Василёк придорожный (цикорий). Распарить корни растения и приложить в виде компресса на воспалённые железы.

РЕЦЕПТ № 5. Эхинацея — 6 частей, чеснок — 2 части, грецкий орех — 3 части. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды, кипятить 3—5 минут на водяной бане, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день.

Лишай

Чешуйчатый лишай

РЕЦЕПТ № 1. Портулак огородный. Натереть больное место чесноком и приложить толчёные семена портулака на 20-30 минут.

РЕЦЕПТ № 2. Натереть больные места чесноком и втирать берёзовый уголь, смешанный с соком корней лопуха, по 20-30 минут. Курс: 2—3 процедуры.

РЕЦЕПТ № 3. Разрезать виноградину (кишмиш) пополам и натирать больное место 3-4 раза в день.

Советы из далёкого прошлого

Щг Сделать смесь из горючей серы* и лампадного масла, намазать больное место толстым слоем и не мыть 3 дня. При необходимости процедуру повторить.

ЛИШАЙ, ПЕРЕДАВАЕМЫЙ животными**

- энергично втирать в поражённое лишаем место ржаную муку;
- смазывать больное место никотином, взятым со стенок трубки курильщика, 1-2 раза.

* Чистая сера не горит, скорее всего, это бытовое выражение, обозначающее серу со спичек. (Примеч. ред.)

** Животные переносят трихофитию и микроспорию гладкой кожи. (Примеч. ред.)

РЕЦЕПТ № 1. Разрезать виноградину (кишмиш) или изюм пополам и натирать больное место 3-4 раза в день.

Лимфогранулематоз

РЕЦЕПТ № 1. Грецкий орех. *Отвар:* 1 кг листьев залить 5 л холодной воды, кипятить 45 минут, процедить, вылить в тёплую ванну. Принимать ванну по 25-30 минут 1-2 раза в день (перед сном — обязательно).

РЕЦЕПТ № 2. Принимать внутрь препарат АД С-2₁ (продаётся в ветеринарной аптеке) по схеме:

1 день: принять 1 каплю препарата на 100-200 мл воды в 8.00;

П-XXV день: каждый день увеличивать дозу на 1 каплю, пока число не достигнет 25 капель;

XXVI-XXX день: принимать по 15 капель препарата в 8.00, 12.00, 16.00 и 20.00;

XXX-XXXV день: принимать по 20 капель препарата в 8.00, 12.00, 16.00 и 20.00; следующие 5 дней — по 25 капель, затем — по 30 капель до полного выздоровления.

Следить за состоянием Организма, остерегаться передозировок. В случае ухудшения состояния больного постепенно снижать дозировку до 5 капель.

Лихорадка

РЕЦЕПТ № 1. Ива. *Настой:* 1 ст. ложку коры ивы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 6 часов, процедить. Пить по 1 ст. ложке через 30 минут после еды.

РЕЦЕПТ № 2. Натираться водкой с перцем. Растворить в $\frac{x}{2}$ стакана водки яйцо. Пить по 30-50 г 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Спорыш. *Отвар:* 3 ч. ложки спорыша залить 2 стаканами кипятка, кипятить на водяной бане 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Чеснок, хрен — в равных частях. Истолочь и смазывать смесью шею на 15 минут. После чего начисто вытереть шею влажным полотенцем.

Советы из далёкого прошлого



СОВЕТ № 1. Сварить высушенную летучую мышь и этим отваром напоить больного.

СОВЕТ № 2. Положить в изголовье больного лошадиный череп.

СОВЕТ № 3. Сварить в моче больного 3 яйца и вместе с горшком закопать в муравейнике.

Сенная лихорадка

РЕЦЕПТ № 1. Эхинацея пурпурная, желтокорень, корень лопуха* корень одуванчика, перец — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 2-5 минут, настаивать 20-25 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 20 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

Советы из далёкого прошлого

Истолочь живых раков с бычьим костным мозгом до получения серого теста. Варить на водяной бане в закрытой посуде до готовности и съесть.

Лихорадка на губах (герпес)

РЕЦЕПТ № 1. Каланхоэ перистое. Сок, выжатый из листьев, использовать для примочек каждые 2 часа.

Либи́до (половое влечение)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- есть икру морских рыб (угорь, акула, мурена и т. д.);
- настойка пантокрин: принимать по 15-20 капель за 30 минут до еды утром и в обед;
- семена аниса: принимать по 3 г до еды, запивая водой, 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Левзея сафлоровидная (маралий корень). *Настойка:* 20 г корней на 100 мл водки, настаивать 14 дней. Принимать по 20-30 капель утром и в обед за 30 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 2. Заманиха высокая. *Настойка:* 20 г корней на 100 мл водки, настаивать 14 дней. Принимать по 20-30 капель утром и в обед за 30 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 3. Горчица, перец, мёд — в равных частях. Есть по утрам (смесь не должна слишком сильно раздражать слизистую оболочку ротовой полости).

РЕЦЕПТ № 4. Барвинок малый. *Отвар:* 20 г травы с цветами залить 2 стаканами воды, варить на тихом огне 3-5 минут, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по 8 капель утром и вечером. Курс: 4 дня, через 2 дня повторить.

РЕЦЕПТ № 5. Душица обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 6. Мумиё. Пить по 0,2-0,3 г со 100 мл сока моркови, облепихи или черники утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25-28 дней.

РЕЦЕПТ № 7. Женьшень. *Настойка:* корица, ваниль, женьшень — по 30 г, залить 1 л красного вина, настаивать 15 дней, процедить. Пить по 1 коньячной рюмке за 4 часа до сна и 1 рюмку перед совершением любовного акта.

РЕЦЕПТ № 8. Аир болотный. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 0,5 л воды, варить 15 минут, процедить. Пить по 3 ст. ложки 3 раза в день между приёмами пищи.

РЕЦЕПТ № 9. Лапчатка прямостоячая (калган). *Настойка:* 100 г корней на 0,6 л водки, настаивать 7 дней, процедить. Принимать по 1 ст. ложке утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 10. Мёд. 1. Принимать мёд: завтрак — 30 г, обед — 40 г, ужин — 30 г. Курс: 2-3 недели. 2. Мёд, сок моркови — в равных частях. Принимать по 1 ст. ложке до еды 3-4 раза в день.

Лунатизм

РЕЦЕПТ № 1. Переступень белый. *Настойка:* 50 г корней на 250 мл водки, настаивать 7 дней, регулярно встряхивая, процедить. Пить на ночь по 1 ч. ложке на 1 стакан молока.

РЕЦЕПТ № 2. Чернобыльник. *Настойка:* 100 г корней на 0,5 л водки, настаивать 10 дней, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 1 час до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Лесной камыш. *Настой:* 3 травинки залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед сном.

«З ^> *Советы из далёкого прошлого*

$\frac{1}{2}$ На ночь стелить возле постели лунатика очень мокрый Коврик.

Лучевая болезнь

РЕЦЕПТ № 1. Облепиха. Масло: отжать сок из ягод, измельчить оставшийся жмых (кожица с косточками), залить оливковым маслом в соотношении 2:3, настаивать 21 день при комнатной температуре. Верхнюю Часть масляного настоя аккуратно слить и принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Каштан. *Отвар:* 1 ст. ложку сухих цветков залить 200 мл воды, довести до кипения, настаивать .8 часов, процедить. Выпить в течение дня 1,5 л настоя.

РЕЦЕПТ № 3. Коньяк — 0,5 л, алоэ (пяти лет) — 0,5 кг, мёд — 0,5 кг, корень аира — 200 г. Все перемешать и настаивать 2 недели в тёмном месте. Принимать по 1 ст. ложке до еды, запивая молоком, 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и перед сном. Курс: 28 дней, через 10 дней повторить.

Люмбаго (прострел)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- берёзовый сок: пить по 100-150 мл 3 раза в день;
- ставить сухие банки в область поясницы;
- сок агавы: натирать поясницу 2 раза в день;
- при ущемлении нерва из-за смещения позвонка: ухватиться руками за перекладину, чтобы кто-нибудь резко дёрнул за ноги вниз, сильно встряхнув тело.

РЕЦЕПТ № 1. Виноград. *Отвар:* 1,5 кг свежих листьев и молодой лозы залить 5 л воды, кипятить 20-30 минут, процедить. Использовать для ванн и припарок:



Советы из далёкого прошлого

Собрать остатки сена из цветущих трав, завязать в мешок и кипятить под крышкой 3-5 минут, процедить. Затем прикладывать мешок с сеном к больному месту по несколько раз в день на 40-60 минут.

Лямблиоз

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- сок из середины спелой дыни пить по 1 стакану натощак;
- есть сырую морковь и пить сок по 50-100 мл до еды.

РЕЦЕПТ Ш 1- «Акрихин». Принимать по 0,1 г 3 раза в день. Курс: 5 дней, через 5 дней повторить, всего 3 курса.

РЕЦЕПТ № 2. Хрен обыкновенный. *Отвар:* 1 ст. ложку протёртого хрена залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана до еды 3 раза в день.

ЛЯМБЛИИ В ПЕЧЕНИ

РЕЦЕПТ № 1. Пить до еды рассол квашеной капусты по 1/2 стакана за 30 минут до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Тыква. Есть семечки тыквы: взрослым по 300-500 г, детям 10-12 лет по 150 г, детям 5-7 лет по 100 г, детям 3-4 лет по 75 г в день. Съесть натощак всю порцию, через 3-4 часа принять слабительное и через 30 минут сделать клизму.



Советы из далёкого прошлого

Пить кислое молоко натощак и перед сном. Молоко должно быть от одной коровы: заквасить молоко вечернего удоя и утром его выпить; заквасить молоко утреннего удоя и вечером его выпить. Детям до 10 лет пить по 1 стакану, людям старше 10 лет можно выпивать до 0,5 л. Курс: 1 месяц.

Малярия

РЕЦЕПТ № 1. Полынь горькая. *Настойка:* 20 г полыни на 100 мл спирта (или 1 стакан водки), настаивать 3 недели, процедить. Принимать по 10 капель на 1/2 стакана молока 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Лавр благородный. *Отвар:* 10 листьев залить 0,5 л водки, кипятить 1-2 минуты, процедить. Пить во время приступа по 1/2 стакана.

РЕЦЕПТ № 3. Ива белая. *Отвар:* 1 ст. ложку свежей коры залить 300 мл воды, кипятить, пока жидкость не упарится до половины объёма. Выпить горячий отвар утром натощак. Положить под простыню больного большое количество листьев ивы.

РЕЦЕПТ № 4. Сирень обыкновенная. 1. *Настой:* 12 листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Утром очистить желудок и выпить весь настой натощак. Через неделю повторить. 2. *Отвар:* 300 г веток и листьев сирени залить 1 л кипятка, варить 20 минут, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день. 3. *Настойка:* 20 свежих листьев сирени, 1,2 г свежей полыни, 1 г масла эвкалипта залить 1 л водки, настаивать 4 дня, процедить. Пить, по рюмке перед едой 3 раза в день или перед начинающимся приступом. 4. *Настойка:*

9 свежих листьев сирени залить 100 мл спирта, закрыть пробкой, настаивать 3 дня, процедить. Пить по 1 ст. ложке, разбавленной в 1 ст. ложке воды, за 15 минут до еды 3 раза в день. Рекомендуется в течение первых 2 дней пить за 2 часа до приступа малярии, а также в 6.00, в 12.00, 18.00 — каждый раз перед приёмом пищи.

РЕЦЕПТ № 5. Подсолнечник. Снять головку цветка после того, как опадут лепестки. 1. *Настой*: измельчённую головку подсолнуха положить в стеклянную посуду, залить водой, завязать отверстие марлей и настаивать на солнце 1 месяц. Пить по 20 капель перед приступом. Если время приступа неизменно, то по 1 рюмке за 1,5 часа до еды 3 раза в день. 2. *Отвар*: 200 г корней подсолнуха залить 1 л воды, кипятить 20 минут, настаивать 2 часа, процедить через марлю, сложенную в 6 слоев. Пить по 50 мл до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Спорыш. *Настой*: 3 ч. ложки спорыша залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут на водяной бане, Процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Хинин. *Отвар*: мелко нарезать лимон, залить 1 стаканом воды, кипятить, пока жидкость не уварится на половину объёма, процедить. В отвар добавить 1 ст. ложку водки, довести до кипения и тут же всыпать 50 мг порошка хинина. Как только отвар снова начнёт закипать, снять с огня и поставить в прохладное место. Выпить весь отвар утром натощак. Курс: 3-4 дня.

РЕЦЕПТ № 8. Ель обыкновенная. *Настой*: 1 ч. ложку измельчённых еловых шишек залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по глотку в течение дня, лучше всего поближе к вечеру.

РЕЦЕПТ № 9. Кислое молоко (не простокваша) — 1 стакан, чеснок — 1 маленькая головка, чёрный молотый перец — 1 ч. ложка. Все тщательно размешать и выпить залпом.

РЕЦЕПТ № 10. Жареный кофе (мелко смолотый) — 3 ч. ложки, натёртый хрен — 2 ч. ложки. *Отвар*: смесь залить 2 стаканами кипятка, варить 20 Минут, процедить. Пить по % стакана 2 раза в день. Курс: 3-4 дня.

Советы из далёкого прошлого

Уик **Совет № 1.** Лечение тяжёлой формы малярии. Пробить небольшое отверстие в курином яйце, вылить содержимое, осторожно отделить от скорлупы плёнку, чтобы получить неповреждённый мешочек, надеть его на мизинец левой руки, легко забинтовать, чтобы он держался, пока не высохнет. Во время приступа начинаются сильные боли. В забинтованном мизинце боль продолжается, пока идёт приступ. Когда боль прекратится, опустить палец в воду и снять плёнку. Обычно малярия сразу проходит.

Совет № 2. Положить в маленький мешочек 10 г хинина, лечь в постель и положить этот мешочек на грудь на 3-4 часа. Когда хинин всосётся в кожу (его в мешочке не будет), можно встать. Делать процедуру на восходе солнца 5 дней, затем через 2 дня отдыха делать ещё 2 дня. Главное условие: приняв хинин, уснуть.

Мигрень

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- во время приступа приложить грелку к ногам;
- витамин В₁₂: принимать до 400 мг (курс: 1-3 месяца);
- вкладывать в ухо тампон, смоченный соком свёклы;
- наложить за уши и на виски повязку с кислой капустой и обвязать голову полотенцем;
- вдыхать смесь камфорного и нашатырного спирта;
- очищенный скипидар: принимать по 5-15 капель 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Клопогон ветвистый, омела, лобелия, стручковый перец, венерин башмачок (северная орхидея), валериана, хмель, буквица лекарственная, шлемник, мытник хохлатый — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день, разбавляя водой. ...

РЕЦЕПТ № 2. Пассифлора мясо-красная. *Настой:* 3 ст. ложки залить 2 стаканами кипятка, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке, разбавляя водой, 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Имбирь, ягоды боярышника, пассифлора (страстоцвет), стручковый перец, первоцвет — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Окопник, имбирь, перец, желтокорень, чеснок, элеутерококк — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 6. Астрагал шерстистоцветковый. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Ромашка аптечная. *Настой:* 20 г цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 4 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Белая ива. *Отвар:* 1 ст. ложку коры залить 2 стаканами воды, вскипятить, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Вербена лекарственная. *Отвар:* 1 ст. ложку веточек и листьев залить 2 стаканами воды, вскипятить, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Взбить свежее яйцо, положить в стакан, залить его доверху кипящим молоком, быстро размешать и выпить. Курс: несколько дней.

РЕЦЕПТ № 11. Семена тмина или укропа. *Настой:* 1 ст. ложку семян залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. Обливать живот холодной водой с солью или уксусом по 2-3 раза в день. Курс: 3 дня. Каждое утро принимать по 5 капель лавандового масла на кусочке сахара и 8 ягод можжевельника.

Миопатия

РЕЦЕПТ № 1. Сосновые иглы — 5 ст. ложек, плоды шиповника, луковая шелуха — по 2 ст. ложки. *Отвар:* смесь залить 1 л воды, кипятить 10 минут, процедить. Пить тёплый отвар по 0,5-1 л в день вместо воды.

РЕЦЕПТ № 2. Мухомор красный. Красными шляпками гриба плотно заполнить, бутыл, закрыть крышкой и закопать в землю на 40 дней. Затем слить сок и полуистлевшую массу грибов измельчить в кашу. Сделать тесто: 1 ст. ложку кашицы, 5 ст. ложек белой глины и немного тёплой воды. Раскатать из него лепёшку и прикладывать на 1 час к больному месту через день. После снятия лепёшки кожу смазывать настоем алтея. *Настой:* 2 ст. ложки корней алтея залить 1 стаканом холодной кипячёной воды, настаивать 8 часов, процедить.

Через день (дни, когда не применяется лечение мухомором) делать припарки с ромашкой и донником. *Настой:* 1 ст. ложку ромашки и 1 ст. ложку донника жёлтого залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Делать припарки на 15-20 минут. После снятия повязки смазать кожу мазью.

Мазь: порошок из корня Полыни — 1 часть, порошок из чернобыльника — 1 часть, растительное масло — 5 частей.-

В процессе лечения пить соки моркови, свёклы, яблок, огурцов, помидоров. Обязательно употреблять 50-100 г манной каши в день. Пить травяные чаи или отвары с мёдом. Полезен приём целительных ванн из хвои, мяты или берёзовых листьев. Курс: 1 месяц, через 2-3 недели повторить.

Менингит

РЕЦЕПТ № 1. Эхинацея пурпурная. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день в течение 2 недель и затем по $\frac{1}{2}$ стакана 2 раза в день в течение 1 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Мак-самосейка. *Настой:* 1 ст. ложку перетёртого мака залить 1 стаканом горячего молока, настаивать 1 ночь в термосе, процедить. Пить по 70 мл за час до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды. Курс: 10 дней, через каждые 5 дней повторять, всего 4-5 курсов.⁴

РЕЦЕПТ № 4. Корень лопуха, корень ревеня, листья вяза и молочного чертополоха, кресс-салат, щавель — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами воды, вскипятить, настаивать 15-20 минут в тёплом месте, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана перед едой 3 раза в день.

Нарушение менструального цикла

РЕЦЕПТ № 1. Дербенник иволистный. *Настой:* 10 г сырья залить 50 мл кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Аир болотный. Корни, собранные поздней осенью. *Настойка:* 1 часть сырья на 10 частей водки, настаивать 8 дней в тёмном месте, периодически встряхивая, процедить. Пить по 30 капель 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Горец почечуйный. *Настой:* 20 г верхних листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 4. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 15 г сырья залить 200 мл воды, кипятить 15 минут, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 5. Калина обыкновенная. Кора, собранная весной. *Настой:* 10 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 6. Кровохлёбка лекарственная. Корни, собранные осенью. *Отвар:* 15 г травы залить 200 мл воды, кипятить 15 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 5-6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 7. Берёза. Кора, собранная в марте. Заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 8. Крапива двудомная. *Настой:* 10 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Айва. Пить сок айвы по 50-70 мл. 3 раза в день при чувстве жжения во время менструации.

НЕРЕГУЛЯРНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ

РЕЦЕПТ № 1. Хвощ полевой. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. Полынь обыкновенная. *Отвар:* 4-5 корешков залить 750 мл воды, варить 3-5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ - $\frac{2}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Девясил высокий. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить.- Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за час до еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4: Клевер, пижма, ромашка — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить без ограничений, разбавляя кипяченой водой (1:1).

РЕЦЕПТ № 5. Эхинацея пурпурная, лопух, желтокорень, корень одуванчика, перец — в равных частях. • *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

Советы из далёкого прошлого

1% За 3 дня до менструации вложить в ботинки вместо стелек кору берёзы (желательно ходить без носков). Менять кору каждый день.

ДЛИТЕЛЬНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ

РЕЦЕПТ № 1. Хвощ полевой. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Пить при наступлении менструаций по 1 ст. ложке каждые 2 часа, а при завершении цикла — по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Калина обыкновенная. *Отвар:* 1 ст. ложку коры залить 1 стаканом кипятка, кипятить 20 минут, настаивать 5-10 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Земляника лесная. 1. *Настой:* 1 ст. ложку ягод залить 2 стаканами холодной кипячёной воды, настаивать 6-8 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. 2. Соки ежевики, щавеля, черёмухи, кислицы. Смешать любой сок с настоем ягод земляники лесной. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 4. Пить сок крапивы и сок подорожника по 3 ст. ложки 5 раз в день, запивать отваром дубовой коры с цветками шиповника.

СКУДНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ

РЕЦЕПТ № 1. Рута душистая. *Настой:* 4 г сушеной травы залить 300 мл кипятка, держать 15 минут, не допуская кипения, процедить, отжать. Выпить весь настой утром натощак и 6 часов ничего не есть.

РЕЦЕПТ № 2. Дикая гречиха. *Отвар:* 1 ст. ложку зёрен залить 4 стаканом воды, вскипятить, остудить, процедить. Выпить в течение дня..

РЕЦЕПТ № 3. Календула лекарственная. Нижняя часть стебля. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 1 л кипятка, держать 1 ночь в духовке на малом огне, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день.

ОБИЛЬНЫЕ и БОЛЕЗНЕННЫЕ МЕНСТРУАЦИИ

- сок айвы: пить по 50 мл 3 раза в день;
- незрелые апельсины: заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 1. Чернобыльник. *Отвар:* 5 корней залить 1 л воды, вскипятить, настоять 10-15 минут, процедить. Пить по 100 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Бадан толстолистный. *Отвар:* 3 ст. ложки корней залить 1 стаканом кипятка, уварить до половины объёма жидкости, процедить. Пить по 300 капель 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Земляника лесная. *Настой:* 1 дес. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 4. Крапива двудомная. Сок свежих листьев: пить по 1 ч. ложке на $\frac{1}{2}$ стакана кипяченой воды за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 10-12 дней.

РЕЦЕПТ № 5. Мята перечная. *Отвар:* 1 ст. ложку листьев залить 1 стаканом кипятка, вскипятить, процедить. Пить по 1 стакану утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 6. Вишня. *Отвар:* 15 г плодоножек залить 200 мл воды, кипятить 5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 4-5 раз в день.,

ЗАДЕРЖКА МЕНСТРУАЦИИ

РЕЦЕПТ № 1. Пижма обыкновенная. *Настой:* 5 цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Анемона. *Отвар:* 10 г травы с цветками залить 100 мл воды, вскипятить, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Душица обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 0,5 л кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Петрушка кудрявая. 1. Есть семя (плоды) петрушки 0,5-1,5 г 4 раза в день, запивая водой. 2. *Отвар:* 30 г зелени петрушки залить 1 стаканом кипятка, варить 15 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Копытень европейский. Пить порошок травы: $\frac{1}{2}$ ч. ложки на 1 рюмку молока. Принимать 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Лук — 5 головок, чеснок — $\frac{1}{2}$ головки. *Отвар:* залить измельченное сырьё 1 стаканом молока, кипятить, пока не разварится. Добавить 1 ст. ложку сока будры и 0,5 ч. ложки мела. Пить по 1 ст. ложке через каждый час.

РЕЦЕПТ № 7. Календула лекарственная. Нижняя часть стебля. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 1 л кипятка, держать 1 ночь в духовке на малом огне, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Шелуха лука. *Отвар:* 2 кг сырья залить 3 л воды, кипятить до тёмно-красного цвета, процедить. Пить утром натощак по 1 кофейной чашке. Выпить весь отвар.

Надсада (внутренняя травма после подъёма тяжестей)

РЕЦЕПТ № 1. Лапчатка прямостоячая. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 200 мл воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

Насморк

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- пить чай, используя для заварки: липовый цвет, землянику, малину, веточки бузины;
- закапывать в нос:
 - сок каланхоэ, разведённый водой (1:1), по 2-3 капли в каждую ноздрю 3-4 раза в день;
 - сок мать-и-мачехи: по 3-5 капель в каждую ноздрю;
 - сок лимона, разведённый водой (1:1), по 2-3 капли в каждую ноздрю 3-4 раза в день;
 - свекольный сок: по 5-6 капель в каждую ноздрю; 3 ч. ложки сока на 1 ч. ложку мёда, по 3-4 капли в каждую ноздрю;
 - сок алоэ: по 2 капли 3-4 раза в день;
 - свежий сок моркови и мёд (1:1): по 5-6 капель в каждую ноздрю 4-5 раз в день;
- стручковый перец: обернуть ступни ног марлей, смоченной спиртовым настоем перца, надеть носки и лечь в постель;
- нашатырный спирт: нюхать каждые 30 минут то одной, то другой ноздрей (поочередно).

РЕЦЕПТ № 1. Йод. 1. На ночь намазать пятки йодом и надеть тёплые носки. 2. Йод — 5 капель, соль — 2 ст. ложки. Залить 1 стаканом воды и втягивать полученный раствор в нос.

РЕЦЕПТ № 2. Тёртый хрен — 150 г, сок 2 лимонов. Ежедневно принимать по 1 /2 ч. ложки утром и после обеда, 30 минут не запивать водой.

РЕЦЕПТ № 3. Вскипятить подсолнечное масло, положить в него мелко нарезанный лук, процедить через марлю и отжать. Капать в каждую ноздрю по 1 капле 3 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Намочить тонкую ткань керосином, отжать, приложить к подошвам ног, надеть тёплые носки и лечь спать.

СОВЕТ № 2. У живого дерева взять сок и закапывать его в ноздри.

Нарушение обмена веществ

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- 'морская капуста'⁴: есть в сыром виде;
- крыжовник: съедать по 100-200 г плодов в день;
- проросшая пшеница: съедать по 2-3 ст. ложки ежедневно.

РЕЦЕПТ № 1. Лопух большой. *Отвар:* 15 г корней залить 1 стаканом воды, варить 3-5 минут, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Корни лопуха — 25 г, корни Пырея, трава череда, трава вероника лекарственная — по 20 г, фиалка трава — 30 г. *Отвар:* 40 г смеси залить 1 л воды, кипятить 15 минут на тихом огне, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом воды,, вскипятить, процедить/Выпить утром до еды.

РЕЦЕПТ И? 4. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и перед сном. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 4-5 курсов. Можно разводить мумиё с мёдом или молоком (в соотношении 1:20).

Нарушение функций центральной нервной системы

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- крапива двудомная: пить сок по 1 ст. ложке в день;
- *, соль: 1 ч. ложка на 0,5 л воды, обтираться раствором по утрам;
- корень ежевики, душица или мелисса: заваривать и пить как чай.'

РЕЦЕПТ № 1. Кувшинка белая или кувшинка жёлтая: *Настой:* 60 г сушёных семян растереть в порошок, залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Выпить в течение дня в 2 приёма.

РЕЦЕПТ № 2. Аралия маньчжурская. *Настойка:* 1 часть корней на 20 частей водки, настаивать 20 дней, процедить. Принимать по 15-20 капель 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Календула лекарственная. *Настой:* 5 г соцветий залить 100 мл кипятка, настаивать 20-30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Пустырник пятилопастный. *Настой:* 15 г верхних листьев залить 200 мл кипятка, настаивать 40-50 минут в тёплом месте, процедить. Пить по 1 ст. ложке после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Элеутерококк колючий. *Настойка:* 1 часть корней на 5 частей водки, настаивать 20 дней, процедить. Пить по 30 капель 3 раза в день. Курс: 30 дней.

РЕЦЕПТ № 6. Плоды боярышника, корень валерианы, трава зверобоя, трава тысячелистника — по 3 части, цветки боярышника — 2 части. *Настой:* 1 ст. ложку сбора, залить 1 стаканом кипятка, настаивать 5 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Ромашка аптечная. *Отвар:* 50 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 5 минут, процедить, добавить 20 капель сока пустырника. Разделить на 3 части и выпить в течение дня, запивая водой. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 8. Подсолнечник. *Настойка:* 20 г цветков и листьев на 160 мл водки, настаивать 9 дней, процедить. Принимать по 15 капель 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Лист померанца, мята, трилистник, валериана — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 30 минут, настаивать 40-50 минут, процедить. Выпивать по $\frac{1}{2}$ стакана перед сном.

РЕЦЕПТ № 10. Цветки боярышника, трава пустырника, трава сушеницы — по 3 части, цветки ромашки — 1 часть. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана через час после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Сосна обыкновенная. *Отвар:* 1,5 кг сосновых игл, веточек и шишек залить сырой водой, кипятить 30 минут, настаивать 12 часов, процедить и вылить в ванну. Принимать ванну по 20-30 минут 2-3 раза в неделю.

РЕЦЕПТ № 12. Герань душистая. *Отвар:* 1 лист герани залить 200 мл воды, вскипятить, настаивать 10 минут, процедить. Пить по кофейной чашке 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Мумиё. Принимать утром до еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25-28 дней, через 10 дней повторить.

РАССТРОЙСТВО НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

- пчелиная пыльца: принимать по 1 ч. ложке 2-3 раза в день (курс: 1 месяц);
- мёд: завтрак — 30 г, обед — 40 г, ужин — 30 г (курс: 2-3 недели);
- рожь: заваривать и пить как чай;
- свёкла: употреблять в любом виде.

РЕЦЕПТ № 1. Переступень жёлтый. *Отвар:* 20 г корней залить 200 мл воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Подмаренник настоящий. *Отвар:* 40 г сушёной травы залить 1 л кипятка, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Василиск шероховатый. *Отвар:* 50 г травы с корнями залить 1 л воды, уварить до половины объёма жидкости, процедить. Пить тёплый отвар по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3 раза в день. Курс: 5-6 недель.

РЕЦЕПТ № 4. Цикорий обыкновенный. *Настой:* 15 г сухих корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Выпить за день.

РЕЦЕПТ № 5. Синюха, мелисса, валериана — по 1 ст. ложке. *Отвар:* сбор залить 400 мл воды, кипятить 10 минут, настаивать 4 часа, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день и 1 раз — перед сном.

РЕЦЕПТ № 6. Любисток, мелисса, валериана, мята — по 1 ст. ложке. *Отвар:* сбор залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 4 часа, процедить. Пить по 50 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Мята перечная. *Настой:* 5 ст. ложек сырья залить 2 л кипятка, охладить, процедить и вылить в ванну. Принимать ванны по 20-30 минут.

РЕЦЕПТ № 8. Пижма, душица, календула — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 2-3 раза в день. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 9. Мумиё. Принимать утром до-еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей) ПРИ ИСТОЩЕНИИ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 10. Голубая вербена, клопогон ветвистый — по 1 части, девясил — 2 части, шлемник байкальский, лобелия — по 3 части. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, кипятить 3-5 минут, настаивать 25 минут, отжать и процедить. Пить по 30-50 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Аир болотный. *Отвар:* 250 г корней и травы аира залить 3 л воды, кипятить 30 минут, процедить. Отвар вылить в ванну и находиться в ней 25-30 минут.

РЕЦЕПТ № 12. Шалфей лекарственный. *Настой:* 3 ст. ложки листьев шалфея залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут, добавить по вкусу сахар. Выпить в течение дня перед едой.

НАРУШЕНИЯ ПРИ ИНТОКСИКАЦИИ ОРГАНИЗМА

РЕЦЕПТ № 1. Корни одуванчика и жёлтого шавеля — по 2 части, фикус пузырчатый — 1 часть. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. См. рецепт № 9 из предыдущей статьи.

РЕЦЕПТ № 3* Глиняная вода: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды и выпить в течение дня. Курс: 21 день, через 9 дней повторить.

НЕРВНЫЙ РЕБЁНОК

РЕЦЕПТ № 1. Камыш лесной. *Настой:* 3 травинки залить $P/2$ стакана кипятка, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед сном.

РЕЦЕПТ № 2. Укроп душистый. *Настой:* 1 ст. ложку плодов залить $1y^2$ стакана кипятка, настаивать 10-15 минут. Пить по Y_3 стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 3. Тысячелистник обыкновенный. 1 ч. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по Y_3 стакана 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Мумиё. Развести 0,1 г в 10 мл молока и выпить на ночь. Курс: 10 дней, через 5 дней повторять, всего 3-4 курса.



Советы из далёкого прошлого

Купать ребёнка в отваре лесного сена.

Неврастения

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- мёд: 1 ст. ложка на 1 стакан тёплой воды, выпить на ночь;
- экстракт элеутерококка: принимать по 20-25 капель 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Страстоцвет. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день, запивая водой.

РЕЦЕПТ № 2. Лобелия. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 0,5 л воды, настаивать 25 минут, процедить. Пить по Y_3 - Y_2 стакана 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Окопник, полынь, лобелия, алтей, кора дуба, чеснок, дивина, шлемник, толокнянка — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 15 минут, процедить. Пить по y^4 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Укроп душистый. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по Y_2 стакана 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Тысячелистник обыкновенный. *Настой:* 1 ч. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по y^3 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Пустырник — 2 части, цветки ромашки, листья вахты трёхлистной — по 1 части. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по Y_2 стакана за 30 минут до еды 2 раза в день.

и Советы из далёкого прошлого

"чвкку **СОВЕТ № 1.** Есть мясо ежа — варёное, солёное, сушёное.

- ^ УЙ ^ **СОВЕТ № 2.** Смочить рубашку в солёной воде, хорошо отжать, надеть на себя, лечь в постель и хорошо закутаться. Лежать, пока рубашка не высохнет, затем обтереться и надеть чистую рубашку. Делать так 1 раз в 2 недели перед сном. Помимо этого каждое утро обтираться холодной водой.

- Й ^ Г

Неврозы

РЕЦЕПТ № 1. Корень женьшеня (или астрагала). Сварить в воде до состояния кашицы. Принимать по схеме, обязательно запивая водой:

1-я неделя: 1 ч. ложка в день;

2-я неделя: по 1 ч. ложке утром и вечером;

3-я неделя: 2 ч. ложки утром и 1 ч. ложка вечером;

4-я неделя: 2 ч. ложки утром и 2 ч. ложки вечером.

Сделать перерыв в 10 дней и повторить курс.

РЕЦЕПТ № 2. Пижма, душица, календула — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, вскипятить, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 2-3 раза в день. Курс: 2-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Розмарин, полынь, липа — в равных частях. *Отвар:* 1 кг сбора залить 3 л воды, настаивать 10 минут, кипятить 5 минут, процедить. Дать отстояться 10 минут и вылить в ванну, наполненную водой до половины объёма. Принимать ванны по 20-30 минут 1 раз в неделю.

РЕЦЕПТ № 4. Аир болотный. *Отвар:* 250 г корней залить 3 л воды, кипятить 30 минут, процедить и вылить в ванну. Принимать ванны по 20-30 минут 1 раз в неделю.

См. советы в статье «Неврастения».

НЕВРОЗ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЙ

РЕЦЕПТ № 1. Бузина сибирская. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом кипятка, кипятить 15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Боярышник кроваво-красный. 1. *Настой:* 40 г цветков залить 200 мл кипятка, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

2. Зрелые плоды: 20 г залить 200 мл кипятка, заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 3. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 15 г травы залить 200 мл воды, кипятить 15 минут, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 4. Календула лекарственная. *Настой:* 5 г цветков залить 100 мл кипятка, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Пустырник пятилопастный. *Настой:* 15 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 1 ст. ложке после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Растворить 2 ст. ложки мёда в 0,5 л тёплой воды, вылить в ванну и посидеть в ней 30 минут. После ванны, не вытираясь, лечь в постель на 40-50 минут, укрывшись простыней. Затем помыться тёплой водой.

РЕЦЕПТ № 7. Валериана лекарственная. *Настой:* 10 г сухого корня залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 6-8 часов, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Невралгия

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- сварить вкрутую яйцо, разрезать пополам и горячие кусочки приложить к больному месту во время приступа невралгии.

РЕЦЕПТ № 1. Зверобой продырявленный. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 100 мл через 2 часа после еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Клевер красный. *Отвар:* 1 ст. ложку цветков и листьев залить 1 стаканом кипятка, варить 5 минут, процедить. Выпить в течение дня.

НЕВРАЛГИЯ СЕДАЛИЩНОГО НЕРВА (ИШИАС)

- прикладывать к больному месту листья лопуха и крапивы, предварительно замоченные в моче на 8-10 часов;
- прикладывать лепёшки из глины, замешенной на моче, 2-3 раза в день на 50-60 минут, обвязав шерстяной тканью;
- чеснок: съедать 2-3 зубчика в день;
- дикая груша: ветки заваривать и пить как чай.

РЕЦЕПТ № 1. Иглы сосны, листья берёзы — в равных частях. *Отвар:* 2 стакана смеси залить 3 л воды, кипятить 15 минут, процедить. Вылить в таз и посидеть в нём 30-40 минут, процедить. Курс: 10 процедур, через день.

РЕЦЕПТ № 2. Сок плодов чёрной бузины (пересыпанный сахаром), кагор, настой веток дикой груши — в равных частях. Пить по 35 г 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Ромашка, донник — в равных частях. 1. *Отвар:* 1,5 кг сырья залить 3 л воды, настаивать 2 часа, процедить и вылить в ванну. Принимать ванны по 20-30 минут перед сном. 2. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Виноград. Молодая лоза и листья. 1. *Отвар:* 1,5 кг сырья залить 3 л воды, настаивать 2 часа, процедить и вылить в ванну. Принимать ванны по 20-30 минут перед сном. 2. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 10 минут, процедить. Пить по % стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Сосна обыкновенная. *Отвар:* 1,5 Кг сосновых игл, веточек и шишек залить сырой водой, кипятить 30 минут, настаивать 12 часов, процедить и вылить в ванну. Принимать ванны по 20—30 минут перед сном.

НЕВРАЛГИЯ ТРОЙНИЧНОГО НЕРВА

- прикладывать лепёшки из глины, замешенные на моче, на 40-60 минут 3-4 раза в день;
- «жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в течение дня.

РЕЦЕПТ N2 1. Алтей лекарственный. *Настой:* 2 ст. ложки корней залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 8 часов, процедить. Пить по 1 ст. ложке каждые 2 часа, Процедить.

РЕЦЕПТ № 2. Эвкалипт, ромашка, зверобой, одуванчик, мята, хвощ полевой, крапива, мать-и-мачеха — в равных частях. 1. *Отвар*; 3 ст. ложки сбора залить 3 стаканами кипятка, настаивать 15 минут и процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. 2. Порошок яичной скорлупы: принимать по 1 ч. ложке утром и вечером, запивая этим отваром. Курс: 4 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Глиняная вода: 1 ст. ложку глины залить 1 стаканом воды, размешать. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 4. Душистая герань. Сорвать несколько зелёных листьев и приложить к больному месту, сверху накрыть шерстью. Менять листья 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Мумиё. Принимать утром до еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 28 дней, через 10 дней повторить.

НЕВРАЛГИЯ МЕЖРЁБЕРНАЯ

РЕЦЕПТ № 1. Безвременник осенний. *Настой*: 1 часть корней и семян на 12 частей уксуса, настаивать 2 недели, процедить. Использовать для растирания.

РЕЦЕПТ № 2. Безвременник настоящий. *Настойка*: 1 часть корней на 5 частей 60⁹-ного спирта, настаивать 4 недели в тёмном месте, изредка встряхивая. Использовать для растирания.

РЕЦЕПТ № 3. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот Марганцовкой, 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Чёрный тополь. *Отвар*: 3 ст. ложки листовых почек залить 4 стаканами воды, кипятить 5 минут, настаивать 4 часа, процедить. Употреблять для сидячих ванн. Смешать 1 часть отвара с 4 частями свиного жира и делать примочки или растирания. . . . - .

РЕЦЕПТ № 5. Тысячелистник обыкновенный. *Настой*: 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час" в тёплом месте, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Горец земноводный. *Настой*: 1 ч. ложку корней залить 350 мл воды, вскипятить, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Валериана, хмель, буквица лекарственная, шлемник, клопогон, мытник хохлатый, лобелия, перец, венерин башмачок (северная орхидея) — в равных частях. *Отвар*: 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 10-15 минут, настаивать 20-30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером.

Нефрит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- » строгая диета: варёные и сырые фрукты и овощи (морковь, свёкла, репа, брюква);
- ограничить потребление соли;
- потреблять как можно больше жидкости;
- сок сельдерея: пить по 1 ст. ложке 3 раза в день;
- луковая шелуха: пить крутой отвар вместо воды.

РЕЦЕПТ № 1. Девясил высокий. *Отвар:* 10 г сырья залить 100 мл воды, вскипятить, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Арбуз. Срезать тонкий слой зелёной корки арбуза, мелко нарезать и высушить. Употреблять по 5 г порошка до еды 3 раза в день, запивая медовой водой (растворить в $\frac{1}{2}$ стакана воды $\frac{1}{2}$ ч. ложки мёда). Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Хмель обыкновенный. *Отвар:* 10 г шишек хмеля залить 1 стаканом воды, кипятить 10-15 минут, остудить, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Почечный чай, лист подорожника, череда, плоды шиповника — по 15 г, хвощ полевой, тысячелистник — по 10 г, календула — 20 г. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 25-30 минут, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Облепиха. *Отвар:* 20 г молодых веточек залить 1 стаканом воды, кипятить 15-20 минут, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить без ограничений отвар облепихи и есть её ягоды. . . . ;

Средство от наркотической зависимости

РЕЦЕПТ № 1. Овёс. *Настойка:* 100 г молодых растений овса залить 0,5 л водки, настаивать 7 дней, процедить. Принимать по 1 ст. ложке за час до еды 3 раза в день.

