

АНТОНИНА МОРОЗОВА

ТРАВНИК ДЛЯ МОЛОДЫХ МАМ

T8 RUGRAM

УДК 58
ББК 28.5
М-80

Морозова, А.

М-80 Травник для молодых мам / А. Морозова. — М. : Т8 Издательские технологии / RUGRAM, 2019. — 174 с. — Травник

ISBN 978-5-521-74956-0

Автор книги Антонина Николаевна Морозова — фитотерапевт с 30-летним стажем, кандидат биологических наук, специалист по травам и дикорастущим растениям. Антонина Николаевна происходит из семьи потомственных травников, и это позволяет ей совмещать в своей практике достижения современной науки с древними целительскими традициями.

В этой книге вы найдете советы для молодых мам на всем их пути — от подготовки к зачатию малыша до лечения школьников методами народной медицины, а также научитесь создавать вокруг себя и малыша атмосферу уюта и спокойствия благодаря эзотерическим свойствам растений.

BIC MX
BISAC HEA032000

ISBN 978-5-521-74956-0

© Т8 RUGRAM, оформление, 2019
© Т8 Издательские технологии, 2019

Содержание

Введение	7
Хочу стать мамой или правильное зачатие	9
Можно ли с помощью трав забеременеть?	9
Чтоб ребенок был здоровым	11
Медицинские показания и фитотерапия	
для лечения бесплодия у женщин	14
Проблемы с овуляцией	15
Дисфункция яичников	17
Гормональные нарушения	18
Медицинские показания и фитотерапия	
для лечения бесплодия у мужчин	19
Гормональные нарушения	20
После сорока не поздно	21
Ожидаем малыша	24
Как забыть о токсикозе (причины, возможные риски, профилактика и лечение фитотерапией)	26
Стройные ножки — залог здоровой беременности	29

Об этом не говорят вслух (травы при проблемах со стулом)	31
Лечение без лекарств или природные антибиотики	35
Настало время взбодриться	38
Без пяти минут роддом	41
После родов	46
Сокращение и очищение матки	46
Скорейшее заживление швов	49
Чтобы было молоко	51
Восстанавливаем гормональный баланс	54
Кровоостанавливающие травы	58
Геморрой	63
Мастит	67
Утомление, подавленность, депрессия	73
Поддержание веса	78
Травы для ухода за собой	
во время беременности и после родов	81
Правильно следим за весом	81
Уход за волосами	84
Зубы: как им помочь	86
Следим за венами на ногах	89
Что нужно малышу	95
Основные периоды жизни ребенка	95
От 0 до года	96
Советы Мойдодыра	98
Чтоб животик не болел	102

Поднимаем иммунитет	104
Успокоительные сборы	105
Когда режутся зубки	106
Диатез.	109
От года и старше	111
Поднимаем иммунитет	113
Хорошая память и мышление	114
Подорожник — наш помощник (травы, заживляющие раны)	116
Травы для лечения простудных заболеваний у детей	119
Носовое кровотечение: причины и способы остановки	124
Авитаминоз	127
Аллергия	129
За маму, за папу (улучшаем аппетит)	132
Курс выживания молодого отца	135
Трудности, с которыми сталкивается глава увеличившегося семейства	135
Успокоительные средства	136
Быстрое восстановление сил	142
Травы в эзотерических целях	146
Цветы в доме и феншуй	146
Фэншуй для скорейшего зачатия	147
Фикус	148
Спатифиллум	152
Цикламен	152
Роза	153

Чтобы беременность прошла гладко	154
Благоприятная атмосфера	
для малыша	158
Для счастья в доме	160
Приметы и обереги.....	162
Обереги	165
Приметы, связанные с детьми до года	167

Введение

Беременность и материнство — безусловно, самое счастливое время в жизни каждой женщины, но и довольно сложное. Иногда проблемы возникают еще при попытке зачать ребенка, или беременность протекает не так гладко, как хотелось бы, а когда желанный малыш уже родился, то оказывается, что с ним хлопот ничуть не меньше. Молодой мамочке на каждом из этих этапов необходимы советы, ведь в это время ей крайне важно не просто облегчить свои заботы, но и не навредить ни себе, ни малышу.

