

150 РЕЦЕПТОВ КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ

по лечению:

рака,
гемофилии,
анемии,
диабета,
гипертонии,

болезней
сердца,
печени,
желудка,
почек.



НОВИНКА!

Ли Шанью

150

**РЕЦЕПТОВ
КИТАЙСКОЙ
МЕДИЦИНЫ**

по лечению:

рака, геморригии, анемии,
диабета, гипертонии,
болезней сердца, печени,
желудка, почек.



Днепропетровск
«КОЛО»
1998

ББК 53.59
Л 55

Рецензент
доктор медицинских наук
профессор Дычко Е.Н.

Перевод с китайского
Яшнова А.Л.

Все лекарство — еда, вся еда — лекарство!

Это основное правило китайской народной медицины.

Таким образом, простыми, доступными каждому человеку, средствами — крупами, овощами, фруктами, орехами, мясом и субпродуктами, всем, что имеется на кухне, можно хорошо очистить свой организм, омолодить его; успешно лечить сердце, печень, желудок, кишечник, почки, легкие, простуду, а также такие тяжелые заболевания как инсульт, инфаркт, гемофилию, диабет, рак...

В книге приведены как старинные рецепты, которым несколько тысячелетий, так и современные.

Лі Шанью

Л 55. 150 рецептів китайської медицини по лікуванню раку, гемофілії, діабету, гіпертонії, хвороб серця, печінки, нирок, шлунка. — Дніпропетровськ: Коло, 1998. — 64 с.

ISBN 966-95221-2-9

Всі ліки — їжа, вся їжа — ліки!

Таке основне правило китайської народної медицини.

Отже, простими, спідручними засобами — крупами, овочами, фруктами, горіхами, м'ясними продуктами можна добре очистити свій організм, оновити та омолодити його; успішно лікувати серце, печінку, шлунок, нирки, легені, простуду, інсульти, гемофілію, діабет, рак...

В книзі наведені як старовинні рецепти, яким декілька тисячоліть, так і сучасні.

Л 4102020000-007
98

ББК 53.59

ISBN 966-95221-2-9

- © Ли Шанью
- © Яшнов О.Л., перевод з китайської, 1998
- © Шевчук Є.П., укладання, 1998
- © Бурликов К.М., художнє оформлення, 1998

Уважаемый читатель!

Вы держите в руках уникальный, несмотря на то, что он небольшой, сборник рецептов китайской медицины.

Признайтесь себе честно: много ли вы знаете о китайской медицине? Наверное, совсем немного, как и все мы, остальные (за исключением разве что специалистов-китаеведов).

Естественно, мы продолжаем восторгаться прекрасным китайским растением — женьшенем — эликсиром жизни, здоровья, молодости. Также в последние годы многие из нас испытали на себе благоприятное лечебное действие иглоукалывания и прижигания болевых точек — нервных окончаний, влияющих на определенные болезни.

Но с конкретными рецептами на бытовом уровне, рецептами на каждый день, мы совсем не знакомы.

Сейчас наблюдается повсеместное увлечение тибетской медициной, но она — только часть древней китайской медицины, которой более пяти тысяч лет.

Лично я впервые услышала о ней в 1958 году, когда у меня, подростка, наступил кризис тяжелой неизлечимой болезни — несвертывания крови, известной как «болезнь Верльгофа», которой я страдала с раннего детства.

Убитый горем отец написал письмо в Китайское Посольство в Москве, откуда его переслали в Пекин. Вскоре пришел ответ. Цитирую по памяти в вольном изложении: «У нас такой болезни не наблюдается, но методами китайской медицины мы можем вашу дочь вылечить».

Далее шло официальное приглашение в Китай и ряд советов, практических рекомендаций, которые необходимо было сразу же применить, чтобы выдержать все дорожные тяготы.

К сожалению, состояние мое резко ухудшилось. Пришлось срочно удалить селезенку.

Другого кардинального метода лечения этой болезни до сих пор у нас не существует, хотя операция не излечивает полностью, почти никого.

Однако Бог был милостив ко мне и мне повезло. Во-первых, операция прошла успешно, во-вторых, у меня была возможность в тяжелый послеоперационный период использовать все рекомендации Китайской Медицинской Академии.

В основе их лежало простое правило: **вся еда — это лекарство, и все лекарство — это еда**. Но именно они, простые на первый взгляд рецепты, помогли мне в очень короткий срок восстановить свое здоровье и забыть о том, что я пережила за многие годы болезни.

И когда мне, спустя много лет, имея уже за плечами опыт целительства, унаследованный по семейной традиции от бабушки знахарки, а также знания, полученные в Центре народной медицины Российско-американского университета, предоставилась возможность при подготовке данной книги работать с китайскими рецептами, я испытала большую радость, как будто встретила со старыми добрыми друзьями, которые открыли передо мной новые возможности на пути к естественному оздоровлению и долголетию.

Поэтому я с удовольствием представляю читателям книгу «150 рецептов китайской медицины». Надеюсь, что каждый из вас найдет среди них те рецепты, которые помогут вам преодолеть свои недуги, выйти победителем в борьбе с ними.

Да поможет вам Бог!

С уважением, Е. Шевчук

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИГОТОВЛЕНИЮ И ПРИЕМУ ЛЕКАРСТВ КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Как лучше всего принимать лекарство из трав, приготовленное в домашних условиях, чтобы достичь максимального эффекта?

- Если болезнь проявляется в верхней части тела (грудь, горло, голова), то лекарство необходимо принимать очень маленькими порциями. В этом случае лекарство быстрее всасывается в пищевод и сразу же поступает в кровь.
- Когда болезнь проявляется в средней и нижней части туловища, то лекарство необходимо принимать большими порциями с небольшими промежутками, чтобы оно сразу поступало в желудок.
- При заболеваниях, которые проявляются в средней и верхней части туловища (бледность лица, одышка и т.д.), лекарство нужно принимать после еды.
- Когда болезнь проявляется в нижней части (отеки ног и т.д.), лекарство необходимо принимать перед едой.
- При заболеваниях конечностей (рук и ног) необходимо хотя бы раз в неделю поголодать.
- Когда проявляется болезнь костного мозга, необходима обильная пища на ночь.

Пять злоупотреблений в питании, которых необходимо избегать

- Если употреблять слишком много соленой пищи, то кровеносные сосуды начинают терять свою эластич-

ность, появляется слезливость глаз и изменяется цвет лица.

● Если употреблять слишком много горькой пищи, развивается сухость и шелушение кожи и увеличивается выпадение волос.

● Если употреблять слишком много острой пищи, то это неблагоприятно влияет на сухожилия и ногти становятся хрупкими и ломкими.

● Если употреблять слишком много кислой пищи, то в мышцах образуются болезненные узлы и появятся трещины на губах.

● Если употреблять слишком много сладкой пищи, то появляются боли в костях и в суставах, выпадают волосы.

Пять запретов в питании, которые следует соблюдать

● При болезнях крови нельзя употреблять слишком много соленой пищи.

● При болезнях костей нельзя употреблять слишком много горькой пищи.

● При ослаблении организма нельзя употреблять слишком много острой пищи.

● При болезнях сухожилий нельзя употреблять слишком много кислой пищи.

● При заболеваниях мышц нельзя употреблять слишком много сладкой пищи.

ЗАБОЛЕВАНИЯ КРОВЕНОСНЫХ СОСУДОВ

Понижает давление, очищает артерии сердца и кровеносных сосудов, улучшает проходимость кишечника

Рецепт № 1

Взять 50 г очищенного от кожуры банана, измельчить его на терке, поместить в сосуд, залить горячим чаем, добавить немного пчелиного меда.

Принимать как фруктовое пюре 1-2 раза в день на десерт.

Укрепляет коронарные артерии сердца, сердечные мышцы, кровеносные сосуды, лечит болезни печени

Рецепт № 2

Принимать ежедневно, 2-3 раза в день, после еды 2-3 столовые ложки пчелиного меда.

Стимулирует работу мозга, укрепляет сердце, оздоравливает почки, регулирует теплообмен в организме

Рецепт № 3

Произвольное количество пшеничной муки смешать с произвольным количеством растительного масла и поджаривать ее на сковородке до слегка желтоватого цвета.

Затем взять 10 г ядер грецкого ореха, измельчить, добавить 25 г сырых семян (черного цвета) кунжута.

ПОВЫШЕННОЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ, ПРЕДИНСУЛЬТНОЕ СОСТОЯНИЕ, ИНСУЛЬТ

**Понижает давление,
останавливает кровотечение,
рассасывает кровоизлияния в глаза,
сбивает жар**

Рецепт № 8

Взять два свежих помидора, помыть в воде, разрезать на дольки, посыпать сахаром.

Есть каждое утро натощак.

Кому сахар противопоказан, его можно заменить на мед.

Понижает давление, гонит мочу

Рецепт № 9

Взять один пучок кукурузных рыльцев, просушить их на солнце, затем поместить в котелок, залить водой и варить на медленном огне 10-15 минут.