Отёки ног

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- полынь: прикладывать к подошвам и икрам ног свежие листья;
- сок тыквы: пить по $\frac{1}{4}$ стакана в день;
- рябина: пить по 100 мл сока свежих ягод с мёдом утром до еды;
- сок клюквы: пить по 100-150 мл утром до еды (курс: 2-3 месяца).

РЕЦЕПТ № 1. Льняное семя. *Отвар:* 2 ст. ложки семян залить 1 л воды, кипятить 10-15 минут, настаивать 1 час в тёплом месте. Для вкуса можно добавить лимонный сок. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана, не процеживая, каждые 2 часа (по 6-8 раз в день). Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Брусника обыкновенная. *Отвар:* 2 ст. ложки листьев залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3. Конопля посевная. *Отвар:* 4 ст. ложки семени залить 1 л воды, кипятить 15 минут, настаивать 1 час в тёплом месте, процедить. Пить горячий отвар по $\frac{1}{2}$ стакана каждые 2 часа (6 раз в день).

РЕЦЕПТ № 4. Смешать 6 желтков и 6 чайных ложек свежего топленого масла, хорошо взбить. Накладывать на отёки, закрепляя повязкой.

РЕЦЕПТ № 5. Натереть на тёрке очищенный картофель и прикладывать к больному месту на 20-30 минут, обернув грубым полотном.

РЕЦЕПТ № 6. Ель обыкновенная. *Настой:* 1 ч. ложку шишек залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить перед сном.

РЕЦЕПТ № 7. Берёза. *Настой:* 2 ст. ложки листьев залить 0,5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 4 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Принимать по 0,5-1 ст. ложки в день порошок из чёрных тараканов, запивая водой. Это эффективное средство также при отёках рук, лица и при брюшной водянке.

СОВЕТ № 2. Расчесать смолистую канатную коноплю в правильные волокна и туго бинтовать ею ноги до колен. Менять паклю при её ослаблении, то есть при спадении отёка на ногах. Носить всё время, пока нога не перестанут отекать.

Обморок



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Зажечь 2 свечи. Одну потушить около ноздрей человека, который находится в обморочном состоянии. Когда дым рассеется, зажечь эту свечу от горящей и вновь потушить около ноздрей. Человек должен вдыхать дым от потушенной свечи, пока не очнётся.

СОВЕТ №2. Положить на солнечное сплетение размятый лист лопуха.

Ожоги

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- смазывать место ожога: заваркой чая, взбитым яйцом, мёдом, маслом облепихи, простоквашей, кефиром, сывороткой;
- ПРИКЛАДЫВАТЬ: кашу из свежих листьев каланхоэ, мякоть тыквы, измельчённую редьку, разогретые пивные дрожжи (4 раза в день), кашу из картофеля;
- лист капусты ошпарить кипятком, остудить и холодным прикладывать к обожжённому месту.

РЕЦЕПТ № 1. Питьевая сода — 1 ч. ложка, оливковое масло — 100 мл. Накладывать смесь ПРИ ОЖОГЕ кислотой ИЛИ ИЗВЕСТИЮ.

РЕЦЕПТ № 2. Измельчённый корень ревеня — 1 часть, мёд — 3 части. Прикладывать смесь к месту ожога.

РЕЦЕПТ № 3. Гречневую муку пожарить до желтизны, добавить воды, замесить тесто. Смазывать поражённые места.

РЕЦЕПТ № 4. Растолочь в порошок 10 таблеток аспирина, смешать со 100 мл растительного масла, держать 30 минут на водяной бане, охладить. Применять смесь несколько раз в день ПРИ СОЛНЕЧНЫХ ОЖОГАХ.

РЕЦЕПТ № 5. Зверобой продырявленный. Свежие соцветия зверобоя (2 ст. ложки на 1 стакан водки) настаивать 20 дней в тёмном и прохладном месте. Смешать 1 часть настойки с 2 частями растительного масла, настаивать 3-5 дней, отжать. Использовать как мазь при ожогах.

РЕЦЕПТ № 6. Свежее несолёное сливочное масло — 100 г, свежие яйца — 2 шт: Смешать и использовать как мазь или в компрессах.

РЕЦЕПТ № 7. Гашёная известь — Дет. ложка, залить 1 л воды, настаивать 8 часов. Затем осторожно, не взбалтывая, слить жидкость. Осадок развести с растительным маслом — в равных частях и размешать до густоты сметаны. Смазывать мазью ожог 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 8. Растительное масло. — 1 ст. ложка, сметана — 2 ст. ложки, свежее яйцо — 1 желток. Все хорошо перемешать. Намазать место ожога толстым слоем мази и перебинтовать. Менять повязку 1 раз в сутки. Использовать при солнечных ожогах и ожогах с волдырями.

РЕЦЕПТ № 9. Глина, мука и льняное семя — в равных частях. Замесить тесто с квасом или сывороткой. Использовать как мазь 4 раза в день.

Советы из далёкого прошлого

>»кл» **СОВЕТ № 1.** Просеять через сито золу Прокалённой иглой проколоть волдыри, выпустить из них жидкость. Кожицу не снимать, посыпать её слоем угольного порошка и наложить повязку. Когда порошок пропитается влагой, поменять повязку, снова засыпав место ожога угольным порошком.

адаЦь.

Ж *

СОВЕТ № 2. Еловая живица — 100 г, свиное сало — 100 г, пчелиный воск — 100 г. Промыть место ожога известковой водой (1 ст. ложка негашёной извести на 1 л воды), затем наложить повязку с мазью. Сменить 3-4 повязки, при тяжёлых ожогах наблюдается поразительный эффект.

ОЖОГ ОТ ЖЕЛЕЗНОГО ПРЕДМЕТА

- немедленно намочить холодной водой и засыпать питьевой содой;
- взбить яйцо и смазать пораженное место;
- прикладывать тёртый картофель или морковь.

РЕЦЕПТ № 1. Крапива двудомная. *Настойка:* 1 часть травы на 10 частей водки, настаивать 14 дней. Прикладывать к месту ожога.

РЕЦЕПТ № 2. Растительное масло — 100 мл нагреть на тихом огне, добавить 50 г воска или прополиса, и, перемешивая, получить однородную массу. Остудить до комнатной температуры, добавить яичный порошок, всё тщательно перемешать. Смазывать место ожога, не забинтовывать.

РЕЦЕПТ № 3. Смешать 6 желтков яиц и 6 ч. ложек свежего топлёного масла, взбить. Приложить к больному месту и забинтовать.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Если образовались волдыри, их надо проколоть стерильной иглой и покрыть кислым ржаным тестом.

СОВЕТ № 2. Обильно смазывать место ожога топлёным говяжьим или бараньим салом, а также прованским, кукурузным или подсолнечным маслом.

СОВЕТ № 3. См. совет № 2 из предыдущей статьи.

Облысение

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- грецкие орехи: съедать по 5-7 шт. в день;
- любисток: втирать в кожу кашицу из корней или листьев;
- хрен: втирать в кожу сок;
- чеснок: втирать в кожу измельчённые зубчики.

РЕЦЕПТ № 1. Земляника лесная. *Настой:* 2 ст. ложки сырья залить 1 стаканом воды, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Малина обыкновенная. 1. *Настой:* 1 стакан плодов малины заварить 1 стаканом кипятка. Пить на ночь. 2. *Настой:* 1 ст. ложку листьев залить 1 стаканом воды, настаивать 5-10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Клевер красный. *Настой:* 20 г цветков, залить 1 стаканом воды, настаивать 5-10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Черёда, черничный лист — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Облепиха. *Отвар:* 20 г молодых веточек залить 1 стаканом воды, кипятить 15-20 минут, настаивать 15-20 минут, процедить. Протирать голову и волосы, пить без ограничений отвар и есть ягоды'.

РЕЦЕПТ № 6. Цветки бессмертника, кукурузные рыльца, трава мяты, цветки календулы — по 10 г, трава крапивы, трава зверобоя, корень лопуха, лист подорожника — по 15 г. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 5-6 часов в термосе, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день, ."

РЕЦЕПТ № 7. Корни лопуха — 30 г, лист крапивы — 70 г. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 5-6 часов в термосе, процедить. Использовать для мытья головы. .

РЕЦЕПТ № 8. Хвощ полевой, семена лопуха, корневище валерианы, цветки лаванды — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 10 минут, охладить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 4 раза в день. .

РЕЦЕПТ № 9. Хмель — 2 части, корень аира — 1 часть. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 25-30 минут, процедить. Использовать для мытья головы 2 раза в неделю. - .. .



Советы из далёкого прошлого

На ночь по 3-4 минуты втирать в кожу золу от морских коньков.

См. статью «Выпадение волос».

Обморожение

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- делать контрастные ванны;
- после восстановления чувствительности поддержать больное место в тёплом несолёном картофельном отваре 30 минут;
- смазывать обмороженное место: соком чистотела (обильно, чтобы сок глубоко проникал в кожу), льняным маслом;
- прикладывать к больному месту: свежую натёртую репу или мазь из печёной репы каждые 4 часа; листья жгучей крапивы 5-7 раз в день; тёртую морковь или красную капусту, смешав с уксусом и снегом.

РЕЦЕПТ № 1. Сельдерей. *Отвар:* 200 г сушёного сельдерея залить 1 л воды, варить 5-7 минут, процедить. Делать ванночку для обмороженного участка тела.

РЕЦЕПТ № 2. Каждый вечер обмывать обмороженный участок тела холодной водой, смазывать гусиным жиром и хорошо укутывать. Курс: 2 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё. Принимать по 0,1 г за 30 минут до еды 2 раза в день, запивая молоком с мёдом. Курс: 10 г мумиё. Делать примочки 3%-ным водным раствором мумиё.

РЕЦЕПТ № 4. Почки черемухи, тополя и берёзы, масло белены, скипидар, спирт — по 1 ст. ложке. Все перемешать и настаивать 21 день. Смазывать обмороженные участки 2 раза в день и тепло укутывать.

Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Смазывать обмороженное место заячьим жиром.

ШГ СОВЕТ № 2. Подсолнечное масло, воск — в равных частях. Вскипятить, остудить и смазывать больное место.

Д' СОВЕТ № 3. Смазывать на ночь обмороженное место камфорно-ихтиоловой мазью.

СОВЕТ № 4. В течение дня периодически обмывать обмороженное место простым вином.

Одышка

РЕЦЕПТ № 1. Чеснок — 16 г, сок 1 лимона, размешать и настаивать 7 дней. Перед употреблением взбалтывать. Принимать перед сном по 1 ч. ложке, запивая $\frac{1}{2}$ стакана воды. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Мёд — 1 л, сок из 10 лимонов, чеснок — 10 головок. Всётпюпустить через мясорубку, настаивать 7 дней в тёплом месте. Принимать по 4 ч. ложки (медленно, одну за другой) 1 раз в день, лучше перед сном. Курс: 2 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Любисток. *Отвар:* 40 г корней залить 1 л воды, настаивать 12 часов, кипятить 5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Выпить отвар в течение дня за 4-5 приёмов.

РЕЦЕПТЕ 4. Лопух большой. *Настой:* 4 ст. ложки сырья залить 1 л кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Растолочь 1 головку чеснока, положить в стеклянную банку, залить 1 стаканом нерафинированного подсолнечного масла, поставить в холодильник на 1 ночь. Перед употреблением взбалтывать. Принимать, размешав 1 ст. ложку масла с 1 ч. ложкой лимонного сока, за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1-3 месяца, через 1 месяц повторить.

РЕЦЕПТ № 6. Полынь. Принимать масло полыни по 1-2 капли на кусочке сахара 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Виноградная водка, оливковое масло, мёд — по 200 мл. Пить по рюмке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Оливковое масло, сок винограда (скороспелых сортов) — по 200 мл. Пить по 25-50 мл 3 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

За час до посещения парилки съесть 50-100 г вареного сердца животного и за 15 минут до входа в парилку выпить 0,5 л кваса.

Квас: 1 стакан желтушника (или адониса), ландыша, наперстянки и шалфея (в равных частях) залить 3 л холодной воды, добавить 1 стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Сбраживать в теплом месте не менее 14 дней, процедить.

После выхода из Парилки сделать массаж тела. Принимать по 0,1 г порошка желтушника или любого растения, входящего в состав кваса. В этот период следует Избегать жареных растительных жиров. Пищу лучше жарить на топленом свином сале или сливочном масле.

Онкологические заболевания

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- морковь: пить сок и смазывать опухоли;
- пчелиная пыльца: принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день, запивая водой;
- маточное молочко: принимать под язык по 1/3 ч. ложки утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 1. Ягоды черники, кошачья мята, горечавка желтая, желтокорень, мирра, пажитник, окопник, жёлтый щавель, зверобой, голубая вербена, корень стартродубки, ягоды лавра, ирландский мох, колючий ясень, ослинник, девясил — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 25-30 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить первые 3 дня по 1/2 стакана 1 раз в день, а затем по 1/3 стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Дивина, лобелия — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настоять 1-2 часа, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Девясил, крапива, шиповник, петрушка, сосновая кора, шелуха арахиса, клюква, кора лимонного дерева, виноградные косточки — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 2 стаканами воды, кипятить 16 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по 100-200 мл в день.

РЕЦЕПТ № 4. Лопух большой. 1. Обложить всё тело листьями лопуха. 2. Корень лопуха, корень девясила, листья березы — по 1 ч. ложке. *Настой:* смесь залить $1\frac{1}{2}$ стакана кипятка, настаивать в термосе 4 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером. Курс: 1 месяц, через 1 месяц повторить.

РЕЦЕПТ № 5. Лист-чистотела, лист дурнишника — по 1 части, цветки календулы — 3-4 части. *Отвар:* сбор залить 1 стаканом кипятка, варить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой.

РЕЦЕПТ № 6. Бузина чёрная. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Вероника полосатая. *Настой:* 4 стебля залить 1 л кипятка, настаивать 3-4 часа, процедить. Пить по 100.мл 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 8. Облепиха крушиновая. 1. *Настой:* 200 г листьев (свежих или сухих) или 300 г веток тщательно вымыть тёплой водой и обдать кипятком. Залить холодной водой, поставить на огонь. Когда вода закипит, проварить 5 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Хранить настой в тёмном прохладном месте и перед употреблением немного подогреть. Желательно выпивать в день до 3-5 литров. 2. *Настой:* 500 г ягод (желательно яркой или оранжевой окраски) помыть остуженной кипячёной водой, отстоять 30 минут и высыпать в керамическую или глиняную посуду, залить 1 кг мёда (желательно гречишного). Настоять в тёмном прохладном месте 1 месяц. На завтрак съесть побольше овощей и фруктов (в любом виде), выпить 50 мл настоя, запить $\frac{1}{2}$ стакана парного молока. Есть ягоды облепихи, настоянные на меду, запивая парным молоком, после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Картофель. Собрать цветы и высушить в тени. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 500 мл кипятка, настаивать 3 часа в термосе, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 1 раз в день. Курс: выпить 4 литра настоя!

РЕЦЕПТ № 10. Смешать в стакане до однородной массы за 30 секунд 30-40 мл нерафинированного подсолнечного масла (тёмного цвета и без сильного запаха) и 30-40 мл водки. Сразу же выпить, пока смесь не разложилась на фракции. Водки ни в коем случае не должно быть больше масла. Пить натощак за 15-20 минут до еды. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 3 курса. Через 3 недели лечение можно повторить, и так до полного выздоровления. Заедать и запивать лекарство запрещается. Отступать от лечения не следует, так как клетки рака гибнут начиная с 3 дня лечения. Весь курс лечения и год после него нельзя пить ни капли другого алкоголя. Во время 'лечения и в перерывах между курсами нельзя применять никаких других методов лечения: химию и лучетерапию, уринотерапию, фитотерапию. Можно принимать соки до 1 стакана в день.

РЕЦЕПТ № 11. Календула лекарственная. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 500 мл 'кипящей воды, настаивать 3 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Корни аира — 10 г, цветки лопуха — 25 г, татарник — 50 г, соцветия и почки чёрного тополя — 50 г. *Настой:* сбор залить 1 л кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 150-200 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Жостер — 2 ст. ложки, ромашка — 1 ст. ложка. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 200 мл кипятка, варить на водяной бане 5 минут, настаивать 40 минут, процедить. Выпить сразу, желательно на ночь.

СРЕДСТВА, РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ВО ВРЕМЯ ЛУЧЕВОЙ И ХИМИОТЕРАПИИ

РЕЦЕПТ № 1. Цветки ромашки, лист подорожника, лист мяты перечной — по 50 г, тысячелистник обыкновенный, зверобой — по 25 г. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 500 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 50 мл каждый час 3 дня. Затем по $\frac{x}{l}$ стакана за 15 минут до еды 4 раза в день и перед сном в течение всего курса лучевой или химиотерапии.

РЕЦЕПТ № 2. Зверобой, лист дуба, лист берёзы — по 1 части, чистотел, мята, корни лопуха, одуванчика, цикория, пырей и крапивы — по 2 части, буквица, репешок обыкновенный, очисток большой, хвощ, кора осины, клевер, полынь, корень девясила, ноготки, донник, плоды шиповника и черноплодной рябины — по 3 части. Можно использовать неполный сбор. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить на тихом огне 5-7 минут, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по $\frac{\%}{\%}$ стакана 3 раза в день, можно подсластить мёдом по вкусу.

РЕЦЕПТ № 3. Сок алоэ, водка, мёд — по 100 мл. Перемешать и хранить в холодильнике. Принимать по 1 ст. ложке утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 4. Цветки ромашки, лист подорожника, лист мяты перечной — по 50 г, тысячелистник обыкновенный, зверобой — по 25 г. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 500 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 50 мл каждый час в течение 3 дней, затем по 100 мл 4 раза в день за 15 минут до еды и перед сном в течение всего курса лучевой или химиотерапии.

СХЕМА ГЛЮКА

I, II, III дни: пить "настой бадана;

IV день: пить настойку чистотела;

V, VI дни: пить настойку софоры японской.

Все дни пить настойку элеутерококка и настойку марьяна корня.

РЕЦЕПТ № 1. Бадан толстолистный. *Настой:* 50 г корней залить 350 мл воды? (60 °С), настаивать 8 часов, не процеживая, хранить в холодильнике. Пить по 1 ст. ложке за час до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Чистотел большой. *Настойка:* 12 г сухой травы залить 0,5 л водки, настаивать 5 дней, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 40 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3: Софора японская. *Настойка:* 200 г плодов залить 0,5 л 56%-ного спирта, настаивать 10 дней в тёмном месте, встряхивая ежедневно, процедить. Принимать по 35 капель за 40 минут до еды 2-3 раза в день. Когда закончится I настойка, плоды снова залить 150 мл 56%-ного спирта, настаивать 14 дней, процедить. Пить так же.

РЕЦЕПТ № 4. Элеутерококк колючий. *Настойка:* 100 г корней залить 500 мл водки, настаивать 10 дней, процедить. Пить по 40 капель за 40 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Марьин корень. *Настойка:* 50 г сырья залить 0,5 л водки, настаивать в тёмном месте 10 дней, не процеживать. Принимать по 30-40 капель за 30 минут до еды 3 раза в день, разводя в небольшом количестве воды.

Профилактика онкологических заболеваний

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ: ·

- съедать по 10-15 зернышек абрикоса, ягод слив или вишен в день;
- применять нижеперечисленные сборы (курс: не менее 5-7 лет, менять сбор через 2-3 года).

РЕЦЕПТ № 1. Вероника, полынь обыкновенная, эвкалипт, дымянка — по 1 части, корень аира, календула, корень кровохлебки, сушеница топяная, хвощ полевой — по 2 части, пастушья сумка, чабрец — по 3 части. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 6 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды. Курс: 1 месяц, через 2 недели повторить.

РЕЦЕПТ № 2. Лист берёзы, омела, цветки пижмы, туя — по 1 части, цветки клевера, зверобой — по 2 части, лист земляники, ромашка — по 3 части, чабрец, плод шиповника — по 4 части. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 5 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды. Курс: 3 месяца, через месяц повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Плоды жостера, зверобой, лист грецкого ореха, полынь горькая — по 1 части, цветки бессмертника, корень валерианы, корень лопуха, спорыш, череда, корень конского щавеля — по 2 части, чабрец, душица, золототысячник, фиалка — по 3 части, крапива — 4 части. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 700 мл кипятка, варить на тихом огне 15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3 раза в день. Курс: 3 месяца.

РЕЦЕПТ № 4. Корень барбариса, цветки бузины чёрной, трава донника, тмин, корень цикория — по 1 части, корень ревеня — 2 части, мята, подорожник, плоды рябины обыкновенной, чабрец — по 3 части. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 1 л воды, настаивать 1-2 часа, кипятить на тихом огне 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц, через 2 недели повторить.

РЕЦЕПТ № 5. Чеснок посевной. *Настойка:* 100 г измельчённых зубчиков чеснока залить 150 мл водки, закрыть бутылку чёрной бумагой, настаивать 14 дней в прохладном месте, процедить. Принимать по 25 капель с рюмкой теплого молока до еды 3 раза в день. Не рекомендуется при язвах ЖКТ.

РЕЦЕПТ № 6. Абрикосы, инжир, предварительно вымоченный в воде изюм, молодые ядра грецкого ореха — в равных частях, 2 измельчённых с кожурой лимона. Всё перемешать и залить мёдом. Принимать по 1-2 ст. ложки смеси перед едой, запивая кефиром.

РЕЦЕПТ № 7. Собрать крапиву на восходе солнца, подержать её в холодной воде 1 час, истолочь в фарфоровой ступе, соединить с толчёным молодым чесноком (по вкусу), добавить шпинат, щавель, петрушку, укроп, варёные яйца. Салат заправить растительным маслом и лимонным соком.

РЕЦЕПТ № 8. Вероника, полынь обыкновенная, эвкалипт, дымянка — по 1 части, корень арфа, календула, корень кровохлёбки, сушеница топяная, хвощ полевой — по 2 части, трава чабрец, пастушья сумка — по 3 части. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 6 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 2-3 раза в день. Курс: 1 месяц, через 2 недели повторить.

РЕЦЕПТ № 9. Лист берёзы, омела, цветки пижмы, туя — по 1 части, цветки клевера, зверобой — по 2 части, лист земляники, ромашка — по 3 части, ягоды шиповника, чабрец — по 4 части. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 5 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 3 месяца, через 1 месяц повторить.

РЕЦЕПТ № 10. Полынь горькая, лист ореха, зверобой, плоды жостера — по 1 части, корень конского щавеля, череда, спорыш, корень лопуха, корень валерианы, цветки бессмертника — по 2 части, душица, золототысячник, фиалка, чабрец — по 3 части, крапива — 4 части. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,7 л кипятка, кипятить на тихом огне 15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 3 месяца, через 1 месяц повторить.

РЕЦЕПТ № 11. Корень барбариса, цветки бузины чёрной, донник, семена тмина, корень цикория — по 1 части, корень ревеня — 2 части, мята, подорожник, плоды рябины обыкновенной, чабрец — по 3 части. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 1 л воды, настаивать 2 часа, кипятить на тихом огне 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц, через 2 недели повторить.

Средства, оказывающие противоопухолевое действие

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- свёкла: есть в сыром виде и пить сок по 150-200 мл в день;
- употреблять протёртые с сахаром или свежие ягоды калины, чагу, сок редьки чёрной, лук, чеснок и элеутерококк.

РЕЦЕПТ № 1. Лист эвкалипта, ягоды можжевельника, корень аира — по 1 части, корень шиповника, лист черники, трава полыни обыкновенной, трава пастушьей сумки, корень кровохлёбки, лист брусники — по 2 части, трава хвоща полевого, корень вероники — по 3. части, трава сушеницы топяной, цветки календулы, трава дымянки — по 4 части. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 0,7 л кипятка, настаивать 1 ночь в термосе. Выпить тёплый настой за 20-30 минут до еды за 3-4 приёма. Курс: 1 месяц, через 14 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 2. Корень лапчатки прямостоячей, цветки клевера — по 1 части, корень солодки, ягоды шиповника, цветки ромашки, цветки пижмы и земляники, лист берёзы — по 2 части, туя, омела, боярышник — по 3 части, чабрец, цветки лабазника, буквица — по 4 части: *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 0,7 л кипятка, настаивать 1 ночь в термосе, процедить. Выпить тёплый настой за 20-30 минут до еды за 3-4 приёма. Курс: 1 месяц, через 14 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Корень девясила — 1 часть, ягоды шиповника, петрушка, корень алтея — по 2 части, шишки хмеля, плоды мордовника, кора крушины, будра — по 3 части, чистотел, крапива — по 4 части, татарник — 5 частей. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 0,7 л кипятка, настаивать 1 ночь в термосе, процедить. Выпить теплый настой за 20-30 минут до еды за 3-4 приёма. Курс: 1 месяц, через 14 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 4. Полынь горькая, корень валерианы — по 1 части, череда, корень конского щавеля, фиалка, крапива, душица — по 2 части, спорыш, лист грецкого Ореха, плоды жостера — по 3 части, корень лопуха, золототысячник, цветки бессмертника — по 4 части, зверобой — 5 частей. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 0,7 л кипятка, настаивать 1 ночь в термосе, процедить. Выпить тёплый настой за 20-30 минут до еды за 3-4 приёма. Курс: 1 месяц, через 14 дней повторить.

РЕЦЕПТ III 5. Семена тмина, плоды рябины обыкновенной, слоевище ламинарии — по 1 части, корень ревеня, мята, корень барбариса — по 2 части, корень шалфея, корень шиповника, зверобой, донник, цветки бузины чёрной — по 3 части, семена цикория, подорожник, кипрей — 4 части. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 0,7 л кипятка, настаивать 1 ночь в термосе, процедить. Выпить тёплый настой за 20-30 минут до еды за 3-4 приёма. Курс: 1 месяц, через 14 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 6. Чабрец, иссоп аптечный, плоды боярышника, карраген, коровяк, женьшень, розмарин, эхинацея пурпурная — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 7-10 минут, настаивать 1 час, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана за 20 минут до еды 2 раза в день. Курс: 1 месяц.

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ РАКА

РЕЦЕПТ № 1. Болиголов пятнистый. Используют свежесорванные соцветия и незрелые семена. *Настойка:* верхушки соцветий уложить в сосуд, залить спиртом: на 500 мл 40-50%-ного спирта 1 стакан незрелых свежесорванных семян, настаивать 7 дней, взбалтывая 2-3 раза, процедить. Принимать «горкой»: первый курс каждый день прибавлять по 1 капле, пока их количество не дойдёт до 20 капель в день, затем по тому же принципу убавлять по капле. Второй курс: по принципу «горки» довести приём до 40 капель. Капли разводить в тёплой кипяченой воде: до 20 капель залить $\frac{1}{2}$ стакана воды, более 20 капель залить 1 стаканом воды.

РЕЦЕПТ № 2. Вех ядовитый (омег ядовитый). *Настойка:* 10 г сухих корней залить 500 мл водки, настаивать 7 дней. Принимать «горкой»: первый курс каждый день прибавлять по 1 капле, пока их количество не дойдёт до 20 капель в день, затем по тому же принципу убавлять по капле. Второй курс: по принципу «горки» довести приём до 40 капель.

РЕЦЕПТ № 3. Мухомор красный. Шляпки мухомора без ножки плотно уложить в трёхлитровую бутылку, закрыть капроновой крышкой и закопать на 1 метр в землю. Достать через 40 дней и процедить через 3-4 слоя марли. Получится 0,5-1 л тёмно-коричневой жидкости, которую можно консервировать: 1 часть

спирта на 4 части жидкости. Лечебные свойства сохраняются до 2 лет. Принимать «горкой»: начинать лечение с приёма 1 капли в день, увеличивать на 1 каплю ежедневно до 20-30 капель. На этой дозе курс лечения продолжается 1-2 месяца. После перерыва 7-10 дней схема повторяется.

РЕЦЕПТ № 4. Аконит (борец). *Настойка:* 10 г корней залить 500 мл 40-50%-ного спирта, настаивать 2 недели, процедить. Принимать по принципу «горки» (см. рецепт № 1) до 40-45 капель.. .

РЕЦЕПТ № 5. Алкания крупнокорневая. *Настойка:* 10 г корней залить 500 мл водки, настаивать 2 недели, процедить. Затем принимать настойку внутрь, начав с 1 ч. ложки в денны постепенно довести до 1 ст. ложки в день. Можно принимать как болиголов по принципу «горки».

РЕЦЕПТ № 6. Зелёные грецкие орехи. *Настойка:* 70—80 шт. зелёных плодов залить в трёхлитровой бутылки с очищенным керосином (авиационным), не доливая доверху на 4 пальца, закрыть металлической крышкой. Закопать в землю на глубину 70 см на 3 месяца, процедить. Пить по 1 ч. ложке за 20 минут до еды 2-3 раза в день. Курс: 1-3 месяца.

РЕЦЕПТ № 7. Лопух большой. *Настой:* залить соком лопуха трёхлитровую банку, настаивать до получения 2 слоев, верхнего и нижнего. Зелень убрать и вместо неё добавить такое же количество мёда, приблизительно 1 л мёда на 2 л сока. Закрывать металлической крышкой и закопать на 60 дней в землю. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Бадан толстолистный. *Настой:* 50 г сырья залить 350 мл кипячёной воды температурой до 60 °С, настаивать 8 часов в тёплом месте, процедить. Хранить в прохладном месте. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Чистотел большой. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 200 мл горячей кипяченой воды, закрыть крышкой и держать на водяной бане 25 минут, процедить. Добавить кипячёной воды до объёма 200 мл. Хранить в прохладном месте не более 2 дней. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за ,25 минут до еды 3 разав день.

РЕЦЕПТ № 10. Чага (берёзовый гриб). *Настой:* кусок сухого гриба залить тёплой кипячёной водой на 4 часа, затем пропустить его через мясорубку. 1 часть порошка залить 5 частями воды температурой 50 °С, настаивать 48 часов в тёмном прохладном месте, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Ярутка полевая (жабная трава, клоповник). *Настой:* 1,5 ст. ложки высушенной травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 4 часа, процедить. Пить по 1 ч. ложке через каждые 3 часа.

РЕЦЕПТ № 12. Ряска маленькая. *Настойка:* 1 ч. ложку свежей травы залить 50 мл водки, настаивать 4 дня, процедить. Пить по 15-^20 капель в 50 мл воды 3 раза в день. Можно порошок ряски маленькой смешать с мёдом и принимать по 2 г в день.

РЕЦЕПТ № 13. Пион уклоняющийся (марьин корень). *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 3 стаканами кипятка, настаивать в закрытой посуде 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 15-20 минут до. еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 14. Подмаренник настоящий (медовая трава, грудник). *Настой:* 1 ст. ложку сухой травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить тёплый настой по $\frac{1}{4}$ стакана за 15 минут до еды 3 раза в день. Кашицу из свежей травы прикладывать при опухолях, примочки из свежего сока при раке кожи.

РЕЦЕПТ № 15. Подмаренник цепкий (геморройная трава/липучка). Принимать по 1 ст. ложке сока за 15 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 16. Соланин — это ядовитая зелень с поверхности картофеля, полежавшего на солнце. *Настойка:* налить в посуду немного водки (это предотвращает окисление соланина), затем соскоблить с поверхности картофеля зелёную часть и заполнить ею посуду на $\frac{1}{3}$, после чего доверху залить водкой. Плотно закрыть, настаивать в тёмном прохладном месте 10 дней, периодически встряхивая. Принимать по той же схеме, что и болиголов.

Опухоль

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- делать сахарные примочки густым сиропом, часто менять;
- рябина: утром натощак пить по 100-150 мл сока ягод, а также использовать его для примочек;
- свёкла: пить сок по 200-300 мл в день;
- прикладывать лепёшки из глины, замешенной на моче;
- чечевица: пить отвар без ограничений. -

РЕЦЕПТЫ? 1. Чемерица Лобеля. *Отвар:* 0,5 ч. ложки корней залить 200 мл кипятка, вскипятить, настаивать 20 минут,, процедить. Натирать больное место.

РЕЦЕПТЫ? 2. Кедровые орехи, толокнянка, желтокорень, дивина, перец. — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, варить на тихом огне 10-15 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Спорыш. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30 минут на водяной бане, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 4. Мумиё. Принимать утром до еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТЫ? 5. При наружной опухоли Прикладывать на вате к поражённому месту препарат АСД — фракция 3 (купить у ветеринаров). Можно наносить кисточкой по несколько раз в день. Опухоль выгорает. Затем, после подавления очага, смазывать участок слабым раствором сулемы до полного выздоровления. •

ОПУХОЛЬ СУСТАВОВ

РЕЦЕПТЫ? 1. Осинные почки. *Отвар:* 20 г сырья залить 200 мл воды, вскипятить, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1-2 ст. ложки за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

ОПУХОЛЬ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

РЕЦЕПТ III 1. Ряска маленькая. 1. *Настойка:* 1 ч. ложку сырья залить 50 мл водки, настаивать 4 дня, процедить. Пить по 15-20 капель на $\frac{1}{4}$ стакана воды 3 раза в день, 2. Порошок ряски, мёд — в равных частях. Принимать по 2-3 г в день.

ОПУХОЛЬ-ЯИЧЕК у МУЖЧИН

РЕЦЕПТ № 1. Лопух большой. Мелко измельчить корень лопуха, залить равным количеством сметаны, поместить в стеклянную посуду, закрыть крышкой и закопать в землю на 7 дней. Прикладывать на больное место: пойдёт гной и наступит исцеление.

ОПУХОЛЬ ПОЗВОНОЧНИКА

РЕЦЕПТ II? 1. Календула лекарственная. *Отвар:* 10 г цветков залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1-3 ст. ложки 3 раза в день.

Опухоль СЕЛЕЗЁНКИ

РЕЦЕПТ № 1. Марена красильная. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ II? 2. Мумиё. Принимать утром до еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

ОПУХОЛЬ МОЗГА

РЕЦЕПТ № 1. Календула, корни земляники лесной, цветки бессмертника — по 3 ст. ложки, марьян корень — 0,5 ч. ложки. *Отвар:* 2 ст. ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, вскипятить, процедить. Съесть по 3 ст. ложки пророшенных зёрен кукурузы, запивая отваром, 3 раза в день.

ОПУХОЛЬ ЖЕЛУДКА

РЕЦЕПТ № 1. Хвощ полевой. *Отвар:* 3 ст. ложки травы залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 10 минут, процедить. Выпить в течение дня, разделив на дозы.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

ОПУХОЛЬ ПЕЧЕНИ

РЕЦЕПТ № 1. Хвощ полевой. *Отвар:* 3 ст. ложки травы залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 10 минут, процедить. Выпить в течение дня, разделив на дозы.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

ОПУХОЛИ НЕРВНЫХ ВОЛОКОН

РЕЦЕПТ № 1. Лобелия. *Отвар:* 1 ст. ложку головок залить 1 стаканом воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по u_4 стакана в день.

РЕЦЕПТ № 2. Корень лопуха, корень ревеня, вяз, чертополох (молодой), кресс-салат, красный клевер, фикус пузырчатый — в равных частях. *Отвар:* 21 г смеси залить 1 л воды, закрыть крышкой и варить на тихом огне 10 минут, настаивать 12 часов, добавить 240 мл кипяченой воды, довести до кипения, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 60 мл на 60 мл кипяченой воды за час до завтрака и через 2 часа после ужина.

Опрелость

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- присыпать больное место: порошком древесины дуба, изъеденного жучками-вредителями;
порошком высушенных ягод шиповника;
порошком листьев гречихи посевной.

Остеохондроз

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- мать-и-мачеха: есть листья с солью;
- употреблять в пищу: сок чёрной редьки, хрящи, холодец;
- обтирать больные места багульником, настоянным на уксусе.

РЕЦЕПТ № 1. Лопух большой. *Отвар:* 15 г корней залить 200 мл воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Кора дуба, корень окопника, полынь, скорлупа грецкого ореха, алтей, кора белой ивы, коровяк, хвощ полевой — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Кора белой ивы, лобелия, гортензия, вяз, лопух, люцерна, окопник, клопогон, стручковый перец — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 6,5 л воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить в течение 2 недель по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день, затем 1 месяц — по $\frac{1}{3}$ стакана 2 раза в день **ДЛЯ СНЯТИЯ БОЛЕВОГО СИНДРОМА.**

РЕЦЕПТ № 4. Ирис солелюбивый. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по u_2 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ И? 5. Бузина. 1. Заполнить 3-литровую банку цветками (без корзинки), залить сахарным сиропом (приготовленным на воде 1:1), настаивать 36 часов, кипятить на тихом огне 20 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Применять в виде компрессов. 2. Делать компрессы отваром веток и коры бузины.

РЕЦЕПТ № 6. Сок алоэ — 50 г, мёда — 100 г, водка — 150 мл. Перемешать и хранить в тёмном месте. Использовать на ночь для компрессов..

РЕЦЕПТ № 7. Шишки хмеля — 2 ст. ложки, полынь горькая, чабрец — по 1 ст. ложке, корень валерианы, корень одуванчика — по 4 ст. ложки, тысячелистник — 7 ст. ложек. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, варить 5 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 5-6 раз в день..



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1, Взять 300 г желчи животного, 200 мл камфорного спирта, 3 стручка горького перца. Всё перемешать, положить в стеклянную банку, закрыть, настаивать 7 дней. Перед употреблением взбалтывать. Использовать для компрессов от 2 до 6 часов, процедить. Курс: 5-10 процедур.

СОВЕТ № 2. Медные пластины прокалить на сковороде 10-20 минут, остудить и очистить наждачной бумагой. Затем опустить на 1 час в раствор поваренной соли (1 ст. ложка соли на 1 стакан воды), высушить. Прикладывать к больному месту.

СОВЕТ № 3. Кусок фланелевой или холщовой ткани смочить в керосине. Положить ткань на пленку и водить по поверхности хозяйственным мылом, пока не образуется блестящий слой. Компресс положить на больное место ненамышленной стороной, сверху закрыть целлофаном и тёплым платком. Держать от 30 минут до 3 часов, в зависимости от переносимости.

Остеопороз

РЕЦЕПТ № 1. Окопник, люцерна — в равных частях. *Отвар:* 20 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 1-3 минуты, настаивать 30 минут, процедить. Пить по УГ-УГ стакана 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Земляные орехи, кора дуба, корень окопника, полынь горькая, скорлупа грецкого ореха, алтей, коровяк, лобелия, шлемник — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 1 час, процедить. Пить по Уз стакана после еды, запивая водой, 2 раза в день (при хорошей переносимости — 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Порошок из панцирей рака или краба — до 10 г в день. Разделить на равные дозы и принимать перед едой, запивая водой.

Отложение солей

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

сельдерей: пить сок по 2 ст. ложки 3 раза в день;

липа: ошпарить кипятком листья и прикладывать к больному месту;

агава: принимать спиртовую настойку из свежих листьев по 20 капель 3 раза в день;

сабельник болотный: корни заваривать и пить как чай;

подорожник: спать на листьях;

лопух: прикладывать к больным местам листья обратной стороной;

при сильных болях: прикладывать компресс из чёрной редьки или чеснока;

лебеда: прикладывать лист, истолчённый с мёдом.

РЕЦЕПТ № 1. Осиновая кора, дубовая кора — по 1 кг. *Отвар:* 100 г смеси залить 0,5 л воды, кипятить 20-30 минут, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 2. Белая акация. *Настойка.* 2 стакана цветков белой акации (или цветков картофеля) залить 0,5 л спирта, закопать в землю, настаивать 10 дней, процедить. Протирать суставы.

РЕЦЕПТ № 3. Рис. Замочить 1 стакан риса в 0,5 л кипяченой воды на 12 часов, затем сварить без соли. Съесть всё за 3 часа до завтрака. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 4. Брусника обыкновенная. *Отвар:* 15 г листьев залить 3 стаканами кипятка, кипятить 5 минут, остудить, процедить. Пить без ограничений.

РЕЦЕПТ И? 5. Толокнянка, ягоды можжевельника, кукурузные рыльца, петрушка, земляной орех, семена арбуза — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить утром по 1/3 стакана после еды.

РЕЦЕПТ № 6. Осинные почки. *Отвар:* 20 г сырья залить 200 мл воды, вскипятить, настаивать 5-7 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Сирень. *Настойка:* 100 г молодых листьев сирени залить 1 л водки, настаивать в тёмном шкафу 14 дней, процедить. Пить по 30-50 капель 3 раза в день, использовать для растираний.

РЕЦЕПТ № 8. Бузина красная. *Настойка:* заполнить посуду ягодами на $\frac{3}{4}$ объёма, залить спиртом, настаивать 7 дней, процедить. Смазывать на ночь больные места.

РЕЦЕПТ Ы? 9. Софора японская. *Настойка:* 50 г плодов или цветков софоры на 0,5 л водки, настаивать 1 месяц, процедить. Пить по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Омела белая. *Настой:* 1 ч. ложку порошка омелы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3-4 часа в термосе, процедить. Пить по 2 ст. ложки за 15-20 минут до еды 3-4 раза в день. Курс 3-4 месяца.