Почти во всех сложных ситуациях на помощь могут прийти лекарственные растения, которые зачастую менее вредны, чем химически синтезированные средства. Все чаще врачи назначают при стандартном лечении настойки, экстракты и отвары трав. Все дело в том, что народная медицина может успешно применяться совместно с медикаментами. Более того, фитотерапия прекрасно дополняет традиционную медицину. Но стоит не забывать о том, что самолечение может нанести вред организму, в особенности детскому, и способно привести к очень нежелательным последствиям. Следует помнить, что даже настои и отвары трав должны быть назначены специалистом.

Эта книга может стать кладезем знаний как для тех, кто еще только задумался о появлении малыша, так и для тех, кто уже давно стал мамой. Здесь вы узнаете:

- ✧ как укрепить свой иммунитет до беременности, чтобы малыш развивался здоровым;
- ✧ как устранить различные причины бесплодия, как женского, так и мужского;
- ✧ как облегчить течение беременности и родов;
- ✧ как лечить различные заболевания во время беременности и кормления грудью;
- ✧ как ускорить восстановление здоровья после родов;
- ✧ как бороться со стрессом и депрессией;
- ✧ как контролировать вес;
- ✧ как ухаживать за ребенком в различные этапы жизни — от младенчества до старшего возраста;
- ✧ с какими проблемами сталкивается молодой папа, и как с ними бороться;
- ✧ какие растения стоит завести в доме с ребенком;
- ✧ как можно использовать растения в качестве оберегов для малыша.

Хочу стать мамой или правильное зачатие

Можно ли с помощью трав забеременеть?

Рождение ребенка — величайший дар природы. Будущая мама может среди своих приоритетов ставить на первый план карьеру, творчество, приобретение и накопление знаний или что-либо другое. Но рано или поздно каждая женщина начинает мечтать о материнстве. Многие подходят к этому ответственно, вместе с супругом избавляясь от вредных привычек, высчитывая наиболее благоприятные дни для зачатия. Некоторые надеются на спонтанность. Данная глава предназначена как для первых, так и для вторых.

Современная действительность показывает, что, к сожалению, все большим семьям не удается завести ребенка в первые годы совместной жизни. Причин тому множество. Все чаще приходится откладывать в «долгий ящик» пополнение семьи из-за финансовых или жилищных неурядиц, все больше приходится думать о работе. Стрессы большого города, неправильное питание, плохая экологическая обстановка и другие факторы подрывают здоровье женщины и ее партнера. В результате, к тому моменту, когда супруги окончательно решают вопрос о планировании

ребенка в положительную сторону, они вдруг оказываются перед обезоруживающим фактором: беременность не наступает. Как тут не начать нервничать и раздражаться. И вот незаметно в голове поселяется пугающая мысль: вдруг не получится стать матерью?

Для начала следует помнить, что физиология женщины напрямую зависит от ее психологического и эмоционального фона. К примеру, многие замечают, что критические дни приходят позднее во время нервного напряжения и стрессов, таких как экзамены или неприятности на работе. Поэтому порой беременность не наступает даже у вполне здоровых женщин. В этом случае помочь смогут чаи и настои из трав с успокаивающим действием.

Однако иногда может потребоваться помощь специалиста. Задумываться об этом стоит, если в течение полутора лет регулярной половой жизни без предохранения беременность не наступает.

Причин отсутствия долгожданного зачатия может быть много. Среди них как физиологические нарушения в организме, так и психологические. Большинство из них поддаются лечению. Врач может посоветовать пройти обследование не только женщине, но и ее партнеру. Не стоит этим пренебрегать. Лечение назначается медикаментозное, а хорошим дополнением к нему часто служат лекарственные травы. Это позволит сделать назначение врача более эффективным, а также сведет к минимуму нервное напряжение, повысит настроение, общее самочувствие и, как следствие, ускорит наступление беременности.

Многие задаются вопросом: есть ли травы вызывающие скорейшее наступление зачатия ребенка? Можно с уверенностью сказать, что такого народная медицина не знает. Но это не значит, что фитотерапия не способна помочь от-