Отвар охладить, процедить.

Пить три раза в день по 50-60 мл (3-4 ст. ложки) перед едой.

**Очищает кровь, понижает
артериальное давление и уровень
холестерина в крови, сбивает жар**

Рецепт № 10

Взять 50 г надземной части арахиса (стебель, листья, цветы), хорошо промыть в воде, измельчить, поместить в сосуд, залить одним стаканом воды и варить 10 минут. Затем отвар процедить.

Пить один раз в день как чай.

Давление быстро нормализуется, хотя в процессе лечения могут возникать незначительные колебания.

**Сбивает жар, разжижает кровь,
укрепляет стенки кровеносных сосудов,
понижает давление**

Рецепт № 11

Взять полстакана сырых орехов арахиса вместе с шелухой, поместить в банку, залить пищевым уксусом и настаивать 7 дней (банка должна быть плотно закрыта крышкой).

Каждый день (утром и вечером) съесть по 10 орешков.

Давление начнет постепенно снижаться и нормализуется через несколько дней.

**Сбивает жар, гонит мочу,
понижает давление**

Рецепт № 12

Взять один стебель огурца (полностью ветви вместе с листьями и цветками), хорошо промыть в воде, измельчить, поместить в сосуд, залить водой и варить на медленном огне 10 минут. Затем отвар охладить, процедить.

Принимать 2 раза в день по одной рюмке (50-100 мл).

**Нормализует работу печени, снижает
уровень холестерина, сбивает жар,
понижает давление**

Рецепт № 13

Взять произвольное количество свежих листьев сельдерея, хорошо измельчить, отжать сок (можно

использовать соковыжималку), добавить туда **небольшое количество меда** и, подогревая на огне, равномерно перемешивать смесь (доводить до кипения не нужно).

Принимать 3 раза в день после каждого приема пищи.

Успокаивает печень, сбивает жар, выводит влагу, понижает артериальное давление

Рецепт № 14

Взять **500 г сельдерея** вместе с корнем и листьями, тщательно помыть, измельчить, поместить в сосуд, залить водой и варить на медленном огне 30 минут. Затем отвар немного остудить, процедить, добавить **50 г сахара**, хорошо перемешать, разделить дозу на два приема.

Пить как чай утром и вечером после приема пищи.

Лечение головокружений и ряби в глазах при повышенном артериальном давлении

Рецепт № 15

Взять **50 г цветов конских бобов**, залить кипятком. Настаивать 5-7 мин.

Пить вместо чая. Доза на один прием.

При постоянном приеме лечебный эффект наступает через несколько дней.

**Сбивает жар, понижает давление,
предупреждает обмороки,
возникающие при высоком давлении**

Рецепт № 16

Взять **50 г** свежих сырых семян подсолнуха, очистить от скорлупы и съесть за один прием.

После этого необходимо сразу же выпить сок, отжатый из **100 г** корней сельдерея.

В зависимости от самочувствия, принимать 1-2 раза в день, каждый раз соблюдая пропорции семян и корня.

**Лечение гипертонии, ряби в глазах и
головокружений, возникающих при
повышенном давлении**

Рецепт № 17

Взять **120 г** хорошо промытых чистых листьев подсолнечника, измельчить, поместить в сосуд, залить водой и варить на медленном огне 10-15 минут.

Затем отвар процедить, разделить на три равные части.

Пить вместо чая 3 раза в день.

Уже после 10 дней приема наступает почти полное выздоровление.

**Понижает давление, укрепляет
здоровье и продлевает жизнь**

Рецепт № 18

Взять неограниченное количество репчатого лука, очистить и поджарить (пропассировать) его на растительном масле до золотисто-желтого цвета.

Добавить овощей и есть во время приема пищи. На каждый прием готовят новое количество лука.

**Укрепляет селезнку,
успокаивает печень, уменьшает
содержание холестерина в крови,
понижает давление, укрепляет
кровеносные сосуды и капилляры**

Рецепт № 19

Взять равные количества ягод ююбы (зизифуса — китайского финика) и мелкоизмельченного корня сельдерея, поместить в сосуд, залить водой и варить на медленном огне 20-30 минут.

Регулярно употреблять без каких-либо ограничений во время приема пищи, съедая ягоды ююбы и запивая их отваром, как компот. (Напоминаем, что ююбу — зизифус — выращивают многие садоводы России и Украины.)

Разжижает кровь, снижает давление

Рецепт № 20

а) десять свежих ягод боярышника поместить в сосуд, добавить 30 г сахара, залить одним стаканом воды и варить на медленном огне 10-15 минут.

Принимать один раз в день в виде компота, есть ягоды, запивая отваром;

б) взять 10 г сухих цветов (или листьев) боярышника, залить одним стаканом воды и кипятить на медленном огне 10 минут.

Употреблять ежедневно по утрам вместо чая.

**Сбивает жар, понижает давление,
используется как первая помощь при
гипертоническом кризе и
прединсультном состоянии**

Рецепт № 21

Взять один стакан коровьего молока, довести до кипения, немного охладить. Добавить в молоко сок, выжатый из 2-3 плодов хурмы.

Смесь делят на 3 части и пьют три раза в день перед едой.

**Нарушение двигательных функций:
непроизвольное качание головой,
вываливание языка, нарушение речи,
повышенное слюноотделение**

Рецепт № 22

Взять 3-6 г сухих листьев белой шелковицы (свежих — 6-12 г), хорошо промыть в воде, поместить в сосуд, залить стаканом чистой воды и варить на медленном огне 10 мин.

Затем отвар остудить, процедить и разделить на две равные части.

Выпить за два раза — утром и вечером после еды.

**Нарушение речи после перенесенного
инсульта, опухание и заваливание
языка в горло**

Рецепт № 23

Два зубка чеснока очищают от кожуры, хорошо промывают в воде, раздавливают и помещают на коренные зубы больного. Держать чеснок, сжав челюс-

ти, покуда он не утратит свой вкус (слюну желатель-но сплевывать).

**Расширяет капилляры и вены,
лечит опущение угла рта**

Рецепт № 24

Собрать кровь свежезарезанного петуха и сразу же, пока она не остыла, натереть ею пораженную часть лица. Кровь смывают после того, как она высохнет.

**Понижает давление, останавливает
кровотечение, облегчает
предынсультное состояние**

Рецепт № 25

Взять 30-60 г сухих (свежих — 60-120 г) стеблей с листьями гречихи посевной, положить в сосуд, залить водой и кипятить на медленном огне 10-15 минут.

Затем отвар охладить, процедить, разделить на три части (3 порции).

Принимать 3 раза в день после каждого приема пищи.

**Успокаивает печень, сбивает жар, гонит
мочу, увлажняет кишечник, снижает
повышенное артериальное давление**

Рецепт № 26

Взять три плода банана, очистить от кожуры, измельчить, поместить в сосуд, добавить 60 г сушеной корки арбуза (свежей — 120 г) и 60 г кукурузных рылец.

Все это залить водой и варить на медленном огне

20-30 мин. Сахар добавляют по вкусу. Смесь охладить, процедить, разделить на 2 равные порции.

Отвар принимают 2 раза в день после еды.

ЗАБОЛЕВАНИЯ КРОВИ

**Лечит железодефицитную анемию,
нормализует кровообращение**

Рецепт № 27

Взять два сырых яйца, разбить, отделить желтки, добавить к ним немного воды и соли. Смесь взбивают как для приготовления омлета; выливают на сковородку и слегка поджаривают.

Разделяют на две равные порции и съедают утром и вечером во время еды.

**Повышает работоспособность,
укрепляет кровеносные сосуды, лечит
злокачественное малокровие
(авитаминоз В₁₂)**

Рецепт № 28

Взять один свиной желудок, хорошо промыть его в соленой воде, удалить остатки жира, порезать его на куски, поместить в керамический сосуд.

Поставить сосуд в духовку, чтобы желудок полностью высох. Затем высушенный желудок измельчают в порошок и хранят в чистой посуде.

Ежедневно принимать по 15 г порошка утром и вечером. Курс лечения — один месяц.

ти, покуда он не утратит свой вкус (слюну желатель-но сплевывать).

Расширяет капилляры и вены, лечит опущение угла рта

Рецепт № 24

Собрать кровь свежезарезанного петуха и сразу же, пока она не остыла, натереть ею пораженную часть лица. Кровь смывают после того, как она высохнет.

Понижает давление, останавливает кровотечение, облегчает предынсультное состояние

Рецепт № 25

Взять 30-60 г сухих (свежих — 60-120 г) стеблей с листьями гречихи посевной, положить в сосуд, залить водой и кипятить на медленном огне 10-15 минут.

Затем отвар охладить, процедить, разделить на три части (3 порции).

Принимать 3 раза в день после каждого приема пищи.