РЕЦЕПТ Ш 11. Подсолнечник. *Отвар:* 1 стакан сушёных корней залить 3 л воды, кипятить на малом огне 3 минуты, процедить, отжатые корни не выбрасывать. Выпить всё в течение 2-3 дней. Эти же корни залить 3 л воды, кипятить 5 минут, процедить, отжатые корни не выбрасывать. Выпить всё в течение 2-3 дней. Третий раз эти же самые корни залить 3-л воды, варить 15 минут, процедить. Выпить отвар за 2-3 дня. После этого взять новую порцию корней. Курс: 1 месяц, в этот период исключить острую и солёную пищу.

РЕЦЕПТ-Ы? 12. Коровяк (медвежьих ушки). *Настойка:* 50 г цветков на 200 мл водки, настаивать 10 дней, процедить. Использовать для растираний.

РЕЦЕПТ № 13. Соль — 100 г, сухая горчица — 50 г. Добавить керосин, чтобы получить консистенцию сметаны. Втирать (досуха) в больное место на ночь.

РЕЦЕПТЫ? 14. Полынь цитварная. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 300 мл кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Использовать для компрессов.

РЕЦЕПТ № 15. Порошок лаврового листа — 6 частей, листья можжевельника — 1 часть, сливочное масло — 12 частей. Использовать мазь как обезболивающее средство.

РЕЦЕПТ № 16. Лавр благородный. *Отвар:* 5 г лаврового листа залить 300 мл воды, кипятить 8 минут, настаивать в термосе 2 часа, отжать, процедить. Выпить в течение дня по 1 ст. ложке за приём. Курс: 3 дня, через 7 дней повторить. При сильной зашлакованности позвоночника и суставов проводить лечение 1 раз в месяц.

РЕЦЕПТ № 17. Порошок шишек хмеля — 1 ст. ложка, сливочное масло — 1 ст. ложка. Использовать для растираний.

РЕЦЕПТ № 18. Овёс. *Отвар:* 1 стакан зерна залить 1 л воды, кипятить, пока не уварится $\frac{1}{2}$; часть жидкости, процедить. Принимать, добавив мёд, по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 19. Мёд — 1 стакан, соль — 1 ст. ложка, сок редьки — $\frac{1}{2}$ стакана, водка — 0,5 л. Всё перемешать. Принимать перед сном по 50 мл и растирать больные места.

РЕЦЕПТЫ? 20. Хрен, картофель — по 150-200 г, мёд — 2 ст. ложки. Натереть на тёрке картофель и хрен и смешать с мёдом. Смазать жиром больные места, наложить смесь (слоем толщиной с палец), накрыть плёнкой или бумагой, обвязать шерстяным платком. Делать несколько раз до исчезновения боли.

РЕЦЕПТЫ? 21. Горчица и камфора в порошке — по 50 г, спирт — 10 г, сырой яичный белок — 100 г. Налить в чашку спирт, растворить в нём камфору всыпать горчицу и размешать, "добавить белок и ещё раз всё перемешать. Вечером перед сном втирать в больные места, но не досуха — взять мокрую ткань и стереть остатки мази.

РЕЦЕПТЫ? 22. Сок редьки — 2 стакана, водка — 1 стакан, вода — $\frac{1}{2}$ стакана. Всё перемешать. Использовать для растираний.

РЕЦЕПТЫ? 23. Одуванчик лекарственный. *Настойка:* заполнить литровую банку цветами, залить водкой, настаивать 12 дней в тёмном месте, процедить. Втирать в суставы в течение 5 минут перед сном и на ночь, после чего тепло обернуть.

РЕЦЕПТЫ? 24. Мёд — 1 ст. ложка, мелкая соль — 1 ст. ложка. Перемешать, нанести на льняной лоскут, наложить на больное место, накрыть клеёнкой и укутать шерстью.

РЕЦЕПТЫ? 25. Мёд, пшеничная мука — в равных частях. Распарить ногу в горячей воде в течение 15 минут, наложить лепёшку из смеси, накрыть целлофаном и тепло укутать! Курс: 8—10 дней ПРИ ШПОРАХ пяточной кости.

РЕЦЕПТЫ? 26. Грецкий орех. *Настойка:* 1 стакан перегородок залить 0,5 л водки, настаивать 18 дней, процедить. Принимать по 20-30 капель, запивая водой,, 2-3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТЫ? 27. Кора берёзы — 1 кг, кора осины, кора дуба — по 100 г. *Отвар:* смесь залить 1 л воды, уварить на $\frac{1}{2}$ от начального объёма жидкости, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Вначале могут быть боли, но затем наступит улучшение.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Разогреть в духовке крупный речной песок, насыпать в мешок и приложить к больному месту.

СОВЕТ № 2. Разрезать пополам головку лука (или головку чеснока), на каждую половинку капнуть по нескольку капель дегтя, приложить, к больному месту и перевязать.

СОВЕТ № 3. Мухомор красный. Настой: изрезать на кусочки 3-4 красных мухомора, залить 2-3 л кипятка, чуть-чуть охладить, процедить. Парить отваром больные места.

СОВЕТ № 4. Заполнить литровую стеклянную банку красными дождевыми червями до половины объёма, залить их водкой. Закрывать банку толстой бумагой, 7 дней держать на солнце, процедить. Втирать настойку перед сном.

СОВЕТ № 5. Положить в глиняный горшок сливочное деревенское масло слоем 1-1,5 см, покрыть его таким же слоем берёзовых почек. Поставить на 1 сутки в хорошо протопленную печь. Вынуть из печи, выжать масло и добавить 7-8 г порошка камфоры. Этим составом растирать на ночь больные места.

СОВЕТ № 6. Подсолнечное масло, керосин — по 125 мл, красный перец — 5 стручков. Всё перемешать, настаивать 10 дней, периодически взбалтывая, процедить. Втирать в больные места на ночь, утром надеть тёплое шерстяное белье.

Отит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- вложить в ухо:
 - лист душистой герани на 10-15 минут;
 - фитиль с раствором 0,2 г мумиё на 20 мл воды, 2-3 раза в день и на ночь;
 - фитиль/смоченный соком ягод можжевельника;
- закапывать в ухо:
 - 2-3 капли облепихового масла 2-3 раза в день;
 - густой сок семени льна;
 - сок сосны, ели или берёзы (при нагноении).

РЕЦЕПТ ЛУ- 1. Чабрец, иссоп аптечный, плоды боярышника, карраген, коровяк, розмарин, женьшень, эхинацея — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 20 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Аир болотный. *Настойка:* 10 г корней залить 100 мл водки; настаивать 8 дней в тёмном месте, процедить. Принимать по 30 капель 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. 10 г прополиса на 100 мл 70%-ного спирта, настаивать 10 дней, процедить. Использовать на тампонах или закапывать в ухо по 2-3 капли.

РЕЦЕПТ № 4. Малина обыкновенная. Корни, выкопанные осенью. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 1 л воды, настаивать 12 часов, процедить. Пить по $\frac{3}{4}$ стакана 2 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 5. Выжать сок из печёной луковицы, добавить немного льняного или сливочного масла. Закапывать в ухо при нарывах и нагноении.

РЕЦЕПТ № 6. Шиповник. *Отвар:* 2 ст. ложки плодов залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Смешать отвар с соком сырой моркови, добавить немного сливок. Закапывать по 2-3 капли 3-4 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

„СОВЕТ № 1. При нагноении в ухе вкладывать фитиль из овечьей шерсти, смоченный в деревянном масле, 2-3 раза в день и на ночь.

СОВЕТ № 2. Мука пшеничная, толокно овсяное – в равных частях, камфорный спирт, разведённый водой (1:2). Добавить взбитое куриное яйцо и 1 ч. ложку льняного семени. Сделать в середине лепёшки отверстие для ушной раковины и на ночь обложить больное ухо, прикрыть невыделанной заячьей шкурой (мездрой к телу) и укутать шерстяным платком.

Отравление

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- промыть желудок слабым раствором марганцовки, вызывать рвоту; пока не начнёт выделяться чистая вода;
- по вечерам держать ноги в тёплой воде, постоянно подливая горячую воду;
- взбить в пену яичный белок, смешать с молоком и выпить;
- с целью уменьшения всасывания яда организмом принимать взвесь активированного угля: 2-3 ч. ложки порошка смешать с водой и выпить; при этом желательно сделать очистительную клизму;
- ПРИ ОТРАВЛЕНИИ ГРИБАМИ: съесть 3-5 ст. ложек мёда, разведённого в прохладной воде;
- ПРИ ОТРАВЛЕНИИ УГАРНЫМ ГАЗОМ:
каждый час принимать по 1 ч. ложке порошка древесного угля вместе с овсяным отваром;
выпить залпом рвотное средство: 1 ч. ложку порошка горчицы на 1 стакан тёплой воды;
- ПРИ ОТРАВЛЕНИИ РЫБОЙ: 1 ст. ложку анисовой водки залить 1 стаканом воды и выпить.

РЕЦЕПТ № 1. Водка — 50 мл, соль — 1 ч. ложка. Размешать и выпить, ЧТОБЫ ПРЕКРАТИТЬ РВОТУ. ПРИ ОТРАВЛЕНИИ КОНСЕРВАМИ ИЛИ ЯГОДАМИ: приём водки с солью чередовать каждые 15 минут с приёмом сока 1 апельсина.

РЕЦЕПТ № 2. Кора дуба — 2 ст. ложки, клевер луговой, хвощ полевой — по 5 ст. ложек. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 1 л воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 100 мл каждые 2 часа.

РЕЦЕПТ № 3. Свежие сливки — 1 л, ромашка — 7 ст. ложек. *Отвар:* смесь кипятить 5 минут, настаивать 1 час, процедить. Выпить сразу 300 мл, а затем — по 200 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Мята перечная, лавр благородный — по 4 ст. ложки, зорька лекарственная, любисток — по 2 ст. ложки. 1. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по 50 мл 4-6 раз в день ПРИ ОТРАВЛЕНИИ АЛКОГОЛЕМ. 2. *Настойка:* 3 ст. ложки сбора на 0,5 л водки,

настаивать 3 дня, процедить. Пить по 30 капель 3 раза в день. Если состояние тяжёлое, будет рвота, не пугайтесь. В первый день после улучшения пить водный отвар.

РЕЦЕПТ № 5. Пырей ползучий, семя льна, ятрышник мужской — по 3 части, почки берёзы — 2 части, паслён дольчатый — 1 часть. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 1 л кипятка, варить 3-5 минут, процедить. Пить по 50 мл каждые 30-40 минут.

РЕЦЕПТ № 6. Порошок из панцирей рака или краба — до 10 г в день. Разделить на равные дозы и принимать перед едой, запивая водой.

ПРИ ОТРАВЛЕНИИ РТУТЬЮ

РЕЦЕПТ № 1. Лист грецкого ореха — 5 ст. ложек, хвощ полевой — 7 ст. ложек. *Отвар:* 2 ст. ложки залить 1,2 л воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 100 мл каждые 2 часа 6 раз в день.

ПРИ ОТРАВЛЕНИИ КИСЛОТАМИ

РЕЦЕПТ № 1. Тимьян ползучий, коровяк скипетровидный, сушеница топяная — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 1,2 л воды, вскипятить, процедить. Пить по 1 ст. ложке 10 раз в день.

ПРИ ОТРАВЛЕНИИ СТРОНЦИЕМ, КОБАЛЬТОМ

РЕЦЕПТ № 1. Хвощ полевой — 4 части, подсолнечник — 5 частей. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 800 мл воды, вскипятить, процедить. Пить по 100 мл 4 раза в день.

ПРИ ОТРАВЛЕНИИ УГАРНЫМ ГАЗОМ

РЕЦЕПТ № 1. Ягоды брусники — 200 г, клюква — 100 г. *Настой:* ягоды растереть, залить 300 мл кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 50 мл 6 раз в день.

Ожирение

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- употреблять (в виде салатов, отваров, настоев) растения, содержащие горечи: тысячелистник, водяной перец, полынь, горчица, одуванчик, ястребинка, софора японская, желтушник;
- ежедневно употреблять горчицу;
- уксус 9%-ный: принимать по 1 ст. ложке во время еды с жидкой пищей;
- яблочный, вишневый или грушевый соки: от 250 до 500 мл в день;
- девясил высокий: отвар значительно снижает риск ожирения.

РЕЦЕПТ № 1. Цикорий обыкновенный. *Настой:* 2 ст. ложки корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. Фенхель, желтокорень, вяз, анис, мята, ромашка — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, варить на тихом огне 5-7 минут, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ - $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ ЛУ- 3. Эхинацея, желтокорень, лопух, корень одуванчика, перец стручковый — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, варить на тихом огне 5-7 минут, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{y}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Порошок из панцирей краба или рака — до 10 г в день. Разделить на равные дозы и принимать перед едой, запивая водой.

РЕЦЕПТ № 5. Порошки льняного семени, чернослива и яблок, алтей аптечный, горечавка, артишок, люцерна, алоэ, стручковый перец — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 0,5 л воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 1 час. Принимать по схеме (можно запивать водой с мёдом):

1-я неделя: по 1 ст. ложке за час до еды 3 раза в день;

2-я неделя: по 2 ст. ложки за час до еды 3 раза в день; •

3-я неделя: утром 2 ст. ложки и вечером 3 ст. ложки за час до еды. ,

Через 10 дней курс повторить.

РЕЦЕПТ № 6. Каша из смеси круп: 50 % гречневой и 50 % рисовой. Употреблять 3 раза в неделю. Курс: 1 месяц/через 2 месяца повторить.

РЕЦЕПТ Ш 7. Кора крушины, хвощ полевой — по 1 части, багульник болотный — 2 части, пустырник, сушеница топяная — по 3 части. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{y}$ стакана после еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Сосна обыкновенная., *Отвар:* 1,5 кг игл, веточек и шишек залить 3-5 л холодной воды, кипятить 30 минут, настаивать 12 часов, процедить и вылить в ванну Принимать по 20-30 минут перед сном через день.

РЕЦЕПТ Ш 9. Корень валерианы, цветки липы — по 1 ст. ложке, хвощ полевой — 2 ст. ложки, лист петрушки, корень солодки, лист мяты — по 3 ст. ложки, кукурузные рыльца — 6 ст. ложек, почки берёзы — 50 г. *Настой:* 5 ст. ложек смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 1 ночь, процедить. Пить по 1. стакану за 20 минут до еды ПРИ сильном ОЖИРЕНИИ. На ночь делать клизму /

РЕЦЕПТ Ш 10. Яблочный уксус — 2 ч. ложки, мёд — 1 ч. лбжка. Развести в 1 стакане воды и выпить утром натошак маленькими глотками.

Очищение организма от жировых и известковых отложений

РЕЦЕПТ № 1. Ромашка, зверобой, бессмертник, почки берёзы — по 100 г. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить и отжать. Выпить перед сном 1 стакан настоя, добавив 1 ч. ложку мёда. Утром подогреть на водяной бане оставшийся настой, добавить 1 ч. ложку мёда и выпить за 20 минут до завтрака. Пить настой до окончания смеси.

РЕЦЕПТ № 2. Хвощ полевой. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3. Шиповник. *Настой:* 3 ст. ложки шиповника залить 700 мл кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Утром в 1 стакане настоя развести 3 ст. ложки сорбита и выпить натощак. Через 25 минут выпить 2-й стакан настоя без сорбита. Через 45 минут съесть кашу из геркулеса. Вечером 'делать клизму: сок 1 лимона залить 1 л воды. Курс: 6 процедур через 2 дня.

Нарушение памяти

РЕЦЕПТ № 1. Мандрагора. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

Панкреатит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- во время приступа постельный режим, лёд на живот, абсолютный голод;
- ограничить приём обильной и жирной пищи.

РЕЦЕПТ № 1. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Принимать утром до еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и мОлоком (20 частей). Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Кора дынного дерева, папаин, диастаза, амилаза, ромашка аптечная, анис, вяз, желтокорень, фенхель — в равных частях. Составить смесь из 5-7 компонентов. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить на тихом огне 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 4. Барбарис обыкновенный. *Настойка:* 100 г корней залить 0,5 л водки, настаивать 10 дней, периодически взбалтывая, процедить. Пить по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Корень лопуха, полынь, корень девясила, цветки ромашки, цветки календулы, зверобой, сушеница топяная, хвощ полевой, шалфей — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л Кипятка, варить на тихом огне 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Бессмертник песчаный. *Отвар:* 20 г корзинок залить 0,5 л кипятка, кипятить 10 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана тёплого отвара до еды 3 раза в день.

ПРИ ЗАБОЛЕВАНИИ ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ У ДЕТЕЙ

РЕЦЕПТ № 1. Сок чёрной редьки — 1 стакан, гречишный мёд — 100 г. Давать по 70 г смеси перед едой 3 раза в день. Курс: 40 дней.

Парез

РЕЦЕПТ № 1. Овёс посевной, лобелия, окопник — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Люцерна. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, настаивать 5-7 минут, процедить. Пить по $у_2$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Корень солодки, плоды можжевельника, дикий ямс, корень одуванчика, хрен — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $у_2$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 4. Лопух большой. *Настой:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, настаивать 5-7 минут, процедить. Пить по $у_2$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 5. Земляные орехи, кора белого дуба, корень окопника, полынь горькая, скорлупа чёрного грецкого ореха, алтей, коровяк, лобелия, шлемник — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по $у_3$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 6. Эхинацея, желтокорень, лопух, корень одуванчика, перец стручковый — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по $у_3$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 7. Горец многоцветковый. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $у_2$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 8. Овёс, хвощ полевой, лист окопника, лобелия — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по $1/3$ стакана 3-4 раза в день.

Паротит (свинка)



Советы из далёкого прошлого

Изрешетить иглой синюю обёрточную бумагу, нанести на неё кашицу из мела, водки и истолчённого ладана и прикрепить за ушами. Делать компресс 2-3 раза в день. Курс: 3 дня.

Болезнь Паркинсона

РЕЦЕПТЫ? 1. Страстоцвет. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25-30 минут, охладить, процедить. Выпить в течение дня. Пить до улучшения самочувствия.

РЕЦЕПТЫ? 2. Мумиё. Принимать по 0,2 г до еды утром и перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТЫ? 3. Шалфей лекарственный. *Настой:* 200 г листьев залить 200 мл кипятка, настаивать в термосе 8 часов, процедить. Пить по 1 ст. ложке через час после каждого приёма пищи, запивая молоком. При этом рекомендуется принимать шалфейные ванны. *Настой:* 300 г шалфея залить 10 л воды, настоять 30 минут, вылить в тёплую ванну. Принимать ванны по 20-30 минут.

Пародонтоз

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- первоцвет весенний: пить чай из листьев и добавлять в салаты.

РЕЦЕПТ № 1. Мята перечная, стручковый перец, ягоды боярышника — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить на тихом огне 3-5 минут, процедить. Полоскать рот по 3-5 минут 3-4 раза в день. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 2. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, утром и вечером. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Чабрец, иссоп аптечный, плоды боярышника, семена подорожника, коровяк, женьшень, розмарин, эхинацея пурпурная — в равных частях. Составить сбор из 5-7 растений. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить на тихом огне 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана за 20 минут до еды 2 раза в день и полоскать дёсны по 3-5 минут. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 4. Шиповник, люцерна, крапива, мята, чистотел, девясил, стручки фасоли, сельдерей, ромашка — в равных частях. Составить сбор из 5-7 растений. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить на тихом огне 3-5 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана за 20 минут до еды 2 раза в день и полоскать дёсны по 3-5 минут. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 5. Акация белая. *Настой:* 12-15 стручков измельчить, залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20-30 минут, процедить. Полоскать рот по 3-5 минут 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Мумиё. Развести 1 г мумиё в 100 мл кипячёной воды и полоскать рот по 3-5 минут 3-4 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 7. Тимьян, шалфей,¹ мирра, кора дуба. *Настой:* 3 ст. ложки любого из этих компонентов залить 0,5 л кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Полоскать рот по 3-5 минут 3-4 раза в день.

Парша (фавус)

РЕЦЕПТ № 1. Конопляное масло — 3 части, чеснок — 1 часть, поташ — 1 часть. Смазывать поражённые места мазью 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Девясил высокий. *Отвар:* 1 ст. ложку измельчённого корня залить 2 стаканами кипятка, кипятить 15 минут, настаивать 4 часа, процедить. Обмывать тело отваром как можно чаще в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3: Развести 2 стакана глины на ведро тёплой воды и вылить в ванну. Принимать глиняные ванны 2-3 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

Сжечь ящерицу и посыпать этим пеплом больные места.

Паралич

РЕЦЕПТ № 1. Сосна обыкновенная. *Отвар:* 1,5 кг сосновых игл, веточек и шишек залить 3-5 л холодной воды, кипятить 30 минут, настаивать 12 часов и вылить в ванну. Принимать ванны по 20-30 минут через день.

РЕЦЕПТ № 2. Пить соки свежих овощей по схеме:
 морковь — 300 г, шпинат (салат) — 170 г;
 морковь — 200 г, сельдерей — 120 г, петрушка — 60 г, шпинат — 85 г;
 морковь — 230 г, свёкла — 80 г, сельдерей — 150 г;
 морковь — 230 г, шпинат — 115 г, репа — 60 г, кресс водяной — 60 г.

Выбрать состав и выпить в свежем виде за 1 день. Для детей дозу уменьшить в 2 раза.

РЕЦЕПТ № 3. Пропустить через мясорубку 350 г чеснока, взвесить 200 г сока и залить 200 мл 96°-ного спирта, настаивать 10 дней, затем отжать и процедить. Принимать с холодным молоком по каплям строго по схеме:

День	Завтрак	Обед	Ужин
I	1	2	3
II	4	5	6
III	7	8	9
IV	10	11	12
V	13	14	15
VI	15	14	13
VII	12	11	10
VIII	9	8	7
IX	6	5	4
X	3	2	1

Начиная с 11-го дня принимать по 25 капель в холодном молоке 3 раза в день, пока не закончится настойка. Курс повторить через 5 лет.

РЕЦЕПТ № 4. Майоран садовый. *Настой:* 1 ст. ложка травы на 400 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день до еды.

РЕЦЕПТ № 5. Ромашка аптечная: *Отвар:* 15 г цветков залить 200 мл воды, вскипятить, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Пион уклоняющийся. *Отвар:* 1 ч. ложку сухих корней залить 3 стаканами кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 15 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Сумах дубильный. *Настой:* 1 ч. ложку свежих листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раз в день.

РЕЦЕПТ № 8. Шиповник. *Отвар:* 3 ст. ложки корней или плодов залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Использовать для ванн.

РЕЦЕПТ № 9. Лавр благородный. *Настой:* 30 г листьев залить 1 стаканом растительного масла, настаивать 2 месяца в тёплом месте, процедить, довести до кипения. Втирать в парализованные участки тела.

РЕЦЕПТ № 10. Чёрная бузина. *Настой:* 1 ст. ложку сушёных плодов залить 200 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Принимать по $\frac{1}{4}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Чабрец. *Настой:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить как чай, а жмых прикладывать к парализованным конечностям.

РЕЦЕПТ № 12. Мордовник обыкновенный. *Настойка:* 1 ст. ложку сырья залить 200 мл водки, настаивать 21 день, процедить. Пить, по 20-30 капель 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Берёзовые почки, ромашка, зверобой, тмин — по 100 г. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, добавить 300 мл воды, вскипятить, процедить. Пить тёплый отвар, добавляя на 1 стакан 1 ч. ложку мёда, утром за 20 минут до еды и вечером в 21 час. Курс: до окончания смеси, повторить через 6 и через 12 месяцев.

РЕЦЕПТ № 14 «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

Советы из далёкого прошлого

>>КУ У|ИА. **СОВЕТ № 1.** Измельчить $\frac{1}{2}$ стакана кедровых орехов, залить 1 стаканом козьего молока. Кипятить так, чтобы появилось 3 пенки: как только молоко покрывается плёнкой, размешать его (пенку не убирать), так же поступить со второй и третьей пенками. Когда орехи хорошо размякнут, **Ж'** добавить 1 ч. ложку мёда, взятого у пчёл после зимовки. В остывшее молоко добавить 2 ст. ложки проросшего зерна пшеницы (ростки не более 2 мм), предварительно размельчив. Выпить тёплый отвар за 2 приёма в течение дня.

СОВЕТ № 2. Пить бульон из черепов мелкого и крупного рогатого скота.

Пеллагра (авитаминоз РР)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- принимать порошок никотиновой кислоты;
- употреблять продукты, содержащие никотиновую кислоту: молоко, мясные субпродукты, овощи, фрукты, грибы, муку, фасоль, горох, рис, шиповник, морковь, абрикосы;
- проросшие зерна пшеницы: по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день;
- мёд: на завтрак — 30 г, в обед — 40 г, на ужин — 30 г (курс: 2-3 недели).

РЕЦЕПТ № 1. Шиповник. 1. *Отвар:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут в закрытой посуде, настаивать 2-3 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ -1 стакану до еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Составить сборы:

- плоды шиповника — 1 часть, ягоды чёрной смородины — 1 часть;
- плоды шиповника — 2 части, лист крапивы — 3 части;
- плоды шиповника — 1 часть, ягоды брусники *- 1 часть;
- плоды шиповника — 1 часть, плоды рябины — 1 часть.

Отвар: 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 4 часа в тёплом месте, процедить. Пить по U^2 стакана 2-3 раза в день.

Пиелонефрит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- во время приступа: пить чай со спорышем;
- 5-7 дней есть только кукурузный хлеб и пить отвар из кукурузных волокон.

РЕЦЕПТ № 1. Майский мёд первой качки — 625 г, алоэ (трёхлетнее растение) — 375 г, вино красное креплёное — 65 мл. Всё перемешать, настаивать 14 дней! Принимать по схеме:

- 1-5-й дни:* по 1 ч. ложке за 30 минут до еды 1 раз в день;
- 6-7-й дни:* по 1,ст. ложке за 30 минут до еды 1 раз в день;
- до окончания смеси:* по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Хвощ полевой, тысячелистник — по 10 г, плоды шиповника, череда, лист подорожника, почечный чай — по 15 г, цветки календулы — 20 г. **Настой:** 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по U_d стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Корни и плоды шиповника, зверобой, пустырник, фиалка, хвощ полевой — в равных частях. **Отвар:** 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут, остудить, процедить. Пить по u_4 стакана 4-6 раз в день.

Комплексный метод лечения пиелонефрита

Лечение занимает не менее одного года Первоначальный курс антибактериальной терапии: 6-8 недель. Проводится очищение мочеполовой системы и всего организма, через 3-4 дня после его начала параллельно вводятся рецепты основного лечения.

ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА И МОЧЕВЫДЕЛИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

РЕЦЕПТ № 1. Гортензия. **Настой:** 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по U_3 стакана утром и вечером. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Ромашка, жимолость, алтей, плоды шиповника, кожура апельсина, мята, толокнянка, крушина — в равных частях. **Отвар:** 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по $1/3$ стакана перед сном. Курс: 2-3 недели.

УЛУЧШЕНИЕ ПОЧЕЧНОГО КРОВООБРАЩЕНИЯ .

РЕЦЕПТ № 1. Эхинацея пурпурная, желтокорень, корень лопуха, корень одуванчика, перец водяной — в равных частях. **Настой:** 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, остудить, процедить. Пить по U_3 стакана 3 раза в день, разбавляя 50 мл кипячёной воды. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Плоды можжевельника, желтокорень, петрушка, алтей, толокнянка, арбузные семечки — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана, разбавляя 50 мл кипяченой воды. Курс: 3-4 недели.

АНТИБАКТЕРИАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ

РЕЦЕПТ № 1. Плоды боярышника, перец, мята, имбирь, иглица — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 200 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 50 мл утром и вечером. Курс: 1 месяц.

ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЕ и ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Кора белой ивы, гортензия, люцерна, корень лопуха, клопогон, аралия, петрушка, вяз, перец, лобелия — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана на $\frac{1}{3}$ стакана холодной кипяченой воды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Овёс, хвощ, окопник, лобелия — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана на $\frac{1}{2}$ стакана холодной кипяченой воды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

МОЧЕГОННЫЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Толокнянка, можжевельник, хвощ, кукурузные рыльца, петрушка, таволга, золотарник, клюква, семечки арбуза — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5-7 минут, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана на $\frac{1}{2}$ стакана воды, утром и в обед. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Глюконат калия — 1 часть, ламинария — 3 части, люцерна — 4 части, петрушка — 3 части. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана, запивая водой, утром до еды и вечером перед сном. Курс: 10-15 дней.

ДЕЗИНТОСИКАЦИЯ ОРГАНИЗМА

РЕЦЕПТ № 1. Головки красного клевера, щавель, персик, барбарис, эхинацея пурпурная, солодка, магнолия, жостер, аралия, корень лопуха, ламинария, розмарин — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, варить 3-5 минут, настаивать 1 час в тёплом месте, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана утром и вечером, запивая 50 мл кипячёной воды. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Горечавка, котовник, девясил, желтокорень, щавель, пажитник, зверобой, вербена, ослинник, василёк, мандрагора — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, варить 3-5 минут, настаивать 1 час в тёплом месте, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана утром и вечером, запивая 50 мл кипячёной воды. Курс: 1 месяц.

Рецепты № 1 и № 2 можно чередовать через день.

СРЕДСТВА-ИММУНОМОДУЛЯТОРЫ

РЕЦЕПТ № 1. Эхинацея пурпурная. Отвар: 3 ст. ложки корней залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Солодка голая. *Отвар:* 2 ст. ложки корней залить 1 л воды, варить 10 минут на тихом огне, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана утром перед едой. Курс: 1 месяц. . .

РЕЦЕПТ № 3. Купена многоцветковая. *Отвар:* 20 г корневищ залить 400 мл кипятка, кипятить 5-7 минут, процедить. Принимать по $\frac{1}{3}$ стакана утром.. Курс: 1 месяц.

Рецепты № 1, № 2 и № 3 можно чередовать.

РЕЦЕПТ № 4. Сибирский женьшень — 1 часть, шалфей — 2 части, маточное молочко — 1 часть, перец водяной — 2 части. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 2 минуты, настаивать 3-4 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 1 раз в день, утром. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 5. Клевер, чеснок, эхинацея пурпурная, мята перечная, желтокорень, шиповник — по 2 части, прополис — 1 часть. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана утром и в обед, запивая $\frac{1}{2}$ стакана воды. Курс: 1,5 месяца.

СРЕДСТВА-АНТИОКСИДАНТЫ

РЕЦЕПТ № 1. Грейпфрут, расторопша, виноградные косточки — в равных частях. 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана утром, запивая $\frac{1}{2}$ стакана холодной воды. Курс: 2 месяца.

ВИТАМИННО-МИНЕРАЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС

РЕЦЕПТ № 1. Рисовые отруби — 4 части, маточное молочко — 1 часть, ламинария — 6 частей. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана утром, запивая $\frac{1}{2}$ стакана холодной кипячёной воды. Курс: 1 месяц. . . ,

РЕЦЕПТ № 2. Ромашка, аралия, сельдерей, люцерна, одуванчик, солодка, пассифлора (страстоцвет), сенегга, чабрец, дягиль, горечавка, сибирский женьшень, жостер, мята, анис — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 10-15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана утром и в обед, запивая $\frac{1}{2}$ стакана холодной кипячёной воды. Курс: 1 месяц.

ЛЕЧЕНИЕ ДИСБАКТЕРИОЗА

РЕЦЕПТ № 1. Принимать отвар ацидофилуса по $\frac{1}{3}$ стакана утром до еды. Курс: 1 месяц.

Общеукрепляющие средства для женщин

РЕЦЕПТ № 1. Женьшень, пассифлора, диоскорея, солодка, курчавый щавель — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить 7-19 минут, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по U_4 стакана, запивая водой, утром и вечером. Курс: 1 месяц. •

РЕЦЕПТ № 2. Солодка, перец водяной, ламинария, маточное молочко, кора ивы, чеснок, боярышник, девясил — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 50-60 минут, процедить. Пить по U_3 стакана отвара, запивая u_2 стакана холодной кипячёной воды, 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

ОБЩЕУКРЕПЛЯЮЩИЕ СРЕДСТВА ДЛЯ МУЖЧИН

РЕЦЕПТ № 1. Солодка, ива, чеснок, боярышник, девясил — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 50-60 минут, процедить. Пить по u_3 стакана отвара, запивая U_2 стакана холодной кипячёной воды, 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ДОБАВКИ

РЕЦЕПТ № 1. Эвкалипт, топинамбур, маточное молочко, цетрария, лимон, элеутерококк — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 0,5 л воды, вскипятить, процедить. Пить по U_2 стакана в промежутках между едой. Подобрать все необходимые растения трудно. При отсутствии каких-либо компонентов делайте отвары из имеющихся у вас растений, так как они дополняют друг друга, и рецепт всё равно будет действенным.

| Плеврит

- **РЕЦЕПТ № 1.** Хвощ полевой. *Отвар:* 30 г травы залить 1 стаканом воды, вскипятить, процедить. Пить по U_3 стакана 3 раза в день,

| **РЕЦЕПТ № 2.** Сливочное масло, сахар — в равных частях. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

| **РЕЦЕПТ № 3.** Шалфей, крапива, дягиль, корень алтея — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, вскипятить и томить на тихом огне 3-5 минут, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по u_2 стакана 3 раза в день.

| **РЕЦЕПТ № 4.** Спорыш, мать-и-мачеха, цветки чёрной бузины — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, настаивать 20 минут, процедить. Пить по U_2 стакана 3 раза в день.

| **РЕЦЕПТ № 5.** Спорыш. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 0,5 л воды, кипятить 10 минут, настаивать 25 минут, процедить. Пить по u стакана после еды 4 раза в день.

й- **РЕЦЕПТ № 6.** Мать-и-мачеха, цветки чёрной бузины, почки сосны, подорожник — в равных частях. *Отвар:* 4 ст. ложки смеси залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 2 часа, кипятить 5 минут, процедить. Выпить в течение дня в 3 приёма.



РЕЦЕПТ № 7. Мать-и-мачеха, ромашка - по 2 части, душица - 1 часть. *Настой:* 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 6 часов, процедить. Пить тёплый настой по $\frac{1}{2}$ стакана перед едой 3 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

Очистить от примесей смолу живицы (кедра, сосны, хвой, ели), положить в банку и залить спиртом, чтобы он покрыл смесь на 1 см. Через несколько дней смола растворится. Взяв 1 часть раствора и 2 части нутряного свиного сала, всё перетопить, остудив до 60 °С, добавить мед. На 1 часть полученной смеси добавить 1 часть мёда. Все перемешать и добавить $\frac{1}{10}$ часть (по весу) порошка белой кости животного. Все перемешать и принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день.

Подагра

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- чеснок: съедать 3-4 зубчика в день;
- принимать горячие ножные ванны с английской солью 2 раза в день;
- пить воду с апельсиновым соком; ~
- капуста: есть сырые листья, использовать в салатах и прикладывать листья к больным местам;
- земляника, клубника: есть свежие ягоды по $\frac{1}{2}$ -1 стакану 3 раза в день; листья и цветущие части растений заварить и пить как чай;
- есть сырые яблоки;
- накладывать на больные места листья лопуха;
- есть в большом количестве арбузы;
- пить в больших количествах берёзовый сок;
- втирать спиртовую настойку дудки;
- растирать больные места алказией (арма).

РЕЦЕПТ № 1. Запарить корень девясила горячей водой, слегка остудить. Парить ноги на ночь. Курс: 12 дней.

РЕЦЕПТ № 2. Череда трёхраздельная. *Настой:* 4 ст. ложки травы залить 1 л воды, настаивать 8 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Можжевельник обыкновенный. *Отвар:* 50 г веток и ягод на ведро воды, варить под крышкой 30 минут, процедить, вылить в ванну. Температура воды в ванне 38 °С, длительность приёма 20-30 минут перед сном через день.

РЕЦЕПТ № 4. Ромашка аптечная. *Отвар:* $\frac{1}{2}$ стакана цветков ромашки залить 1 стаканом кипятка, кипятить 1-2 минуты, остудить. Принимать ванны с отваром перед сном через день.

РЕЦЕПТ № 5. Эхинацея, желтокорень, корень лопуха, корень одуванчика, сладкий перец - в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, варить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 20 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ Ы? 6. Валериана, шлемник, шишки хмеля, лимонник, перец — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, варить 3-5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день за 20 минут до еды. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 7. Глиняная вода: развести 1 ст. ложку глины в 1 стакане воды, выпить в течение дня маленькими глотками, но не сразу. Курс: 21 день, через 9 дней повторить.

РЕЦЕПТ Ы? 8. Мухомор красный. *Настой:* измельчить в тазу 3-4 красных гриба, залить 3 л крутого кипятка, немного остудить. Парить в настое больные места.

РЕЦЕПТ № 9. Сирень. *Настойка:* засыпать в полулитровую банку цветки сирени, залить доверху водкой, настаивать 21 день в тёмном месте, процедить. Принимать по 30 капель до еды 3 раза в день. Курс: 3 месяца.

РЕЦЕПТ № 10. Вероника лекарственная, череда, корни пырея — по 20 г, корень лопуха — 25 г, фиалка трёхцветная — 30 г. *Отвар:* 40 г смеси залить 1 л кипятка, варить 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день. . /

РЕЦЕПТ № 11. Подсолнечник, *Отвар:* 1 стакан сушёных корней залить 3 л воды, кипятить на малом огне 3 минуты, процедить, отжатые корни не выбрасывать. Выпить всё в течение 2-3 дней. Эти же корни залить 3 л воды, кипятить 8 минут, процедить, отжатые корни не выбрасывать. Выпить всё в течение 2-3 дней. Третий раз эти же самые корни залить 3 л воды, варить 25 минут, процедить. Выпить отвар за 2-3 дня. После этого взять новую порцию корней. Курс: 1-1,5 месяца, • \

РЕЦЕПТ № 12. Бессмертник песчаный. *Настой:* 10 г цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 2 раза в день.

РЕЦЕПТ Ы? 13. Берёзовые листья и зелёные шишки сосны, собранные в мае, — по 4 горсти. *Отвар:* вскипятить 3 л воды, в кипящую воду бросить сырье, кипятить 5 минут под крышкой, настаивать 6 часов, процедить. Опустить ноги в горячий отвар на 5-10 минут. Через 10 дней процедуру повторить. Рекомендуется исключить из диеты пряности.

РЕЦЕПТШ 14. Осина. *Настой:* $\frac{1}{2}$ стакана почек залить 0,7 л холодной воды, настаивать 4-5 часов, процедить. Пить за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Мать-и-мачеха. 1. Пить сок по 1 ст. ложке 3 раза в день и есть салат из листьев мать-и-мачехи с солью. Курс: 2-3 месяца. 2. Размолоть листья, смешать с солью и наложить в виде компресса, обогреть больное место грелкой.

РЕЦЕПТ Ы? 16. Брусника обыкновенная. *Отвар:* 1 ст. ложку листьев залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 17. Цветки бузины, лист крапивы, корень петрушки, кора ивы — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5 минут, процедить. Пить по 2 стакана в день.

РЕЦЕПТЫ? 18. Белый клевер. *Настой:* 3 ч. ложки сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 20 минут до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Майский мёд первой качки — 625 г, сока алоэ (трехлетнее растение) — 375 г, красное крепленое вино — 675 мл. Все перемешать, настаивать 14 дней. Принимать по схеме:

1-5-й дни: по 1 ч. ложке натощак;

6-7-й дни: по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 1 раз в день;

до окончания смеси: по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Чабрец, иссоп аптечный, плод боярышника, карраген, коровяк, розмарин, эхинацея — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ - $\frac{1}{2}$ стакана за 20 минут до еды 2 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 5. Тмин обыкновенный. *Настой:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 1 ночь, процедить. Пить по 50 мл за час до еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Бессмертник песчаный. *Отвар:* 10 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут, процедить. Пить тёплый отвар по $\frac{1}{2}$ стакана 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Сок чёрной редьки — 1 стакан, гречишный мёд — 100 г. Принимать по $\frac{1}{3}$ стакана смеси перед едой 3 раза в день. Курс: 40 дней.

Советы из далёкого прошлого

Квас: цикорий, софора, водяной перец — в равных частях. $\frac{1}{2}$ стакана смеси залить 3 л сыворотки, добавить 1 стакан сахара, настаивать 2 недели. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 20 минут до еды 3 раза в день.

Полиартрит

РЕЦЕПТ № 1. Чистотел большой. *Настой:* 1 ч. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить: Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Окопник, седмичник, алтей, вяз — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 3. Эхинацея, желтокорень, лопух, одуванчик, водяной перец — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 4. Этиловый спирт — 1 наперсток, молоко — 1 стакан. Пить за 40 минут до еды по 2 раза в день, если ЕСЛИ ОПУХЛИ НОГИ И ТЯЖЕЛО ходить.

РЕЦЕПТ № 5. Мумиё. Пить По 0,2 г утром натощак. Курс: 10 дней, через 5 дней повторять, всего 4-5 курсов.

РЕЦЕПТ № 6. Эхинацея пурпурная, золотой корень, корень лопуха, одуванчик, перец водяной, гортензия, люцерна, петрушка — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, настаивать 15-20 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 19. Цветки бузины, липовый цвет, золотарник, зверобой — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 2 стакана в день.

