

ЗОЛОТОЙ НАРОДНЫЙ ЛЕЧЕБНИК

лучшие
проверенные
рецепты



РИПОЛ
КЛАССИК

УДК 615.89

ББК 53.59

К20

Капанова, Е. Г.

К20 Золотой народный лечебник. Лучшие проверенные рецепты / Е. Г. Капанова. — М. : РИПОЛ классик, 2009. — 640 с.

ISBN 978-5-386-01680-7

Данное издание содержит большое количество народных рецептов. Из этой книги вы узнаете о секретах фито-, арома-, гидро- и металлотерапии, откроете для себя уникальные рецепты лечения продуктами пчеловодства и многими другими натуральными средствами.

Книга будет интересна и полезна всем, кто интересуется народной медициной.

УДК 615.89

ББК 53.59

Издательство не несет ответственности за возможные последствия, возникшие в результате использования информации и рекомендаций данного издания. Любая информация, представленная в книге, не заменяет консультации специалиста.

© ООО Группа Компаний

ISBN 978-5-386-01680-7

«РИПОЛ классик», 2009

ВВЕДЕНИЕ

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

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

Фитотерапия

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

Горчица сарептская противопоказана при туберкулезе легких и воспалении почек.

Девясил высокий противопоказан при заболеваниях почек и беременности.

Душица обыкновенная противопоказана при беременности.

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

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

Кровохлебка лекарственная (аптечная, красноголовник) противопоказана при беременности.

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

Можжевельник обыкновенный противопоказан при водянке

Пижма обыкновенная (дикая рябинка) противопоказана беременным женщинам и маленьким детям.

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

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

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

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

Следует обратить внимание на то, что некоторые растения содержат ядовитые вещества! К наиболее токсичным растениям относятся бо-

лиголов пятнистый, вех ядовитый (цикута), волчник (дафна, волчье лыко), некоторые виды аконита. Тяжелые отравления вызывают ягоды белладонны (красавки), семена белены черной и дурмана обыкновенного. Нередки случаи отравления крушиной ломкой, чистотелом, безвременником. Также возможны поражения кожи соком борщевика и чистотела.

Недопустимо приготовление в домашних условиях настоев и отваров из крестовника плосколистного, скополии карниолийской, софоры японской, термопсиса ланцетовидного, секуринегии полукустарниковой, мордовника обыкновенного, стефании голой, ипекакуаны, физостигмы, чилибухи, живокости сетчатоплодной, паслена дольчатого.

Аллергия

* * *

При выраженных кожных проявлениях можно принимать ванны с настоем череды или обмывать тело древесным щелоком. Для этого чистую золу, оставшуюся после сжигания дров, сле-

дует залить водой, вскипятить, дать отстояться, слить чистый настой, процедить и обмываться им.

* * *

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

* * *

Настой травы эфедры двуколосковой: 15–20 г травы залить 2–3 стаканами кипятка. Проварить до испарения половины объема воды, процедить, принимать по 1 столовой ложке 2–3 раза в день при аллергодерматозах. Наружно отвар травы (1 столовую ложку сырья кипятить 5 минут в 2 стаканах воды) использовать для смачивания участков кожи, пораженных дерматозами, сопровождающимися зудом.

* * *

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

* * *

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

* * *

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

* * *

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

Ангина

* * *

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

* * *

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

* * *

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

* * *

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

* * *

Полоскание горла настоем цветков календулы лекарственной: 3 чайные ложки цветков календулы заварить 1 стаканом кипятка, настоять, процедить. Полоскать горло теплым раствором 3–4 раза в день. Можно пользоваться гото-

вой спиртовой настойкой, которую следует разводить в соотношении 1 чайная ложка настойки на 0,5 стакана теплой воды.

* * *

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

* * *

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

* * *

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

* * *

Полоскание горла отваром из цветков календулы лекарственной (1 часть), листьев подо-