Успокаивает печень, сбивает жар, гонит мочу, увлажняет кишечник, снижает повышенное артериальное давление

Рецепт № 26

Взять три плода банана, очистить от кожуры, измельчить, поместить в сосуд, добавить 60 г сушеной корки арбуза (свежей — 120 г) и 60 г кукурузных рылец.

Все это залить водой и варить на медленном огне

20-30 мин. Сахар добавляют по вкусу. Смесь охладить, процедить, разделить на 2 равные порции.

Отвар принимают 2 раза в день после еды.

ЗАБОЛЕВАНИЯ КРОВИ

**Лечит железодефицитную анемию,
нормализует кровообращение**

Рецепт № 27

Взять два сырых яйца, разбить, отделить желтки, добавить к ним немного воды и соли. Смесь взбивают как для приготовления омлета; выливают на сковородку и слегка поджаривают.

Разделяют на две равные порции и съедают утром и вечером во время еды.

**Повышает работоспособность,
укрепляет кровеносные сосуды, лечит
злокачественное малокровие
(авитаминоз В₁₂)**

Рецепт № 28

Взять один свиной желудок, хорошо промыть его в соленой воде, удалить остатки жира, порезать его на куски, поместить в керамический сосуд.

Поставить сосуд в духовку, чтобы желудок полностью высох. Затем высушенный желудок измельчают в порошок и хранят в чистой посуде.

Ежедневно принимать по 15 г порошка утром и вечером. Курс лечения — один месяц.

Отвар охладить, все разделить на две равные части и съест за два раза (утром и вечером), запивая отваром. Курс лечения — 7 дней.

Лечение анемии и несвертывания крови

Рецепт № 35

Взять **500 г голени барана** (мясо вместе с костями), хорошо промыть в воде, разрубить на три куска, залить водой и варить на медленном огне 1,5-2 часа.

Затем добавить в кипящий бульон **150 г ягод зизифуса** и снова варить 20-30 минут. Бульон охладить.

Ежедневно, 3 раза в день во время еды, съедать кусок мяса, запивая бульоном. Курс лечения — 10 дней.

Лечение несвертывания крови вследствие отравления (анафилактической пурпуры)

Рецепт № 36

Взять **500 г кроличьего мяса**, промыть в воде, разрубить на три части, поместить в сосуд, залить водой, добавить туда **100 г ягод зизифуса** и варить на медленном огне 2 часа. В конце варки добавить **немного буро́го сахара** (1-2 ложки). Бульон и мясо разделить на три равные части.

3 раза в день во время еды съедать по куску мяса, запивая его бульоном.

**Укрепляет кровеносные сосуды,
увлажняет кожный покров, лечит
пурпуру, гемофилию, кровотечения из
носа и десен**

Рецепт № 37

Взять одну свиную ножку, хорошо вымыть и очистить, положить в кастрюлю, добавить туда 20 ягод зизифуса, все это залить водой и варить на медленном огне, пока ножка не разварится. Затем бульон охладить.

Один раз в день за один раз съест мясо ножки, запивая его бульоном.

РАКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Лечение рака пищевода

Рецепт № 38

Взять произвольное количество стеблей лука-порея, хорошо промыть в воде, обрезать корни и поместить на 12 часов в сосуд с чистой водой.

Затем корни извлечь, измельчить, отжать сок.

Пить 3 раза в день по полстакана.

Рецепт № 39

Взять 250 г корней актинидии острой, хорошо промыть в воде, измельчить, поместить в банку, залить водкой и дать настояться в течение одной недели. Настойку необходимо один раз в день перемешивать или взбалтывать.

Регулярный прием — 3 раза в день по 1-2 столовые ложки настойки. (Актинидию выращивают садоводы на садовых и приусадебных участках, в диком виде произрастает на Дальнем Востоке)

Рецепт № 40

Ежедневно выпивать по 1 столовой ложке свежей гусиной крови.

Лечение рака молочной железы

Рецепт № 41

Взять 20 г зеленой корки мандарина, поместить в сосуд, залить 1,5 стакана воды и варить на медленном огне, пока не останется 1 стакан отвара.

Затем отвар охладить, процедить.

Пить ежедневно один раз в день по 1 стакану после еды.

Лечение рака желудка

Рецепт № 42

Взять ветку грецкого ореха длиной 30-35 см и толщиной с указательный палец, обмыть в воде, раздробить на мелкие кусочки, поместить в сосуд и варить на медленном огне 2-3 часа.

Затем процедить, поместить в отвар два куриных яйца и снова варить на медленном огне 5 минут.

После этого яйца извлечь, очистить от скорлупы и снова варить 15 минут. Дать остыть отвару естественным образом, вынуть яйца.

Регулярно съедать по одному яйцу 2 раза в день перед приемом пищи до наступления улучшения самочувствия.

Рецепт № 43

Взять один стебель подсолнуха, разрезать, извлечь сердцевину (белого цвета).

5-6 г сердцевинки помещают в сосуд, заливают стаканом воды и варят на медленном огне 15-20 минут, затем отвар процеживают и охлаждают.

Ежедневно, один раз в день, выпивать стакан отвара перед употреблением пищи.

Сердцевину можно заготовить впрок. Для этого используются еще зеленые (можно сразу же после уборки урожая) стебли подсолнуха. Сердцевину просушивают на солнце и хранят в мешках из ткани.

Лечение рака желудка и рака матки

Рецепт № 44

Взять **30 г мякоти водяного ореха**, поместить в сосуд, залить водой и варить на медленном огне до тех пор, пока отвар не станет густого черного цвета.

Отвар процедить, разделить на 2-3 порции.

Ежедневно (и регулярно) принимать перед каждым приемом пищи.

ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Лечение язвы желудка и 12-перстной кишки, профилактика раковых заболеваний, предупреждение запоров, увлажнение кишечника, жаропонижающее

Рецепт № 45

Небольшой свежий кочан капусты хорошо промыть в воде, порезать на куски и с помощью соковыжималки или мясорубки отжать сок.

Пить по половине стакана за полчаса до еды ежедневно.

Согласно статистике, из 100 человек, имеющих язву желудка, у 60% боли в желудке исчезают на 2-5-

й день, у 90% — на 7-й день после начала приема сока свежей капусты.

Рецепт № 46

Каждый день, за полчаса до еды или через 3 часа после еды, съедать одну столовую ложку **пчелиного меда**.

Курс лечения — 2 месяца.

Рецепт № 47

2 кг картофеля хорошо промыть в воде, удалить глазки, перемолоть на мясорубке, поместить в сосуд и залить одним литром чистой воды.

Смесь несколько раз хорошо взболтать, чтобы вымыть крахмал. Затем сразу же процедить ее через сито, чтобы отделить измельченный картофель.

Дать отстояться воде, чтобы крахмал осел на дно сосуда, после этого воду аккуратно слить. Оставшуюся часть воды выпарить на огне до ее полного испарения.

Полученный крахмал поставить на очень маленький огонь и поджаривать до тех пор, пока он расплавится и потемнеет.

Таким образом получают крахмальную пленку черного цвета.

Принимать по одному грамму 3 раза в день перед едой. Курс лечения — один месяц.

Допускается заготовка пленки впрок, ее нужно хранить в сухом прохладном месте.

Рецепт № 48

Взять **6-10 г цветков шиповника морщинистого**, поместить в сосуд, залить кипятком, настоять.

Пить вместо чая по утрам.

Лечение гастрита

Рецепт № 49

Взять **5-10 граммов коконов тутового шелкопряда**, просушить их в духовке, измельчить в порошок.

Пить 2 раза в день за полчаса до еды. Запивать теплой кипяченой водой.

Рецепт № 50

Взять **полстакана коровьего молока**, довести его до кипения. Затем влить в кипящее молоко **одно перепелиное яйцо**, хорошо перемешать и охладить.

Принимать один раз в день — утром натощак.

Опущение желудка и желудочные боли

Рецепт № 51

Взять **250 г свиной печени**, хорошо промыть в воде, разрезать на куски, поместить в сосуд, залить водой, добавить туда **15 г измельченного черного перца** и варить на медленном огне **1,5-2 часа**.

Затем печень извлечь, охладить и съесть во время приема пищи за один раз.

ЛЕЧЕНИЕ ЗАПОРОВ

Увлажняет кишечник, лечит старческие запоры, алкогольное отравление и воспаление желудочно-кишечного тракта

Рецепт № 52

Взять **250 г шпината (листья со стеблем)**, поместить в сосуд, добавить **1 стакан свежей свиной крови**, довести до кипения, посолить по вкусу.

Съедать 1 раз в день перед едой.

**Увлажняет кишечник, препятствует
образованию запоров, понижает
артериальное давление**

Рецепт № 53

Взять **500 г бананов**, очистить от кожуры, разделить на три порции и съесть в течение дня.

При употреблении бананы необходимо макать в слегка поджаренные зерна кунжута (черного цвета).