РЕЦЕПТ № 20. Чёрная смородина. *Настой:* 1 ст. ложку листьев заварить 0,5 л кипятка, настаивать 6 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 21: Кора осины, кора берёзы — 1 кг, кора дуба — 100 г. *Отвар:* смесь залить 3-4 л воды, кипятить 30 минут на водяной бане, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. >• . . . • > .

РЕЦЕПТ № 22. Хвощ полевой. *Настой:* 4 ч. ложки сухой травы залить 0,5 л кипятка, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить маленькими глотками в течение дня.

РЕЦЕПТ № 23. Ромашка аптечная. *Отвар:* $\frac{1}{2}$ стакана цветков ромашки залить 1 стаканом кипятка, кипятить 1-2 минуты, остудить. Делать ванны с отваром по 20 минут перед сном, температура воды 38 °С.

РЕЦЕПТ № 24. Герань полевая. *Настой:* 1 ст. ложку сухой травы залить 0,5 л холодной кипяченой воды, настаивать 8 часов, процедить. Выпить всё глотками в течение дня. •

РЕЦЕПТ № 25. Корень лопуха — 25 г, корневище пырея, трава череда — по 20 г, фиалка — 30 г *Отвар:* 40 г смеси залить 1 л воды, кипятить 15 минут, процедить. Пить по 1 стакану до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 26. Молочай огородный. *Отвар:* 1 литровую банку молочая залить 5 л воды, вскипятить, процедить. Парить ноги в этом отваре.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Растопить 100 г свежего несоленого сливочного масла, когда оно начнет закипать, снять пену и добавить 100 г виноградного спирта. Затем зажечь эту смесь, чтобы сгорел весь спирт. Оставшуюся массу втирать в больные места, сидя у открытого огня (у костра, камина, печки и т. д.). , у

СОВЕТ № 2: Положить в таз горячие выжимки солода (проросший ячмень) и погрузить туда ноги.

СОВЕТ № 3. Керосин, подсолнечное масло — по 50 г, хозяйственное мыло — $\frac{1}{4}$ куска, пищевая сода — 0,5 ч. ложки. Все перемешать, настаивать 3 дня, постоянно перемешивая. Втирать в больные места досуха 1-3 раза в день. • ; • ;

Заболевания поджелудочной железы

РЕЦЕПТ И? 1. Полынь горькая. *Настой:* 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 2-3 минуты, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 15 минут до еды 3 раза в день. • .. 1 •

РЕЦЕПТ № 2. Гречиха посевная. *Настой:* 1 ст. ложку гречневой муки залить 1 стаканом кефира, настаивать 1 ночь. Утром выпить. Курс: 3-4 недели.

РЕЦЕПТ № 7. Рис — 100 г. Залить 0,5 л холодной кипячёной воды, настаивать 12 часов, затем сварить без соли и съесть утром. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 8. Белена чёрная. *Настой:* свежие листья залить 500 мл кипятка, настаивать 3 часа. Натирать больные места по 20-30 минут, после чего тело обмыть. Курс: 5-10 раз через день.

РЕЦЕПТ № 9. Конопля посевная. *Настой:* 1 стакан порошка семян залить 0,5 л тёплой кипяченой воды (температурой 70 °С), настаивать 1 час, процедить. Пить за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Сирень. Растереть в фарфоровой ступке 2 ст. ложки цветков, смешать с 2 ст. ложками сливочного масла или смальца. Втирать в пораженные места 2-3 раза в день и на ночь.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Добавить на 1 ведро сыворотки 400 г соли, размешать и держать в этом растворе больные ноги.

СОВЕТ № 2. Накопать земляных червей, промыть их на сите, чтобы стекла вода, просушить и уложить в стеклянную банку ёмкостью 0,5 л. Залить водкой, настаивать 14 дней, периодически перемешивая. Смазывать суставы на ночь.

СОВЕТ № 3. Положить в глиняный горшок сливочное деревенское масло слоем 1-1,5 см, покрыть его таким же слоем берёзовых почек. Поставить на 1 сутки в хорошо протопленную печь. Вынуть из печи, выжать масло и добавить 7-8 г порошка камфоры. Этим составом растирать на ночь больные места.

СОВЕТ № 4. Насыпать в литровую банку 250 г порошка из скорлупы кедровых орехов, залить «Тройным» одеколоном, закрыть крышкой и настаивать 14 дней. Натирать суставы 2-3 раза днём и на ночь. **Ц**

Потливость НОГ

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- мыть каждый день ноги холодной водой;
- сыпать внутрь носков или чулок порошок квасцов;
- делать ножные ванны с крепким отваром овсяной соломы по 15-20 минут;
- переключать ноги и пальцы свежими берёзовыми листьями;
- мыть ноги соленой водой: 1 ч. ложку соли на 1 стакан горячей воды;
- принимать 5 раз в день по 1 ч. ложке густых пивных дрожжей.

РЕЦЕПТ № 1. Истолочь в порошок кристаллы борной кислоты и утром посыпать им ноги, особенно подошвы и между пальцами. Вечером смывать тёплой водой; (35-40 °С). Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Дуб.-1. *Отвар:* 100 г измельчённой дубовой коры залить 1 л воды, кипятить 20-30 минут, процедить. Делать ванну для ног, не вытирать, дать высохнуть телу. 2. Взять дубовую кору, измельчить в порошок и обильно посыпать с внутренней стороны чулки или носки.

РЕЦЕПТ № 3. Протирать ноги 10%-ным раствором формалина на ночь, после мытья ног 2-3 раза в неделю.

РЕЦЕПТ № 4. Истолочь мел в порошок, сделать раствор на воде (до консистенции густых сливок). Смазывать всё тело.

РЕЦЕПТ № 5. Глиняная вода. 2 стакана глины развести в 1 ведре тёплой воды. Делать ванны для ног по 30 минут 2-3 раза в день и вечером перед сном.

РЕЦЕПТ № 6. Чистотел большой. *Отвар:* 30 г сырья залить 500 мл кипятка, кипятить 5-7 минут, настаивать 15 минут, процедить. Парить ноги на ночь.

РЕЦЕПТ № 7. Хлорная известь — у⁴ст. ложки. Развести в 3 л кипячёной воды, сделать пену из детского мыла и вымыть этим составом ноги. Не смывая раствор, протереть кожу насухо.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Кору берёзы (тонкую бересту) носить под голыми ступнями.

СОВЕТ № 2. На ночь промыть ноги тёплой водой с мылом, ополоснуть холодной водой, взять солому от ячменя или овса, переплести между пальцами. Спать в носках. Утром солому выбросить, ноги вымыть и надеть чистые носки. Курс: 7-9 дней.

Психозы

РЕЦЕПТ № 1. Шлемник, страстоцвет, дикий ямс (диоскорея), валериана — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по у стакана на ночь.

РЕЦЕПТ № 2. Мята перечная. *Настой:* 5 ст. ложек листьев залить 2 л воды¹, настаивать до охлаждения, вылить в ванну. Принимать ванны по 20-25 минут, желательно вечером. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 3. Укроп душистый. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1У² стакана кипятка, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по у стакана на ночь.

РЕЦЕПТ № 4. Тысячелистник обыкновенный. *Настой:* 1 ч. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по У₃ стакана перед сном.



Советы из далёкого прошлого

Смочить в солёной воде рубашку и хорошо отжать, надеть на себя, лечь в постель и хорошо укутаться. Лежать, пока рубашка не высохнет. Затем обтереться и надеть чистую сухую рубашку. Надевать солёную рубашку на ночь 1 раз в 14 дней. Ежедневно по утрам обтираться холодной водой.

Склероз

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- рыбий жир: принимать по 4-5 г в день;
- включить в рацион питания морскую рыбу;

есть натошак свежие, печёные или варёные яблоки;
 петрушка огородная: принимать без ограничений крепкий отвар;
 арбуз: съедать по 500-700 г мякоти, пить сок;
 земляника или слива: съедать ежедневно по 200-300 г свежих плодов;
 чайный гриб: принимать по U_2 стакана 7-8-дневного настоя 2-3 раза в день;
 есть сырую капусту каждый день; ..
 кукурузное или растительное масло: до 75 мл в день. •

РЕЦЕПТ № 1. Чеснок посевной. *Настойка:* 40 г чеснока на 100 мл спирта, настаивать 12-14 дней, процедить. С целью улучшения вкуса добавить мятных капель. Принимать по 10-12 капель за 30 минут до еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Рябина обыкновенная. *Настой:* 200 г коры залить 0,5 л кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 30 мл за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Девясил высокий. *Настойка:* 30 г сухих корней на 0,5 л водки, настаивать 14 дней, процедить. Принимать по 25 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Ромашка аптечная, зверобой, цветки бессмертника, почки берёзы — по 100 г. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить и отжать. Принимать по 1 стакану с добавлением 1 ч. ложки мёда утром за 15-20 минут до еды и вечером после еды. Курс: до окончания смеси, повторить через 5 лет.

Склероз сосудов головного мозга

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- одуванчик: принимать сок листьев по 50-100 мл в день (сбор во время цветения); -
- маточное молочко: класть под язык по 20-30 мг 3 раза в день. • - ➔

РЕЦЕПТ № 1. Чистотел большой. *Настой:* 5 г сырья залить 100 мл кипятка, настаивать 20-30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.. |

РЕЦЕПТ № 2. Смешать 1 стакан сока лука и 1 стакан сока мёда. Принимать по 1 ст. **Ш** ложке за час до еды или через 2-3 часа после еды 3 раза в день. Курс 2 месяца, через 14 дней повторить. ; !

РЕЦЕПТ № 3. Клюква — 1 стакан, измельчённые плоды шиповника — 1 стакан, мёд — 1 1 натёртый лимон. Всё перемешать. Принимать по 40 г смеси перед едой 3 раза в день. 1

РЕЦЕПТ № 4. Чеснок — 1 головка, лимон — 1 шт. *Настой:* измельчённую смесь залить 1 л тёплой воды, настаивать 48 часов, процедить. Принимать по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день. • .

РЕЦЕПТ № 5. Плоды черноплодной рябины — 1 кг, сахар — 1 кг, настаивать 2-3 дня. Принимать по 1 ч. ложке 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Боярышник кроваво-красный. *Настой:* 40 г цветков залить 200 мл; | кипятка, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Малина обыкновенная. *Настой:* 10 г залить 200-мл кипятка, заварить и пить как чай. . \ •

РЕЦЕПТ № 1. Эхинацея пурпурная, желтокорень, мята перечная, цветки красного клевера, непахнущий чеснок — по 2 части, прополис — 1 часть. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 500 мл воды, варить на тихом огне 5-7 минут, настаивать 1 час, процедить и отжать. Пить по схеме:

- 1-я неделя:* по % Стакана 1 раз в день;
- 2-я неделя:* по % стакана 3 раза в день;
- 16 дней:* по % стакана 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды. Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 4-5 курсов.

Заболевания предстательной железы

Воспаление предстательной железы

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- тепловые процедуры: грелки на промежность, горячие клизмы, сидячие ванны;
- настойки женьшеня или золотого корня: по 20 капель утром и 30 капель вечером перед сном;
- сок сельдерея: по 1 ст. ложке перед едой 3-4 раза в день;
- перед сном съесть среднюю луковицу (50-60 г);
- съесть ежедневно кусочек (3 см) листа алоэ за 15 минут до еды, запивая водой (курс: 1 Месяц).

РЕЦЕПТ № 1. Грушанка круглолистная. *Настойка:* 50 г листьев на 0,5 л водки, настаивать 14 дней, процедить, отжать, Пить по 30-40 капель перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 2. Луковая шелуха. *Отвар:* 5 ст. ложек сырья залить 700 мл воды, довести до кипения и держать на тихом огне 10 минут, настаивать 1 ночь, процедить. Пить, начав с приёма 1 стакана в день, и постепенно довести до приёма 1 л в день. Курс: 4 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Шалфей лекарственный. *Настой:* 250 г листьев залить 5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Вылить в ванну и посидеть в ней перед сном.

Советы из далёкого прошлого

- Щ** Растереть в порошок обгоревшую сердцевину липового дерева и в течение 7 дней варить из него напиток в виде кофе. Пить по 150 мл утром.

Гжертрофия предстательной железы (аденома)

ОБЩИЕ

РЕКОМЕНДАЦИИ:

'ж

- запрещаются пряности, острая и раздражающая слизистую оболочку пища;
- последний приём пищи не позднее 19—20 часов;
- необходимо есть как можно больше свежего репчатого лука.

РЕЦЕПТ № 1. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ Ш 2. Прикладывать лепёшки из глины, замешенные на собственной моче, на 1-1,5 часа 1-2 раза в день, обвязав шерстяной тканью.

РЕЦЕПТ № 3. Эхинацея пурпурная. *Отвар:* 3 ст. ложки корней залить 0,5 л воды, вскипятить, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ №2 4. Шалфей лекарственный. *Отвар:* 100 г листьев залить 2 л воды, вскипятить, настаивать 20 минут, процедить. Вылить в тёплую воду, принимать ванну перед сном по 20-30 минут,

РЕЦЕПТ № 5. Лесной орех (лещина). *Настой:* 1 ст. ложку листьев и коры залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана перед едой 3-4 раза в день.

Пролежни

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- смазывать пораженные места маслом шиповника;
- втирать сок зрелых плодов калины;
- смазывать облепиховым маслом 4-6 раз в день;
- накладывать сок алоэ или его листья.

РЕЦЕПТ № 1. Дубовая кора, почки чёрного тополя — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, уварить до половины объёма жидкости, процедить. Использовать для примочек 3-4 раз в день.

РЕЦЕПТ № 2. Порошок дубовой коры — 2 части, коровье масло — 7 частей. Всё перемешать и настаивать 10-12 часов в тёплом месте, затем отжать и слить в банку. Смазывать полученной мазью поражённые места.

РЕЦЕПТ № 3. Листья алоэ (трёхлетнего растения) — 500 г, мёд — $\frac{3}{4}$ стакана. Перемешать и настаивать 3 дня. Добавить 750 мл кагора и настаивать 1 сутки. Принимать по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Берёза. *Настой:* 5 г листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать тёплый настой по 100 мл 3-4 раза в день и протирать им кожу.

РЕЦЕПТ № 5. Мать-и-мачеха обыкновенная. *Настой:* 15 г листьев залить 200 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке через каждые 2-3 часа.

Советы из далёкого прошлого

Чтобы предупредить пролежни, подкладывают под больного бычий мочевого пузырь, наполнив его до половины воздухом. Достаточно менять 1 раз в месяц.

Простатит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- тепловые процедуры, грелки на промежность, горячие клизмы, сидячие ванны;
- исключить острые приправы, алкоголь, курение;

- смесь соков моркови, свёклы, огурцов: выпивать от 100 до 200 мл каждого сока в день;
- настойки женьшеня или золотого корня: принимать по 20 капель утром и 30 капель перед сном;
- пчелиная пыльца: принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день;
- прикладывать глиняные лепёшки, замешенные на моче, на 1-1,5 часа 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Лещина (фундук). *Отвар:* 1 кг орехов залить 2 л воды, уварить до 1 л, процедить. Пить по 30 мл до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Петрушка. Жевать по $У_2$ ч. ложки семян 3 раза в день. Курс: 2 месяца.

РЕЦЕПТ № 3. Настойка прополиса — 0,1 г, какао — 2 г. Сделать свечи и вводить их в задний проход 1 раз в сутки на ночь. Курс: 30 дней, через 30 дней повторить, всего 2-3 курса. *Настойка:* 40 г измельчённого прополиса на 200 Мл 96°-ного спирта, настаивать 7-10 дней, процедить.

РЕЦЕПТ № 4. Лук. *Отвар:* 5 ст. ложек луковой шелухи залить 0,7 л воды, варить на тихом огне 10 минут, настаивать 1 ночь, процедить. Пить от 1 стакана до 1 л в день. Курс: 4 месяца.

РЕЦЕПТ № 5. Крапива двудомная. *Настойка:* 1 ст. ложку толчёных семян залить 1 стаканом белого виноградного вина, настаивать 3 дня, процедить. Принимать по 1 ст. ложке через 20 минут после еды 2 раза в день, Курс: 1 месяц.

После этого принимать семена крапивы с мелко нарезанным репчатым луком —, в равных частях. Добавить к смеси яичный желток. Пить по 1 ч. ложке после еды в вечернее время.

РЕЦЕПТ № 6. Кипрей узколистный. *Настой:* 1 ст. ложку сухих листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Горечавка жёлтая, ягоды черники, кошачья мята, желтокорень, смола мирры, пажитник, окопник, зверобой, жёлтый, щавель, голубая вербена, корень стародубки, ягода лавра, ирландский мох, колючий ясень, ослинник, девясил — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, кипятить 20-30 минут, настаивать 40 минут, процедить. Пить по $у^3$ стакана 3 раза в день (первые 3 дня принимать 1 раз в день).

РЕЦЕПТ № 8. Эхинацея пурпурная, чёрный грецкий орех, солодка, шафран, фукус пузырчатый, фенхель, корень одуванчика, ягоды боярышника, подофилл щитовидный — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, кипятить 20-30 минут, настаивать 40 минут, процедить. Пить по $у$ стакана 3 раза в день (первые 3 дня принимать 1 раз в день).

РЕЦЕПТ № 9. Крапива, девясил, шиповник, петрушка, клюква, сосновая кора, виноградные косточки — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 10-15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $у$ стакана 3 раза в день.

Комплексный метод лечения простатита

ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА

РЕЦЕПТ № 1. Можжевельник, золотой корень, алтей, петрушка, толокнянка, имбирь, лобелия — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 5-10 минут, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и днём за 20 минут до еды 30 дней.

ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ И ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Белая ива. *Отвар:* 1 ст. ложку коры залить 1 стаканом воды, вскипятить, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. Курс: 10 дней.

РЕЦЕПТ № 2. Юкка, гортензия, люцерна, лопух, клопогон, аралия, вяз, петрушка, перец стручковый, лобелия, красная глина — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 10-15 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

АНТИБАКТЕРИАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Люцерна, кожура яблок, кожура персика, красная глина — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по 1 дес. ложке 2 раза в день. Курс: 3 недели.

СРЕДСТВА ДЛЯ ВЫВЕДЕНИЯ ПАТОЛОГИЧЕСКИХ ОБРАЗОВАНИЙ

РЕЦЕПТ № 1. Горечавка, котовник, восковница, золотой корень, красный клевер, эхинаcea пурпурная, солодка, розмарин, жостер, аралия, лопух — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 5 л воды, кипятить 20-25 минут на тихом огне, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1,5 месяца.

СРЕДСТВА, СТИМУЛИРУЮЩИЕ ВЫВЕДЕНИЕ СЕКРЕТОРНЫХ ОБРАЗОВАНИЙ

РЕЦЕПТ № 1. Люцерна. *Отвар:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом воды, кипятить 10-15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1,5 месяца.

СРЕДСТВА, СТИМУЛИРУЮЩИЕ МИКРОЦИРКУЛЯЦИЮ

РЕЦЕПТ № 1. Иглица, боярышник, мята, стручковый перец, имбирь, чеснок; кора ивы — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 10-15 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 2 раза в день. Курс: 1,5 месяца.

ЛЕЧЕНИЕ ДИСБАКТЕРИОЗА

РЕЦЕПТ № 1. Дрожжи, молоко, ростки пшеницы, яйца, крахмал — в равных частях; Взбить до состояния кашицы. Принимать по 100 г утром за 20 минут до еды. Курс: 1 месяц.

СРЕДСТВА-АНТИОКСИДАНТЫ

РЕЦЕПТ № 1. Грейпфрут, расторопша, чертополох — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 20-25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром. Курс: 2 месяца.

СРЕДСТВА-ИММУНОМОДУЛЯТОРЫ

РЕЦЕПТ № 1. Клевер, эхинацея пурпурная, мята, шиповник, прополис, золотой корень — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 10-15 минут, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

ВИТАМИННО-МИНЕРАЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС

РЕЦЕПТ № 1. Маточное молочко, элеутерококк, ламинария, шиповник, ромашка, сельдерей, люцерна, страстоцвет — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л холодной воды, настаивать 10-15 минут, кипятить 10-12 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1,5-2 месяца.

Пучеглазие

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- незабудки: заваривать и пить как чай;
- проросшие зерна пшеницы: по 2-3 ст. ложки в день;
- свёкла: съедать утром и вечером по 100 г жмыха;
- носить янтарные бусы, чтобы они касались зоба;
- картофель: пить сок по 100 мл в день или есть в печёном виде;
- прикладывать к зобу свинцовые пластинки на 10-15 минут 2-3 раза в день; *
- семечки подсолнечника: есть в сыром виде;
- тыква: пить сок по 1-2 стакана в день;
- айва: пить сок по 200-300 мл в день.

РЕЦЕПТ № 1. Наперстянка пурпурная. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день:

РЕЦЕПТ № 2. Земляника лесная. Залить цветки водой, настаивать до выделения сока (определить по цвету воды). Можно отжать сок из цветков. Использовать для примочек.

РЕЦЕПТ № 3. Эвкалипт, ромашка, зверобой, одуванчик, крапива, мать-и-мачеха, мята, хвощ, девясил — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 4 стаканом кипятка, настаивать 25 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 2-3 недели..

РЕЦЕПТ № 4. Мумиё. Принимать утром до еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 4-5 курсов.

РЕЦЕПТ № 5. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Делать примочки из глины, замешенной на моче: на лоб, глаза, затылок по 30-40 минут 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Морская капуста. Принимать по $\frac{1}{2}$ —1 ч. ложке порошка из листьев, запивая водой, перед сном. Курс: 3-4 недели.

Перхоть

РЕЦЕПТ № 1. Пастушья сумка. *Настой:* 5 ст. ложки травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день и втирать в кожу головы.

РЕЦЕПТ № 2. Лопух большой. 1. *Отвар:* корни залить водой, уварить до такой степени, чтобы они стали мягкими, а вода немного выкипела, остудить, процедить. Смачивать голову 1-2 раза в день. 2. *Отвар:* 75 г корней лопуха залить 200 мл подсолнечного масла, настаивать 1 сутки в тёплом месте, варить 15 минут на тихом огне, часто помешивая, процедить. Нанести на кожу головы, накрыть на 2 часа махровым полотенцем, затем тщательно промыть волосы.

РЕЦЕПТ № 3. Спиртовая настойка календулы — 10 частей, касторовое масло — 1 часть. Втирать в голову за 30 минут до мытья при жирной коже головы.

РЕЦЕПТ № 4. За 20-30 минут до мытья головы втирать в кожу раствор: 1 ч. ложка пищевой соды на 1 стакан воды.

Простуда

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- при высокой температуре: наполнить тазик ледяной водой (по щиколотку), постоять в нём ровно 1 минуту, сразу надеть шерстяные носки, 15 минут быстро ходить по комнате, потом лечь в постель и тепло укрыться;
- насыпать в носки сухую горчицу и ходить так несколько дней;
- шалфей: горсть травы залить 0,5 л кипятка, кипятить 4 минуты и дышать парами;
- плоды тмина: разжёвывать по 3-5 г в сутки;
- делать ножные ванны в течение 10 минут с порошком горчицы;
- делать ингаляции с отваром картофельной шелухи по 10 минут.

РЕЦЕПТ № 1. Чертополох курчавый. *Отвар:* 1 ст. ложку сухих стеблей залить 200 мл кипятка, кипятить на слабом огне 5 минут, охладить, процедить. Натирать тело при ломоте.

РЕЦЕПТЫ? 2. Алоэ — 500 мл, мёд — $\frac{3}{4}$ стакана. Смешать, настаивать 3 дня в тёмном месте, затем добавить 750 мл кагора, настаивать 1 сутки. Принимать по 1 ст. ложке за 30 минут до еды.

РЕЦЕПТЫ? 3. Бузина чёрная: *Настой:* 2 ст. ложки сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Выпить горячий настой за 3-4 приёма.

РЕЦЕПТЫ? 4. Череда трёхраздельная. *Настой:* 4 ст. ложки травы залить 1 л кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Чистотел большой. *Настой:* 2,5 ст. ложки травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Выпить в течение дня за 3-4 приёма.

РЕЦЕПТ № 6. Цветки липы — 2 части, ромашка — 3 части. *Настой:* 20 г сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по у стакана 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Эхинацея пурпурная, желтокорень, стручковый перец — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 20 минут до еды.

РЕЦЕПТ № 8. Окопник, имбирь, стручковый перец, желтокорень, чеснок, элеутерококк — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить тёплый настой по $\frac{1}{2}$ стакана 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Эхинацея пурпурная, шиповник — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 5-7 минут, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Подорожник, чабрец, веточки малины — по 2 части, мать-и-мачеха, цветки бузины, буквица — по 3 части. 3 ст. ложки сбора залить 3 стаканами воды, настаивать 1 час, процедить. Пить за час до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Полынь цитварная. *Настойка:* 20 г полыни на 500 мл водки, настаивать 24 часа, процедить. Принимать по 100 мл за 15 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Вино из чёрной смородины — у стакана, горячая вода — у стакана. Выпить смесь, закутаться, чтобы пропотеть, и через 1 час повторить. Утром принять лёгкую пищу и выпить $\frac{1}{2}$ стакана вина.

РЕЦЕПТ № 13. Малиновое варенье, мёд, водка — по 1 ст. ложке, сок у лимона. Залить 1 стаканом кипятка. Выпить маленькими глотками перед сном.

РЕЦЕПТ № 14. Натереть на тёрке 50 г лука, добавить 20 мл уксуса, отжать через марлю. В эту смесь добавить 60 г мёда, перемешать. Принимать по 1 ст. ложке каждый час.

РЕЦЕПТ № 15. Размолоть 4 грецких ореха вместе с кожурой, добавить 1 ст. ложку цветков бузины и 1 ст. ложку мёда, хорошо перемешать, залить 500 мл воды, варить 20 минут, охладить, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 16. Калина обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку листьев калины залить 1 стаканом кипятка, настаивать 5 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 17. Травы тысячелистника, лист земляники, зверобой — в равных частях. *Настой:* 4 ст. ложки смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 5 часов, процедить. Долить в полученную жидкость кипячёной воды до полного стакана и выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 18. Тмин обыкновенный. *Отвар:* 3 ч. ложки плодов залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, настаивать 40 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 19. Вербена лекарственная. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 12 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 20. Девясил /высокий. *Отвар:* 1 ч. ложку корней залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 5-6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 21. Череда трёхраздельная. *Настой:* 3 ст. ложки травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке утром и вечером..

РЕЦЕПТ № 22. Касторовое масло — 2 ст. ложки, очищенный скипидар — 1 ст. ложка. Смесь подогреть и натирать грудь или ноги.

РЕЦЕПТ № 23. Потереть на тёрке луковицу, смешать с гусиным жиром (до консистенции сметаны). Втирать в область груди и шеи, затем тепло укутаться.

РЕЦЕПТ № 24. Алоэ. *Настойка:* 4 целых листа залить 0,5 л вина, настаивать 4 дня, процедить. Принимать по 1 дес. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 25. Зёрна пшеницы, ячменя, овсянки — в равных частях. *Настой:* размолоть зёрна в порошок, 1 ст. ложку порошка залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить с мёдом 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 26. Цветки ромашки — 5 г, шиповник, мать-и-мачеха — по 10 г, подорожник — 20 г, липовый цвет — 25 г. *Настой:* сбор залить 1 л кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке, добавляя мёд или сахар по вкусу, 5-6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 27. Чеснок посевной. *Отвар:* истолочь 5 зубчиков, залить 1 стаканом молока, вскипятить, остудить, процедить. Пить по 1 ч. ложке через каждый час!

РЕЦЕПТ № 28. Сосна обыкновенная. *Отвар:* 100 г свежей хвои мелко изрезать, залить 1 л кипятка, довести до кипения, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана, добавляя по 1 ч. ложке мёда, 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 29. Хвощ полевой: *Отвар:* 2 ст. ложки травы залить 500 мл молока, кипятить 15 минут, процедить. Выпивать сразу весь горячий отвар 1-2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 30. Лечение луком см. в статье «Грипп», рецепт № 7.

Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Протереть тело керосином, обернуться в 2 слоя газетной бумаги, тепло одеться и лечь спать. Курс: 2-3 дня.

СОВЕТ № 2. Шерстяную ткань пропитать уксусом, оливковым маслом и камфорой. Приложить на ночь к груди. На шею — компресс из тёртого хрена. Надеть шерстяные носки с горячей мякиной.

СОВЕТ № 3. Овечье молоко — 1 ст. ложка, медвежья желчь — кусочек размером с горошину. Всё растереть, сквасить и выпить. Принять смесь 2 раза.

Прыщи

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- пивные дрожжи: принимать по 2-4 ч. ложки каждое утро перед едой;
- пить натощак отвар петрушки, сок свежей моркови, есть салаты с добавлением крапивы, одуванчика, щавеля;

- калина обыкновенная: смазывать лицо соком плодов;
- морковь: протирать лицо соком утром и вечером;
- одуванчик: протирать кожу соком листьев.

РЕЦЕПТ № 1. Корни девясила, зверобой — в равных частях.. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипящей воды, кипятить 25-30 минут, процедить. Пить ПО 1 стакану в день.

РЕЦЕПТ № 2. Тысячелистник обыкновенный. *Настой:* 2 ст. ложки сырья заварить 0,5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Использовать для примочек.

РЕЦЕПТ № 3. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 15 г травы залить 200 мл кипятка, кипятить 15 минут, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 4. Лист шалфея, лист крапивы, лист берёзы — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипящей воды, кипятить 15-20 минут, процедить. Пить по 1 стакану 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Крапива двудомная. *Настой:* 15 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Протирать кожу 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Порошок хвоща полевого — 1 г, сливочное масло — 4 г (или вазелин). Перемешать, протирать кожу.

РЕЦЕПТ № 7. Белая лилия. *Настойка:* заполнить стакан лепестками, залить водкой, настаивать 14 дней, процедить. Протирать кожу перед сном.

РЕЦЕПТ № 8. Алоэ. Промыть листья, вытереть, 10 дней держать в сухом тёмном месте, отжать сок. Смазывать лицо, используя каждый раз свежий сок.

РЕЦЕПТ № 9. Сок свежей травы календулы — 2 ст. ложки, спирт 70%-ный — 50 мл, вода — 4 мл, одеколон — 5 мл. Все тщательно перемешать и настаивать 2 дня в тёплом тёмном месте. Добавить 5 мл 50%-ной борной кислоты и 3 г глицерина. Этим составом смазывать кожу утром и вечером.

Псориаз

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- втирать в больные места: мазь из стеблей шиповника; мазь и отвар из золотого корня или головок красного клевера; масло чайного дерева;
- грыжник голый: обрабатывать больные места ваткой, смоченной спиртом, и смазывать затем соком растения;
- каланхоэ: прикладывать к больным местам измельчённые листья по 3-4 раза в день. ..

РЕЦЕПТ № 1. Налить полную ванну тёплой воды и растворить в ней пачку соли: Полежать в ней 15 минут, смачивая голову. После ванны не обтираться. Пока тело сохнет, прокрутить на мясорубке репчатый лук. Нанести луковую кашицу на тело и голову и хорошо втереть. Через 30 минут стереть лук с тела марлей, а с головы счесать мелким гребешком. Не мыться и лечь в постель до утра. Утром заварить 300 г чистотела в 1 Ведре кипятка, остудить и обмыть тело и голову На 3-й день хорошо помыться с мылом и марганцовкой. Делать процедуру несколько раз.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Принимать утром до еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25-28 дней, через 10 дней повторить. Одновременно втирать в больные места раствор: 1 г мумиё на 70 мл кипячёной воды.

РЕЦЕПТ № 3. Берёза бородавчатая. *Настойка:* почки — 2 части, водка — 3 части, настаивать 2-2,5 месяца, процедить. Смазывать поражённые места 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.'

РЕЦЕПТ № 4. Пармелия раскидистая (лишайник). *Отвар:* 100 г сырья залить 1 л воды, вскипятить, настаивать до охлаждения, процедить (делать отвар из расчёта на 3-5 л). Принимать ванны с отваром по 30 минут 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Взять 2 белка куриных яиц, смешать с уксусной эссенцией до консистенции творога. Накладывать кашицу на больные места 3-4 раза в день до полного выздоровления.

РЕЦЕПТ № 6. Корень одуванчика, цикорий, лист лавра — по 75 г, чистотел, сосновая хвоя, овёс — по 100 г, омела, череда, паслён — по 125 г. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить на тихом огне 10-15 минут, настаивать 30 минут, процедить. *Настойка:* 100 г софоры размолоть в мясорубке, залить 0,5 л водки, настаивать 7 дней в тёплом тёмном месте. Добавить в готовый отвар 100 мл спиртовой настойки софоры и 1 ст. ложку экстракта чага. Пить по 150 мл за час до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Желтокорень канадский. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 5-7 минут, настаивать 1-2 часа, процедить. Разделить на равные дозы и выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 8. Крапива, девясил,, шиповник, петрушка, шелуха арахиса, клюква, виноградные косточки — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 10-15 минут, настаивать 1 час, процедить. Выпить в течение дня.



Советы из далёкого прошлого

Промыть чешую морских рыб, просушить, размолоть в муку, смешать с рыбьим жиром. Наносить на больные места. Рыбьим жиром необходимо обтирать всё тело за 1 час перед баней.

Комплексный метод лечения псориаза

ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА

Л

*

РЕЦЕПТ № 1. Корень одуванчика, желтокорень, свёкла, щавель, восковница, магнолия, эхинацея пурпурная, чеснок, скорлупа грецкого ореха — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 10-12 минут, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром до еды. Курс: 28 дней.

МИНЕРАЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС

РЕЦЕПТ № 1. Мята, бузина, можжевельник, котовник кошачий, ноготки, дягиль, кора сосны, корень лопуха, девясил — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 10-12 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 2. Шиповник. *Отвар:* 50 г стеблей шиповника залить 100 мл воды, кипятить 20 минут, процедить и отжать.

Мазь: отвар шиповника смешать с 50 г вазелина или рыбьего жира. Втирать мазь 3 раза в день (утром сначала обмыть тело отваром чистотела). Курс: 1 месяц.

ВЫВЕДЕНИЕ ПРОДУКТОВ, ВЫЗЫВАЮЩИХ ПАТАЛОГИЮ

РЕЦЕПТ № 1. Седмичник, срлодка, шафран, эхинацея пурпурная, фенхель, орех, фикус, боярышник, корень одуванчика, яблочный уксус, бурые водоросли, парофил щитовидный — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 15-17 минут, процедить. Пить по Уд стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

ЗАВЕРШАЮЩАЯ СТАДИЯ ОЧИЩЕНИЯ ОРГАНИЗМА

РЕЦЕПТ № 1. Головки красного клевера, щавель, кора персика, эхинацея пурпурная, барбарис, солодка, виноград, крушина, лопух, фукус пузырчатый, ясень, розмарин, каскару (крушина американская) — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л воды, кипятить 15-17 минут, процедить. Пить по % стакана 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

После очищения организма принимать ванны, как указано в статье «Псориаз» в рецепте № 1.

Детский церебральный паралич

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- пить натуральные соки свёклы, моркови, огурца; ..
- принимать куриную желчь;
- пить соки растений: мать-и-мачехи, хрена, чёрной редьки;
- яичная скорлупа: принимать порошок по $\frac{1}{4}$ ч. ложки за 15-20 минут до еды 3 раза в день (курс: 1-1,5.месяца);
- \ ростки пшеницы: принимать порошок до 3 ст. ложек по утрам (курс: 21-день);
- мёд: есть по 1 ст. ложке 3 раза в день. * "

РЕЦЕПТ № 1. Шлемник, мирра, валериана, лобелия, клопогон, стручковый ш-рец — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка; остудить, процедить. Пить по у стакана 3-4 раза в день. Курс: 1 неделя. Затем пить по у стакана 3-4 раза в день. Курс: 1 месяц. •

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Принимать утром до еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 28 дней, через 10 дней повторить. У

РЕЦЕПТ № 3. Пион уклоняющийся. *Отвар:* 1 ч. ложку сырья залить 3 стаканами воды, вскипятить, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 15 минут до еды. • , . • |

РЕЦЕПТ № 4. Шалфей лекарственный. 1. *Настой:* 100 г Сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Пить по 1 ч. ложке, обязательно запивая молоком, через час после еды. 2. *Отвар:* 300 г шалфея залить 8 л воды]

вскипятить, настаивать 30 минут и вылить в горячую ванну. Принимать ванну по 20-30 минут 1 раз в день. Курс: 3-4 недели. Можно добавить в ванну отвар корней и плодов шиповника.

РЕЦЕПТ № 5. Марена красильная, мандрагора, корень ромашки — в равных частях. *Настой:* 20 г смеси залить 200 мл воды, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Лавр благородный. *Мазь:* 2 ст. ложки порошка лаврового листа залить 1 стаканом растительного масла, настаивать 7 дней. Втирать в тело 1-2 раза в день.

Советы из далёкого прошлого

т% Пить бульон из черепов мелкого и крупного рогатого скота.

Радикулит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- прикладывать кашу измельченной редьки или хрена, смешанных со сметаной;
- лопух: на ночь прикладывать к больному месту лист пушистой стороной;
- молодые листья винограда: делать горячие припарки или принимать ванну с их отваром;
- апельсин (сладкий): натирать больное место коркой;
- валериана: прикладывать марлю, смоченную настойкой;
- сабельник болотный: протирать больные места спиртовой настойкой;
- редька: делать компрессы с ском и мёдом;
- хмель: делать примочки кашцей из листьев, шишек и стеблей;
- конский каштан: носить пояс с карманами, где лежат плоды;
- лён посевной: для снятия боли прикладывать в мешочке разогретые семена.

РЕЦЕПТ № 1. Череда трёхраздельная. *Настой:* 4 ст. ложки травы залить 1 л кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Полынь метельчатая. 1. *Настойка:* 25 г травы на 1 стакан водки, настаивать 2 недели, процедить. Растирать больные места. 2. Использовать траву для припарок как хорошее болеутоляющее средство.

РЕЦЕПТ № 3. Мухомор красный. *Настойка:* 25 г травы на 1 стакан водки, настаивать 2 недели, процедить. Растирать больные места.

РЕЦЕПТ № 4. Алтей лекарственный. *Настой:* 4 ст. ложки корней залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 8 часов. Использовать для компрессов.

РЕЦЕПТ № 5. Белая акация. *Настойка:* заполнить цветками литровую бутылку, залить водкой, настаивать 2 недели, процедить. Использовать для растираний.

РЕЦЕПТ № 6. Ромашка аптечная, донник лекарственный — в равных частях. *Отвар:* 1,5 кг сырья залить 3-4 л воды, вскипятить, остудить, процедить. Вылить в ванну с температурой воды 38 °С. Принимать по 20-30 минут перед сном.

РЕЦЕПТ № 7. Юкка, ива белая, люцерна, лопух, вяз, гортензия, лобелия, окопник, клопогон, стручковый перец — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси

залить 0,5 л воды, кипятить 10-15 минут, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по U_3 стакана 3 раза в день. Курс: 2 недели. Затем пить по U_3 стакана 2 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 8. Пион уклоняющийся. *Настойка:* 5 бутонов пиона на 0,5 л водки, настаивать 14 дней, процедить, Втирать в больные места ватой по 3-5 минут 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Девясил высокий. *Настойка:* 100 г корней на 500 мл водки, настаивать 10 дней, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Барбарис обыкновенный. *Настой;* 10 г залить 200 мл кипятка, настаивать 2-3 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ Ш 11. Полынь обыкновенная. Верхние листья, собранные во время цветения. *Настой:* 5 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 1-2 часа, процедить. Принимать по U_4 стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Цветки и листья лаванды, Чабрец, мелисса — По горсти. Залить кипятком и влажную массу прикладывать на 30-45 минут к больному месту перед сном. Сняв повязку, помассировать. Курс: 5-7 дней.

РЕЦЕПТ № 13. Чабрец, ромашка, зверобой, цветки бузины чёрной — в равных частях. Использовать для горячих компрессов на ночь.

РЕЦЕПТ № 14. Намазать больное место тонким слоем мёда, накрыть сверху туалетной бумагой (в 1-2 слоя), наложить сверху 2-3 горчичника, накрыть полиэтиленовой пленкой, укутать шерстяным платком, держать 1-1,5 часа.

РЕЦЕПТ № 15. Развести 1 часть экстракта шалфея в 5 частях воды (или сделать крепкий отвар из травы шалфея), поставить в морозилку. Затем получившимся льдом натирать больное место.

РЕЦЕПТ № 16. Эвкалипт шариковый. *Настойка:* 100 г листьев залить 0,5 л водки, закрыть пробкой и настаивать в тёмном месте 7 дней, процедить. Втирать по 3-5 минут 3-4 раза в день и на ночь. • .

РЕЦЕПТ № 17. Чеснок посевной. Истолочь ,1 стакан чеснока и прикладывать через марлю на 5-7 минут к больному месту, затем снять и втереть 50 мл подсолнечного масла. Обязательно после процедуры укутать шерстяной тканью..

» *Советы из далёкого прошлого*

• ^ Ш л **СОВЕТ № 1.** Измельчить в порошок плоды конского каштана и смешать в 5 равных частях с камфорным маслом и нутряным салом. Смесь нанести на ломтик чёрного хлеба и приложить к больному месту.

Зжжгь. **СОВЕТ № 2.** Нанести на газету.резиновый клей, приложить к телу, наложить сверху клеенку, обвязать шерстяным платком.

га *

СОВЕТ № 3. Сделать 3-5 витков медной проволокой (толщиной 2-3 мм) вокруг больного места: Ходить с ней, не снимая.

СОВЕТ № 4. Растолочь старую черепицу в порошок, смешать с 2 белками яиц, 1 ч. ложкой толчёного чабреца и 1 стопкой виноградной водки. Намазать смесь на лоскут шерстяной ткани и приложить как компресс на ночь.

СОВЕТ № 5. Замесить тесто из ржаной муки без дрожжей. Когда оно станет кислым, взять марлю и сложить в 4 слоя, наложить её на поясницу, а сверху уложить тесто-слоем 1-2 см. Обвязать шерстяным платком и оставить на ночь. Можно в тесто добавить 30 капель скипидара. Курс: 10 процедур.

Растяжение связок и мышц

РЕЦЕПТ № 1. Лук репчатый, сахар — в равных частях. Приложить к больному месту, закрепив повязкой.

РЕЦЕПТ № 2. Прикладывать к больному месту лепёшку из глины, замешенную на моче.

Варикозное расширение вен

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- мята: пить сок свежих листьев по 1 ст. ложке 3 раза в день; обвязывать ноги тканью, намоченной в травяной росе;
- клевер: обкладывать больные места;
- верба: прикладывать к больным местам молодые веточки;
- мать-и-мачеха: для успокоения болей прикладывать к раздувшимся венам, листья или делать примочки из отвара листьев;
- мускатный орех: принимать порошок по 1,5 г утром и вечером;
- помидоры: прикладывать разрезанные ломтики каждые 3-4 часа.

РЕЦЕПТЫ? 1. Грецкие орехи. Заложить в сосуд зелёные орехи, залить их сливочным маслом, настаивать с закрытой крышкой на солнце 40 дней. Смазывать больные места 2-3 раза в день и на ночь, до окончания смеси.

РЕЦЕПТЫ? 2. Лесной орех. *Настой:* 1 ст. ложку листьев и коры залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3-4 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{3}$ стакана перед едой 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Конский каштан. 1. *Настойка:* 50 г цветков каштана на 0,5 л водки, настаивать 2 недели в тёплом тёмном месте, процедить. Принимать по 30-40 капель 3-4 раза в день. Курс: 3-4 недели. 2. Принимать свежий сок цветков каштана по 25 капель 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 4. Яблочный уксус. Принимать по 2 ч. ложки уксуса на 1 стакан воды. Растирать* утром и вечером варикозные места. Курс: 1-2 месяца.

РЕЦЕПТЫ? 5. Арника чёрная, кора орешника лесного — по 1 ст. ложке. *Настой:* сбор залить 600 мл кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по $\frac{3}{4}$ стакана до еды 3 раза в день. На ночь делать компресс из молочной сыворотки, утром омывая больные места холодной водой.

РЕЦЕПТЫ? 6. Листья и цветки руты лекарственной, тысячелистник, кора белой вербы, плоды или цветки каштана, корень алтея или мальвы, ромашка — в равных частях, измельчить в порошок. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 600 мл кипятка, довести до кипения и снять с огня, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по 3-4 стакана утром и вечером. Остаток применять для компрессов на больные места.

РЕЦЕПТ № 7. Белая акация. *Настойка:* 1 часть цветков, 3 части спирта (в весовом соотношении), настаивать 10-14 дней, процедить. Растирать венозные узлы.

РЕЦЕПТ № 8. Полынь серебристая. Растереть в ступке свежие головки и листья, смешать 1 ст. ложку кислого молока и 1 ст. ложку истолченной массы, нанести ровным слоем на марлю, наложить на больные места, покрыть сверху целлофаном. Через 30 минут снять и смазать сметаной по направлению, снизу вверх. Курс: 3-4 дня,, через несколько дней повторить.

РЕЦЕПТ № 9. Папоротник мужской. Истолочь свежую траву, 1 ст. ложку смешать с 1 ст. ложкой кислого молока, нанести ровным слоем на марлю, наложить на больные места, покрыть сверху целлофаном. Через 30 минут снять и смазать сметаной по направлению снизу вверх. Курс: 3-4 дня, через несколько дней повторить.

РЕЦЕПТ № 10. Концы веточек ивы, кора дуба — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, кипятить 15-20 минут, процедить. Делать примочки и растирания по 3-4 раза в День.

РЕЦЕПТ № 11. Каланхоэ. *Настойка:* заполнить измельченными листьями поллитровую банку наполовину, залить доверху водкой, настаивать в тёмном месте 7 дней, периодически встряхивая, процедить. Натирать на ночь ноги по направлению снизу вверх. Курс: 3-4 месяца.

РЕЦЕПТ № 12. Обкладывать больные места тестом из глины, замешенным на моче, сверху обвязав шерстяной тканью, по 30-40 минут 3-4 раза в день и перед сном.

и *Советы из далёкого прошлого*

КУ СОВЕТ № 1. Утром ходить по росе в носках из хлопчатобумажной ткани, пока они не высохнут. На ночь накладывать повязку с ломтиками свиного сала, иногда присыпая её порошком серы. Курс: 10 дней.

Ю СОВЕТ № 2. Нарезать дольки из лёгкого свиного сала, присыпать порошком серы и приложить к венам, закрепив повязкой. Держать всю ночь. Курс: 10 дней.,

СОВЕТ Из 3. Горячий куриный жир — 200 г, картофельный крахмал — 5 г, листья и цветки шалфея, порошок цветков ромашки — по 10 г, растёртые плоды каштана — 5 г. Залить смесь растений горячим куриным жиром, протомить 2,5 часа на водяной бане, настаивать 1 ночь, потом опять довести до кипения, процедить, отжать и остудить. Смазывать поражённые места несколько раз в день.

Радиационное облучение

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- регулярно есть мясо мидий;
- употреблять жмых свёклы в неограниченных количествах.

РЕЦЕПТ № 1. Горечавка, кошачья мята, ягоды черники, желтокорень, мирра, пажитник, окопник, жёлтый щавель, зверобой, голубая вербена, корень стародубки, ягоды лавра, ирландский мох, колючий ясень, ослинник, девясил — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 10-15 минут, варить на тихом огне 5-7 минут, настаивать 25-30 минут, процедить. Пить первые 3 дня по 1/3 стакана 1 раз в день, затем 3 раза в день по 1/4 стакана. Пить 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.



Советы из далёкого прошлого

Сбраживать молоко буйволицы и пить.

Ревматизм

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- папоротник: спать на матрасе, набитом листьями;
- жёлтая акация: втирать в больные места спиртовую настойку из веточек и листьев;
- чеснок: съедать ежедневно 3-4 зубчика;
- сельдерей: употреблять в неограниченных количествах;
- прикладывать к больным суставам: свежие листья капусты, кашицу из свежих листьев черешни, запаренные свежие листья коровяка густо-цветкового (можно использовать в виде компрессов);
- черника: есть свежие ягоды в неограниченных количествах;
- лопух: перед сном обёртывать больные места свежими листьями;
- белая берёза: пить сок по 1 стакану перед едой 3 раза в день;
- одуванчик: пить сок листьев по 50-100 мл в день.

РЕЦЕПТ № 1. Корень борец. *Настойка:* У стакана корней залить 1 л водки, настаивать в тёплом месте 3 дня. Втирать в больное место не менее 1 ч. ложки дсуха, лучше всего на ночь, и наложить повязку. Утром снять повязку и очень быстро обтереть. Курс: 5-6 недель.

РЕЦЕПТ № 2. Алоэ, люцерна, петрушка, гортензия, ива белая, вяз — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки залить 0,5 л воды, кипятить 10-15 минут, настаивать 30-40 минут, остудить, процедить. Пить 3 раза в день по 1/2-1 ст. ложке.

РЕЦЕПТ № 3. Спирт — 100 мл, камфора — 50 г, горчичный порошок — 50 г. Отдельно взбить 100 г яичного белка. Все соединить и хорошо перемешать. Втирать в больные места перед сном.

РЕЦЕПТ № 4. Смесь соков: 700 мл сока моркови и 300 мл сока сельдерея. Выпивать в течение Дня в комплексе с терапией солнечных ванн.

РЕЦЕПТ № 5. Английская соль (белая) — 2 ч. ложки, винно-каменная соль — 1/4 ч. ложки, 3 мелко изрезанных лимона. *Отвар:* смесь залить 1 л воды, вскипятить, настаивать 12 часов, процедить. Пить утром до еды по 1 ч. ложке, перед употреблением взбалтывать:

РЕЦЕПТ № 6. Можжевельник обыкновенный. *Отвар:* 30 г веток и 30 г ягод залить 10 л воды, кипятить в закрытой посуде 30 минут, процедить и вылить в ванну. Принимать ванну перед сном по 20-30 минут, вода должна иметь температуру до 30 °С.

РЕЦЕПТИ? 7. Ромашка аптечная. *Отвар:* 1-1,5 кг сырья залить 5 л воды, кипятить в закрытой посуде 15-20 минут, вылить в ванну. Принимать ванну по 20 минут перед сном через день, вода должна иметь температуру 38 °С.

РЕЦЕПТ № 8. Взять 900 г сенной трухи, положить в ситцевый мешок и кипятить в трёхлитровой кастрюле 30 минут, процедить. Вылить в ванну и добавить горячей воды до половины объёма, сесть и закрыть себя брезентом (сделать отверстие для головы) так, чтобы его края свисали с ванны и закрывали выход пара. Вода должна быть очень горячей (насколько можно вытерпеть). Длительность приёма от 20 минут до 1 часа вечером или перед сном. Курс: 30 и более процедур. При слабом сердце находиться в ванне не более 10-15 минут.

После курса лечения сенной трухой рекомендуется пить настойку сарсапарели. *Настойка:* 90 г корня на 2 л красного вина, настаивать в тёмном месте 2 недели, взбалтывая ежедневно. Пить по 1 рюмке до еды 3 раза в день. Во время, лечения следует избегать простуды и сквозняков.

РЕЦЕПТЫ? 9. Соль — 225 г, сухая горчица — 110 г. Смесь размешивать, добавляя керосин, до консистенции сметаны. Втирать досуха на ночь. . . . *

РЕЦЕПТЫ? 10. Бодяк обыкновенный. Мазь: 30 г травы смешать с 1 ч. ложкой ели-вочного масла. На ночь (1 раз в неделю) втирать кашицу в больные места и за-вязывать фланелевой тканью.

РЕЦЕПТЫ? 11. Сорвать с дерева берёзовые листья и набить ими мешки. Вечером перед сном следует вложить больные суставы в эти мешки с таким расчётом, чтобы довольно толстый слой листьев облегал поверхность тела со всех сторон. Тело будет сильно потеть, можно в полночь сменить Листья. Необходимо сделать несколько сеансов.

РЕЦЕПТ Ы? 12. В бутылку из-под шампанского налить 225 мл деревянного или оливкового масла, добавить в неё 20-30 стручков красного перца, налить 225 мл хорошо очищенного керосина. Все хорошо взболтать; закрыть, настаивать 9 дней в тёмном месте, ежедневно взбалтывая. Эту смесь следует втирать на ночь, утром надеть тёплое шерстяное бельё и шерстяные чулки.

РЕЦЕПТЫ? 13. Эхинацея пурпурная, желтокорень, корень лопуха, корень одуванчика, стручковый перец — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки, смеси залить 0,5 л воды, кипятить 10-12 минут, настаивать через 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день за 20 минут до еды. Курс: 1 месяц. > •

РЕЦЕПТ Ы? 14. Сирень. *Настойка:* 1 стакан цветков на 0,5 л водки, настаивать 14 дней, процедить. Принимать по 20-25 капель с молоком, а также растирать больные места 2-3 раза в день и на ночь.

РЕЦЕПТЫ? 15. Осина. *Настой:* 3 ст. ложки почек залить 0,5 л холодной воды, настаивать 1 Ночь, процедить..Пить по $\frac{1}{3}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 16. Синяк обыкновенный. *Настой:* 300 г травы залить 10 л кипятка, настаивать 4 часа, вылить в ванну. Принимать ванну по 15 минут-перед сном. Курс: 10 дней.

РЕЦЕПТ № 17. Грецкий орех. Листья залить оливковым маслом, покрыв их полностью, настаивать 2-3 дня, отжать." Покрывать ими больные места на ночь в 3-4 слоя.

РЕЦЕПТ № 18. Картофель. *Настойка:* заполнить полулитровую стеклянную банку цветами картофеля, залить спиртом, закопать в землю на 10 дней, процедить. Смазывать больные места на ночь.

РЕЦЕПТ № 19. Цикламен. *Отвар:* 60 г сырья залить 10 л воды, кипятить в закрытой посуде 30 минут, процедить и вылить в ванну Принимать ванну перед сном по 20-30 минут, вода должна иметь температуру до 30 °С.

РЕЦЕПТ № 20. Цветки чёрной бузины, лист крапивы, корень петрушки, кора ивы — в равных частях. *Настой:* 2 ч. ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки в день.

РЕЦЕПТ № 21. Тимьян, цветки лаванды, лист розмарина — по 1 части, листья берёзы — 20 частей. *Отвар:* 4 ст. ложки залить 1 л кипятка, вскипятить, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 2 ст. ложки утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 22. Спорыш. *Настой:* 3 ч. ложки спорыша залить 2 стаканами кипятка/настаивать на водяной бане 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 23. Смесь соков: 100 мл берёзового сока (выводит мочевую кислоту), 50 мл сока крапивы (активизирует обмен веществ), 30 мл можжевельника (очищает суставы). Пить ежедневно до улучшения состояния.

РЕЦЕПТ № 24. Брусника обыкновенная. *Отвар:* 1 ст. ложку листьев залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, процедить. Выпить в течение дня маленькими глотками. • •

РЕЦЕПТ № 25. Яблоки. *Отвар:* 3—5 очищенных яблок нарезать, залить 1 л воды, кипятить в закрытой посуде 10-15 минут, настаивать 4 часа, процедить. Пить как чай. • •

РЕЦЕПТ № 26. Лопух большой. *Отвар:* 12 г сухих корней замочить в тёплой воде, затем очистить и потереть на тёрке, залить 0,5 л кипятка; томить на огне 15 минут, не давая закипеть, остудить, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 15 минут до еды 4 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 27. Цветки зверобоя, бузины и липы, трава золотарника — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 2 стакана настоя в день.

РЕЦЕПТ № 28. Сок редьки — 1/2 стакана, мёд — 1 стакан, водка — 1/2 стакана, соль — 1 ст. ложка. Всё тщательно перемешать. Втирать в больные места.

РЕЦЕПТ № 29. Аир болотный. *Настойка:* 1 часть корней на 10 частей водки, настаивать 8 дней в тёмном месте, процедить. Принимать по 30 капель до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 30. Барбарис обыкновенный. *Настой:* 10 г корней залить 200 мл кипятка, настаивать 8 часов, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТЕ 31. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 15 г сырья залить 200 мл воды, кипятить 15 минут; настаивать 45 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 32. Пион уклоняющийся. *Настойка:* 1 часть корней на 10 частей водки, настаивать 7 дней, процедить. Принимать по 20-25 капель 2-3 раза в день.
" Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 33. Тысячелистник обыкновенный. *Настой:* 15 г цветущих верхушек залить 200 мл кипятка, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 34. Чёрная смородина. *Настой:* 1 ст. ложку листьев заварить 2 стаканами кипятка, настаивать 6 часов, процедить. Пить по 1/2 стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 35. Лесной орех. Листья залить оливковым маслом, покрыв их полностью, настаивать 2-3 дня, отжать. Покрывать ими больные места на ночь в 3-4 слоя.

Советы из далёкого прошлого



СОВЕТ № 1. Взять 900 г свежего непастеризованного и несоленого коровьего масла, положить в глиняный горшок слоями вперемешку со слоями берёзовых почек (каждый слой — 12 мм). Чередовать до тех пор, пока горшок не станет полным. Закрывать горшок и поставить его в хорошо протопленную печь на 24 часа. Вынуть из печи, отжать масло из почек и положить в него 8 г истолченной в порошок камфоры. Держать эту смесь в крепко закрытом сосуде. Натирать больные места не менее 1 раза в день вечером перед сном.

СОВЕТ № 2. Заполнить половину бутылки майскими жуками, залить доверху водкой, настаивать 7-10 дней, процедить. Втирать в больные места перед сном.

СОВЕТ № 3. Натираться оружейным маслом и принимать солнечные ванны.

СОВЕТ № 4. Истолочь в порошок 50 г старой черепицы, добавить 50 г камфоры и растворить всё в 100 мл спирта. Отдельно размешать 100 г яичного белка и соединить со смесью. Втирать перед сном, но не досуха.

СОВЕТ № 5. Обкладывавать больные места мешками с сильно нагретым морским песком.

СОВЕТ № 6. Всыпать в литровую банку 250 г перемолотой скорлупы кедрового ореха, залить тройным одеколоном, закрыть крышкой и настаивать 14 дней. Натирать суставы.

Рахит

РЕЦЕПТЫ? 1. Рожь, овёс — по 1 части, цикорий, ячмень — по 2 части, порошок Желудей — по 3 части, корень одуванчика — 1 часть. *Отвар:* 1 стакан зерна залить 1 л воды, кипятить, пока не уварится 1/2 часть жидкости, процедить. Пить как чай.

РЕЦЕПТ № 2. Фиалка трёхцветная. *Настой:* 20 г цветков и корней фиалки залить 1 стаканом кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить как чай 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Душица обыкновенная. *Отвар:* 50 г травы на ведро воды, вскипятить, настаивать 1 ночь в тёплом месте, "процедить. Вылить в ванну и купать в ней ребёнка.

РЕЦЕПТ № 4. Аир болотный. *Отвар:* 250 г корней и травы залить холодной водой, кипятить 30 минут, процедить. Вылить в ванну и купать в ней ребёнка.

Рожа

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- подорожник: прикладывать к больному месту листья;
- прикладывать лепёшки из глины, замешенные на моче;
- настойка йода: смазывать больные места и кожу вокруг в радиусе 6-8 см;
- лопух большой: смазать сметаной листья и прикладывать к местам с рожистым воспалением.

РЕЦЕПТ № 1. Дурман обыкновенный. *Настой:* 20 г семян и листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Разбавить пополам с кипячёной водой и делать примочки.

• ПРИ РОЖИСТОМ ВОСПАЛЕНИИ ГЛАЗ

РЕЦЕПТ № 1. Мать-и-мачеха обыкновенная. Жечь сухие листья мать-и-мачехи и окуривать этим дымом глаза. Затем присыпать их порошком из листьев растения. Принимать настой мать-и-мачехи по 1 ч. ложке 3 раза в день. *Настой:* 15 г листьев залить 200 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Утром до восхода солнца посыпать поражённые места мелко просеянным мелом и наложить сверху красное шерстяное сукно. На следующее утро повторить, заменив мел. Курс: 5-7 дней.

СОВЕТ № 2. Смоченную в тёплой воде шаль 2 раза в день прикладывать к больному месту на 3 часа, каждый час смачивая её повторно. После этого каждые 45 минут обмывать тело уксусом (не более 1 минуты). По мере уменьшения лихорадки уменьшить количество обмываний, постепенно переходя от тёплой воды к холодной.

СОВЕТ № 3. Смоченную в тёплой воде шаль прикладывать к больному месту на 45 минут 3 раза в течение 3 часов. Через 3 часа смочить шаль в свежей воде, сложить вчетверо и положить на живот на 3 часа. При этом каждый час платок смачивать. Через 3 часа после процедуры больной должен лечь на простыню, смоченную в воде и сложенную в несколько раз. Жар должен прекратиться. Если мучает жажда, пить воду с сахаром небольшими порциями.

СОВЕТ № 4. Лоскут из натурального красного шёлка растереть на мелкие кусочки и смешать с мёдом. Утром за час до восхода солнца положить кусочки на поражённые места и перевязать. Каждое утро менять повязку.

СОВЕТ № 5. Порошки: мела, ромашки, красного кирпича и листа шалфея — в равных частях. Всё тщательно перемешать, насыпать на хлопчатобумажную ткань и привязать к поражённому месту. Менять повязку 4 раза в день.

СОВЕТ № 6. Просеять ржаную муку Утром до восхода солнца присыпать больное место, сверху покрыть обёрточной синей бумагой и забинтовать. Менять повязку 1 раз в день.

СОВЕТ № 7. Посыпать больные места порошком сушёных червей, собранных 7 июня.

СОВЕТ № 8. Высушить в печи икру лягушки. На ночь прикладывать слегка смоченную икру к больному месту. Курс: 3 процедуры.

СОВЕТ № 9. Красное сукно натереть мелом, посыпать порошком камфоры и приложить к воспалённому участку кожи. Повязку менять 1 раз в день, посыпая каждый раз порошком камфоры. Пить исключительно молоко, исключить солёную, кислую и острую пищу

СОВЕТ № 10. Сыпать на горящую лучину гречневую муку так, чтобы она присыпала больное место.

СОВЕТ № 11. Протереть кожу тканью, смоченной керосином, подержать её на больном месте 10 минут. Курс: 2-3 дня.

СОВЕТ № 12. Раздавить руками в перчатках 2 десятка светлячков и прикладывать эти перчатки к поражённому месту.

СОВЕТ № 13. Измельчить кору бузины (или конопляное лыко), добавить порошок мела и яичный белок, смешать до консистенции сметаны. Смесь выложить на красную ткань. Сжечь куриные перья, окуривая дымом поражённые места и ткань, посыпав её при этом пеплом. Приложить к больному месту.

Свинка (паротит)

РЕЦЕПТ № 1. Шалфей, цветки бузины, цветки липы, мята перечная, семена укропа — по 2 ч. ложки. Использовать для ингаляций: смесь заварить 2 л кипятка, дышать над этим паром по 15-30 минут 3-4 раза в день. После процедуры закрыть уши и горло шерстяным платком, остерегаться сквозняков.'

Советы из далёкого прошлого

^АДУ *СОВЕТ № 1.* Мел, водку, толчёный ладан смешать до консистенции сметаны. Синюю обёрточную бумагу изрешетить иглой. Наносить на неё мазь и прикладывать к больным местам за ушами 3-4 раза в день. Курс: 3 дня.

г^МЯ^ - *СОВЕТ № 2.* Мёд, толчёный чабрец, сливовая самогонка — смешать до консистенции сметаны. Синюю обёрточную бумагу изрешетить иглой. Наносить на неё мазь и прикладывать к больным местам за ушами 3-4 раза в день. Курс: 3 дня.

Болезни седалищного нерва

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- прикладывать замоченные в моче листья лопуха и крапивы;
- прикладывать компресс с натёртым чесноком, смешанным с подсолнечным маслом (1-2 процедуры в течение дня).

РЕЦЕПТ № 1. Сосновые иглы, ветки и шишки, берёзовые листья — в равных частях. *Отвар:* 1,5 кг сырья залить 5 л воды, кипятить 10-15 минут, процедить, вылить в ванну. Длительность приёма ванн 30-40 минут. В конце лечения пить чай из дикой груши, сосны, сок из плодов чёрной бузины, Пересыпанной сахаром, кагор — по 35 мл за приём.

РЕЦЕПТ № 2. Мачок рогатый. *Отвар:* 10 г корней залить 200 мл кипятка, уварить до половины объёма жидкости, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

Сепсис

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- морковь: пить как можно больше сока;
- чёрная смородина: высушить почки, заваривать и пить как чай с молоком.

РЕЦЕПТ № 1. Шиповник, люцерна, крапива, мята, чистотел, девясил, стручки фасоли, сельдерей, ромашка — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 500 мл кипятка, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 20 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Вяз голый. Верхнюю кору вяза (растение 2 лет) мелко нарезать и высушить. Заваривать и пить как чай по 1 стакану 3 раза в день.

Синусит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- первые 3 дня закапывать сосудосуживающие препараты: галазолин, нафтизин, тизин;
- чеснок: использовать для ингаляций;
- морская соль: 1 ч. ложку залить 1 стаканом воды, закапывать в ноздри;
- парить ноги в горчице;
- пчелиный воск: ставить тампоны в ноздри.

РЕЦЕПТ № 1. Натереть на тёрке 120 г хрена, добавить сок-3 лимонов. Принимать утром и после полудня по 0,5 ч. ложки. Запивать нельзя.

РЕЦЕПТ № 2. Каждый вечер закладывать в ноздри комочек свежего коровьего масла (величиной с кукурузное зерно), один вечер в одну ноздрю, следующий — в другую. Курс: 2-3 дня: В обе ноздри капать по 2-3 капли сока клубня цикламена (дряквы).

Сердечно-сосудистые заболевания

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- выпивать по 50-60 мл в день хорошего сухого вина;
- арахис: принимать ежедневно по 50-100 г орехов;
- лимон: жевать корку;

- наперстянка: принимать порошок до 10 г в день;
- чеснок: съедать по 2-3 зубчика в день;
- мед: есть на завтрак — 30 г, в обед. — 40 г, на ужин — 30 г;
- сироп шиповника: принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Любисток. *Отвар*: 40 г сухих корней залить 1 л воды, кипятить 8 минут, настаивать 20-30 минут, процедить, отжать. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Сосна обыкновенная. 1. *Настой*: 10 г почек залить 200 мл кипящей воды, настаивать 2-3 часа, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день. 2. *Отвар*: 50 г хвои залить 500 мл кипятка, варить на тихом огне 10 минут, настаивать 3 часа, процедить. Пить маленькими глотками 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Виноград. *Настой*: 300 свежих листьев залить 3 л холодной воды, настаивать 3 дня, процедить. Пить по 100 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Желтушник раскидистый. *Отвар*: 20 г травы залить 200 мл воды, варить на тихом огне 5-7 минут, настаивать 40-50 минут, процедить, отжать. Пить по 10 капель 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Ландыш майский. *Настойка*: цветки истолочь, плотно уложить в тёмную бутылку, залить спиртом и закопать в землю на 10 дней. Затем процедить и принимать «горкой»: от 5 до 15 капель в день, ежедневно увеличивая на 1 каплю.

РЕЦЕПТ № 6. Клюква, плоды шиповника, мёд — по 1 стакану, 1 лимон. Всё перетереть. Принимать по 40 г смеси до еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Боярышник кроваво-красный. *Настой*: 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, в закрытой посуде настаивать 2 часа на горячей плите, не доводя до кипения, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3-4 раза в день. Курс: 4 дня, всего 4 курса в год.

РЕЦЕПТ № 8. Лимоны — 500 г, мёд — 500 г, 20 абрикосовых косточек (измельчённых). Все перемешать. Принимать по 1 ст. ложке утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 9. Плоды боярышника, стручковый перец, мята перечная, зелёная мята — в равных частях. *Настой*: 3 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, настаивать 1-2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана за 20-30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Горечавка жёлтая, ягоды черники, кошачья мята, желтокорень, мирра, пижатник, Окопник* жёлтый щавель, зверобой, голубая вербена, корень стародубки, ягоды лавра, ирландский мох, колючий ясень, ослинник, девясил — в равных частях. *Отвар*: 3 ст. ложки смеси залить 500 мл воды, варить на тихом огне 15-20 минут, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана до еды 3 раза в день. Первые 3 дня пить 1 раз в день.

РЕЦЕПТ № 11. Порошок панцирей крабов или раков — до 10 г в день. Разделить на равные дозы и принимать за 15 минут до еды, запивая водой. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 12. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 13. Девясил высокий. *Отвар:* 300 г свежих (или 50 г сухих корней) залить 1 л воды, кипятить на тихом огне 20 минут (сухие корни — 25 минут), процедить, добавить 10 г сахара, $\frac{1}{2}$ стакана сока клюквы и охладить. Пить по 100 мл 3 раза в день.

СЕРДЕЧНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ

РЕЦЕПТ № 1. Девясил высокий. *Настойка:* 100 г корней на 500 мл водки, настаивать 10 дней, периодически встряхивая, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Астрagal шерстистоцветковый. *Настой:* 2 ст. ложки травы залить $\frac{1}{2}$ стакана прохладной кипячёной воды, настаивать 4 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Мёд — 1 л, выжать 10 лимонов, пропустить через мясорубку 10 головок чеснока. Всё смешать и поместить в закрытой банке на 7 дней в тёмное, прохладное место. Принимать по 4 ч. ложки смеси, глотая одну за другой не торопясь, 1 раз в день. Есть до окончания смеси, не пропуская ни одного дня.

УМЕНЬШЕНИЕ ЧАСТОТЫ СЕРДЦЕБИЕНИЯ

- сделать горячую ванну для ног — за несколько минут работа сердца нормализуется.

РЕЦЕПТ № 1. Цветки ромашки — 1 часть, вахта трёхлистная — 1 часть, пустырник — 2 части. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Адонис. *Отвар:* вскипятить 250 мл воды, убавить огонь до лёгкого кипения, всыпать 4 г травы, кипятить не более 2-3 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Зверобой продырявленный. *Отвар;* 15 г травы залить 200 мл воды, кипятить 15 минут, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 4. Календула лекарственная. *Настой:* 5 г цветков залить 100 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

СЕРДЕЧНЫЕ БОЛИ

- валериана: вдыхать запах перед сном через каждую ноздрю 2-3 раза (курс: 3-4 месяца);
- фиалка: пить чай из цветков;
- калина: регулярно пить чай, добавляя мёд или сахар;
- тыква: есть сырые семечки по 1-2 стакана в день.

РЕЦЕПТ № 1. Пырей ползучий. *Отвар:* 200 г сырья залить 1 л воды, уварить до половины объёма жидкости, процедить. Пить по 1 ст. ложке 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 2. Взбить 2 яичных белка, 2 ч. ложку сметаны и 1 ч. ложку мёда. Утром натощак съесть всю смесь.

СОСУДОРАСШИРЯЮЩИЕ СРЕДСТВА

РЕЦЕПТ № 1. Чеснок посевной. *Настойка:* заполнить бутылку на $\frac{1}{3}$ мелко изрезанным чесноком, залить доверху водкой, настаивать 14 дней в тёмном месте, ежедневно взбалтывая, процедить. Принимать до еды по 5 капель на 1 ч. ложку холодной воды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Иглы сосны — 5 ст. ложек, плоды шиповника и луковой шелухи — по 2 ст. ложки. *Отвар:* смесь залить 800 мл воды, кипятить на тихом огне 10 минут, настаивать 1 ночь в термосе, процедить. Выпивать по 0,5-1 л в сутки вместо воды.

Стенокардия (грудная жаба)

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- для снятия болевого синдрома выпить нитроглицерин: 1-2 капли 1%-ного раствора на кусочке сахара — под язык;
- принимать витамин В₁₅ (содержится в пивных дрожжах, рисовых отрубях, печени животных);
- есть мёд за 2 часа до еды: утром — 30 г, днём — 40 г, вечером — 30 г;
- «жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в течение дня;
- при горловой жабе: пить отвар молока с мёдом или квасом;
- крапива: пить сок по 1 ч. ложке 3 раза в день, добавлять в салаты;
- маточное молочко: принимать по 10-15 мг 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Боярышник кроваво-красный. 1. *Варенье:* плоды — 1 часть, сахар — 1 часть. Потреблять без ограничений. 2. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 24 часа, процедить. Пить по 1 стакану перед едой 3 раза в день. 3. *Отвар:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Сок из 10 лимонов, мёд — 1 л, протёртый чеснок — 10 головок. Всё перемешать, настаивать 7 дней в закрытой посуде. Медленно съедать по 4 ч. ложки 1 раз в день. Курс: до окончания смеси.

РЕЦЕПТ № 3. Протёртый чеснок — 350 г, сок из 24 лимонов. Всё размешать, поместить в банку с широким горлом на 24 часа, процедить. Перед употреблением взбалтывать. Принимать перед сном по 1 ч. ложке на у стакана воды 1 раз в день. Курс: до окончания смеси.

РЕЦЕПТ № 4. Валериана лекарственная. *Настой:* 10 г измельченного сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 5. Зверобой, тысячелистник, корень валерианы — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом холодной кипячёной воды, настаивать 3 часа, затем кипятить на тихом огне 5 минут, остудить, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 7. Жабник полевой. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 2 стаканами воды, кипятить 3-5 минут, процедить.*Пить по $\sqrt[3]{x}/2$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Почки берёзы, цветки ромашки, цветки бессмертника, зверобой — по 100 г. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 500 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 стакану, добавляя 1 ч. ложку мёда, после еды перед сном. Утром подогреть на пару оставшийся настой, добавить 1 ч. ложку мёда и выпить за 20 минут до завтрака. Принимать до окончания смеси.

РЕЦЕПТ № 9. Плоды боярышника — 7 ст. ложек, трава пустырника — 6 ст. ложек: *Настой:* сбор залить 1,5 л кипятка, настаивать 1 сутки, процедить. *Настой:* 7 ст. ложек шиповника залить 1 л кипятка, настаивать 1 сутки, процедить. Смешать оба настоя. Пить по 1 стакану 3 раза в день. Курс: 1-1,5 месяца.

РЕЦЕПТ № 10. Адонис, листья боярышника, листья мяты, пустырник, сушеница, почечный чай — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день:

РЕЦЕПТ № 11. Барбарис амурский (или барбарис обыкновенный). *Настой:* 10 г измельченной коры залить 200 мл кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Бузина сибирская. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом кипятка, варить 15 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день. •

РЕЦЕПТ № 13. Мумиё.. Принимать утром до еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 14. Смеси соков:

морковь — 300 мл, свёкла — 95 мл, огурец — 95 мл;

морковь — 200 мл, сельдерей — 120 мл, петрушка — 60 мл, шпинат — 85 мл.

Приготовить любую смесь и выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 15. Любисток. *Отвар:* 50 г сушеных корней залить 1 л воды, кипятить 10 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день. Каждый день готовить новый настой.

РЕЦЕПТ № 16. Сливочное масло, нутряное свиное сало, мёд, сахар — по 450 г, какао в порошке — 110 г, яйца — 8 желтков, сливки — 3 стакана. Желтки, сливки, какао смешать и взбить. Перемешать на тихом огне с растопленным маслом и салом до консистенции теста, остудить. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 17. Ландыш майский. *Настойка:* плотно набить цветками полулитровую бутылку, до половины объёма, залить доверху водкой, закопать в землю на 10 дней, процедить.. Начать с приёма 5 капель, в день, увеличивать в день на 1 каплю, довести дозу до 15 капель в день.

РЕЦЕПТ № 18, Подсолнечник. *Отвар*: 1 стакан краевых цветков подсолнуха залить 1 л воды, кипятить 5 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Выпить в течение 2 дней за 6 приёмов.

Тахикардия

РЕЦЕПТ № 1. Боярышник кроваво-красный. *Настой*: 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3-4 раза в день.

- *РЕЦЕПТ № 2*. Календула лекарственная. *Настой*: 15 г сырья залить 100 мл кипятка, настаивать 1-2 часа, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 3. Женьшень. *Настойка*: корень весом 40-50 г залить холодной сладкой водой на 3-4 часа, порезать и опустить в 500 мл водки, настаивать 20 дней в тёмном месте. Принимать по 10 мл, запивая водой, за 30 минут до еды 1 раз в день. В сосуд с настойкой доливать водку (столько же, сколько выпито) в течение 2 недель. Курс: 90 дней с 2 перерывами по 10 дней.

РЕЦЕПТ № 4. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15—20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

Синяки, ушибы

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- к месту ушиба можно приложить: свинцовую примочку, лёд, примочку камфорным спиртом;
- если опухоль не спадает: втирать цинковую мазь с примесью йода.

РЕЦЕПТ № 1. Белок 1 яйца, мука — 1 ч. ложка (неполная), 1 дес. ложка спирта, перемешать. Смесь положить на полотно и привязать к больному месту.

РЕЦЕПТ № 2; Арника горная. *Настой*: 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 ночь, процедить. Использовать для примочек.

РЕЦЕПТ № 3. Бодяк обыкновенный. "•

1. Делать присыпки высушенным порошком растения,
2. Прикладывать мазь 2-3 раза в день: 2 ст. ложки порошка растения на 1 ст. ложку воды.

РЕЦЕПТ № 4. Английская соль. Использовать для ванн. На половину большой ванны следует брать 1050 г английской соли, на тазик — 350 г соли. Раствор должен быть очень концентрированным, длительность процедуры 45-50 минут.

Заболевания селезёнки

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- капуста: пить по $\frac{1}{2}$ стакана тёплого сока за час до еды 3 раза в день;
- свёкла: пить сок (предварительно дать ему отстояться в течение 2 часов);
- семечки пожелтевшего огурца или семена редьки: есть 6-7 г в день.

РЕЦЕПТ № 1. Облепиха крушиновая. 1. Употреблять по 50-100 г ягод в день, 2. *Отвар:* 3 ст. ложки измельчённых веточек облепихи залить 500 мл кипятка, варить на тихом огне 3-5 минут, настаивать 30-40 минут, процедить. Пить без ограничений.

РЕЦЕПТ № 2. Берёзовый *гриб.* *Настой:* гриб обмыть и натереть на тёрке, замочить на 4 часа в холодной воде (кипячёной) в соотношении 1:5, температура воды не выше 50 °С, настаивать 2 дня, процедить и отжать. Пить по 1 стакану за 30 минут до еды 3 раза в день. Хранить в холодильнике не более 4 дней.

РЕЦЕПТ № 3. Цикорий обыкновенный. *Настой:* 2 г корня залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут в тёплом месте, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Хмель обыкновенный. *Настой:* 10 г измельчённых шишек залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить, отжать. Пить по 1-2 ст. ложки перед едой 3 раза в день. Оставшееся после отжатия сырье прикладывать к области селезёнки.

РЕЦЕПТ № 5. Полынь горькая. *Настой:* 1 ч. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день» подсластив, мёдом.

РЕЦЕПТ № 6. Репешок обыкновенный. *Настой:* 20 г травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Цветки календулы, тысячелистник — в равных частях. *Настой:* 20 г смеси залить 500мл кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Корень мыльнянки, кора вербы — по 20 г. *Отвар:* 4 ст. ложки смеси залить 1 л воды, кипятить 20 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Лист шалфея, лист подорожника, лист крапивы — в равных частях. Всё измельчить в порошок и тщательно перемешать. Принимать порошок на кончике ножа 3 раза в день ПРИ ОПУХОЛИ СЕЛЕЗЁНКИ.

РЕЦЕПТ № 10. Крапива глухая, лист подорожника, череда, фиалка трехцветная — в равных частях. *Настой:* 20 г смеси залить 1 стаканом кипятка, заваривать и пить как чай 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Можжевельник обыкновенный. Есть ягоды можжевельника: начать с 1 ягоды в день, увеличивать ежедневно на 1 ягоду, дойти до приёма 50 шт. в день.

РЕЦЕПТ № 12. Барбарис обыкновенный. *Отвар:* 10 г зрелых плодов залить 200 мл кипятка, остудить, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

УВЕЛИЧЕННАЯ СЕЛЕЗЁНКА

- гранат: пить по $\frac{1}{2}$ -1 стакану сока, разбавляя водой, 3 раза в день;
- есть белый перец как можно больше.

РЕЦЕПТ № 1. Цикорий обыкновенный. *Отвар:* 2 ст. ложки корней залить 1 стаканом кипятка, варить на водяной бане 30 минут, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Тысячелистник — 50 г, календула — 50 г. *Настой:* смесь залить 500 мл кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Пить по 1 стакану 2 раза в день утром и вечером.

Отложение солей

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- папоротник: ошпарить листья кипятком и обложить ими больные суставы; спать на листьях;
- насыпать под пятку в носок щепотку молотого красного перца и так ходить целый день в случае появления небольших наростов на пятках. Курс: 10-14 дней.

РЕЦЕПТ № 1. Чёрная редька. Промыть редьку и отпустить в раствор марганца на 20-30 минут, ополоснуть в проточной воде, натереть и отжать сок. Пить по 30 мл 3 раза в день. За курс следует употребить 10 кг редьки. Исключить из питания жирные блюда, яйца, мясо.

РЕЦЕПТ № 2. Лавровый лист. *Отвар:* 5 г сырья залить 300 мл кипятка, кипятить в закрытой посуде на тихом огне 5 минут, настаивать в термосе 4 часа, процедить. Выпить в течение 12 часов, повторить через 3 дня, потом через 1 неделю и через 1 месяц. Одновременно принимать ванны с овсяной соломой (трухой) и хвойными ветками.

РЕЦЕПТ № 3. Картофель. *Настойка:* наполнить литровую банку цветками, залить спиртом, настаивать 10 дней в тёмном прохладном месте, процедить. Натирать больные суставы.

РЕЦЕПТ № 4. Грецкие орехи. *Настойка:* 2 стакана перегородок на 0,5 л водки, настаивать 10 дней в тёмном месте, процедить. Принимать по 1 ст. ложке в день.