**Стимулирует работу кишечника
и нормализует стул**

Рецепт № 54

Один стакан коровьего молока доводят до кипения, добавляют **50 г пчелиного меда**, хорошо перемешивают, охлаждают.

Выпивают за один прием перед употреблением пищи.

**Укрепляет силы, сбивает жар, лечит
хронические и старческие запоры**

Рецепт № 55

Взять один стакан свежего коровьего молока, вылить в сосуд, добавить туда **100 г пчелиного меда**, хорошо перемешать, довести до кипения.

Затем взять **100 г стеблей лука-батуна**, перемолоть на мясорубке, отжать сок и смешать со смесью молока и меда. Снова прокипятить.

Отвар немного охладить.

Принимать ежедневно утром натощак, каждый раз готовя новый отвар.

Рецепт № 56

Взять один стебель лука-батуна (толщиной с мизинец), обрезать корень, хорошо промыть в воде. В маленькую баночку положить 1-2 столовые ложки пчелиного меда.

Стебель лука обмакнуть в мед и очень медленно ввести в анус на 5-6 см. Затем вынуть, снова обмакнуть и снова очень медленно ввести.

Так необходимо проделать 2-3 раза. Приблизительно через 20 минут появятся позывы к дефекации. Если каловые массы вышли не полностью, необходимо повторить процедуру еще 2-3 раза.

БОЛЕЗНИ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ

Рецепт № 57

Взять желчь из одного желчного пузыря свиньи, вылить ее в кастрюльку, добавить 100 г пчелиного меда. Все смешать и варить на медленном огне 20 мин. Затем смесь охладить, разделить на три равные части.

Принимать три раза в день за 15 минут до еды.

Можно заготовить лекарство впрок, соблюдая указанные пропорции (хранится до 1 года).

Лечение паренхиматозной желтухи, выведение излишней жидкости

Рецепт № 58

Взять 15 г сушеных кукурузных рылец, поместить в сосуд, залить одним стаканом воды и варить на медленном огне 10 минут, затем отвар процедить.

Выпить утром вместо чая за один прием. Пить до улучшения состояния.

Лечение желтухи на фоне гепатита и увеличенной печени, очищение кишечника

Рецепт № 59

Взять **90 г** свежего несоленого свиного сала, порезать его на кусочки, поместить в сосуд и на медленном огне вытопить жир. Затем выжарки удалить, жир охладить.

Съесть за один прием во время еды вместе с овощами (свекла, капуста, кабачки).

Лечение острого и хронического гепатита и начальной стадии цирроза печени

Рецепт № 60

В сосуд с кипящей водой насыпать **50 г** арахиса, затем добавить **50 г** свежих ягод ююбы (зизифуса — китайского финика) и **50 г** сахара.

Все это варить на медленном огне 30-40 мин., затем охладить.

Принимать один раз в день перед сном. Орехи и ягоды съесть, запивая отваром. Курс лечения — один месяц.

(Прим. автора: китайский финик — зизифус — выращивают садоводы в наших краях).

Лечение водянки, очищение организма, восстановление физических и половых сил

Рецепт № 61

Взять **200 г** мяса селезня, хорошо промыть в воде, поместить в сосуд и варить на медленном огне 2-3

часа, затем добавить **200 г риса** и снова варить до готовности риса.

В полученную кашу кладут соль по вкусу, делят на две равные части.

Съедают во время приема пищи в обед и на ужин.

Лечение водянки различного происхождения

Рецепт № 62

Взять **один свиной желудок**, хорошо промыть его в воде, поместить в сосуд, залить водой, затем добавить **120 г ячменной сечки** (только ости и солома, предварительно завернув их в марлю) и **50 г бурого сахара**.

Варить на медленном огне 1 час. Затем желудок извлечь, отвар процедить, разделить все на две равные части.

Съесть за два раза, запивая отваром.

Лечение водянки живота, воспаления почек, сопровождающегося отеками, и отеков при болезнях селезенки

Рецепт № 63

Взять **один зрелый арбуз**, обрезать у него верхушку. С помощью ложки извлечь мякоть (мякоть не используется).

В полученную таким образом емкость положить **120 г очищенных зерен абрикоса** и **250 г очищенного и хорошо промытого чеснока**. Чтобы было легче очистить зерна от шкурки, их необходимо поместить на 30 секунд в кипяток; шкурка сморщится и ее потом легко снимать.

Арбуз вместе с содержимым прикрыть обрезанной

частью и обмазать со всех сторон густым глиняным раствором.

После этого его вынести на улицу и просушить на солнце. Затем арбуз обложить со всех сторон дровами и обжечь на огне.

Когда дрова сгорят и арбуз остынет, глину оббить, а то, что осталось от арбуза и содержимого, перетереть в порошок и хранить в плотно закрывающейся посуде.

Принимать 2 раза в день по 1,5 грамма порошка утром и вечером.

Во время лечения водянки живота и отеков запрещается употребление в пищу соли и арбузов.

Лечение отеков конечностей (рук и ног) при болезнях сердца, головокружениях и общем упадке сил

Рецепт № 64

Взять одну старую курицу, хорошо промыть ее в воде, удалить внутренности, снова хорошо промыть, порубить на мелкие кусочки, поместить в сосуд, залить одним литром водки и варить на медленном огне около одного часа.

Затем мясо извлечь, разделить на три равные части.

Съесть во время приема пищи за 3 раза.

Лечение отеков и водянки при хроническом воспалении почек, нейтрализация рвоты при различных заболеваниях желудка

Рецепт № 65

0,5 литра свежего коровьего молока залить в каст-

рюлю, довести до кипения, добавить 20 г сахара. Смесь охладить.

Выпить всю смесь за один прием натощак. Курс лечения — 5-7 недель.

Лечение уремии, отеков при желтухе, выведение мочи, различных ядов и токсинов

Рецепт № 66

Взять 150 г измельченной арбузной корки, поместить в сосуд, залить водой и варить на медленном огне 20-30 мин. Затем отвар охладить.

Принимать ежедневно 2 раза в день по полстакана перед едой. Курс лечения — 5-7 недель.

Лечение водянки при заболевании печени и отеков, связанных с воспалением почек

Рецепт № 67

Взять один зрелый арбуз, обрезать верхушку, удалить ложкой мякоть. Поместить во внутрь 100-200 г очищенного чеснока.

Закрывать арбуз обрезанной частью, обмазать его со всех сторон густой глиняной массой, просушить на солнце.

Затем обложить его со всех сторон дровами и поджечь. Когда дрова прогорят и арбуз остынет, глину оббить, а то, что осталось от арбуза и его содержимого, измельчить в порошок и хранить в плотно закрывающейся посуде.

Пить 2 раза в день по 3 грамма порошка (1 чайная ложка), запивая кипяченой водой.

Лечение отеков и водянок различного происхождения

Рецепт № 68

200 г конских бобов (лучше всего нового урожая) отварить до 90%-ной готовности, отделить от отвара, охладить.

Затем очистить от шкурки, поместить обратно в сосуд, добавить **200 г сахара** и снова варить до тех пор, пока бобы полностью не разварятся.

Полученную кашу разделить на две равные части.
Принимать утром и вечером во время еды.

Лечение водянки при различных заболеваниях крови (инвазия)

Рецепт № 69

3-6 г высушенных на солнце цветов персика поместить в чашку, залить крутым кипятком и настаивать 5-7 минут.

Пить утром вместо чая ежедневно.

Жаропонижающее, мочегонное средство, лечение отеков почек

Рецепт № 70

Завязь молодых кабачков (когда она уже образовалась на цветке) мелко порезать, просушить на солнце, затем измельчить в порошок. Порошок хранить в плотно закрывающейся посуде.

Принимать ежедневно по 5 г порошка, запивая его кипяченной водой. Через неделю после непрерывного приема порошка отечность полностью исчезает, моча очищается и становится прозрачной. Обычно заготавливают впрок 100 и более завязей.

Лечение отечности тела при хроническом воспалении почек

Рецепт № 71

50 г высушенных на солнце кукурузных рылец (волос) поместить в сосуд, залить тремя стаканами воды и варить на медленном огне 30-40 минут, пока не останется половина (1,5 стакана) отвара.

Затем отвар процедить, разделить на две равные части.

Пить 2 раза в день, утром и вечером, за 15 минут до еды.

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

Рецепт № 72

Взять куриный пупок, разрезать и сразу же ободрать с него внутренний толстый слой кожи (нельзя сразу вымывать содержимое желудка, в противном случае кожа будет отделяться с трудом и может легко порваться).

После этого кожу хорошо промыть в воде и просушить на солнце или в духовке при температуре не выше 40 °С.

Высушенную кожу измельчить и поджарить на медленном огне до приобретения желтого цвета, затем охладить в хорошо проветриваемом месте.

Таким образом получают называемые в Китае за большой лечебный эффект «Золотые куриные внутренности» («Цзи ней цзинь»).