РЕЦЕПТ № 5. Сельдерей. 1. *Настой:* 2 ст. ложки сырья залить 1 л кипятка, настаивать 8 часов в тёплом месте, процедить. Пить по 1 ч. ложке 3 раза в день. 2. Пить свежий сок из корней сельдерея по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Ель обыкновенная. *Настой:* -1 шишку положить в стакан, залить кипятком, настаивать 1 ночь. Утром шишку выбросить и выпить у стакана настоя, вторую половину жидкости выпить на следующее утро. Курс: 30 дней, через 10 дней повторить, всего 3 курса.

РЕЦЕПТ № 7. Брусника обыкновенная. *Отвар:* 1 ст. ложку листьев залить 2 стаканами горячей воды, кипятить в закрытой посуде на водяной бане 15 минут, настаивать 45 минут, процедить. Пить не менее $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Смешать 5 яиц, 250 г сливочного масла и 250 мл уксусной эссенции, настаивать 10 дней в тёмном месте. Растирать больные места.

Заболевания спинного мозга

РЕЦЕПТ № 1. Маргаритка многолетняя. *Настой:* 3 ч. ложки листьев залить 125 мл тёплой кипяченой воды, настаивать 8 часов, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Мумиё: Принимать утром до еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 28 дней, через 10 дней повторить.

Спондилёз

РЕЦЕПТЫ? 1. Ива белая. *Настой:* 1 ст. ложку веток и листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 6 часов, процедить. Пить по 1 ст. ложке через 30 минут после еды. • .

РЕЦЕПТЫ? 2. Конопля посевная. Истолочь в порошок 2 г семян, всыпать в стакан с тёплой кипячёной воды (70 °С), размешать. Выпить за день в 3 приёма до еды.

РЕЦЕПТЫ? 3. Брусника обыкновенная. *Отвар:* 1 ст. ложку листьев залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, процедить. Выпить в течение дня маленькими глотками.

РЕЦЕПТЫ? 4. Цветки бузины, лист крапивы, корень петрушки, кора ивы — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом воды, кипятить 5 минут, процедить. Выпивать по 2 стакана отвара в день до еды, разделив на дозы.

Стоматит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ: .

- алоэ: жевать кусочек листа 2-3 раза в день или полоскать рот свежим соком;
- мёд: принимать по 1 ст. ложке 3-4 раза в день, задерживать подолгу во рту и прогонять сквозь зубы и десны;
- сосать глину, полоскать ею рот, затем выплюнуть, 5-7 раз в день.

РЕЦЕПТЫ? 1. Репейник аптечный. 1, *Отвар:* 1 ч. ложку сухой травы залить 1 стаканом кипятка, в закрытой посуде кипятить 3-5 минут, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 1/3 стакана за 15 минут до еды 3 раза в день. 2. Принимать порошок из корней репейника по 1 г 3 раза в день. .

РЕЦЕПТЫ? 2. Герань луговая. *Отвар:* 1 ст. ложку корней (листьев) залить 1 стаканом кипятка, варить на водяной бане 30 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 20 минут до еды 3 раза в день и полоскать рот.

РЕЦЕПТЫ? 3. Календула лекарственная. *Настой:* 10 г цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Полоскать рот по 3-5 минут утром и вечером.

РЕЦЕПТЫ? 4. Шалфей лекарственный. *Настой:* 10 г сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30-40 минут, процедить. Полоскать рот по 3-5 минут утром и вечером.

РЕЦЕПТЫ? 5. Мёд, цветки ромашки — по 1 ст. ложке. *Настой:* смесь залить 1 стаканом кипятка, настаивать до охлаждения, процедить. Полоскать рот.

РЕЦЕПТ № 6. Зверобой, горец змеиный, ромашка аптечная, паслён чёрный — по 2 ст. ложки. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 30 мл 4 раза в день и полоскать рот.

РЕЦЕПТ № 7. Мумиё. Раствор: 0,2 г на 50 мл кипяченой воды. Полоскать рот утром и вечером по 2-3 минуты, после чего проглотить.

РЕЦЕПТ № 8. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

Стимуляция функции надпочечников

РЕЦЕПТ № 1. Ромашка, одуванчик, люцерна, солодка, девясил, пассифлора, тимьян, горечавка жёлтая, элеутерококк, мята, крушина, анис, белокудренник волокнистый, семена сельдерея — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 500 мл кипятка, варить на тихом огне 5-7 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день месяц.

Тонзиллит

РЕЦЕПТ № 1. Лапчатка серебристая. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1/2 стакана кипятка, 2 минуты подержать на огне, не давая кипеть, настаивать 25 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 2. Эхинацея пурпурная. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, процедить. Пить в течение 1-й недели по 1/3 стакана 3 раза в день, затем в течение месяца по 1/2 стакана 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Эвкалипт — 20 г, календула/шалфей — по 15 г, ромашка, девясил, солодка голая, липа, багульник — по 10 г. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 500 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Полоскать горло.

Трахеит

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- мумиё: сосать по 0,1-0,2 г 2-3 раза в день, проглатывая;
- пить щелочные воды: например, боржоми или 1/2 стакана боржоми и 1/2 стакана горячего молока по 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Абрикосы. Очистить от скорлупы 20 г ядрышек, высушить и размолоть. Добавлять по 1 ч. ложке в чашку чая или горячего молока. Пить 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Лист эвкалипта — 20 г, цветки календулы, лист шалфея, цветки ромашки — по 15 г, корни девясила и солодки, цветки липы, багульник — по 10 г. *Настой:* 3 ст. ложки измельчённого сбора залить 500 мл кипятка, настаивать 2-3 часа, процедить, отжать. Полоскать горло и использовать для ингаляций.

РЕЦЕПТ № 3. Эвкалипт, почки сосны — по 15 г, тимьян, мята, цветки ромашки — по 10 г, корни девясила и лист шалфея — по 20 г. Использовать для ингаляций.

ТРАХЕОБРОНХИТ

РЕЦЕПТ № 1. Лист мать-и-мачехи — 20 г, трава фиалки трёхцветной — 20 г, корень солодки голой, лист подорожника — по 30 г. *Настой:* 3 ст. ложки смеси залить 500 мл кипятка, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{b}$ стакана перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Корень алтея, лист мать-и-мачехи — по 4 части, корень солодки — 3 части, цветки коровяка, плоды фенхеля — 2 части. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом холодной воды, настаивать 2 часа, кипятить 10 минут, остудить, процедить. Выпить тёплый отвар за 2-3 приёма в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3. Трава донник — 5 частей, тимьян, семена укропа, трава мяты — по 10 частей, лист подорожника, алтей, корейский солодки — по 15 частей, мать-и-мачеха — 20 частей. *Настой:* 4 ст. ложки смеси залить 800 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить горячий (до 40 °С) настой по 1 стакану с мёдом. За ночь выпить не менее 2 стаканов.

РЕЦЕПТ № 4. Окопник, коровяк, седмичник, вяз, алтей — в равных частях. *Настрой:* 3 ст. ложки залить 500 мл кипятка, настаивать 2-3 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в ДЕНЬ ПРИ ОСТРОЙ ФОРМЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ. Курс: 1 месяц.

Туберкулез

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- сосна: пить по 30-40 капель настойки из молодых сосновых шишек 3 раза в день;
- есть как можно больше винограда сортов с косточками, если тяжесть в желудке — без косточек (сорт китайский);
- съесть по 7 г семян пожелтевшего огурца или 9 г семян редьки в день;
- съесть от 50 до 100 желтков куриных яиц в день.

РЕЦЕПТ № 1. Какао, нутряное свиное сало, мёд, сливочное масло — по 175 г. Всё растопить на тихом огне, всё время помешивая, довести до кипения, остудить. Принимать по 1 ч. ложке на 1 стакан горячего молока 3-4 раза в день. В случае возникновения запора есть чернослив.

РЕЦЕПТ № 2. Нутряное свиное сало — 350 г, 6 зелёных больших яблок. Неочищенные яблоки нарезать, перемешать с кусочками сала и поместить в духовку (следить, чтобы не пригорело). Взять 12 яичных желтков на 1 стакан сахара, взбить, добавить 350 г шоколада. Процедить сало с яблоками и соединить обе смеси. Полученный состав намазывать на хлеб и обязательно запивать горячим молоком 3-4 раза в день во время еды.

РЕЦЕПТ № 3. Лимоны — 10 шт., яйца (белого цвета) — 6 шт., липовый мёд — 260 г, коньяк — 190 мл. Залить яйца соком, выжатым из лимонов, и поставить в прохладное и тёмное место, настаивать до растворения яичной скорлупы 5-8 дней. Залить жидким мёдом и коньяком. Хранить в сухом, тёмном месте 2-3 недели. Принимать смесь по 1 дес. ложке сразу после еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Насыпать в кастрюлю овса или ячменя, уложить смалец слоем толщиной с палец, залить молоком, закрыть крышкой и поставить в духовку. Доливать молоко, пока ячмень или овёс не разварятся. Есть смесь по 2-3 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Пустырник, корни цикория — в равных частях. Заваривать как чай. Пить по 100 мл 3 раза в день. Курс: 9 недель.

РЕЦЕПТ № 6. Алоэ. 1. *Настойка:* в бутылку вина положить 4 стебля алоэ, настаивать 4 дня, процедить. Пить по 1 рюмке 3 раза в день. 2. *Настойка:* 4 стебля-алоэ на 480 мл спирта, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 40 капель, разбавляя водой, 3 раза в день. 3. *Отвар:* измельчённый лист алоэ залить 90 мл воды, добавить 260 г мёда, варить на тихом огне 2 часа, процедить, остудить. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Какао в порошке — 50 г, липовый пчелиный мёд, нутряное сало, масло сливочное несоленое — по 100 г, сок алоэ — 150 мл. Алоэ перед срезом не поливать 2 недели. Растопить в эмалированной кастрюле сало, масло и мёд, не доводя до кипения, добавить остальные компоненты, хорошо размешать. Принимать по 1 ст. ложке на 1 стакан горячего молока утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 8. Протопить свежее нутряное сало, влить в него равную долю молока, затем вскипятить. Пить сначала по $\frac{1}{2}$ стакана в день, постепенно увеличивая дозу — до 1 стакана в день.

РЕЦЕПТ № 9. Одуванчик лекарственный. *Настой:* 1 ст. ложку корней Залить 1 стаканом кипячёной воды, выдержать в прохладном месте 8 часов, процедить. Выпить все в течение дня.

РЕЦЕПТ № 10. Прополис. *Настойка:* 20 г измельчённого прополиса на 100 мл 70%-ного спирта, настаивать 3 дня, периодически встряхивая, процедить. Пить по 20 капель после еды, разбавляя в тёплой воде или молоке, 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Спирт, мёд по 1 стакану, сухие берёзовые почки — 1 ст. ложка. Всё перемешать, настаивать 9 дней. Принимать по 1 ст. ложке смеси 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Майский мёд — 625 г, красное вино — 500 мл, сок алоэ — 275 мл (перед отжатием сока не поливать растение 5 дней). Перемешать, настаивать в прохладном месте 5 дней. Принимать смесь первые 5 дней по 1 ч. ложке, а затем по 1 ст. ложке за час до сна. Курс: 3 месяца.

РЕЦЕПТ № 13. Камыш. *Отвар:* 1 ст. ложку листьев залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 10-15 минут, процедить. Пить натошак по $\frac{1}{3}$ стакана.

РЕЦЕПТ № 14. Очистить от примесей смолу-живицу (кедра, сосны, пихты, ели), положить в банку и залить спиртом, чтобы он покрыл на 1 см, через несколько дней смола растворится. На 1 часть смолы добавить 2 части свиного нутряного сала, все перетопить и остудить до 60 °С, добавить мёд. На 1 часть смолы и сала добавить 1 часть мёда (по весу) и 1 часть жжёной кости (белой) животного, предварительно измельчив её в порошок. Затем все перемешать и принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Эхинацея пурпурная. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 200 мл воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить 2 недели по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день, затем до конца месяца — по у стакана 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 16. Порошок какао, гусиный жир (или смалец) — по 100 г, сок алоэ (растение не менее 3 лет) — 10 ст. ложек, липовый мёд — 150 г, кусочек мела с детский мизинец (измельчить в порошок), кедровые орехи (измельчить) — 2 стакана. Всё перемешать на слабом огне, чтобы масса не пригорела. Принимать по 1 ст. ложке смеси на 1 стакан горячего молока 4 раза в день.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Сало табаргана (монгольского сурка). Сало должно растопиться естественным путём, медленно, при температуре жаркого летнего дня. Принимать по 1 дес. ложке сразу после еды 3-4 раза в день. Курс: 2-3 месяца. Сначала наблюдается несварение желудка, которое скоро проходит.

СОВЕТ № 2. Собачий или медвежий жир. Выпивать по $\frac{1}{2}$ стакана в день, разделив на 3 дозы.

СОВЕТ № 3. Есть хлеб, посыпанный порошком из сушёных сверчков.

СОВЕТ № 4. Высушить медведок, истолочь в порошок. Принимать по 0,5-1 ч. ложке, запивая водой или молоком, 3 раза в день.

СОВЕТ № 5. Выпивать 4-5 стаканов в день козьего молока.

СОВЕТ № 6. Пить в больших количествах кобылье молоко.

Туберкулёз лёгких

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- сок лопуха: принимать по 1 ст. ложке после еды;
- употреблять виноград с косточками в больших количествах;
- • мёд: 40 г цветочного мёда на 1 стакан горячего молока, принимать 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Сок алоэ — 1 часть, мёд — 2 части. Принимать смесь по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Папоротник, листья мать-и-мачехи — в равных частях. *Настой:* 20 г смеси залить 500 мл кипятка, настаивать 20-30 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 3. Окопник, коровяк, седмичник, алтей, вяз — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2-3 часа в тёплом месте, процедить, отжать. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Спорыш. *Настой:* 3 ч. ложки сырья залить 500 мл кипятка, настаивать 30 минут на водяной бане, остудить, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Белый клевер. *Настой:* 3 ч. ложки сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 20 минут до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Высушить и истолочь скорлупу яйца, заполнить порошком полулитровую банку до половины объёма, залить доверху соком лимона, настаивать в тёплом месте 2 недели, затем влить 500 мл коньяка и перемешать. Пить по 50 г за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Незабудка полевая. *Настой*: 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 4 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Чабрец. *Настой*: 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Зверобой продырявленный. *Отвар*: 15 г сырья залить 200 мл кипятка, кипятить 15 минут, настаивать 5 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 10. Крапива двудомная. *Настой*: 15 г листьев залить 200 мл кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Кровохлёбка лекарственная. *Отвар*: 15 г корней залить 200 мл воды, вскипятить, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 5-6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 12. Шиповник. *Настой*: 20 г зрелых плодов залить 400 мл кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 50 мл 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Полынь обыкновенная. Корни выкопать осенью. *Отвар*: 20 г корней залить 200 мл кипятка, вскипятить, настаивать до охлаждения, процедить. Пить тёплый отвар по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 14. Подорожник большой. *Настой*: 10 г листьев залить 200 мл воды, настаивать 30 минут в кипящей водяной бане, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день. ...

и Советы из далёкого прошлого

Ч^ДУ СОВЕТ № 1. Есть как можно больше мяса ежа (в любом виде).

-з^йЛ СОВЕТ № 2. Развести 1 ст. ложку жира (барсука, медведя, собаки) на 1 стакан горячего молока. Пить по 1 стакану 3 раза в день,

Чкга» СОВЕТ № 3. Пить как можно больше кобыльего молока.

Е' СОВЕТ № 4. Принимать берёзовый деготь по 5-10 капель 3 раза в день.

СОВЕТ № 5. стакан дождевых червей красного цвета хорошо промыть, просушить и залить 1 л водки, настаивать 7 дней, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Туберкулёз кишечника

РЕЦЕПТ № 1. Крапива двудомная. *Настой*: 15 г листьев залить 200 мл воды, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день. Есть мед: утром — 30 г, в обед — 40 г, вечером * - 30 г.

РЕЦЕПТ № 2. В течение 6 недель натощак съесть по 1/2 стакана кислой капусты и выпивать 1 стакан сока той же капусты. Через 30 минут после этого выпить отвар из сбора растений: зверобой и centaury — по 40 г, тысячелистник, дикий цикорий — по 30 г, Дымянка — 20 г. Отвар: сбор залить 1 л воды, поставить в тёплую духовку на ночь, утром кипятить 5 минут, охладить, процедить. Пить по 1 стакану перед завтраком, через 30 минут после завтрака (2 яйца, кипячёное молоко, хлеб, масло) и ещё 3 раза через час после еды.



Советы из далёкого прошлого

Пить в большом количестве ослиное, козье или кобылье молоко.

Туберкулёз кожи

РЕЦЕПТ № 1. Чистотел большой. 1. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 200 мл горячей кипяченой воды, закрыть крышкой и держать на водяной бане 25 минут, процедить. Добавить кипячёной воды до объёма 200 мл. Хранить в прохладном месте не более 2 дней. Мыть кожу отваром. 2. *Мазь:* 1 часть измельчённого в порошок чистотела, 4 части вазелина. Смазывать кожу, втирая мазь по 5-7 минут, 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Пастушья сумка. *Настой:* 20 г травы залить 200 мл кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Тугоухость

РЕЦЕПТЫ? 1. Смешать 1 часть 30-40%-ной настойки прополиса с 4 частями растительного масла (можно оливкового или -кукурузного), взболтать. Смочить марлевый фитиль и вставить в ухо: детям после 5 лет на 10-12 часов (курс: 10 процедур), взрослым на 36-38 часов через 1 день (курс: 10-12 процедур).

Укусы

УКУСЫ ЗМЕЙ

- пивные или пекарские дрожжи: прикладывать к месту укуса в течение 3 дней, меняя через каждый час;
- череда: измельчить листья и прикладывать к поражённому месту;
- бузина: натереть листьями место укуса;
- конопля: привязать к ране толчёные семена;
- приложить к укусу разрезанную пополам луковицу, когда она вытянет яд, то почернеет.

РЕЦЕПТ № 1. Вероника колосистая. *Настой:* 4 стебля растения залить 1 л воды, настаивать 1 час, процедить. Пить по 100 мл 3 раза в день и делать горячие припарки. Курс: 1 месяц.

УКУСЫ ПЧЁЛ

- прикладывать к месту укуса: сок чистотела, лист петрушки, спиртовой компресс;
- смазывать рыбьим жиром.

УКУСЫ НАСЕКОМЫХ

- бузина: натирать листьями поражённое место;
- пивные или пекарские дрожжи: прикладывать к месту укуса в течение 3 дней, меняя через каждый час;
- череда: измельчить листья и прикладывать к поражённому месту;
- бузина: натереть листьями место укуса;
- конопля: привязать к ране толчёные семена.

УКУС ТАРАНТУЛА



Советы из далёкого прошлого

- <%Шк Налить в стеклянную банку 480 мл оливкового (прованского) масла, по-
 дожить в неё 3 тарантулов, настаивать 3 недели, процедить. Крышка бан-
 Ц ки должна закручиваться! Обильно смазывать место укуса каждый час,
 пока не пройдут краснота и опухоль.

Угревая сыпь

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- густо посолить хлеб, пережевать и приложить к больному месту;
- протирать кожу весенним соком берёзы 3-4 раза в день;
- протирать кожу соком листьев одуванчика;
- смазывать пораженные места живицей хвойных деревьев;
- пивные дрожжи: принимать по 1-2 ст. ложки натощак;
- калина обыкновенная: смазывать кожу соком плодов;
- есть салаты из растений: одуванчик, щавель, крапива;
- протирать кожу морковным соком утром и вечером;
- протирать кожу соком старых огурцов (курс: 1 месяц).

РЕЦЕПТ № 1. Полынь горькая. *Отвар:* 1 стакан травы залить 1 л воды, варить на кипящей водяной бане 15 минут, настаивать 45 минут, процедить. Обмывать поражённые места 1-2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Девясил высокий. 1. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут. Обмывать поражённые места. 2. 200 г корня девясила смолоть на кофемолке, смешать с 500 г мёда, настаивать 1 сутки в тёмном месте. Принимать по 1 ст. ложке за 15 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Малина обыкновенная. *Настой:* 2 ст. ложки залить 0,5 л кипятка, настаивать 20-30 минут, процедить.. Пить по % стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Лилия белая. *Настойка:* заполнить стакан лепестками, залить водкой, настаивать 14 дней, процедить. Протирать кожу 2 раза в день и перед сном.

РЕЦЕПТ № 5. Тычелистник обыкновенный. *Настой:* 2 ст. ложки травы заварить 0,5 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Использовать для примочек.

РЕЦЕПТ № 6. Зверобой продырявленный/ *Отвар:* 15 г сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 7. Крапива двудомная, шалфей лекарственный, лист берёзы — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки смеси залить 500 мл кипящей воды, кипятить 15-20 минут, процедить. Пить по 1 стакану утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 8. Фиалка трёхцветная, яснотка белая, лист земляники лесной, трава череды трёхраздельной — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипящей воды, кипятить 20 минут, процедить. Пить по 1 стакану 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Крапива двудомная. *Настой:* 15 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 30-40 минут, охладить, процедить. Пить по 1 стакану утром и вечером.

Советы из далёкого прошлого

'Щав-
Е" *СОВЕТ № 1.* Натереть на тёрке 50 г чёрного хозяйственного мыла, смешать с 50 г ржаной муки, добавить 1 ст. ложку подсолнечного масла и 1 ст. ложку сахара. Залить всё $\frac{3}{4}$ стакана кипятка, кипятить 2-3 минуты, добавить церковную свечу без фитиля, тщательно перемешать. Прикладывать повязку с мазью, менять 1 раз в сутки.

СОВЕТ № 2. Обтирать на ночь лицо внутренней стороной (которая прилегал к спине) майки или рубашки, которую носили в течение этого дня.

Уретрит

РЕЦЕПТ № 1. Жостер слабительный. *Отвар:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом кипятка, варить на кипящей водяной бане 30 минут, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Стручковый перец, чеснок, петрушка — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка; настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Толокнянка обыкновенная. *Настой:* 2 ст. ложки травы залить 500 мл воды, настаивать 1 час, процедить, отжать. Пить по 1 ст. ложке через каждые 3 часа.

Фарингит

РЕЦЕПТ № 1. Настойка прополиса — 1 часть, глицерин — 2 части. Смешать и смазывать горло по 10-15 раз в день, расходуя по 2-2,5 г смеси за одну процедуру.

РЕЦЕПТ № 2. Лист малины — 2 части, лист просвирника лесного — 1 часть, лист шалфея — 3 части. *Настой:* 3 ч. ложки (полные) смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Полоскать горло 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Плоды фенхеля, лист мяты, цветки ромашки, лист шалфея — в равных частях. *Настой:* 1 ч. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Полоскать горло.

РЕЦЕПТ № 4. Окопник, коровяк, седмичник, алтей, вяз — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, варить на кипящей водяной бане 30 минут, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

Фиброма

РЕЦЕПТ № 1. Эхинацея пурпурная. Принимать экстракт корня по 1 ч. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Корни купены лекарственной, корни дерезы — в равных частях. Растереть в порошок и замесить на выпаренной воде, сделать шарики массой до 3 г и принимать по 3 шт. в течение дня, запивая водой.

РЕЦЕПТ № 3. Гортензия. *Настой:* 20 г листьев и цветков залить 200 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по У стакана 1 раз в день.

РЕЦЕПТ № 4. Клопогон ветвистый, хрен обыкновенный, имбирь, толокнянка, малина, корень валерианы, молочный чертополох, лавровый лист, мята болотная, лист винограда — в равных частях. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, настаивать 10 минут, процедить. Пить по у стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 5. Дягиль, кора белой ивы, валериана, можжевельник, корень солодки, клопогон, имбирь — в равных частях.. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 5,00 мл воды, настаивать 15 минут, процедить. Пить по у стакана утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 6. Бадан толстолистный. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 1 стаканом кипятка, уварить наполовину, процедить. Принимать по 30 капель 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Калина, обыкновенная. 1. *Настойка:* 1 часть коры на 10 частей 50°-ного спирта, настаивать 7 дней в бутылке из тёмного стекла, процедить. Пить по 20-30 капель за-30 минут до еды 3 раза в день. 2. *Отвар:* 1 ст. ложку коры залить 1 стаканом воды, варить 15 минут, настаивать до охлаждения, процедить. Пить по 2 ст. ложки 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Подсолнечник. *Настойка:* 100 г жёлтых лепестков на 3 л водки, настаивать 14 дней, процедить. Принимать по 2-3 ст. ложки за 30 минут до еды, пока не закончится вся настойка.

РЕЦЕПТ № 9. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 3 ст. ложки сырья залить 3 стаканами воды, довести до кипения, настаивать 1 ночь, процедить. Вылить в течение дня.

Фурункулы

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- капуста: слегка подавить листья, смочить водой пополам с лимонным соком, наложить на больное место в виде компресса и забинтовать, на ночь или на несколько часов;
- ржаную муку смешать с мёдом до состояния теста, прикладывать, накрыв компрессной бумагой и повязкой.

РЕЦЕПТ Ш 1. Полынь горькая. *Отвар:* 1 ст. ложку залить 1 л воды, настаивать 2-3 часа, кипятить 15 минут, процедить; отжать. Использовать для обтираний 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Девясил высокий. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом кипятка, кипятить 3-5 минут, настаивать 20 минут, процедить. Делать примочки 4-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 3. Малина. *Настой:* 2 ст. ложки малины заварить 2 стаканами кипятка, настаивать 5 минут. Пить по у стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 4. Испечь среднего размера луковицу, разрезать её пополам и приложить горячий лук, наложив повязку. Менять каждые 4 часа.

РЕЦЕПТ № 5. Жёлтый воск — 25 г, вазелиновое масло — 1 ст. ложка, ментоловый карандаш — 1 шт., кукурузное масло — у. стакана, спиртовая настойка календулы — 1 ст. ложка. Растопить на тихом огне воск, ментоловый карандаш

и кукурузное масло. Когда начнет закипать, снять с огня и переложить в фарфоровую ступку, слегка остудить. Добавить вазелиновое масло и календулу. Всё хорошо перемешать. Смесь прикладывать 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Чеснок, лук, перец, соль, мёд — в равных частях. Всё перемешать и томить в духовке 15 минут, процедить. Полученную массу прикладывать к больному месту.

РЕЦЕПТ № 7. Подмаренник цепкий. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 3 стаканами кипятка, настаивать 4 часа, процедить, отжать. Пить по 1/2 стакана 3-4 раза в день небольшими глотками.

РЕЦЕПТ № 8. Прополис. *Мазь:* 100 г вазелина довести до кипения, затем охладить до 60 °С, добавить 10 г измельчённого прополиса и вновь подогреть до 80 °С. Смесь процедить и плотно закрыть. Смазывать больные места 1-2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Ферула. *Настойка:* 25-50 г корней на 500 мл водки, настаивать до образования осадка белого цвета, процедить. Принимать по 1 ч. ложке до еды 3 раза в день и смазывать пораженные места.

РЕЦЕПТ № 10. Кора дуба, корни аира болотного — в равных частях. *Отвар:* 2 ст. ложки сбора залить 500 мл кипящей воды, кипятить 30 минут, процедить. Использовать для тёплых компрессов.

РЕЦЕПТ № 11. Корни лопуха большого — 5 частей, репешок обыкновенный, зверобой продырявленный — по 1 части. *Отвар:* 2 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, кипятить 5 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Фиалка трёхцветная — 6 частей, череда трёхраздельная, цветки василька синего — по 2 части, крапива, цветки календулы, хвощ полевой по 3 части. *Отвар:* 4 ст. ложки сбора залить 1 л холодной воды, настаивать 12 часов, кипятить 6-7 минут, процедить. Выпить в 5 приёмов в течение дня.

Храп

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- истолочь капустный лист, смешать его с мёдом по вкусу и съесть на ночь;
- произносить звук «И» по 20-25 раз утром и вечером, через 1 месяц будет результат;
- закрыть рот и дышать через нос, напрячь заднюю стенку языка и с силой оттянуть язык к горлу; если при этом положить пальцы под подбородок, то можно почувствовать, как напрягаются мышцы. Это упражнение следует повторять несколько раз в день, делая по 10-15 движений языком.

Цинга

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- берёзовый сок: пить по 1 стакану 3 раза в день, при этом полоскать им дёсны;
- есть черемшу и натирать её молодыми листьями подошвы ног; лук, чеснок, цитрусовые; капусту в сыром и квашеном виде;
- пить чай из свежих сосновых игл;
- есть ягоды чёрной смородины, плоды красной рябины и пить отвары из них;
- витамин С: принимать по 50-60 мг в день.

РЕЦЕПТ № 1. Шиповник. *Отвар:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут, настаивать 12 часов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Сурепка обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Хмель обыкновенный. *Отвар:* 1 ст. ложку шишек залить 1 стаканом горячей воды, кипятить на водяной бане 30 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 2 раза в день начиная со второй половины дня.

Чесотка

РЕЦЕПТ № 1. Серное мыло. 1. Втирать мыло в поражённые места по 20-30 минут 1-2 раза в день, после чего тщательно намылить и смыть горячей водой, (курс: 3 дня). 2. Втирать серную мазь, потом втирать серное мыло, высушить кожу, после этого смывать горячей водой с мылом — 2-3 раза в день. Курс: 3 дня.

РЕЦЕПТ № 2. Обычное мыло — 2 г растворить в 78 мл воды, добавить 20 мл бензина (бензоната) и взболтать. Втирать ватным тампоном в поражённые места 8-10 минут, через 10 минут повторить и надеть чистое бельё. Через 1-2 дня тщательно промыть тело с мылом и сменить бельё.

РЕЦЕПТ № 3. Хвощ полевой. *Отвар:* 30 г хвоща залить 1 стаканом воды, кипятить 3-5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Делать примочки густым отваром 3-5 раз в день.

РЕЦЕПТ № 4. Крапива, соль, яичный желток — в равных частях. Перемешать и смазывать зудящие места. Курс: 3 дня.

РЕЦЕПТ № 5. Сера, купорос, нашатырь, медная окись — в равных частях. Растереть смесь в порошок, добавить сливочное масло. Смазывать поражённые места.

РЕЦЕПТ № 6. Ячмень. *Отвар:* 1 кг ячменных зёрен залить 10 л воды, кипятить 1-2 часа, процедить. Использовать для ванн 2-3 раза в день.

Шпоры

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- парить ноги в соке очень кислых яблок; после этого очистить кожу и смазать на ночь маргарином, а днём — солидолом;
- делать на ночь припарки кашицей чеснока (курс: 7-10 дней);
- делать компресс из глины, замешенной на моче, часто менять в течение дня и оставлять на ночь;
- заварить траву водяной перец и парить ноги;
- заварить папоротник и парить ноги;
- истолочь корень и лист репейника и прикладывать на ночь;
- парить ноги отваром хвои с добавлением 1 ст. ложки морской соли;
- истолочь корень хрена и прикладывать к пяткам;
- разрезать луковицу пополам, в середину накапать дёготь и приложить к больному месту.

РЕЦЕПТ № 1. Накладывать в старую обувь траву мокрицу (звездчатка средняя) в таком количестве, чтобы пропитались носки и хлюпала жидкость, носить долго в течение дня. Курс: 5-10 дней.

РЕЦЕПТ № 2. Ряженка — у стакана, молотые сухари ржаного хлеба — у стакана, пищевая сода — 0,5 ст. ложки. Всё смешать, настаивать 3-6 часов на свету, процедить. Делать на ночь компресс.

РЕЦЕПТ № 3. Взять 100 г несоленого сала, залить 100 мл уксусной эссенции, добавить 1 яйцо вместе со скорлупой, размешать и настаивать 10 дней, периодически помешивая. Напарив больное место, наложить мазь на 5-6 часов. Курс: 5-7 дней.

РЕЦЕПТ № 4. Сирень. *Настойка:* 10 г высушенных цветков залить 100 мл водки, настаивать 8-10 дней в плотно закрытой посуде, процедить. Принимать по 20-30 капель 2-3 раза в день, запивая водой или молоком и одновременно натирать и делать компрессы на больное место.

РЕЦЕПТ № 5. Натереть 500 г моркови, смешать с 500 г изюма, залить 15 стаканами воды, уварить на тихом огне до 7 стаканов, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды по утрам, пока не закончится смесь.

РЕЦЕПТ № 6. Лопух большой. Сорвать лист лопуха и приложить его к стопе перед сном, сверху надеть носок. Днём так и ходить, не снимая лист, перед сном сменить лопух. Курс: 2 недели.

РЕЦЕПТ № 7. Вероника лекарственная. *Настой:* заполнить банку травой, залить её подсолнечным маслом, настаивать 7 дней. Делать компрессы на ночь.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Натереть картошку вместе с кожурой, положить на марлю, закрыть вощёной бумагой и прибинтовать к больному месту. Не снимать такой компресс сутки! При необходимости повторять через день.

СОВЕТ № 2. Ставить на ночь компрессы с желчью быка.

СОВЕТ № 3. Сильно нагреть медный таз, накрыть дно тряпкой, встать сверху и стоять, пока не остынет.

Экзема

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- после мытья смазывать больные места смесью подсолнечного масла и уксуса/взятых по кофейной чашке;
- калина: съедать по 1 стакану ягод 2 раза в день (курс: 14 дней);
- экстракт валерианы: принимать по 0,02 г несколько раз в день;
- ограничить употребление в пищу углеводов и углеводов продуктов;
- прикладывать мякоть тыквы;
- прикладывать мякоть листа алоэ;
- смазывать липовым дёгтем;
- делать компрессы соком настурции лекарственной;
- приложить свежий лист капусты на 2-3 дня;
- принимать витамины B_{1r} , B_6 , B_{12} и аскорбиновую кислоту;
- прикладывать кашку из толчёных ягод земляники.

РЕЦЕПТ № 1. Корень лопуха, ромашка, иван-чай, корень копытника — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку сбора залить 1 л воды, кипятить 5-7 минут, затем добавить 1 ст. ложку коровьего масла и 1 стакан крепкого отвара сенной трухи. Снова варить на водяной бане до образования густой массы, затем смешать поровну с глицерином и смазывать больные места.

РЕЦЕПТ № 2. Смола осины — 1 часть, вазелин — 4 части. Смазывать мазью больные места.

РЕЦЕПТ/V- 3. Грецкий орех. *Настойка:* перегородки из 1 кг орехов на 500 мл спирта, настаивать 7 дней в тёмном месте, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 1 раз в день.

РЕЦЕПТ № 4. Ива белая. 1. *Отвар:* 1 ст. ложку свежей коры залить 300 мл воды, кипятить, пока жидкость не упарится до половины объёма, процедить. Обмывать больные места. 2. Поджечь над тарелкой ветку ивы, собрать капли смолы и смазывать поражённые участки кожи.

РЕЦЕПТ № 5. Тысячелистник обыкновенный. *Настой:* 1 ст. ложку сухой травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать в плотно закрытой посуде 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3-4 раза в день и парить в отваре больные места.

РЕЦЕПТ № 6. Эвкалипт шариковый. *Настой:* 50 г листьев залить 1 л кипятка, настаивать 4 часа, процедить. Делать примочки.

РЕЦЕПТ № 7. Облепиха. Отжать сок из ягод, измельчить оставшийся жмых (кожица с косточками), залить оливковым маслом в соотношении 2:3, настаивать 21 день при комнатной температуре. Верхнюю часть масляного настоя аккуратно слить и смазывать ею больные места."

РЕЦЕПТ № 8. Душица, ромашка, календула — по 10 г; крапива, подорожник — по 15 г; шалфей, зверобой — по 20 г. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, настаивать в тёплом месте 2-3 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Если экзема появляется от стирки. Делать ванночки для рук по 15—20 минут, используя раствор: 1 ч. ложку соды на 1 л воды. Затем погрузить руки в слегка подогретое оливковое масло.

РЕЦЕПТ № 10. Корни лопуха и одуванчика — по 1 ст. ложке. *Настой:* залить корни 3 стаканами воды, настаивать 1 ночь, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день

РЕЦЕПТ № 11. Калина обыкновенная. *Настой:* растереть 6 ст. ложек ягод, залить 3 стаканами кипятка, настаивать 4 часа в тёплом месте, процедить, отжать. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Воск, канифоль, подсолнечное масло — по 25 г, ячмень — 100 г. Смесь залить 1 л воды, варить, пока не разварится ячмень, остудить и снять жир. Полученным составом смазывать больные места.

РЕЦЕПТ № 13. Цикорий обыкновенный. *Отвар:* 1 ч. ложку корней залить 1 стаканом кипятка, кипятить 10 минут, процедить. Пить по 50 мл 4 раза в день и делать компрессы.

1
• и
[.
1

1.
• г

г



РЕЦЕПТ № 14. Берёза. *Настой:* 2 ст. ложки порошка листьев берёзы заварить 2 стаканами кипятка, настаивать 5-10 минут, процедить. Пить по 1 стакану утром и вечером.

РЕЦЕПТ № 15. Лопух большой. *Отвар:* 15 г корней лопуха залить 1 стаканом воды, кипятить 10 минут, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 16. Яснотка белая. *Настой:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1 стакану за 30 минут до еды:

РЕЦЕПТ № 17. Прополис. *Мазь:* 1 кг несоленого сливочного масла перетопить в эмалированной посуде, охладить до 80 °С, добавить 140 г измельчённого прополиса. Смесь размешивать до тех пор, пока не получится однородная масса: Затем снова нагреть до той же температуры, хорошо размешать, и, пока масло ещё тёплое, процедить через слой марли или металлическое ситечко и разлить в банки. Хранить в тёмном сухом месте. Смачивать поражённые места 3 раза в день. Рекомендуется также ПРИ ХРОНИЧЕСКОЙ ЭКЗЕМЕ.

Советы из далёкого прошлого



СОВЕТ № 1. Спорынья — $\frac{4}{2}$ стакана, сера горючая — 1 ст. ложка, нашатырь — 1 ст. ложка, масло топленое — 2 ст. ложки, чистый дёготь — 1 стакан. Спорынью и серу горючую измельчить в порошок и просеять. Перемешать с остальными компонентами, кипятить на тихом огне 3-4 часа, процедить. Мазать больное место тёплой мазью 4-5 раз в день.

СОВЕТ № 2. Взять яйца и сварить их вкрутую, вынуть желтки и надеть их на спицу, затем держать над огнём свечи. Из желтков -будет выделяться жидкость, которую необходимо собрать и затем прикладывать на повязке к больным местам. Делать до выздоровления.

СОВЕТ № 3. Вяз голый. Собрать в мае жидкость, которая образуется в шишечках (семенах вяза).

СОВЕТ № 4. Промыть больное место отваром луковой шелухи, а затем намазать медным купоросом (развести до нежной голубизны). Когда он высохнет на коже, смазать жиром или вазелином. Курс: 3-4 процедуры.

СОВЕТ № 5. Чешую морских рыб промыть и высушить, затем размолоть в порошок и смешать с рыбьим жиром. Наносить на больные места.

СОВЕТ № 6. Рыбьим жиром (или селёдкой, очищенной от кожи) обтирать тело за 1 час до бани.

ЭКЗЕМА у ДЕТЕЙ

РЕЦЕПТ № 1. Софора японская. *Настой:* 1 ст. ложку плодов залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 ночь в тёплом месте, процедить. Выпить тёплый настой в течение дня.

РЕЦЕПТ № 2. Прокалить в духовке 3 грецких ореха вместе со скорлупой, пока они не станут тёмно-коричневыми. Остудить, смолоть, добавить 1 ст. ложку рыбьего жира. Очистить больное место и смазывать этим составом.

ЭКЗЕМА НА ГОЛОВЕ

РЕЦЕПТ № 1. Мыть голову тёплой водой 1 раз в неделю, в течение 15 минут натирая поваренной солью. Затем прополоскать тёплой водой. Курс: 5-7 раз.

РЕЦЕПТ № 2. Измельчить мускатный орех, добавить немного имбиря и калгана. *Настойка:* смесь залить 500 мл спирта и настаивать в тёплом месте 48 часов, процедить. Протирать больные места. При этом хорошо принимать внутрь по чашке отвара из тысячелистника и цветков бузины, взятых в соотношении 1:1.

МОКНУЩАЯ ЭКЗЕМА

- присыпать порошком из речных ракушек;
- « накладывать повязку с ряженкой или подсолнечным маслом;
- делать примочки с ягодами черники;
- смазывать белком куриного яйца, затем смачивать крепким настоем из молодых берёзовых листьев.

РЕЦЕПТ № 1. Щавель конский. *Отвар:* 300 г корней залить 3 л воды, варить 20 минут, периодически помешивая, процедить. Смачивать больные места 3-5 раз в день, не накладывая повязки..

РЕЦЕПТ № 2. Сок паслёна — 100 мл, куриные яйца — 2 белка, калина — 2 ст. ложки, несолёный смалец — 2 ст. ложки, чистотел — 1 ст. ложка. Всё перемешать, взбить, настаивать 2 дня. Смазывать больные места.

СУХАЯ ЭКЗЕМА

- делать компрессы с клюквенным соком;
- прикладывать на ночь апельсиновые корки.

РЕЦЕПТ № 1. Одуванчик лекарственный. *Настой:* 2 ч. ложки корней залить 1 стаканом кипячёной воды, настаивать 12 часов, процедить. Делать компрессы.

РЕЦЕПТ № 2. Купена лекарственная. *Настойка:* 20 г сухих корней на 100 мл водки, настаивать 14 дней, добавить яичный белок от 1 яйца, настаивать 2 недели. Втирать в больные места.

РЕЦЕПТ № 3. Чистотел большой. 1 стакан сока чистотела взбить с белком от 1 свежего яйца, добавить 2 ст. ложки сока ягод паслёна, всё хорошо перемешать. Делать примочки.

Эмфизема лёгких

РЕЦЕПТ № 1. Корень алтея — 40 г, корень солодки голой — 25 г, лист мать-и-мачехи — 20 г, плод фенхеля обыкновенного — 15 г. *Настой:* 3 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, настаивать в термосе 4 часа, процедить. Пить тёплый настой по 1/2 стакана до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Окопник, коровяк, седмичник — в равных частях. 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать в тёплом месте 3 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 3. «Жевать» (цедить сквозь зубы) подсолнечное масло 15-20 минут, затем выплюнуть и прополоскать рот марганцовкой, 2-3 раза в день.

Энурез

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- мёд: 1 ч. ложка на U_2 стакана кипячёной воды, пить 2 раза в день перед едой; 1 ст. ложку на ночь при ночном недержании мочи;
- зверобой и золототысячник в равных частях: заваривать и пить как чай;
- употреблять ягоды можжевельника;
- подорожник: принимать на кончике ножа порошок из семян, запивая водой, 3-4 раза в день;
- черника: съедать по 1-2 стакана свежих ягод в день.

РЕЦЕПТ № 1. Петрушка кудрявая. 1. *Настой*: 0,5 ч. ложки растёртых семян залить 1 стаканом воды, настаивать 8 часов, процедить. Выпить в течение дня. 2. *Настой*: 2 ст. ложки корней залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 1 стакану в день. 3. Пить сок петрушки по 2-3 ст. ложки в день перед едой.

РЕЦЕПТ № 2. Укроп душистый. *Настой*: 1 ст. ложку семян укропа залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 10 минут, процедить. Выпивать **3а** один раз до 16 часов. В 19 часов съедать кусочек чёрного хлеба с подсолнечным маслом и укропом. Рецепт рекомендуется ПРИ ночном НЕДЕРЕЖАНИИ мочи.

РЕЦЕПТ № 3. Шиповник. Плоды, очищенные от косточек. *Настойка*: сырьё засыпать в бутылку до половины объёма, залить доверху водкой, настаивать 6 дней до появления светло-коричневого цвета. Пить по 25-30 капель 2 раза в день;

* РЕЦЕПТ № 4. Тысячелистник обыкновенный. *Настой*: 15 г травы залить 200 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по U чашки (75 мл). 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 5. Жеруха лекарственная. *Отвар*: 2 кг сырья залить, 10 л воды, вскипятить, процедить. Перед сном принимать сидячие ванны. Курс: 7 дней. Траву из отвара смешать со свиным жиром и делать компрессы: одну ночь — на живот, вторую — на поясницу. Курс: 7 дней.

РЕЦЕПТ № 6. Сердечник луговой. Способ приготовления и метод применения как в рецепте № 5.

РЕЦЕПТ № 7. Берёза. *Настой*: 1 ст. ложку почек залить 0,5 л воды, настаивать 10 минут, процедить. Выпить днём за один приём. Курс: 10 дней.

РЕЦЕПТ № 8. Зверобой продырявленный. *Настой*: 40 г сырья залить 1 л кипятка, настаивать 2 часа в тёплом месте, процедить. Пить по u стакана 2 раза в день и 1 раз обязательно перед сном. Курс: 3 недели.

РЕЦЕПТ № 9. Брусника (листья, ягоды) — 1 ст. ложка, зверобой — 2 ст. ложки. *Отвар*: сырьё залить 3 стаканами воды, кипятить 10 минут, процедить. Пить по 3 стакана в день, первый приём в 16 часов, последний — перед сном.

РЕЦЕПТ № 10. Крапива, толокнянка, тысячелистник — по 2 части, репешок, зверобой — по 3 части, льнянка — 4 части. *Настой:* 2 ст. ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, охладить, процедить. Пить по 100 мл на ночь.

РЕЦЕПТ № 11. Лопух большой. *Настой:* 4 ст. ложки сырья залить 1 л кипятка, настаивать 40-50 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Шалфей лекарственный. *Настой:* 40 г травы залить 1 л кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 100-200 мл 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Репешок обыкновенный. *Настой:* 20 г травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{3}$ стакана за 15 минут до еды 3-4 раза в день. Можно добавить мёд по вкусу.

РЕЦЕПТ № 14. Плоды шиповника — 4 ст. ложки, ягоды костяники — 1 ст. ложка. *Отвар:* сырьё залить 1 л воды, кипятить 30 минут, добавить 2 ст. ложки цветков шиповника, вскипятить, процедить. Пить холодный отвар по 1 стакану 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Ягоды ежевики и черники — по 1 ст. ложке. *Отвар:* сырьё залить 0,5 л воды, кипятить 15-20 минут, процедить. Пить по 1 стакану 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 16. Лапчатка прямостоячая. *Настой:* 2 ст. ложки глины залить 1 стаканом воды/настаивать 4 часа, добавить 10 г порошка корня лапчатки прямостоячей. Все выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 17. Мумиё. Пить по 0,2 г утром до еды и вечером перед сном. Курс: 25 дней, через 10 дней повторить.

„ *Советы из далёкого прошлого*

gШ®' *СОВЕТ № 1.* Пить заячью кровь и есть заячье мясо.

^Ш? *СОВЕТ № 2.* Взять щучью голову, хорошо вымыть, высушить, истолочь в порошок. Затем весь порошок залить 1. стаканом кипятка, настоять 5-10 минут и, пока не остыл, выпить.

Эпилепсия

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- есть как можно больше сырого лука и пить его сок;
- обливаться вечером отваром дикого аспарагуса.

РЕЦЕПТ № 1. Мать-и-мачеха обыкновенная. Свежие листья измельчить, уложить в эмалированную кастрюлю, пересыпать сахаром, добавить мёд: 500 г на 1 кг полученной массы. Плотно закрыть и закопать в землю на 2 месяца. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 2. Фиалка трёхцветная и фиалка душистая. *Настой:* 20 г травы с корнями залить 1 л кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Принимать по 15 мл до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Волчье лыко. *Отвар:* 20-30 г корней залить 50-100 мл воды, отварить, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 5 мл в день, лучше на ночь.

РЕЦЕПТ № 4. Майоран. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5-7 минут, настаивать 20 минут, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 5. Марена красильная. *Настой:* 1 ч. ложку, корней залить 1 стаканом прохладной кипячёной воды, настаивать 8 часов, процедить. Остаток залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Оба настоя смешать. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана до еды 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Шлемник, смола мирры, валериана, клопогон, лобелия — в равных частях. *Отвар:* 1 ст. ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, вскипятить, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 50 мл 3 раза в день, запивая водой. Курс: 3 месяца.

РЕЦЕПТ № 7. Гравилат речной. *Настойка:* 60 г сырья залить 1 л красного вина, настаивать 1 неделю в тёмном прохладном месте, процедить. Пить по 100 мл 2-3 раза в день (дозу можно увеличивать без ограничений).

РЕЦЕПТ № 8. Лесной камыш. *Настой:* 3 травинки залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана перед сном.

РЕЦЕПТ № 9. Полынь обыкновенная. *Настой:* 10 г травы залить $\frac{1}{3}$ стакана кипятка, настаивать 4 часа в закрытой посуде, процедить. Пить по 50 мл за 30 минут до еды 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Родиола розовая. *Настойка:* 25 г корней на 500 мл водки, настаивать в тёмном месте 10 дней, периодически встряхивая, процедить. Принимать по 15-20 капель за 15 минут до еды 3 раза в день. Курс: 10 дней, через 10 дней повторить, всего 3 курса. Сделать перерыв на 1 месяц и снова повторить 3 курса.

РЕЦЕПТ № 11. Сурепка обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 3 часа, процедить. Пить по 50 мл 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 12. Крапива двудомная. *Настой:* 15 г листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2-3 часа в тёплом месте, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Пион уклоняющийся. *Настойка:* 10 г корней на 100 мл водки, настаивать 30 дней, процедить. Пить по 20-30, капель 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 14. Зверобой продырявленный. *Настой:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 100 мл 4 раза в день через 2 часа после еды.

РЕЦЕПТЫ? 15. Панцерия шерстистая. *Отвар:* 1 ст. ложку травы залить 1 стаканом кипятка, варить на тихом огне 5 минут, остудить, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТЫ? 16. Пустырник сердечный. *Настой:* 2 ст. ложки травы залить 200 мл холодной кипячёной воды, настаивать 8 часов, процедить. Выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 17. Барвинок малый. *Настой:* 1 ст. ложку сухой травы залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день?

РЕЦЕПТ № 18. Пижма обыкновенная. *Настой:* 10 цветочных корзинок залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день. ПРОТИВОПОКАЗАНО ДЕТЯМ И БЕРЕМЕННЫМ ЖЕНЩИНАМ.

РЕЦЕПТ № 19. Подмаренник настоящий. Принимать натошак по 8 ст. ложек сока, выжатого из жёлтых цветков, собранных на рассвете. Курс: 5 дней.

РЕЦЕПТ № 20. Девясил высокий. *Настой:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 2-3 часа, процедить. Пить по 1/2 стакана за 20-30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 21. Шалфей лекарственный. *Настой:* 60 г сырья залить 500 мл кипятка, добавить сахар, настаивать 15 минут, процедить. Пить как чай.

РЕЦЕПТ № 22. Буквица лекарственная. *Настой:* 60 г сырья залить 500 мл кипятка, добавить сахар, настаивать 15 минут, процедить. Пить как чай.

РЕЦЕПТ № 23. Боярышник кроваво-красный. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1/2 стакана - 3 раза в день.

Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Во время припадка положить левую руку больного на пол и наступить на её мизинец. Как правило, приступ останавливается.

СОВЕТ № 2. Купаться в отваре сена, скошенного в лесу.

СОВЕТ № 3. Высушить кровь мартовского зайца. Принимать порошок по 1 ч. ложке в день с молоком.

СОВЕТ № 4. Любую кость, рог или копыто сжечь и смолоть в порошок. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день, постепенно увеличивая дозу и запивая 1 стаканом отвара. Отвар: 40 г омелы белой залить 1 л воды, кипятить 3-5 минут, процедить.

СОВЕТ № 5. Домашних пчёл варить в закрытой посуде до тех пор, пока объём жидкости не дойдёт с 4 до 2 стаканов. Принимать в день по 1 ч. ложке 3 раза в день.

СОВЕТ № 6. Взять из черепа свиньи маленькие косточки, которые находятся около ушей, высушить, истолочь. Принимать порошок, растворяя в воде.

СОВЕТ № 7. Есть сырую желчь ягнёнка.

СОВЕТ № 8. Съесть натошак прожаренную печень осла. Кусочек правого копыта осла вправить в перстень и носить.

СОВЕТ № 9. Пить мочу свиньи и к паху больного привязать свинцовые пластинки.

СОВЕТ № 10. Копыто лося смолоть. Пить порошок: 1 ч. ложку залить 1 стаканом воды.

Эпидермофития

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- принимать горячие ванны с настоем ромашки, раствором марганцовки (розового цвета) и после наложить цинковую мазь;
- при эпидермофитии стопы: в носки засыпать 20 мг порошка борной кислоты и 70 мг талька;
- при поражении паховой области: втирать 10%-ную серно-дегтярную мазь;
- прикладывать лепёшки из глины, замешенные на моче, 3-4 раза в день по 30-40 минут, процедить;
- пить сок чистотела по 1-2 капли на 1 стакан воды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Спирт — 40 мл, уксусная кислота 40%-ная — 40 мл, глицерин — 20 г. Перемешать и втирать в поражённые грибком места.

РЕЦЕПТ № 2. Масла мяты, тмина обыкновенного, шалфея, лекарственного. Можно приготовить мази из этих растений: 1 часть растёртого в порошок сырья на 4 части смальца, всё тщательно перемешивать, пока не застынет растопленный смалец. Втирать в поражённые места.

Трофическая язва

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- облепиховое масло: принимать по 1 ч. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день;
- смазывать больные места зверобойным маслом, соком алоэ, маслом шиповника;
- прикладывать: измельчённые листья медуницы, свежий сок подорожника большого;
- принимать по 1 стакану берёзового сока 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Мумиё — 5 г, жидкий мёд — 100 г. Пропитать смесью марлевый тампон и наложить на язву. Менять 1 раз в сутки.

РЕЦЕПТ № 2. Живица хвойных деревьев!. Прикладывать живицу на 2-3 дня. 2. Смолу положить в банку, залить спиртом на 1 см выше сырья. Когда всё растворится, использовать для повязки. 3. Живица с хвойного дерева, коровий жир — в равных частях. Перетопить смолу, смешать с жиром и смазывать рану. 4. Смесью живицы и коровьего молока накладывать на повязку.

РЕЦЕПТ № 3. Берёза. *Настой:* 1 кг коры залить 10 л кипятка, настаивать в тёплом месте до тёплого состояния. Опустить поражённую часть на 30 минут в настой или сделать компресс на 2 часа, обильно смочив марлю. После процедуры промыть рану настоем календулы: 40 капель настойки на 1 стакан холодной кипяченой воды. Через 2-3 часа процедуру повторить.

РЕЦЕПТ № 4. Зверобой продырявленный. *Отвар:* 15 г сырья залить 200 мл воды, кипятить 15 минут, настаивать 45 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 6 раз в день.

РЕЦЕПТ № 5. Календула лекарственная. *Настой:* 5 г цветков залить 100 мл кипятка, настаивать 45 минут, процедить. Использовать для примочек 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Кровохлёбка лекарственная. *Отвар:* 1 ст. ложку корней залить 1 стаканом воды, кипятить в закрытой посуде 30 минут, охладить, процедить. Обрабатывать раны 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Полынь обыкновенная. *Настой:* 3 ч. ложки сухой травы залить 1 % стакана кипятка, настаивать 4 часа в закрытой посуде, процедить. Использовать для примочек 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Гореч почечуйный, *Отвар:* 20 г измельчённого сырья залить 1 стаканом воды, варить на тихом огне 20 минут, настаивать в тёплом месте 30 минут, процедить. Использовать для примочек 3-4 раза в день.

I Советы из далёкого прошлого

Совет № 1. Больное место протереть ваткой со спиртом, перекрестить 3 раза свежесрезанным колоском пшеницы, прикасаясь к язве, а затем колосок выбросить. Делать утром, в обед и вечером 3 дня подряд (9 колосков).

Совет № 2. Скипидар — 100 мл, можжевельный дёготь — 100 г, желтки яиц — 2 шт.; розовое масло — 1 ст. ложка. Масло растереть с желтками, затем добавлять по 1 ложке скипидар и помешивать, чтобы не свернулось, и в последнюю очередь вылить дёготь. Хорошо размешать и накладывать на рану, закрепляя повязкой.

Язва желудка-кишечного тракта и двенадцатиперстной кишки

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- чёрная смородина: пить сок по 150-200 мл в день;
- живица сосны: принимать по 1 ч. ложке в смеси с мёдом и молоком перед едой (курс: 2 недели);
- калина: пить свежий сок плодов по 150-200 мл в день;
- белокачанная капуста: пить свежий сок по 1/2 стакана 3 раза в день (курс: 1-1,5 месяца);
- каланхоэ: пить свежий сок по 1 ч. ложке перед едой 3 раза в день;
- лопух большой: пить сок из всего растения по 1-2 ст. ложки перед едой 3-4 раза в день;
- облепиховое масло: принимать по 1 ч. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Прополис. *Настойка:* 60 г прополиса на 250 мл спирта, настаивать 7 дней, периодически взбалтывая, процедить. Принимать по 1 ч. ложке на 1/4 стакана тёплой воды за 1 час до еды. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 2. Взять 1 ст. ложку оливкового масла, 1 ст. ложку облепихового масла, 1 ст. ложку мёда, 1 яйцо, 5 г мумиё, разведенного в 1 стакане воды. Всё перемешать и принимать смесь по 1 ст. ложке за 40 минут до еды 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 3. Картофель. В свежем картофельном соке растворить 1 ст. ложку мёда. Пить по 1/4 стакана 3 раза в день. Курс: 12-14 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 4. Цветочный мёд. Принимать утром — 30 г, в обед — 40 г, вечером — 30 г. Курс: 2-3 недели.

РЕЦЕПТ № 5. Окопник, коровяк, седмичник, алтей, вяз — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1/4 стакана прохладной кипяченой воды, настаивать 8 часов, периодически встряхивая, процедить. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1/4 стакана кипятка, настаивать 30 минут в тёплом месте, процедить. Оба настоя смешать вместе. Пить глотками, медленно, по 50 мл за 15-20 минут до еды 4-5 раз в день. Курс: 1 месяц.

РЕЦЕПТ № 6. Прополис — 100 г, льняное семя — 20 г, зерно овса — 50 г, мелко изрезанный лист лопуха. *Отвар:* смесь залить 250 мл водки и 250 мл воды, вскипятить, настаивать 3 дня, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Измельчённые листья алоэ — 1/4 стакана, мёд — 3/4 стакана. Смешать, настаивать в тёмном месте 3 дня, затем добавить 1 стакан кагора и настаивать 1 сутки, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Одуванчик лекарственный. *Отвар:* 10 г корней залить 1 стаканом кипятка, варить на тихом огне в закрытой посуде 10 минут/настаивать в тёплом месте 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 9. Тысячелистник обыкновенный. *Отвар:* 20 г сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить на тихом огне 15 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 10. Мята перечная. *Настой:* 10 г сырья залить $\frac{x}{2}$ стакана кипятка, настаивать в тёплом месте 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 11. Шиповник. *Отвар:* 1 ст. ложку сырья залить 2 стаканами горячей воды, кипятить 10 минут, настаивать 3 часа, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана 3-4 раза в день. 2. Есть свежие плоды.

РЕЦЕПТ № 12. Зверобой продырявленный. *Настой:* 3 ст. ложки сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать в тёплом месте 2 часа, процедить. Пить по $\frac{x}{5}$ стакана до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 13. Душица обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана до еды 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 14. Иван-чай. *Отвар:* 15 г травы залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 ст. ложке перед едой 4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 15. Клевер красный. *Настой:* 5 г сухих головок залить 1 стаканом кипятка, настаивать в тёплом месте 30 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 16. Мумиё. Принимать утром до еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 25-28 дней, через 10 дней повторить.

РЕЦЕПТ № 17. Горечавка, шалфей, мята, корица — в равных частях. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 500 мл кипятка, кипятить на тихом огне 20 минут, настаивать в тёплом месте 30 минут, процедить. Все выпить в течение дня.

РЕЦЕПТ № 18. Взбить белок свежего яйца с 1 ч. ложкой сахарной пудры и 1 ст. ложкой оливкового масла. Принимать каждое утро натощак по 1 ст. ложке. Курс: 10 дней. Рецепт особенно эффективен ПРИ КРОВОТОЧАЩЕЙ ЯЗВЕ 12-ПЕРСТНОЙ КИШКИ.

РЕЦЕПТ № 19. Календула (цветочные корзинки) — 6 частей, зверобой (листья и цветки) — 4 части, корень алтея — 2 части. *Отвар:* 3 ст. ложки сбора залить 500 мл воды, варить в закрытой посуде 15 минут, Процедить. Пить по $\frac{x}{2}$ стакана перед едой 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 20. Морковь. Пить морковный сок (тёплый) по $\frac{x}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день. В случае появления метеоризма, болей и поноса — дозу уменьшить до 2 ст. ложек 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 21. Майский мёд — 675 г, виноградное вино — 375 мл, алоэ (перед срезом алоэ 3-5 лет не поливать 5 дней) — 375 г. Измельчить, перемешать, настаивать в тёплом месте 6 дней. Принимать первые 5 дней по 1 ст. ложке в день, все последующие дни — по 1 ст. ложке за час до еды 3 раза в день. Курс: 3-5 недель.

РЕЦЕПТ № 22. Бузина красная. *Отвар:* 1 ст. ложку спелых ягод залить 3 л кипятка, варить на водяной бане 30 минут, настаивать 10 минут, процедить. Пить по 100 мл перед едой 3 раза в день, заедая 25 г сливочного масла. Курс: 3 месяца.

РЕЦЕПТ № 23. Берёзовый гриб (чага). *Настой:* замочить гриб в холодной кипячённой воде на 4 часа, после чего потереть на тёрке. 1 часть гриба залить 5 частями кипяченой воды 40-50 °С, настаивать 48 часов, процедить. Пить по 1 стакану за 30 минут до еды. Хранить настой не более 3 дней.

РЕЦЕПТ № 24. Раковая шейка, лист подорожника, хвощ, зверобой, корень валерианы, ромашка — в равных частях. *Настой:* 1 ст. ложку сырья залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 100 мл перед едой 3 раза в день ПРИ ЯЗВЕ ЖЕЛУДКА С БОЛЯМИ.

РЕЦЕПТ № 25. Подорожник большой. *Отвар:* у стакана листьев залить 1 л кипятка, кипятить 1-3 минуты, процедить. Пить вместо воды без ограничений.

РЕЦЕПТ № 26. Календула лекарственная. *Отвар:* 20 г цветков залить 1 стаканом кипятка, варить на водяной бане 15 минут, процедить, долить кипятка до верха стакана, процедить. Пить по 1-2 ст. ложке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 27. Редька, мёд — в равных частях. Принимать по у стакана в течение дня. Курс: 21 день.

РЕЦЕПТ № 28. Чистотел большой. *Отвар:* заполнить, посуду наполовину листьями и корнями и залить доверху кипятком (если трава сухая, заполнить посуду на У), кипятить 5 минут, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 100 мл утром натощак и перед обедом.

РЕЦЕПТ № 29. Взять 10 г измельчённого прополиса, перемешать со 100 г разогретого сливочного масла, варить на водяной бане 20 минут (следить, чтобы смесь не закипала), процедить. Принимать по 1 ч. ложке с тёплым молоком за час до еды.

РЕЦЕПТ № 30. Чистотел, зверобой, подорожник — по 100 г. *Настой:* 1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать в тёплом месте 2 часа, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3-4 раза в день (за час до еды или через 1,5 часа после еды).

РЕЦЕПТЕ 31. Корень солодки — 10 г, апельсиновые корки — 6 г. *Отвар:* смесь залить 400 мл воды, уварить на малом огне наполовину, процедить, добавить 60 г мёда. Выпить в течение дня.



Советы из далёкого прошлого

СОВЕТ № 1. Раскалённое железо залить 3 стаканами воды, накаливать железо и гасить в воде 5 раз подряд. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

СОВЕТ № 2. Сжечь чистую бумагу и 1 ч. ложку её пепла развести в 100 мл молока, добавить по вкусу мёд. Пить по 1 стакану 3 раза в день.

Ячмень

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- цветочная пыльца: принимать до 10 г в сутки;
- , алоэ: пить сок по 1 ч. ложке 2 раза в сутки (курс: 20 дней);

- берёза: пить сок до 500 мл в сутки;
- лопух: прикладывать свежий растёртый корень;
- смазывать соками черники, алоэ, календулы или мёдом;
- прикладывать согревающий компресс из слабого раствора ромашки или борной кислоты;
- смазывать веко долькой сырого чеснока 2-3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Сирень. Измельчить листья и прикладывать к ячменю на 10-15 минут 7 раз в день.

РЕЦЕПТ № 2. Подорожник большой. 3 ст. ложки сока залить 1 стаканом кипятка. Делать примочки и промывать глаза.

РЕЦЕПТ № 3. Берёза. *Настой:* 2 ст. ложки листьев или 1 ч. ложку почек берёзы залить 1 стаканом-кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Делать примочки 5-6 раз в сутки.

РЕЦЕПТ № 4. Черёмуха обыкновенная. *Настой:* 1 ст. ложку цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Использовать для примочек.

РЕЦЕПТ № 5. Пижма обыкновенная. Глотать по 5-6 сухих цветков пижмы 4-5 раз в день. Курс: 7 Дней.

РЕЦЕПТ № 6. Смешать по 200 мл соки моркови, черники, алоэ и мёд. Пить по 2 ст. ложки 2 раза в день.

РЕЦЕПТ № 7. Шиповник, крапива, тысячелистник — по 1 части, рябина — по 2 части, зверобой — 3 части. *Отвар:* 2 ст. ложки сбора залить 700 мл воды, кипятить 1-2 минуты, настаивать в тёплом месте 2 часа, процедить. Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 8. Календула лекарственная. *Настой:* 5 г цветков залить 100 мл кипятка, настаивать 1 час, процедить. Использовать для примочек.

Советы из далёкого прошлого

>»К> *СОВЕТ № 1.* Перевязать палец противоположной руки (к глазу с ячменём) шерстяной ниткой с узелком.

СОВЕТ № 2. На 1 сутки повесить на шнурке кусочек серы на грудь (где висит крест).

Ж СОВЕТ № 3.* Уколоть ячмень зерном ячменя и отдать его курице.

СОВЕТ № 4. Провести обручальным кольцом по глазу вдоль и поперёк.

СОВЕТ № 5. Промыть глаз росой, собранной до восхода солнца 7 июля.

СОВЕТ № 6. Смазывать ячмень «голодной» слюной (натошак).

Приложения



Технология приготовления препаратов

Ещё римский врач Гален, живший в конце второго, века нашей эры, пришел к выводу, что не стоит кормить больного цельными растениями, и их частями, гораздо удобнее и эффективнее пользоваться продуктами их переработки, и с того времени, травы обычно применяются в медицине в виде водных, спиртовых или масляных извлечений, причём первые два так и называются до сих пор галеновыми препаратами. О масляных извлечениях мы уже говорили.

Водных извлечений в аптечной практике всего два: настой и отвар. Настой готовят из тех частей растения, которые легко отдают действующие вещества, — это цветки, тонкие листья и мелкие травы. Настой готовят и из растений, действующие вещества которых плохо сохраняются при нагревании.

Настой бывает холодный и горячий. Для приготовления первого измельчённое сырьё заливают холодной, обязательно кипячёной, водой и настаивают 6—12—24 часа в зависимости от сырья, затем либо процеживают, либо доводят до кипения. Гораздо чаще используется горячий настой, обычно его просто называют «настой». В аптеке его готовят на водяной бане, настоящий настой ни в коем случае нельзя кипятить. При большом количестве жидкости нагревание на водяной бане можно заменить нагреванием на очень слабом огне. Водяную баню можно соорудить из миски или кастрюли с водой, в которую ставится посуда с настоем. Вода в кастрюле или миске должна кипеть. Сырьё насыпают в посуду и, поскольку настой не должен кипеть, заливают кипятком или кипячёной водой (от некипячёной воды он быстро прокиснет). Плотную закрытую посуду с настоем нагревают на кипящей водяной бане 15 минут. Готовый настой снимают с огня и охлаждают один час. Затем его нужно процедить и долить воду до первоначального объёма, так как часть жидкости испаряется или поглощается сырьём. Дома настой удобно готовить в термосе, заливая сырьё кипятком и настаивая u^2-1 час, иногда оставляя на ночь. Дальнейшее приготовление проходит, как описано выше. Из сырья, которое очень легко отдаёт действующие вещества, — ромашки, мяты, календулы и т. д. — Настой можно готовить как чай, накрыв чашку или стакан крышкой и полотенцем на 15—20 минут.

Из грубых частей растения, например подземных органов и некоторых листьев, готовят отвары. Для этого опять понадобится водяная баня, но сырьё нужно заливать холодной водой и кипятить 20—30 минут. Охлаждать отвары нужно всего 10—15 минут, затем отфильтровать и долить водой. В зависимости

от сырья настои и отвары принимают в количестве от 1 столовой ложки до 1 стакана за один раз. Настои и отвары из растений, содержащих дубильные вещества, процеживают обязательно горячими, иначе все действующие вещества при процеживании останутся на фильтре, и извлечение не будет действовать. Это зверобой, бадан, сушеница, кора дуба, ольховые шишки, черника, листья толокнянки и брусники. Горячими процеживают и все слизистые отвары, так как при охлаждении они загустеют.

Настойки — спиртовые извлечения, не путайте их с настоями. Большая часть настоек готовится на 40%-ном спирте, так что в домашних условиях можно пользоваться водкой. Изредка необходим 70%-ный спирт. Концентрация стандартных настоек обычно 1:10. Сырьё насыпать в бутылку, залить водкой, хорошо закупорить и поставить в тёплое тёмное место на 7—10 дней. Несколько раз в день бутылку нужно встряхивать. Чем чаще вы это делаете, тем быстрее и лучше извлекаются действующие вещества. Готовую настойку нужно процедить и хранить в тёмном и прохладном месте. Можно готовить настойку другим способом. Для этого нужна посуда с широким горлышком, возможно даже плотно закрывающаяся высокая узкая банка. Сырьё нужно завернуть в тонкую белую тряпочку или марлю, завязать в узелок белой ниткой и погрузить в спирт у самой его поверхности, так чтобы весь узелок был в жидкости. Нитку, которой он завязан, закрепляют на горлышке и плотно закрывают посуду. При таком способе настаивания более тяжёлый спирт, насыщенный действующими веществами, непрерывно опускается вниз, а на его место поступает новая порция растворителя. В этом случае настойку можно не перемешивать, а процесс извлечения идёт быстрее, и более полно. Конец настаивания можно определить по тому, что вся жидкость окрасится равномерно. Настойки дозируют каплями, обычно 15—30 капель на приём.

Из способов наружного применения лекарственных растений простейший — ванны. Для этого приблизительно из 100 г сырья готовят настой или отвар в 1 литре воды и полученную после процеживания жидкость выливают в ванну. Длительность принятия ванны около 20 минут. Ванны бывают успокаивающие, тонизирующие, разогревающие, для лечения кожных и других заболеваний. Другой часто используемой лекарственной формой для наружного применения являются мази. Их готовят на жировой или другой густой основе (например, вазелине) с использованием соков или порошков из трав или извлечений из них. Простейшие мази готовят кипячением 10—15 г травы в 100 г вазелина на маленьком огне в течение 10 минут. Затем горячий вазелин отцеживают и разливают в баночки. Аналогично готовят и мази на других жирах. Более сложные мази получают при смешении извлечения из растений или их сока с основой. В народной медицине часто используют топленое свиное сало, желатин, нутряное (смалец). Жидкость, тщательно размешивая, добавляют в основу буквально по каплям. Готовые мази хранят в холодильнике. Наиболее сложные мази и косметические кремы готовят на сложных основах, в состав которых входят ланолин, воск, масла. В домашних условиях можно пользоваться маргарином, лучше содержащим витамины А и Е. Наилучшие кремы всё же получают с использованием ланолина, который можно купить в аптеке. Для приготовления основы его вначале сплавляют с равным количеством растительного масла, а затем в холодную смесь очень маленькими порциями

добавляют водную часть мази. Масло может быть и травяным, а в качестве водной части используют настой, отвары, соки. Некоторые косметические кремы готовят на яичных желтках с маслом и водной частью. Технология их приготовления такая же, как у соуса майонез: все части тщательно взбивают на миксере.

Н. Г. Замятина

Советы долгожителя

Чтобы иметь хорошее здоровье, необходимо соблюдать шесть нижеприведённых пунктов.

I. ВЫВЕДЕНИЕ ИЗ ОРГАНИЗМА СТАРЫХ КЛЕТОК С ПОНИЖЕННОЙ ФУНКЦИЕЙ И СТИМУЛЯЦИЯ РОСТА молодых КЛЕТОК

- через 30 минут после приёма пищи взять под язык щепотку соли на несколько минут, затем проглотить солёную слюну. Желательно после еды съесть кусочек сельдидки;
- принимать настои и отвары из растений: молодило, щавель, подорожник, укроп, клевер, крапива, морская капуста, элеутерококк;
- употреблять квашеные овощи, фрукты и острые приправы: хрен, перец, аджику, горчицу.

II. ПРЕВРАЩЕНИЕ ШЛАКОВ в ЛЕГКОРАСТВОРИМЫЕ соли

Употреблять продукты, содержащие естественные кислоты: солёные огурцы, квашеная капуста, свёкла, морковь, лук, чеснок, яблоки, красные вина (кагор, каберне), творог, сыр, кефир, брынза.

III. ВЫВЕДЕНИЕ СОЛЕЙ

- пить чай из растений: спорыш, хвощ, толокнянка, сушёные арбузные корки;
- пить сок чёрной редьки по рюмке 3 раза в день.

РЕЦЕПТ № 1. Подсолнечник. *Отвар:* 1 стакан сушёных корней залить 3 л воды, кипятить на малом огне 3 минуты, процедить, отжатые корни не выбрасывать. Выпить всё в течение 2-3 дней. Эти же корни залить 3 л воды, кипятить 5 минут, процедить, отжатые корни не выбрасывать. Выпить всё в течение 2-3 дней. Третий раз эти же самые корни залить 3 л воды, варить 15 минут, процедить. Выпить отвар за 2-3 дня. После этого взять новую порцию корней. Курс: 1-1,5 месяца.

IV. БОРЬБА С БОЛЕЗНЕТВОРНЫМИ БАКТЕРИЯМИ"

- употреблять продукты из овса.

РЕЦЕПТ № 1. Заполнить полностью трёхлитровую банку: горох или бобы, соя, чечевица, клевер, донник, софора. Состав подобрать произвольно. Залить солёным рассолом, добавить 3 ст. ложки сахара и 1 ч. ложку сметаны, настаивать 14 дней. Растолочь крупу и есть в сыром виде по 100-150 г в день.

V. ВОССТАНОВЛЕНИЕ ОСЛАБЛЕННЫХ ОРГАНОВ

РЕЦЕПТ № 1. Мумиё. Принимать по 0,2 г утром до еды. Курс: 10 дней, через 5 дней повторять, всего 5 курсов.

VI. ЭЛИКСИР МОЛОДОСТИ

- пить без ограничений настоек звездчатки и стеблей ржи;
- выпивать по 1 стакану в день настоя или отвара: лист берёзы, цветки гречихи, трава душицы, лист мяты, цветки каштана, календулы, липы или розы;
- съедать по 3-5 ст. ложек в день ростков проросшего зерна;
- употреблять морковь, тыкву, помидоры, шиповник;
- выпивать 1 ст. ложку отрубей на 1 стакан кислого молока за 30 минут до ужина.

РЕЦЕПТ № 1. Чеснок (размельчённый) — 400 г, сок из 24 слив. Настаивать 24 дня в тёмном, месте, закрыв посуду марлей. При употреблении взбалтывать. Пить по 1 ч. ложке смеси на $\frac{1}{2}$ стакана воды перед сном.

РЕЦЕПТ № 2. Берёзовые почки, зверобой, цветки ромашки, бессмертник — по 100 г. *Настой:* 1 ст. ложку смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить и отжать. Пить по 1 стакану настоя с 1 ч. ложкой мёда. Утром оставшуюся жидкость подогреть на водяной бане, добавить 1 ч. ложку мёда и выпить за 20 минут до еды. Курс: до окончания смеси. Через 5 лет повторить.

РЕЦЕПТ № 3. Мёд — 1 л, сок 10 лимонов, 10 головок чеснока (пропущенных через мясорубку). Всё перемешать, настаивать 7 дней. Принимать по 4 ч. ложки смеси 1 раз в день, есть не спеша. Курс: 2 месяца.

РЕЦЕПТ № 4. Крапива двудомная, собранная в мае. *Настойка:* 200 г сырья на 500 мл водки, горло бутылки завязать марлей. Настаивать первые сутки на свету, затем 8 дней в тёмном месте, процедить и отжать. Принимать по 1 ч. ложке за 30 минут до еды и перед сном. Курс: до окончания настойки.

РЕЦЕПТ № 5. Пшеничные или ржаные отруби. *Отвар:* 1 ст. ложку (с верхом) сырья, залить 500 мл **Воды**, кипятить 30-40 минут, добавить 1 ст. ложку мёда, вскипятить. Принимать по 50 г 3-4 раза в день.

РЕЦЕПТ № 6. Мумиё. Принимать утром до еды и вечером перед сном по 0,2 г с мёдом (1 часть) и молоком (20 частей). Курс: 10 дней, через 5 дней повторить, всего 3-5 курсов.'

РЕЦЕПТ № 7. Овёс. *Отвар:* 1 стакан овса в кожуре перебрать и промыть в холодной воде несколько раз, залить 1 л холодной воды и довести до кипения, уварить до половины объёма жидкости, процедить. Добавить равное по объёму количество молока, вскипятить, добавить 2 ст. ложки мёда, ещё раз вскипятить. Выпить все в течение дня.

РЕЦЕПТ № 8. Первый месяц: каждый день съедать по $\frac{1}{2}$ лимона с кожурой и выпивать натощак 1 ст. ложку оливкового масла. Второй месяц: каждый день съедать кусочек корня солодки (размером с фасоль), по 1 ч. ложке порошка морской капусты, по 5 г живицы сосны или ели и 2 раза в день съедать по 1 ст. ложке сока алоэ.

Кремниевая вода

Задумываемся ли мы над тем, что из-за деятельности человека в любом водоёме присутствуют соли тяжёлых металлов, радионуклиды, природное железо,

различные химические соединения, а также болезнетворные бактерии? Достоверно, доказано, что даже в некоторых артезианских источниках присутствует радиоактивный газ радон, значительно превышающий предельно допустимые нормы. В результате применения хлора для очистки воды в ней образуются хлорсодержащие соединения, которые гораздо вреднее, чем сам хлор: они способны вызывать генные изменения в организме. На свойства воды оказывает воздействие и биологическая пленка - слизь, образующаяся на стенках труб. Она и является той самой активной средой для размножения стойких бактерий и вирусов. Мнение о том, что для обеззараживания воды достаточно её кипятить, - ошибочно. При кипячении растворимые соли различных веществ образуют нерастворимые соединения, которые оседают в клетках организма. Кипяченая вода - это мёртвая вода, и при кипячении, прежде всего, гибнет микрофлора, необходимая организму.

Существует природный способ очистки сырой воды - с помощью кремния. Постарайтесь собрать камень кремний, но не с поверхности земли, а с глубины 30-40 см, проверьте его на радиоактивность (с учётом того, что предельно допустимое и безвредное число для человека равно 20 микрорентген в час). Положите кремний в воду из расчета 20 г камня на 1 л воды. В любой посуде держите при комнатной температуре так, чтобы не падали на воду прямые солнечные лучи. Настаивать необходимо 10 дней. За этот период времени кремний адсорбирует из воды нитраты, ядовитые вещества, соли тяжёлых металлов, радионуклиды и другие вредные вещества. Затем осторожно слейте воду и употребляйте её без ограничения в любом количестве. Камни необходимо хорошо промыть проточной водой, высушить и снова использовать.

По мнению авторитетных ученых, чудо-камень («чёрный кремний») действительно облагораживает воду. А. Д. Малярчиков, член-корр. Российской академии естественных наук, автор проекта «Кремень» и основоположник открытия: «...я привожу сенсационные материалы о том, что кремень определённым образом структурирует воду, превращая её в стабильно активную водную систему с неожиданными свойствами: Вода, контактировавшая с чудо-камнем, приобретает родниковый вкус и вид, становясь мягкой и прозрачной. При этом кремниевая вода является ещё и мощным немедикаментозным средством от множества недугов. Эксперименты доказали, что кремниевая вода обладает болеутоляющими, антибиотическими, антисептическими и регенерационными свойствами. Даже специалисты не могли поверить в такое чудо. А чуда-то никакого нет, если принять всерьёз гипотезу об ионизации воды сложными элементоорганическими комплексными соединениями».

Феномен кремниевой воды основывается на наличии в чёрном камне неких биоматриц-катализаторов, хранящих информацию о составе кристально чистой реликтовой воды, в которой десятки миллионов лет И произошло зарождение чёрного камня. Любая вода при соприкосновении с кремнием меняет свою структуру, как бы «оживая» благодаря этой содержащей в кремне генетической энергии.

«По водородному показателю и другим параметрам активированная кремнием вода напоминает плазму крови и межклеточную жидкость. В ней всё дозировано самой природой, поэтому кремниевая вода не может вызвать нежелательных побочных явлений, как это случается при использовании омагниченной, серебряной, живой и мёртвой воды».

«Чёрный кремний содержит 68 остатков аминокислот (из которых 8 не синтезируются в человеческом организме), что обуславливает биологическую активность кремниевой воды. Такая вода, попадая в организм человека, быстро доставляет за счёт белков клеток все необходимые организму аминокислоты, витамины, гормоны, ферменты. Они долгое время не разрушаются, заставляя нормально работать разрегулированные системы. Особенно это относится к лимфатической системе».

В настоящее время проводятся исследования свойств кремниевой воды методом биологического резонанса. В исследованиях научных работников кремниевая вода выступает как сильное терапевтическое средство. Известно, что при проникновении токсинов в организм в рыхлых соединительных тканях происходит вытеснение межклеточной и внутриклеточной жидкости. Для выведения токсинов из этой ткани необходимо поступление в ткань определённой по свойствам воды. Такой водой является активированная кремнием вода. По мнению С.А. Казакова, Кремниевая вода осуществляет как бы общий дренаж и «чистку» основных систем организма. Поэтому при наличии любых патологий необходимость применения кремниевой воды является оправданной.