Далее взять **250 г свежих корней сельдерея**, хорошо промыть в воде, измельчить, поместить в сосуд, добавить туда **10 г «Золотых куриных внутренностей»**, залить водой и варить на медленном огне 30-40 ми-

нут. Затем добавить **50 г** хорошо промытого риса и снова варить до готовности.

Полученную смесь разделить на две порции.

Съесть за два раза в течение дня (утром и вечером), приправляя ее различными овощами.

Рецепт № 73

Взять **15-25 г** камеди (смолистые выделения на ветвях косточковых деревьев) с ветвей персика, поместить в сосуд, добавить туда **30-60 г** высушенных кукурузных рылец (волос), все это залить двумя стаканами воды и варить на медленном огне 10-15 минут. Затем отвар процедить, разделить на две равные части.

Пить два раза в день за 15 минут до еды.

Рецепт № 74

Взять **500 г** зерна кукурузы, хорошо промыть в воде, поместить в сосуд и варить на медленном огне до тех пор, пока кукуруза полностью не разварится. Затем ее разделить на четыре равные части.

Есть четыре раза в день по 100 граммов.

Рецепт № 75

Поджелудочную железу свиньи, коровы или овцы хорошо промыть в воде, порезать на кусочки и высушить в духовке или над огнем. Затем ее перемолоть в порошок, поместить в бутылочку и всегда носить с собой.

Принимать по 3-5 граммов порошка (запивать водой) 3 раза в день перед едой.

Рецепт № 76

Взять **200 г** поджелудочной железы свиньи, хорошо промыть в воде, поместить в сосуд.

Добавить **30 г кукурузных рылец**, все это залить водой и варить на медленном огне 1,5-2 часа.

Затем отвар немного охладить, извлечь из него железо, процедить, все разделить на две равные части.

Съесть за 2 раза в течение дня перед основной едой, запивая отваром.

Рецепт № 77

Взять **100 г свежего корня шпината**, хорошо промыть его в воде, поместить в сосуд, добавить **15 г куриных пупков** (верхнюю кожицу), залить водой.

Варить на медленном огне 1,5-2 часа; затем отвар процедить, разделить на три порции.

Выпить за 3 раза в течение дня перед едой.

Рецепт № 78

500 г свежих листьев сельдерея хорошо промыть в воде, несколько раз встряхнуть, удаляя воду, затем измельчить и отжать сок (можно через соко-выжималку, марлю или мясорубку).

Сок залить в сосуд, довести его до кипения, затем немного охладить, разделить на две порции.

Пить 2 раза в день перед едой.

Можно вместо сока приготовить отвар из такого же количества листьев.

Листья сельдерея варить 15-20 минут, отвар процедить, разделить на две части.

Принимать 2 раза в день перед едой.

Рецепт № 79

Взять **10 г репчатого лука**, очистить его от шелухи, промыть в воде, ошпарить кипятком, измельчить, добавить **небольшое количество растительного масла**, разделить на две порции.

Съесть за 2 раза в течение дня во время еды, используя лук как приправу к основным блюдам.

БОЛЕЗНИ МОЧЕПОЛОВЫХ ОРГАНОВ

Мочегонное и жаропонижающее средство, лечение инфекционного поражения, воспаления мочевыводящего канала и мочевого пузыря с появлением крови в моче, лечение уретрита

Рецепт № 80

Взять 6 г сердцевины стебля ситника расходящегося и два сушеных плода хурмы.

Все это поместить в кастрюлю, залить водой, довести до кипения и добавить немного сахара.

Смесь кипятить 20 минут, затем процедить, хурму охладить и съесть за один прием, запивая теплым отваром.

Принимать один раз в день — утром, натощак.

Мочегонное и болеутоляющее средство, лечение заболеваний уретры и затруднительного мочеиспускания

Рецепт № 81

Взять 9-15 г корней подсолнечника однолетнего, хорошо измельчить, поместить в сосуд, залить двумя стаканами воды и капятить на медленном огне до тех пор, пока не останется один стакан отвара. Отвар процедить, разделить на две равные части.

Пить 2 раза в день — утром и вечером — перед едой.

Лечение мочеиспускательного канала при инфекции или после операций

Рецепт № 82

Один зубок чеснока очистить от кожуры, хорошо промыть в воде, раздавить в чесночнице.

Полученную кашицу отжать через марлю. 1-2 капли сока чеснока закапать в мочеиспускательный канал. Затем через 10-12 мин канал промыть мочой естественным образом.

При закапывании канала может наблюдаться небольшое раздражение слизистой канала, но эти симптомы быстро проходят.

Лечение затруднительного мочеиспускания, мочекаменной и желчнокаменной болезней, резей в уретре

Рецепт № 83

Взять один куриный пупок (верхнюю кожицу), высушить его, измельчить в порошок и выпить с теплой кипяченой водой.

Ежедневно принимать утром и вечером, каждый раз используя кожу нового куриного пупка.

Мочегонное, кровоостанавливающее, желчегонное и средство; выведение камней из желчного и мочевого пузырей

Рецепт № 84

Взять 50 г кукурузных рылец (3 ст. ложки), залить 1 стаканом кипятка, настоять.

Пить 1-2 раза в день, независимо от приема пищи.

АЛКОГОЛЬНОЕ ОТРАВЛЕНИЕ

**Нейтрализует действие алкоголя,
регулирует работу желчного пузыря,
нормализует работу сердца при
отравлении никотином и алкоголем,
устраняет запах изо рта**

Рецепт № 85

Взять произвольное количество жасминового или черного чая, поместить в сосуд, залить одним стаканом воды, довести до кипения, затем настоять 5-7 минут, процедить.

Пить очень мелкими глотками.

**Нейтрализует действие алкоголя,
препятствует опьянению**

Рецепт № 86

Взять один плод хурмы, хорошо промыть в воде, очистить ножом от кожуры и съесть хурму перед употреблением алкоголя.

Если съесть хурму после употребления алкоголя, то наступает быстрое отрезвление.

Нейтрализует алкогольное опьянение

Рецепт № 87

Взять одну крупную зрелую грушу, хорошо вымыть и съесть. Можно пить сок, выжатый из свежей груши.

Рецепт № 88

Взять 2 столовых ложки столового уксуса (6-9%), развести 1:1 водой и выпить очень мелкими глотками с небольшими интервалами времени.

Рецепт № 89

Взять произвольное количество зеленого чая, заварить, чтобы получился крепкий, насыщенный настой и выпить мелкими глотками после приема пищи.

Рецепт № 90

Взять один свежий апельсин, отжать сок и выпить или же просто съесть.

Можно так же использовать плоды всех цитрусовых.

Рецепт № 91

Взять произвольное количество свежих листьев редиса или редьки, хорошо промыть в воде. Затем измельчить их на мясорубке, отжать сок (около 1 стакана).

Выпить мелкими глотками.

Снимает сильное алкогольное отравление

Рецепт № 92

Взять 150 г свежего растения водяного ореха вместе с плодами, хорошо промыть в воде, поместить в кастрюльку, залить водой и варить на медленном огне 20-30 минут. Затем отвар охладить, процедить.

Выпить мелкими глотками. Доза на один прием.

Снимает алкогольное опьянение и рвоту

Рецепт № 93

Взять один стакан (200-250 мл) настоя чайного гриба и выпить очень мелкими глотками.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

**Сбивает жар, купирует кашель,
нормализует отхождение мокрот,
лечит легочный жар с сильным кашлем
и астматическим удушьем**

Рецепт № 94

Взять 10 г сушеных цветов люффы цилиндрической, поместить в сосуд и залить водой на 10 минут. Затем воду слить, цветы смешать с 15 г пчелиного меда, смесь разделить на 3 порции.

Принимать 3 раза в день, после каждого приема пищи. (Люффа цилиндрическая выращивается для растительной мочалки).

**Сбивает жар, нейтрализует яды,
купирует кашель, выравнивает
дыхание, расширяет просвет бронхов,
нормализует отхождение мокрот; лечит
острый бронхит с сильным удушающим
кашлем, легочным абсцессом, сухим
кашлем и гангреней легких**

Рецепт № 95

В начале осени, когда спадет жара и будет собран урожай, с одного стебля люффы цилиндрической срезают кончик и выбрасывают.

Другой конец стебля засовывают в чистую бутылку и оставляют на одни сутки. На следующий день в бутылке должно собраться небольшое количество сока растения.

Сок собирать каждый день и выпивать свежим по одной небольшой рюмке (50 мл) 1 раз в день после еды.

Укрепляет кровеносные сосуды, нормализует газообмен крови. Лечит бронхит, астму и туберкулез легких

Рецепт № 96

Взять 3 свежих перепелиных яйца, разбить, вылить в тарелку и взбить до однородной массы. Затем смесь вылить в бурно кипящую воду.

После этого воду охладить, процедить через марлю, чтобы отделить сварившуюся смесь.

Ежедневно принимать смесь за один раз во время еды. Курс лечения — 12 месяцев.

Купирует кашель, выравнивает дыхание, нормализует потоотделение, сбивает простудный жар с сильным удушающим кашлем и повышенной потливостью тела (гипергидроз)

Рецепт № 97

Взять 60 г зерен летней пшеницы, хорошо промыть, высушить, перемолоть в крупу, поместить в сосуд, залить водой, добавить туда 7 ягод зизифуса и варить на медленном огне до готовности пшеницы.

Полученную кашу остудить, разделить на две порции и съесть за два приема утром и вечером во время еды.

Укрепляет силы, стимулирует кроветворение; лечит бронхит, испуг, бессонницу и повышенную потливость

Рецепт № 98

Взять одно свиное сердце, разрезать на мелкие куски, хорошо вымыть, поместить в сосуд и варить на медленном огне 1 час. Соль добавить по вкусу.

Полученный бульон с мясом разделить на две равные порции.

Употреблять 2 раза в день во время еды вместо первого блюда.

Сбивает жар, препятствует застою крови, очищает поры. Лечит острый трахеит и астматический кашель

Рецепт № 99

Взять 500 г корнеплодов белой редьки, вымыть в воде, очистить от кожуры. Очищенную редьку перемолоть на мясорубке, отжать сок.

Ежедневно один раз в день пить свежий сок редьки.

Выводит мокроты, выравнивает дыхание. Лечение хронического бронхита и астматического кашля

Рецепт № 100

Взять 1-2 свежих апельсина, промыть в воде, разрезать на мелкие кусочки, поместить в сосуд, пересыпать солодовым сахаром (мальтозой), чтобы апельсины пустили сок, добавить 1 стакан воды и варить на медленном огне около часа до образования густого сиропа.

Ежедневно, утром и вечером, после еды принимать по 1 столовой ложке сиропа.

Купирует кашель, выводит мокроты. Лечит хронический трахеит

Рецепт № 101

Взять 5-6 корней баклажана, хорошо промыть в воде, измельчить, поместить в сосуд и варить на мед-

ленном огне до получения густого отвара. Затем добавить **небольшое количество бурого сахара** (по вкусу).

Ежедневно, 2-3 раза в день, после еды выпивать по полстакана отвара.

Один курс лечения — 10 дней. Необходимо пройти 3 курса с перерывами в 3 дня. Можно заготовить корни баклажана впрок, предварительно промыв их, удаляя остатки почвы. Затем измельчить и просушить на солнце.

Укрепляет силы, увлажняет легкие. Лечит хронический бронхит

Рецепт № 102

Взять **40 г пчелиного меда**, поместить в сосуд и разогреть его на слабом огне. Затем добавить в сосуд с медом небольшое количество воды (полстакана), довести до кипения и после этого влить **содержимое одного куриного яйца**, проварить еще 5 минут и охладить.

Ежедневно, утром и вечером, натощак съесть вареное яйцо, запивая его отваром.

Купирует кашель, выравнивает дыхание. Лечит бронхит и астматическое удушье

Рецепт № 103

Взять **2 куриных яйца**, хорошо обмыть скорлупу, поместить в сосуд, добавить туда **15 г зеленого чая** и залить **2 стаканами кипятка**. Затем все это варят на медленном огне 5 минут.

После этого яйца извлекают, очищают от скорлупы, снова помещают в отвар и снова варят на мед-

ленном огне, пока вода почти полностью не выкипит.

Яйца извлечь, охладить и есть по одному яйцу утром и вечером после еды.

Сбивает жар, выводит мокроты, выравнивает дыхание. Лечит хронический бронхит, кашель и астматическое удушье

Рецепт № 104

Взять 3 куриных желчных пузыря, вылить желчь в небольшой сосуд и выпарить на очень медленном огне всю влагу (лучше на водяной бане).

Высушенную желчь измельчить в порошок, смешать 1:1 с сахаром, разделить на две равные части.

Принимать 2 раза в день после еды, запивая теплой кипяченной водой.

Один курс лечения — 5 дней.

Если есть такая возможность, то желчь можно приготовить впрок. Высушенную желчь хранят в темной посуде в сухом прохладном месте.

Укрепляет легкие и почки, нормализует работу желудка. Лечит сильный кашель, астматическое удушье и бронхит

Рецепт № 105

Взять 10 г зерен персика (извлечь из косточек), замочить в воде на 30 минут. Затем снять кожуру с зерен.

Зерна перемолоть и смешать со 100 г предварительно сваренного риса.

Полученную кашу разделить на две порции и съесть за два приема — утром и вечером после еды.

Лечение хронического трахеита

Рецепт № 106

1-2 столовые ложки кунжутного масла, разогревают на сковородке, вбивают **два куриных яйца** и поджаривают на медленном огне.

Затем яйца слегка сбрызгивают столовым уксусом и снова поджаривают до полного испарения уксуса.

Утром и вечером после основной еды принимать по одному яйцу. Можно каждый раз готовить по одному яйцу (утром и вечером).

Рецепт № 107

Взять по **100 г семян шпината, редьки (или редиса) и баклажана**, хорошо смешать, перемолоть в порошок.

Ежедневно принимать утром и вечером после еды по 15 г порошка.

Курс лечения — 10 дней.

Рецепт № 108

Ядра грецкого ореха перемолоть на мясорубке, смешать 3:1 с сахаром.

Ежедневно, утром и вечером, съедать по 2 ст. ложки смеси после еды.

Рецепт № 109

10 головок чеснока очистить от шелухи, перемолоть на мясорубке, засыпать **100 г бурого сахара**, хорошо перемешать.

Смесь поместить в банку и долить еще **пол-стакана столового уксуса** и дать настояться 3 дня.

Затем смесь процедить, отжать жмых.

Ежедневно, 3 раза в день, принимать по пол-столо-

вой ложки настоя, запивая небольшим количеством теплой кипяченной воды.

Рецепт № 110

Пчелиный мед, сахарную патоку и предварительно отжатый сок репчатого лука взять в одинаковых весовых пропорциях, хорошо перемешать, поместить в сосуд.

Выпаривать на медленном огне до получения густой и вязкой массы.

Ежедневно, утром и вечером, после еды принимать по одной столовой ложке смеси.

ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, ОСИПЛОСТЬ ГОЛОСА

Нейтрализует яды, убивает бактерии, гонит пот; профилактика и лечение эпидемических простудных заболеваний

Рецепт № 111

Взять 250 г лука батуна и 250 г очищенных зубков чеснока, все это тщательно помыть, затем измельчить, поместить в сосуд, залить двумя литрами воды и варить на медленном огне 15-20 минут.

Пить 3 раза в день по одному стакану.

Нейтрализует яды, бактерицид, облегчает насморк и кашель

Рецепт № 112

Взять одну дольку очищенного чеснока, раздавить

ее и держать во рту. Образовавшуюся слюну необходимо сплевывать.

Чеснок держать до тех пор, пока он не утратит своего вкуса и перестанет выделяться слюна. Каждый раз используют три дольки чеснока и держат до наступления улучшения.

**Повышает потенцию, сбивает жар,
лечит простудный кашель, осиплость
голоса, тонзиллит и трахеит**

Рецепт № 113

Взять **четыре стебля (штуки) лука батуна**, тщательно помыть в воде, измельчить, поместить в кастрюлю и залить двумя стаканами воды.

Затем добавить **50 г сахара** и варить на медленном огне 15-20 минут.

После этого в горячий отвар сразу же вбить два **утиных яйца**. Все это хорошо перемешать, разделить на две порции.

Принять в течение дня за два приема (утром и вечером в горячем виде).

Во время лечения и приема отвара нельзя употреблять кислую и острую пищу.

**Сбивает жар, нейтрализует яды, лечит
эпидемические простудные
заболевания, снимает жар**

Рецепт № 114

Взять **один корень белокочанной капусты**, тщательно помыть в воде, затем порезать на пластинки, поместить в сосуд, залить одним стаканом воды и варить на медленном огне 15-20 минут.

Затем отвар процедить, добавить **темного сахара** (по вкусу), разделить отвар на две равные части.

Выпить в течение дня за два приема (утром и вечером).

Лечение осиплости голоса или его частичной утраты (увлажняет легкие и гортань)

Рецепт № 115

Взять **60 г арахиса** (вместе с шелухой), поместить в сосуд, залить кипящей водой и варить на медленном огне 30-40 мин., затем его извлечь, поместить на сковородку и слегка поджарить на медленном огне, дать остыть.

Данную порцию арахиса вместе с шелухой принять за один раз перед едой.

Лечение осиплости голоса, возникшей после перенесенной болезни

Рецепт № 116

Взять **500 г свежей свиной шкуры** (можно срезать со свежего несоленого сала), тщательно промыть ее в воде.

Затем поместить в кастрюлю, добавить соль по вкусу и варить на медленном огне до тех пор, пока она полностью не разварится. Сваренную шкуру поделить на три части.

Съесть за три раза в течение дня перед каждым приемом пищи.

Курс лечения — 20 дней.