Синонимы названий лекарственных растений

Агарик лекарственный - агалик, листовничная губка, трутовик лекарственный, букашник горный.

Адамов корень - тамус обыкновенный.

Адамово ребро - горичник болотный, горичник русский, горичник лекарственный.

Адепостилес ромболистный - крестовник плосколистный.

Адиантум - венерин волос (род папоротников, семейство адиантовых).

Адонис весенний - горицвет весенний, черногорка, стародубка, запарная трава, желтоцвет весенний, заячий мак, мохнатик, волосатик.

Адраспан - гармала обыкновенная.

Аир обыкновенный - аир болотный, чёрный корень, татарник болотный, ирный корень, ир, колмус, лепёха.

Айва продолговатая - бодряна, цидония, гуни, пигва.

Алказия, арма - алоказия, арма крупнокорневая.

Алтей лекарственный - алтей аптечный, просвирник, проскурняк, мальва, дикий мак, дикая роза.

Амми большая - кандийский тмин.

Амми зубная - виснага морковевидная.

Анемон - ветреница лесная.

Анис обыкновенный - бедренец, анис, чануш.

Анис полевой - тмин обыкновенный.

Анютины глазки - фиалка трёхцветная, иван-да-марья.

Аралия высокая, или маньчжурская - шип-дерево, чёртово дерево.

Арника горная - баранник горный.

Астрагал густоцветковый, или шерстистоцветковый - божьи ручки, кошачий горох, золототысячник, перелёт сладколистный, польский перелёт, сладима, солодка трава.

Багульник болотный - коловолом, болотник, болотная одурь, багун душистый, клоповник.

Бадан толстолистный - монгольский чай, чагирь.

Бадун - лилия кудреватая.

Бадьян - анис звёздчатый.

Базилик мятолистный - базилик камфорный.

Баранец - плаун булавовидный, ликоподий, дереза, бегун, текун.

Баранник горный - арника горная.

Баранник обыкновенный - плаун-баранец.

Баранчики - первоцвет лекарственный.

Бедренец - анис обыкновенный.

Бедренец-камнеломка - дягильник, дачильник.

Белена черная - бешенка, блекота, куриная слепота.

Белладонна обыкновенная - красавка, сонная одурь.

Белоголовник - таволга вязолистная, медуница, борошень, багул, сорокоприточник.

Белокудренник вонючий - панцерия.

Берёзовый дубняк - берёзовая губка, берёзовый трутовик.

Бессмертник розовый - кошачья лапка.

Бешеная ягода - красавка.

Блават - василёк синий.

Блошница - подорожник блошный.

Бобовник - вахта трёхлистная.

Богородская трава - чабрец, тимьян ползучий, шибрец, чабер, богородичный чепчик.

Бодяг - осот обыкновенный.

Болиголов пятнистый - омег пятнистый.

Болотная одурь, болотник - багульник болотный.

Большеголовник сафлоровидный - левзея сафлоровидная.

- Бораго*. - огуречная трава. • <
- Бородавник, бородавочник* - чистотел большой.
- Боярышник колючий* - боярка, барыня.
- Боярышник кроваво-красный* - боярыня, глос, боярышник сибирский.
- Бриония белая* - переступень белый. ..-
- Будра плющевидная* - кошачья мята, котовник, плющик, сороканедужник.
- Бузина травянистая* - зеленник. ,
- Бузина черная* - баз, бузок, самбук.
- Буквица белая* - первоцвет весенний, первоцвет лекарственный, примула лекарственная, • барашки, ключики.
- Буквица лекарственная* - сорокозуб.
- Буквица олиственная* - чистец буквиццветный.
- Бурачник* - огуречная трава.
- Буркун* - донник лекарственный.
- Буряк* - свёкла обыкновенная. • .
- Быльник* - полынь обыкновенная, забудок, чернобыльник, Аг.епп51а уи1\$апз Ъ.
- Бычий корень* - стальник колючий, воловья трава.
- Валериана каменная* - патриния средняя. - _ " • .
- Валериана лекарственная* — маун, кошачий корень, одолянка, козлик, болдырьян аптечный, земляной ладан. " •
- Василёк придорожный* - золототысячник зонтичный, центаврий, земляная трава, василёк малый, горычка, желч, красноцветник, сердечник.
- Василёк синий* - василёк посевной, василёк луговой, синецветка, волошка, блават, ржевый цвет, синька, василёк шероховатый.
- Вахта трехлистная* - трилистник водяной, трифоль, бобовник, третица.
- Ведьмина метла* - омела белая.
- Венерин башмачок* - дикая орхидея.
- Венецианский терпентин* -- верба.
- Верблюжья колючка* - перекати-поле.
- Верес* - можжевельник обыкновенный.
- Ветла* - ива белая. • .
- Вех ядовитый* - цикута ядовитая, омег ядовитый.
- Винная ягода* - смоковница, инжир, фиги.
- Водяная губка* - бодяга.
- Водянка* - водяника чёрная (шикша).
- Водяной перец* - горец перечный, горец водяной, горчак перечный, лягушечья трава.
- Воловья трава* - стальник колючий.
- Волошский орех* - грецкий орех.
- Волчье лыко* - волчегонник обыкновенный, волчник, волкогон, Дафне.
- Вшивица болотная* - мытник хохлатый (болотный), вовчики, гнидая трава.
- Вяз гладкий* - ильм, кораич.
- Гвоздика разноцветная* - гвоздика полевая или степная.
- Геморроидальная трава* - горец почечуйный.
- Геморройная трава* - подмаренник цепкий. .
- Герань луговая* - журавельник. - •.
- Герань розовая* - пеларгония.
- Глотуха* - черёмуха обыкновенная, черемшина. . .
- Глубокая трава* - голубая синюха.
- Голубика* - гонобобель, пьяница.
- Горец водяной* - горец перечный.
- Горец змеиный* - змеевик, раковые шейки, горлец, змеиный корень, горчак змеиный, завязной корень, гречиха шавелелистная, дубровка, узик.
- Горец многоцветный (многоцветковый)* - горец птичий, гусятница, спорыш.

- Горечавка жёлтая* - горечавка перекрёстнолистная.
- Горечавка лёгочная* - синий зверобой.
- Горлянка* - кошачья лапка.
- Греческая валериана* - синюха голубая.
- Греческое сено* - пажитник сенной, пажитник греческий, шамбала.
- Гречиха дикая* - тысячелистник обыкновенный, деревей, порезная трава, белоголовник, маточник, кровавник.
- Грудник* - подмаренник настоящий.
- Грыжная трава* - грыжник голый, копытень европейский, собачье мыло, грим, метла, кильная трава, остудник.
- Грызник полевой* - лапчатка гусиная.
- Гуньба* - донник лекарственный.
- Гусятник* - лапчатка гусиная.
- Дар богов* - женьшень.
- Дармина* - полынь цитварная.
- Десятибрат* - пижма обыкновенная, дикая рябинка, полевая рябинка, девятилетник.
- Деревей* - тысячелистник обыкновенный.
- Дереза* - баранец, плаун булавовидный, ликоподий, бегун, текун.
- Дескурайния* - гулявник Софии.
- Дивина* - коровяк скипетровидный, царская свеча, царский скипетр, медвежье ухо, вербишник.
- Дикая роза* - хатьма тюрингская, кукольник, рожа.
- Дикий ладан, лесная яблонька* - грушанка круглолистная.
- Дикий перец* - элеутерококк колючий.
- Дикий хмель* - княжик сибирский.
- Дикий цикорий* - петровы батоги.
- Дикий ямс* - диоскорея многокистевая, диоскорея Жиральда, диоскорея вилоса.
- Донник лекарственный* - донник жёлтый, белый буркун, каменица, кропило, гуньба, донец, милот.
- Дряква альпийская* - цикламен европейский, фиалка альпийская.
- Дубравка* - лапчатка прямостоячая.
- Дудник лесной* - дягиль лесной, рева, кукотина, волчья дудка.
- Дурман индийский* - дурман безвредный.
- Дурман обыкновенный* - дурман вонючий, бодяк, дурзелъе, дуропьян, колючки, корольки, одурь-трава, шальная трава.
- Дурнишник обыкновенный* - страхополох обыкновенный, овечий репях, репешок.
- Душица обыкновенная* - материнка, душмянка, ладанка, лебедка, блошница, зеновка.
- Дыш-трава* - дымянка аптечная, ягница, печёночная трава, грудянка, житничка, рута полевая.
- Дынное дерево* - папайя.
- Дятлина* - клевер луговой, клевер красный.
- Жабная трава* - ярутка полевая, жабник полевой.
- Жаровика* - клюква болотная.
- Жёлтая водяная лилия* - кубышка жёлтая.
- Жёлтая кашка* - подмаренник настоящий/
- Желтокорень* - желтокорень канадский.
- Желтоцвет* - адонис весенний.
- Жёлтые кошачьи лапки* - цмин песчаный.
- Жёлтый молочай* - чистотел большой.
- Женьшень* - панакс, корень-человек, корень жизни, стосил, дар богов.
- Жереха водяная* - жеруха лекарственная, кресс водяной, настурция водяная.
- Живая трава* - очиток пурпуровый, заячья капуста.
- Живица* - смола хвойных деревьев.
- Живокость полевая* - окопник лекарственный, живокость высокая, рогатые васильки шпорник посевной.
- Жируха* - майник двулистный.

- Завязный корень* - лапчатка прямостоячая.
- Заячьи ушки* - майник двулистный.
- Заячья капуста* - кислица обыкновенная, очиток пурпуровый.
- Заячья кровь* - зверобой продырявленный, хворобой, кровавчик, заячья Кривца, зверобойник.
- Земляная груша* - топинамбур.
- Златоцвет* - адонис весенний.
- Змеевик* - кошачья лапка двудомная, бессмертник белый, трава от сорока недугов, белый зверобой, грыжная трава, ротания.
- Змеиный корень* - горец змеиный.
- Зобник* - дурнишник колючий, картавочная трава, зобник.
- Золотая роза* - роза Крымская.
- Золотая розга* - золотарник, солидаго.
- Золотой корень* - родиола розовая.
- Золототысячник зонтичный* - центаврий, земляная трава, василёк малый, горычка, желчь, красноцветник, сердечник.
- Золотушная трава* - череда трёхраздельная.
- Зорька лекарственная* - зорька лекарственная, любисток аптечный,; любим-трава, дудочник.
- Зорька* - любисток лекарственный.
- Ива белая* - ветла.
- Ива козья* - верба, таловый куст, верба козья, бредина, красная лоза, тала.
- Ива ломкая* - ракита.
- Иван-чай* - кипрей узколистный, хамерион узколистный.
- Иглица* - иглица канадская, мышиный тёрн, рускус.
- Ирис солелюбивый* - касатик. :*
- Ирландский мох* ~ морская красная водоросль.
- Исландский мох* - цетрария исландская.
- Калган дикий* - лапчатка прямостоячая, узик, галгант, галанга меньшая.
- Каменица* - донник лекарственный.
- Камфорное дерево* - коринник камфорный, камфорный лавр.
- Камчужная трава* - мать-и-мачеха.
- Канадский женьшень* - панакс пятилистный.
- Карраген* - семена подорожника.
- Каскара* - крушина американская.
- Кассия остролистная* - сenna, александрийский лист. •
- Каштан конский* - каштан обыкновенный.
- Каштан посевной* - каштан съедобный, каштан благородный.
- Кипрей узколистный* - иван-чай, капорский чай, плакун-трава, курильский чай.
- Китайское гуттаперчевое дерево* - эвкоммия вязолистная. - • •
- Кишнец посевной* - кориандр посевной, кинза.
- Клоповник* - ярутка полевая, жабная трава.
- Кникус бенедиктинский* - волчец.
- Козульки* - ятрышник шлемоносный.
- Козьи рожки* - череда трёхраздельная.
- Колба* - лук победный, черемша, вороний чеснок. ' • " , ' •
- Коловолом* - багульник болотный'.
- Колючая слива* - тёрн колючий.
- Колючелистник* - колючелистник качимовидный.
- Конопля посевная* - конопель, моченец, дерганцы.
- Конское копыто* - мать-и-мачеха.
- Копорский чай* ^ кипрей узколистный.
- Корень борец* - аконит джунгарский, аконит белоуетый.
- Корень лира* - корень аира болотного.
- Коровяк* - медвежье ушко.

- Корольки* - дурман обыкновенный.
- Котовник кошачий* - котовник лимонный.
- Кохия* - прутняк веничный, КосЫа зсорапа.
- Кошачья мята* - котовник лимонный, котовник кошачий.
- Крапива глухая* - яснотка белая.
- Крапива обыкновенная* - крапива двудомная, жгучка, жалива, жигала, стрекава,- крапива большая, жигалка.
- Красавка* - белладонна.
- Красноголовник* - кровохлёбка лекарственная.
- Красный мыльный корень* - мыльнянка лекарственная.
- Крестовый корень кудрявый* - чертополох, кардобенедикт, дедовник благодатный.
- Кропило* - донник лекарственный.
- Крушина ломкая* - волчьи ягоды, собачьи ягоды, волчье дерево.
- Крушина слабительная* - жостер, Проскурина, крушина игольная, черноягодник.
- Кузьмичева трава* - эфедра хвощевая. ,-(
- Кукольник* - чемерица Лобеля, чемерица зелёная, чемерица обыкновенная.
- Кукушкин цвет* - горичцвет кукушкин, дрёма, кукушник, зорька.
- Купырь лесной* - морковник лесной.
- Куриная слепота* - очный цвет пашенный, полевой курослеп.
- Ладанка* - душица обыкновенная. " .
- Ладанница* - светлокоренка, солнцесвет, ладанник. , .
- Ладанное дерево* - Воз\уеШа Бигзегасеае.
- Лакричный корень* - солодка голая.
- Ламинария пальчатая (сахаристая)* - морская капуста.
- Лапчатка прямостБячая* - калган **дикий**, "калган, пупошная трава, пупошник, узик, дикий калган, дубровка, завязник. . ' ; ' .
- Ластовень лекарственный* - ласточник, бородач.
- Лепчица* - подмаренник крестовидный.'
- Ликоподий* <- плаун булавовидный.
- Лилия кудреватая* - саранка, бадун, царские кудри, маслянка.
- Липа мелколистная* - липина, лутошка, лубняк, мочальник.
- Липучка* - подмаренник цепкий, геморройная трава.
- Ложечная- трава* - ложечница арктическая, цинготная трава, морской салат, варуха.
- Ложная брусника* - толокнянка обыкновенная, медвежье ушко, мучница, медвежья ягода.
- Лунник* - Гдшапа аппиа.
- Львиный зев* - льнянка обыкновенная, **дикий** лён, чистик, жабрей.'
- Любисток лекарственный* - зоря, любисник, любим-трава, дудочник.
- Лягушечья трава* - водяной перец, горец перечный, горец водяной, горчак перечный.
- Мак мора* - мак снотворный.
- Мальва* - просвирник лесной, мальва лесная, мальва дикая, калачики.
- Маралий корень* - левзея сафлоровидная, рацонтикум сафлоровидный, большеголовник сафлоровидный.
- Марьин корень* - пион уклоняющийся.
- Материйка* - душица обыкновенная.
- Маткина душка* - фиалка душистая (пахучая), конские копыта. .
- Маточник* -тысячелистник обыкновенный.
- Мать-и-мачеха* - конское копыто, камчужная трава, подбел, колоречная трава, белокопытник.
- Маун* - валериана лекарственная.
- Медвежье ухо* - девясил высокий, Елена, девятисил, дивосил, оман, сомнитамус луговой, желтый пуговальник.
- Медовая трава* — грудник, подмаренник настоящий.
- Медуница лекарственная* - лёгочница, лёгочная трава, медуница неясная, смоктунчики.
- Мелисса лекарственная* - лимонная мята, лимонная трава, медовая трава, пчелиная трава, маточник.

- Мирра* - смола деревьев рода каммифора из Южной Аравии и Эфиопии.
- Могильник* - гармала обыкновенная.
- Можжевельник обыкновенный* - верес, вересник, брыжжевельник, яловец.
- Мокрець* - авран лекарственный.
- Мокрица* - звездчатка средняя.
- Молодило* - очиток едкий, гонец, расходник, Зебшп асге.
- Мороз-трава* - цмин песчаный, овечьи полевые лапки, бессмертник песчаный, кошачьи лапки жёлтые, сухоцвет.
- Мучница* - толокнянка обыкновенная.
- Мышатник* - термописис ланцетный.
- Мята английская* - мята перечная, мята курчавая, мята водяная, мята холодная.
- Мята лимонная* - Melissa лекарственная.
- Мята полевая* - Мепт,па агуепз15.,
- Наседник* - эфедра обыкновенная, кузмичёва трава, стоузелник, калмыцкий ладан, степная малица, бирючьи ягоды, хвойник двуколосковый.
- Настурция лекарственная* - капуцин, жеруха лекарственная, кресс водяной.
- Ноголист-* подофилл щитовидный.
- Ночная фиалка* - любка двулистная.
- Овечий свороб* - кровохлёбка лекарственная, овечья трава.
- Огуречная трава* - бурачник, бораго.
- Огуречник* - лабазник вязолистный.
- Одолень-трава* - синюха голубая, синюха лазоревая, греческая валериана, Ролетопшт соегилеит Ъ. . .
- Одолянка* - валериана лекарственная, Маун, козлик, кошачья трава, болдырьян аптечный, земляной ладан. .
- бдуй-плешь* - одуванчик лекарственный, попова плешь, подойница, пуховка, молочник.
- Одурь-трава* - дурман обыкновенный.
- Ольха клейкая* - ольха чёрная.
- Ольха серая* - А1пшп тсапа.
- Оман* - девясил высокий.
- Омег пятнистый* - болиголов **пятнистый**.
- Омег ядовитый* - вех **ядовитый**.
- Омела белая* - ведьмина метла, птичий клей.
- Орех лесной* - орешник, лещина обыкновенная.
- Орляк обыкновенный* - папоротник орляк, Рг.епс1шт а^и^1^пит.
- Ортосифон* - почечный чай, индийский чай, яванский чай.
- Ослиная колючка* - колючник бесстебельный.
- Осокорь* - тополь чёрный.
- Панцерия* - пустырник шерстистый, каменная трава, белокудренник, гремячка.
- Папоротник* - щитовник мужской, папоротник мужской, чёртова борода.
- Параличная трава* - бриония белая.
- Парофил щитовидный* - подофилл щитовидный, ноголист.
- Пассифлора инкарнатная* - страстоцвет мясо-красный, кавалерийская звезда.
- Переступень белый* - бриония белая.
- Пестовник* - хвощ полевой, сосенка, толкачник.
- Петросилиева трава* - петрушка огородная, петрушка кудрявая.
- Печёночная трава* - рута полевая, грудянка, житничка, ягница.
- Плакун-трава* - кипрей узколистный, хамерион узколистный, иван-чай, капорский чай, курильский чай.
- Плаун-баранец* - баранец обыкновенный.
- Плотная трава* - горец почечуйный.
- Повилица* - повилка европейская, колокольчик, вьюн.
- Подснежник* - прострел раскрытый. . . ,

- Полунищ* - дикая клубника.
- Полынь* - полынь цитварная, дармина.
- Померанец оранжевый* - горький апельсин, бигарадия.
- Поповник* - нивяник обыкновенный, ромашка луговая.
- Порезная трава* - пармелия раскидистая.
- Порезная трава* - тысячелистник обыкновенный.
- Почечуйная трава* - горец почечуйный, геморроидальная трава.
- Примула лекарственная* - череда трёхраздельная, золотушная трава, козьи рожки, прицепа, собашники.
- Проскурняк аптечный* - алтей лекарственный, дикая роза.
- Пьяная трава* - термopsis ланцетный, мышатник, мышьяк.
- Разрыв-трава* - мыльнянка лекарственная, красный мыльный корень, собачье мыло, татарское мыло, стягач, сорокацедужник.
- Раковые шейки* - горец змеиный.
- Рвотный корень* - копытень европейский, грыжник, зимник, подорешник, белокопытник, блакотник, волосатик.
- Рвотный орех* - чилибуха.
- Репейник* - лопух большой, лопушник, дедовник, репяшник.
- Репешок* - дурнишник обыкновенный, страхополох обыкновенный, овечий репях.
- Рогоза широколистная* - рогоз широколистный.
- Роза коричная* - шиповник майский.
- Ротания* - кошачья лапка двудомная, бессмертник белый, трава от сорока недугов, белый зверобой, змеёвик, грыжная трава.
- Сабур* - алоэ древовидное, столетник.
- Салеп* - ятрышник пятнистый, кукушкины слёзки.
- Салоп* - девясил высокий.
- Саранка* - лилия кудреватая.
- Светлокоренка* - ладаница.
- Свободногодник колючий* - элеутерококк колючий.
- Седмичник* - седмичник европейский.
- Семижилник* - подорожник большой, поранник, порезник, чирьевая трава, попутник, ранник, бабка.
- Сенега* - сенега американская, истод тонколистный, истод сибирский.
- Сердечник луговой* - горлянка.
- Серебрянка* - лапчатка серебристая.
- Сибирская лиана* - княжик сибирский.
- Сшец** - синяк обыкновенный, румянка обыкновенная, ранник, "черкез.
- Синий зверобой* - горечавка легочная.
- Синий цветок* - цикорий обыкновенный.
- Скрипун* - заячья капуста.
- Смоковница обыкновенная* - инжир, фиговое дерево.
- Смолка клейкая* - смолянка клейкая, зорька клейкая, смолёвка.
- Собачий зуб* - пырей ползучий, житец, понырь, ржанец.
- Собачья мята* - будра плющевидная.
- Собашники* - череда трёхраздельная.
- Солнечная роса* - росянка крупнолистная, росичка.
- Соломонова печать* - купена многоцветная, купена лекарственная, купена аптечная, купена липена, лиственница.
- Солянка Рихтера* - черкез, Salzoga psMep.
- Сон-зельё* - прострел луговой, сон-трава луговая, самсончики.
- Сонная одурь* - красавка, сонный дурман.
- Сон-трава* - прострел чернеющий, прострел луговой, сон-трава луговая.
- Спорыш* - горец птичий, гусятница.



- Стародубка* - горчица весенняя, адонис весенний, черногорка.
- Стахис* - Зглспуз 51еЪоЫй.
- Столетник* - алоэ древовидное.
- Страстоцвет* - пассифлора мясо-красная. . . •
- Стрелолист*.— частуха болотная, пастуха болотная.
- Сумах дубильный* - уксусное дерево.
- Таволга* - лабазник вязколистный, белоголовник, медуница, борошень, багул, огуречник.
- Татарский цвет* - цикорий обыкновенный, синий цветок, придорожная трава, цикорий дикий, горчанка.
- Торфяной мох* - сфагнум.
- Травка-муравка* - горец птичий.
- Трилистник водяной* - вахта трехлистная, трифоль.
- Тростник водяной* - Мепуапг.пез г,пгЪНаг,а Ь. 1
- Тростник обыкновенный* - РЪ.га§пиг.ез соттишз.
- Тутовое дерево* - шелковица.
- Узик* - лапчатка прямостоячая. .
- Ульдрок* - анабазис безлистный, ежовник, итсигек.
- Упланд обыкновенный* - хлопчатник лохматый.
- Уснея* - ТТзпеа Ь.
- Успокойная трава* - синеголовник плосколистный, будяк синий, чертополох.
- Ферула* - ферула вонючая, монокарпик, ферула мускусная, ферула ложноореоселиновая.
- Фитолакка* - лакоиос американский.'
- Хинное дерево* - Стенопа гиЪапсеаГЪ.
- Центаврй* - ЗОЛОТОТЫСЯЧНИК ЗОНТИЧНЫЙ, земляная трава, василёк малый, горычка, желчь, красноцветник, сердечник. *
- Цетрария* - исландский мох, центрария исландская, лопастанка.
- Цикламен* - дряква альпийская, цикламен европейский, фиалка альпийская.
- Цимицифуга даурская* - клопогон даурский.
- Цмин песчаный* - бессмертник песчаный.
- Чабрец* - тимьян ползучий.
- Чага* - берёзовый гриб.
- Чагырь* - бадан толстолистный, монгольский чай.
- Череда трёхразовая* - череда трёхраздельная.
- Черемша* - колба.
- Чернобыльник* - полынь обыкновенная.
- Черноголовник* - кровохлёбка лекарственная.
- Черногорка* - адонис весенний.
- Чернокорень лекарственный* - пёсий язык, Супо§лоззиш огйш.але Ь.
- Чёрный корень* - аир обыкновенный.
- Чертв куст* - элеутерококк колючий. • .
- Чёртово дерево* - аралия высокая.
- Чертвполох* - будяк, бодяк, татарник колючий.
- Чечевичное дерево* - пузырник древовидный, мошник.
- Чилибуха* - рвотный орех, кучеляб'а, ЗгтусьБпоз пихуогшеа Ь.
- Ширяш* - эремурус представительный.
- Эндивия курчавая* - фризи, фрисе (салат с ярко-зелеными курчавыми листьями).
- Энотера* - ослинник двулетний.
- Юкка* - юкка славная, юкка алоэлистная, юкка нитчатая. •
- Яванский чай* - ортоейфон.
- Яница* - дымянкв аптечная, дым-трава, печёночная трава, грудянка, житничка, рута полевая.
- Яснотка белая* - глухая крапива, драголюб, пчелососка, волшебная крапива.

Указатель

- Абсцесс 5
 Авитаминоз 6
 Адениит 7
 Аденоиды 8
 Аденома простаты 8
 Адкиит 9
 Алкоголизм 9
 Аллергический отёк
 (крапивница, витилиго) 12
 Аллергия 11
 Альгоменорея 144
 Альцгеймера болезнь 14
 Аменорея 144
 Амеома 144
 Ангина 14
 Анемия (малокровие) 17
 Анкилоз 26
 Апоплексия 19
 Аппетит (возбуждающие средства) 19
 Аритмия-19
 Артериальное давление 20
 Артериосклероз 23
 Артрит 26
 Артроз 26 -
 Астения 28
 Астма 29
 Атеросклероз 23
 Атония кишечника 32
 Атония матки 148
 Атония мочевого пузыря 33
 Атония мышц у детей 33
 Атония почек 33
 Афты 34
 Базедова болезнь(тиреотоксикоз) 34
 Бактеурия (цистит) 34
 Бели 145
 Белокровие 35
 Бельмо 36
 Беременность 37
 Бесплодие 146
 Бессонница 37
 Бешенство 39
 Блефарит 40
 Блуждающая почка 138
 Болезнь Менъера 202
 Болезнь Паркинсона 244
 Боль 40
 Боль в груди 40
 Боль в желудке 121
 Боль в ногах 41
 Боль в плече (шпора) 41
 Боль в спине 41
 Боль в суставах 42
 Болячки, струпья 43
 Бородавки 43
 Ботулизм 110
 Бронхиальная астма 31
 Бронхит 44
 Бронхит у детей 48
 Бронхоэктазия 48
 Бурсит плечевых суставов 49
 Бюргера болезнь 49
 Вагинит (кольпит) 147
 Варикозное расширение вен 273
 Вегетоневроз 49
 Вегетососудистая дистония 99 •
 Венерические болезни 49
 Венозная недостаточность 50
 Верхних дыхательных путей
 заболевания 164
 Ветряная оспа 50
 Вирусные инфекции 170
 Витилиго 51
 Водянка 51
 Волос (водяной червяк) 53
 Волчанка красная 53
 Воспаление верхних дыхательных
 путей 56
 Воспаление лёгких (пневмония) 199
 Воспаление мышечной ткани (миозит) 56
 Воспаление почечных лоханок
 (пиелит) 138
 Воспаление предстательной железы 260
 Воспаление придатков, эндометрит 147
 Воспаление сетчатки глаза 75
 Воспаление слизистой оболочки рта
 и десен 55
 Воспаление шейки матки 149
 Воспаленные раны 82
 Врождение ногтей 57
 Выведение из организма шлаков
 и токсичных металлов 57
 Вывих 57 -
 . Выпадение волос 54
 Выпадение прямой кишки 58
 Гайморит 62
 Гангрена 58
 Гастрит 116
 Гемоглобин пониженный 66
 Геморроидальное кровотечение 65

*

- Геморрой 63
 Гемофилия 66
 Гепатит 127 -
 Герпес 66
 Гидроцефалия (головная водянка) 72
 Гипервозбудимость 72
 Гипертония 67
 Гипертрофия предстательной железы (аденома) 260
 Гипотиреоз (микседема) 71
 Гипотония 70
 Глазные болезни 72
 Глаукома 77
 Глиома (нейробластома) 80
 Глистная инвазия 80
 Гломерулонефрит 138.
 Глухота 81
 Гноеродные инфекции 82
 Головная боль 58
 Головокружение 61
 Гонорея 49
 Горечь во рту 83
 Гормональная недостаточность 83
 Гормональные нарушения 83
 Грибковые заболевания женских половых органов 85 . .
 Грибковые заболевания кожи (микозы) 84
 Грибковые заболевания ногтей 83
 Грипп 85
 Грозовой удар 86
 Грудные железы 86
 Грыжа 88
 Грыжа паховая 89
 Грыжа пупочная 90
 Депрессия 94
 Дерматит 90
 Детская астма 32
 Детский диатез, экзема, нейродермит 91
 Детский церебральный паралич 270
 Дизентерия 114
 Дисбактериоз 110
 Дискинезия желчного пузыря 133
 Дискинезия желчных протоков 131
 Дисменорея 148
 Диспепсия 116
 Дистония сосудов головного мозга 100
 Дифтерия 99 '.
 Желтуха 134
 Желудочное кровотечение 121
 Желудочно-кишечные заболевания 100
 Желчнокаменная болезнь 133
 Женских половых органов заболевания 141
 Заболевания кишечника 105
 Закупорка вен (тромбофлебит) 154
 Заноза 164 '
 Запах изо рта 164
 Запор 113
 Заражение крови 163
 Затруднённое мочеиспускание 162
 Заусеницы на пальцах 164
 Защемление нерва травматическое 155
 Злокачественные опухоли в ранней стадии 155
 Зоб 140
 Золотуха (экссудативно-катаральный диатез) 92
 Зубная боль 139
 Изжога при повышенной кислотности 165
 Икота 169
 Импотенция 166
 Инсульт 170
 Инфаркт миокарда 170
 Испуг 168
 Истерия 168
 Истощение нервной системы 169
 Истощение организма 171
 Каменная болезнь 171
 Камни в желчном пузыре и желчных протоках 172
 Камни в мочевом пузыре 177
 Камни в мочеточниках 179
 Камни в печени 179
 Камни в почках 174
 Карбункулы 180.
 Кардиосклероз 188
 Катаракта 76
 Катаральные воспаления 181
 Катар бронхов 183
 Катар верхних дыхательных путей 182
 Катар гортани 181
 Катар желудка 181
 Катар кишечника 183
 Кашель 183
 Киста яичника 148 -
 Климакс 190
 Кожная сыпь 190
 Кожные заболевания 189
 Коклюш 188
 Колит 111
 Комплексный метод лечения дискинезии-желчных протоков 132
 Комплексное лечение желчнокаменной болезни 133
 Комплексный метод лечения мочекаменной болезни 160

- Комплексный метод лечения пиелонефрита 248
- Комплексный метод лечения простатита 263
- Комплексный метод лечения псориаза 269
- Комплексный метод лечения сахарного диабета 98
- Комплексный метод лечения холецистита 130
- Конъюнктивит, блефарит, язва роговицы, трахома и т. д. 73
- Крапивница 13
- Кровеносной системы нарушения 192
- Кровоизлияние (наружное, внутреннее) 195
- Кровоизлияние глазное 78
- Кровообращения нарушение 193
- Кровотечения! 192
- Кровотечения носовые 195
- Кровоточивость десен 94
- Кровохарканье 196
- Куриная слепота 196
- Ларингит 197
- Лёгких заболевания 163, 198
- Лейкемия 202
- Лейкоз(белокровие) 200
- Либи́до (половое влечение) 205
- Лимфаденит 203
- Лимфогранулематоз 204
- Лихорадка 204
- Лихорадка на губах (герпес) 205
- Лишай 203
- Ломота в теле 202
- Лунатизм 206
- Лучевая болезнь 206
- Люмбаго (прострел) 206
- Лямблиоз 207
- Малярия 207
- Мастит (грудница) 86
- Мастопатия 87
- Маточные кровотечения 151
- Менингит 210
- Менструального цикла нарушение 210
- Метеоризм 109
- Мигрень 209
- Миома матки 153
- Миопатия 210
- Молочница 154
- Мочевого пузыря заболевания 155
- Мочегонные средства 161
- Мочекаменная болезнь 158
- Надпочечники: стимуляция функции 291
- Надсада (внутренняя травма после подъёма тяжестей) 213
- Насморк 213
- Невралгия 219
- Неврастения 217
- Неврозы 218
- Нервной системы заболевания 165' —
- Несахарный диабет 99
- Несвертываемость крови 193
- Нефрит 220
- Ночные кошмары 197
- Облысение 224
- Обмена веществ нарушение 214
- Обморожение 189, 225
- Обморок 222
- Одышка 225
- Ожирение 241
- Ожоги 222
- Онкологические заболевания 226
- Опрелость 235
- Опухание груди после родов 88
- Опухоли доброкачественные и злокачественные 100
- Опухоль 233
- Опухоль молочной железы 88
- Опущение матки 150
- Остеопороз 236
- Остеохондроз 235
- Острый бронхит 47
- Отёки ног 221
- Отит 239
- Отложение солей 236, 289
- Отравление 240
- Очищение организма от жировых и известковых отложений 242
- Памяти нарушение 243
- Панариций -122
- Панкреатит 243
- Паралич 246
- Парез 243
- Пародонтоз 245
- Паротит (свинка) 244
- Парша (фавус) 245
- Пеллагра (авитаминоз РР) 247
- Перелом кости 188
- Перхоть 265
- Песок в органах 180
- Печени и желчного пузыря заболевания 123
- Пиелонефрит 248
- Плеврит *251
- Повышенное артериальное давление 20
- Подагра 252
- Поджелудочной железы заболевания 254
- Полиартрит 255

- Полипоз матки 153
- Пониженное артериальное давление 22
- Потеря голоса 62
- Потливость ног 256
- Почек заболевания 135
- Предстательной железы заболевания 260
- Пролежни 261
- Простатит 261
- Простуда 265
- Профилактика онкологических заболеваний 229
- Прыщи 267
- Психические расстройства при болезни Дауна 90
- Психозы 257
- Псориаз 268
- Пучеглазие 264
- Радиационное облучение 274
- Радикулит 271
- Рассеянный склероз 259
- Растяжение связок и мышц 273
- Рахит 278
- Ревматизм 275
- Ревматоидный артрит 27
- Рецидивирующий отёк Квинке 14
- Рожа 279
- Сахарный диабет 95
- Сахарный диабет во время беременности 99
- Свинка (паротит) 280
- Седалищного нерва заболевания 280
- Селезёнки заболевания 287
- Сенная лихорадка 204
- Сепсис 281
- Сердечная астма 29
- Сердечно-сосудистые заболевания, 281
- Синусит 281
- Синяки, ушибы 287
- Сифилис 50
- Склероз 257
- Склероз сосудов головного мозга 258
- Склероз старческий 259 ,
- Слезотечение 75
- Спинного мозга заболевания 290
- Спондилёз 290 . ,
- Средства, оказывающие противоопухолевое действие 230
- Средства для сокращения матки 149
- Средства для улучшения состава крови 194
- Средства от перхоти и стимуляция роста волос 55
- Средства против курения 196
- Средство от наркотической зависимости 221
- Средство против костных наростов 189
- Стенокардия (грудная жаба) 285
- Стимуляция функции почек и надпочечников 12,291
- Стоматит 290
- Тахикардия 287
- Тонзиллит 291
- Трахеит 291
- Трофическая язва 310
- Туберкулёз 292
- Туберкулёз кишечника 295
- Туберкулёз кожи 296
- Туберкулёз лёгких 294
- Тугоухость 296
- Увеличение лактации 88
- Угревая сыпь 297
- Укрепление иммунной системы 171
- Укусы 296 '
- Улучшение зрения 78
- Уретрит 298 \
- Усталость глаз 75
- Фарингит 298
- Фиброма 298
- Фурункулы 299
- Холестит 128
- Храп 300
- Хронический бронхит 47
- Центральная нервная система: нарушение функций 214
- Цинга 300
- Цистит 157
- Чесотка 301
- Шпоры. 301
- Шум в голове 61
- Экзема 302
- Эмфизема лёгких 305
- Эндокринной системы заболевания 165
- Эндометриит 154
- Энтерит 108
- Энурез 306
- Эпидермофития 309
- Эпилепсия 307
- Язва желудочно-кишечного тракта и двенадцатиперстной кишки 311
- Ячмень 313

Содержание

От редактора	3
Копилка целителя	5
Приложения	3 1 5
Технология приготовления препаратов	315
Советы долгожителя	317
Кремниевая вода	318
Синонимы названий лекарственных растений	321
Указатель	329
Список использованной литературы	333

Список использованной литературы

- Абу Али Ибн Сина (Авиценна).* Канон врачебной науки. Книга 2-я. Ташкент, 1956.
- Алескер Э. М.* Пчелиный яд в клинике внутренних болезней. Л., 1964.
- Артёмов Н. М.* Лечебное действие пчелиного яда. Изд. МСХ РСФСР, 1960.
- Балицкий К. П.* Нервная система и противоопухолевая защита. Киев. Наукова думка. 1983.
- Белицкий К. П.* Стресс и метастазирование злокачественных опухолей) Киев. Институт проблем онкологии им. Р. Е. Кавецкого АН УССР. 1987.
- Билъц Ф.* Естественные Методы лечения. СПб., 1902.
- Брэг Поль.* Чудо голодания. Кишинёв, 1991.
- Гейдеман Т. С. и др.* Полезные дикорастущие растения Молдавии. Кишинёв, 1962.
- Глушков Н. М., Трубецкий П. Г.* Цветочная пыльца, собираемая пчёлами, и пути её использования. М., 1964.
- Енгальчев П. О.* О продолжении человеческой жизни. Т. 1-6. М., 1883.
- Зебольд А. И., Виноградова Т. В.* О лечении пчелиным ядом, мёдом, маточным и молочком. Л., 1960,
- Иойриш Н. П.* Лечебные свойства пчелиного яды/Пчеловодство. 1956. № 8. С. 55-59.
- Иойриш Н. П.* Пчёлы и медицина. Ташкент, 1974.
- Иоровец О., Петер Р., Петру М.* Микробиология влагалища и трихомоноз половых органов. М., 1958.
- Караваев В.* Руководство по профилактике и оздоровлению организма. Москва, 1976.
- Каримова З.Х.* О лечебных свойствах прополиса/Пчеловодство. 1961. № 8. С. 32-34.
- Кристман В. Я.* Внутренние болезни. Медгиз. 1951.
- Куражковский Ю. Н.* Очерки природопользования. М., 1969.
- Мантовани Рамоло.* Искусство вылечить самого себя природными средствами. Париж. 1966.
- Младенов С.* Мёд лечит астму/Наука и жизнь. 1964, № 4. С. 136-137.
- Саймонтон К., Саймонтон С.* Возвращение к здоровью. Перевод с английского. СПб.: Питер, 1951.
- Степанова М. Л.* Пчелиный яд и прополис в дерматологии. Л., 1964.
- Тудицкий А. Н.* Восстановительные силы организма. 1959..
- Гурова А. Д.* Лекарственные растения СССР и их применение. М., 1974. •
- Инь Синъчжун.* Китайская народная медицина. Москва, 1959.
- Пабанова А. Н.* Медицинский справочник для фельдшеров. Л.: Медицина, 1971. /
- Пабловский Н.* Мёд и пчёлы. М., 1925.
- Пакиров А. Ш.* Тайна древнего бальзама мумиё - асиль. Ташкент: Изд. ФАН УССР, 1976.

Кара Валентин Профирович

ДОМАШНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ СРЕДСТВА

3000 уникальных рецептов

Редакторы *Г. Голубкова, В. Бармин*
Художественный редактор *М. Егiazарова*
Макетирование и техническое редактирование *Л. Стёпиной*
Корректор *О. Левина*
Компьютерная верстка *Т. Сонниковой*

ИД № 02824 от 18.09.2000.

Подписано в печать 13.01.06. Формат 70x100/16. Печать офсетная. Бумага газетная.
Гарнитура «Петербург». Печ. л. 21,0. Тираж 10 000 экз. Заказ № 948. С-0'10.

Общероссийский классификатор продукции
ОК-005-93, том 2-953000.

Санитарно-эпидемиологическое заключение
№77.99.02.953.Д.007456..11.05 от 11.11.2005 г. '

ЗАО «КОМПАНИЯ «АСТ-ПРЕСС».
107078, Москва, Рязанский пер., д. 3.

Отпечатано с готовых диапозитивов в ОАО
«Тверской ордена Трудового Красного Знамени полиграфкомбинат
детской литературы им. 50-летия СССР».
170040, г. Тверь, просп. 50 лет Октября, 46.