ОМОЛОЖЕНИЕ ОРГАНИЗМА

Прежде всего омоложение организма можно определить по двум признакам:

- по состоянию нашей кожи, которая становится гладкой, эластичной и лучше снабжается кровью;
- по состоянию наших волос.

Да, именно волос! Как только в нашем организме не хватает каких-либо питательных веществ, витаминов или элементов, волосы сразу же реагируют на это — становятся тусклыми, ломкими, начинают усиленно выпадать.

Если сделать анализ волос (а такие делаются в развитых странах), то их химический состав покажет: что следует есть, чтобы не допустить болезни, оздоровить и омолодить организм.

Поэтому рецепты данного раздела учитывают все вышеуказанные условия и представляют собой среднее между диетическим (лечебным) питанием и косметикой.

В основе их лежат овощи, фрукты, злаки, органы животных — печень, почки и т.д., которые мы употребляем в пищу.

Таким образом, каждая женщина может найти у себя на кухне все необходимое для приготовления лекарства, которое может быть одновременно и едой — питательной, лечебной, омолаживающей.

Оздоровливает волосы и кожу головы, удаляет перхоть

Рецепт № 117

Взять в равных количествах поваренную (кухонную) соль и буру, все это хорошо перемешать, смочить водой до образования кашицы.

Втирать в чисто вымытую кожу головы (волосы

должны быть влажными). Через 10-15 мин голову промыть в воде.

Пользоваться рецептом каждый раз, когда моете голову, но не реже 1 раза в неделю.

Рецепт № 118

В одном литре воды развести 1,5 стакана 9%-ного уксуса и ополаскивать голову данным раствором после каждого ее мытья.

Рецепт № 119

Каждый день втирать в волосы и кожу головы свежее пиво, затем обвязывать голову полотенцем и оставлять на 15 мин. После этого хорошо промыть волосы теплой водой (30-36°C).

**Оздоровливает волосы,
восстанавливает их цвет и
эластичность, возобновляет рост волос
при облысении. Восстанавливает
работу почек и печени**

Рецепт № 120

Взять одну старую курицу, выпотрошить ее, удалить внутренности и хорошо промыть в воде. После этого курицу поместить в кастрюлю, залить водой.

Варить на медленном огне 4 часа, затем бульон немного остудить и с помощью ложки убрать с поверхности жир, поместить его в отдельную чашку.

Снова варить курицу несколько часов и снова остудить и собрать жир. Эту процедуру повторить много раз, пока курица совсем не разварится, и каждый раз нужно собирать жир.

Во время каждого приема пищи смешивать жир с овощами и рисом и кушать как второе блюдо.

**Улучшает кровообращение,
омолаживает организм,
восстанавливает цвет волос
при раннем поседении**

Рецепт № 121

Взять 500 г бурого нерафинированного сахара, поместить в сосуд, залить водой и варить на медленном огне до образования густого сиропа. Затем добавить 250 г жаренных горячих семян кунжута (для жарки нужно использовать семена черного цвета, это так называемый «черный кунжут») и 250 г измельченного жаренного грецкого ореха.

Все это хорошо перемешать и снова поставить на огонь.

Взять эмалированную посуду с широким дном, смазать ее растительным маслом и пересыпать туда горячую смесь. Когда смесь немного охладится, ее равномерно разравнять по дну сосуда в виде блина и разрезать ножом на небольшие кусочки.

Каждый день съедают по 2-3 кусочка в перерывах между едой.

**Увлажняет и оздоравливает кожу
головы. Сухие и хрупкие волосы
восстанавливаются до нормальных,
перестают выпадать и ломаться**

Рецепт № 122

Взять произвольное количество свежих семян кунжута, поместить под пресс и отжать масло.

Это масло 2 раза в день втирать в кожу головы и в волосы, оставлять на 15-20 минут. Затем вымыть голову и волосы.

**Излечивает раннее поседение волос,
устраняет ломкость и выпадение волос,
стимулирует кроветворение**

Рецепт № 123

Два куриных яйца хорошо помыть в воде, затем очень осторожно ломают скорлупу (постукивают слегка по скорлупе до образования небольших трещин, но так, чтобы не порвалась пленка яйца).

После этого аккуратно поместить их в кастрюлю, залить водой и добавить туда 30 г измельченных корней горца многоцветкового.

Варить на медленном огне 30 мин. Затем извлечь яйца, очистить их от скорлупы и снова варить 30 минут в том же отваре.

После этого отвар охладить, извлечь яйца, раствор процедить.

Сначала съесть яйца, а затем выпить отвар.

**Восстановление естественного цвета
седых волос**

Рецепт № 124

Взять произвольное количество арахиса, поджарить его на сковородке или в духовке до появления желто-коричневого цвета. Затем охладить, измельчить в порошок.

Втирать его пальцами в волосы головы.

Через 20-30 минут голову помыть, но можно оставить и на более длительное время.

Выполнять процедуру ежедневно. Через 2-3 дня начнет проявляться лечебное действие.

Лечение преждевременного посеждения волос, восстановление их изначального цвета

Рецепт № 125

Взять **50 г риса**, хорошо промыть его в воде, поместить в кастрюлю, добавить туда **25 г хорошо промытых семян кунжута**. Все это хорошо перемешать, залить водой (не солить). Варить на медленном огне до готовности риса.

Регулярно употребляют в виде гарнира во время приема пищи.

Излечивает от преждевременного посеждения, восстанавливает цвет волос, улучшает состояние кровеносных сосудов

Рецепт № 126

Произвольное количество ягод белой шелковицы положить в марлю и выдавить сок. Затем сок поместить в керамический сосуд и варить на слабом огне до тех пор, пока сок хорошо загустеет.

Сок слегка охладить, процедить через марлю, добавить к нему такое же количество пчелиного меда, все это хорошо перемешать и хранить в закрытой посуде.

Данное лекарство можно заготовить впрок и в неограниченных количествах. Поскольку мед является хорошим консервантом, то лекарство не портится очень длительное время.

Принимать по 1-2 столовые ложки один раз в день, запивая теплой кипяченной водой.

Лечение продольного расслоения волос (язык змеи). Восстанавливает и стимулирует работу почек и печени

Рецепт № 127

Взять произвольное количество семян кунжута и поджарить, постоянно перемешивая до появления стойкого аромата. Затем семена охладить, измельчить и добавить (при постоянном перемешивании) небольшое количество сахара.

Принимать два раза в день, утром и вечером, каждый раз употреблять по 20 г смеси.

Можно использовать как десерт во время завтрака и ужина.

Предотвращает образование перхоти и уменьшает зуд кожи головы

Рецепт № 128

Взять равное весовое количество лука порея и лука батуна. Все это хорошо промыть в воде, измельчить, добавить небольшое количество растительного масла.

Каждый раз употреблять как зеленый салат во время приема пищи.

**Снимает воспаление, увлажняет кожу.
Используется для лечения герпеса на
лице, угрей, обильных выделений
секреции сальными железами**

Рецепт № 129

У молодого ползучего стебля люффы цилиндрической в период буйного цветения обрезать верхнюю часть так, чтобы от корня осталась лиана длиной около 1 метра.

Обрезанную часть выбросить, а конец оставшегося на грядке стебля опустить в стеклянную банку, прикрыв ее клеенкой. Можно проделать отверстие в капроновой крышке и просунуть туда стебель.

Обязательно надо проследить за тем, чтобы стебель не касался дна банки. В таком положении банку оставить на одни сутки, прикрыв ее тканью, чтобы не попадали солнечные лучи и банка не нагревалась.

Через сутки на дне банки будет 50-100 мл (0,5 стакана) сока, который накапает с обрезанного стебля.

Сок используется наружно в виде растирки или примочки на пораженные участки кожи.

**Используется для лечения сухости и
растрескивания кожи, а также при
недостаточном насыщении
крови кислородом**

Рецепт № 130

Взять 200 г свежих плодов ююбы (зизифуса), хорошо помыть их в воде, затем поместить в сосуд, залить водой (чтобы вода на толщину пальца покрывала плоды) и варить на медленном огне 20-30 минут.

Затем отвар охладить, процедить, разделить ягоды и отвар на две равные части.

Принимать два раза в день, съедая ягоды и запивая их отваром. Курс лечения — один месяц.

**Омолаживает лицо и тело —
используется при недостатке
никотиновой кислоты, вследствие чего
появляется грубость и ороговение
кожного покрова — пеллагра**

Рецепт № 131

Взять 50 г соевых бобов, хорошо промыть их в воде, поместить в сосуд, залить водой, положить туда 50 г свиной печени и варить на медленном огне 1-2 часа. В полученный бульон добавить немного поваренной соли (по вкусу).

Есть печенку один раз в день, запивая ее бульоном, на протяжении двух недель.

**Увлажняет кожу лица, стимулирует
кровообращение, препятствует
старению кожи,
устраняет морщины и складки**

Рецепт № 132

Взять один свежий огурец, тщательно помыть его в воде, затем измельчить и отжать сок. Можно получить сок, перекрутив огурец через мясорубку или соковыжималку.

На хорошо вымытую кожу лица (мыть теплой водой), с помощью ватного тампона нанести сок.

Лицо протирать соком один раз в день.

Омолаживает и очищает лицо, предотвращает старение кожи

Рецепт № 133

Взять несколько зрелых помидор, хорошо помыть их в чистой воде, порезать на кусочки, завернуть в марлю и отжать сок, добавить к нему такое же количество пчелиного меда.

Смесь хорошо перемешать и использовать в виде растирки.

Протирать данной смесью кожу лица с помощью ватного тампона 1 раз в два дня.

В данной смеси содержатся протеин, каротин, витамины группы В, С, К, РР, редкоземельные микроэлементы, а также большое количество кальция, калия, натрия и магния. Все это благоприятно воздействует на кожу лица.

Очищает поры кожи, лечит угревую сыпь на лице

Рецепт № 134

Взять 15-30 г портулака огородного, хорошо промыть в воде, измельчить.

Поместить в сосуд и залить 1-1,5 стаканами воды и варить на медленном огне 5-10 минут.

После этого смесь немного охладить, процедить и использовать в виде теплого компресса или растирки.

Компресс делать 1-3 раза в день на 5-10 минут, каждый раз приготавливая свежий отвар.

Рецепт № 135

Взять **15 ягод ююбы (зизифуса)**, промыть в воде, залить водой и варить на медленном огне 30-40 минут.

Затем отвар немного охладить, процедить, разделить на три равные части.

Пить 3 раза в день после еды. Курс лечения — один месяц.

Рецепт № 136

Взять **порошок серы и мелкоизмельченный корень ревеня** в одинаковых пропорциях, хорошо перемешать, добавить воды до получения кашицы.

Использовать в виде маски на лицо или растирки 1-2 раза в день.

Удаление желто-бурых пятен на коже лица

Рецепт № 137

Каждый день на чисто вымытую кожу утром и вечером на пятно нанести 1-2 капли масляного раствора витамина Е и втирать в кожу в течение 10 мин.

Отбеливание загорелого лица

Рецепт № 138

Со **средней тыквы** снять кожуру и нарезать плод на мелкие кусочки. Залить их **250 г воды** и **375 г водки**, вскипятить, жидкость слить.

Перед сном из вываренной мякоти тыквы сделать маску на лицо, утром смыть.

Через некоторое время лицо от этого станет светлым и чистым, как драгоценный камень.

Шелушение кожи рук

Рецепт № 139

Водный раствор витамина С (1 таблетка на 3 мл воды) нанести на кисти рук, хорошо растереть, подождать пока руки высохнут и появится белый налет на коже. После этого руки сполоснуть холодной водой.

Данную процедуру проделывать один раз в день, каждый раз приготавливая свежий раствор.

Рецепт № 140

Взять несколько очищенных зубков чеснока, раздавить с помощью чесночницы в кашу.

Использовать в виде растирки, нанося на кожу на 5-10 минут 2 раза в день, утром и вечером. Затем хорошо помыть руки с мылом в холодной воде до исчезновения запаха.

Рецепт № 141

Взять 40 г измельченного корня солодки, поместить в бутылку, залить 100 мл 95%-ного питьевого спирта и настаивать 36 часов. Затем смесь отжать.

Использовать в качестве растирки 3 раза в день.

Можно приготовить и большее количество настойки, сохраняя указанные пропорции.

Трещины кожи

Рецепт № 142

Два раза в день смазывать трещины мазью, полученной из яичного желтка.

Рецепт № 143

Взять 30 г мелкоизмельченного корня солодки и 30 мл кунжутного масла. Все это хорошо перемешать и настаивать в теплом месте 24 часа.

Затем масло отжать и смазать им трещины 1-2 раза в день.

Рецепт № 144

Если трещины кожи находятся на руках или ногах, то их нужно сначала распарить в горячей воде, а затем **смазать пораженные участки пчелиным медом**. Данный метод применять два раза в день — утром и вечером.

Выведение бородавок

Рецепт № 145

Взять маленький кусочек свежего, несоленого свиного сала, приложить к бородавке и перебинтовать. Повязку с салом менять через каждые 2-3 дня, до полного исчезновения бородавки.

Рецепт № 146

Свежую траву портулака огородного измельчить в кашицу, отжать сок и **смазывать им бородавку один раз в день**.

Рецепт № 147

Смазывать бородавки 2-3 раза в день свежим соком чистотела или кашицей из свежесвыдавленного чеснока.

Выведение мозолей

Рецепт № 148

Взять одно куриное яйцо. Сварить вкрутую (5-10 минут), затем немного охладить, очистить яйцо, извлечь желток, поместить его в чайное ситечко и закрепить на чашке так, чтобы оно не касалось ее дна. Затем чашку с ситечком поставить в хорошо ра-

зогретую духовку на 5-10 минут. На дне чашки должна быть маслянистая жидкость желтовато-золотистого цвета.

Желток выбрасывают, а жидкость используют в качестве мази, один раз в день смазывая мозоль.

Сильный запах пота из подмышечной ямы

Рецепт № 149

Взять произвольное количество ядер грецкого ореха, поместить их под пресс и отжать масло.

Смазывать маслом подмышечные ямы 2 раза в день.

Рецепт № 150

В 100 г 9%-ного уксуса добавить 3 г гашеной извести, хорошо перемешать.

Данную смесь используют в виде растирки 2 раза в день, утром и вечером.

Литература

Jia ting shi liao shou ce. Лечебное питание в домашних условиях. — Тяньцзинь, 1988. — 517 с.

Pian fang da chuan. Сборник рецептов. — Пекин, 1987. — 675 с.

Pian fang zhi xiao bing. Сборник рецептов лечения легких заболеваний. — Далянь, 1995. — 178 с.

Wang Hao Gu. Tang ye ben cao. Приготовление отваров из трав. Династия юань 1279-1368 гг. Репринтное издание. — Пекин, 1987. — 199 с.

Zhong yi gu men zhi yao. Основы китайской медицины. — Шаньси, 1987. — 518 с.

Zhong yi zang qi shi liao xue. Приготовление лекарственных препаратов из внутренних органов животных. — Ухань, 1995. — 317 с.

Содержание

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИГОТОВЛЕНИЮ И ПРИЕМУ ЛЕКАРСТВ КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ	5
ЗАБОЛЕВАНИЯ КРОВЕНОСНЫХ СОСУДОВ	7
ПОВЫШЕННОЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ, ПРЕДИНСУЛЬТНОЕ СОСТОЯНИЕ, ИНСУЛЬТ	10
ЗАБОЛЕВАНИЯ КРОВИ	17
РАКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	21
ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	23
ЛЕЧЕНИЕ ЗАПОРОВ	26
БОЛЕЗНИ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ	27
САХАРНЫЙ ДИАБЕТ	33
БОЛЕЗНИ МОЧЕПОЛОВЫХ ОРГАНОВ	36
АЛКОГОЛЬНОЕ ОТРАВЛЕНИЕ	38
ЗАБОЛЕВАНИЯ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ	40
ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, ОСИПЛОСТЬ ГОЛОСА	47
ОМОЛОЖЕНИЕ ОРГАНИЗМА	49

**Науково-популярне видання
ШАНЬЮ Лі**

150 рецептів китайської медицини
по лікуванню раку, гемофілії, діабету, гіпертонії, хвороб
серця, печінки, нирок, шлунка

Переклад з китайської мови О.Л. Яшнова

Редактор Є.П. Комрат.

Технічний редактор В.Г. Хохлов

Комп'ютерна верстка Ю.М. Мікіч

Коректор Г.П. Іванов

Здано на виробництво 07.09.98. Підписано до друку 07.09.98.

Формат 84x108^{1/32}. Друк офсетний. Папір газетний.

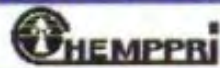
Умовн. друк. арк. 2,0.

Тираж 10000 прим. Замовлення №8-9213.

Друкарня видавництва "Зоря"
м. Дніпропетровськ, вул. Журналістів, 7

ПРИДНЕПРОВСКИЙ ХИМИЧЕСКИЙ ЗАВОД

(05692) 325-47; 332-81



ЭТО:

- ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА ОТ ШЛАКОВ, ВЫВЕДЕНИЕ ТОКСИНОВ И ЯДОВ АДСОРБЕНТАМИ;
- ОЧИЩЕНИЕ ВОДЫ СПЕЦИАЛЬНЫМИ СМОЛАМИ;
- СВЕТ И ТЕПЛО В ДОМЕ;
- ЭКОЛОГИЧЕСКИ ЧИСТЫЕ УДОБРЕНИЯ, А ЭТО ЗНАЧИТ - ЭКОЛОГИЧЕСКИ ЧИСТЫЕ ОВОЩИ И ФРУКТЫ.

