

Как я вылечил болезни зубов и полости рта. Уникальные советы, оригинальные методики

Составители: П. В. Аркадьев, И. А. Москаленко, Н. А. Кирова



Издательство: Крылов, 2008 г.

ISBN 978-5-9717-0635-9

От издателя

Эта книга составлена тремя врачами – терапевтом и хирургом, составителями первой книги серии «Как я вылечил...», и офтальмологом. В нее вошли письма, авторы которых делятся своими историями выздоровления методами народной медицины. Наверняка кому-то покажется странным, отчего врачи, представители официальной медицины, взялись за такую работу – собирать отзывы об альтернативном лечении, изучать и публиковать их в целой серии книг. И действительно: для нашего века действительно немного странно, что эти люди – настоящие энтузиасты своего дела. На протяжении всей своей жизни свято храня клятву Гиппократата, они полностью посвятили себя тому, что стало целью и смыслом их существования. Человеческая жизнь для них – самое бесценное сокровище и здоровье – самый дорогой дар. В работе с пациентами для этих подвижников самое главное – добиться цели, вернуть человеку утраченное здоровье. Какими методами это достигается, традиционными или народными, – второстепенный вопрос. Оставим его тому, кто ставит принцип выше результата. Рабочий стаж каждого из авторов этой книги – 25, 29 и 15 лет. За такое продолжительное время они получили несчетное число отзывов от своих пациентов. Со временем возникла идея собрать все эти письма и издать их в помощь людям, которые по тем или иным причинам лечат себя своими собственными силами.

Составители первой книги обратились к своим коллегам с просьбой пересылать им письма и других пациентов. На просьбу с готовностью откликнулись московские, петербургские, новгородские, самарские врачи различных специальностей, доктора из Воронежа, Костромы, Волгограда, Красноярска, Новосибирска. В этих письмах – истории выздоровления, примеры удачного использования самых разных методов, рассказы о борьбе с недугами, и – картина простых человеческих жизней.

Письма здоровья

Тещино снадобье

На праздники приехал с женой и детишками к теще с тестем в деревню. Мы, конечно, с тестем напраздновались так, что с утра еле-еле встал, да еще, чувствую, зуб разболелся. Он меня уже давно мучил, да все некогда было к врачу сходить. Честно говоря, не люблю я этих зубодеров, хоть и говорят, что сейчас не то, что в советские времена, все сделают без боли, но ведь и денег сдерут. В общем, терпел которую уже неделю. Но в тот момент я не о зубе больше думал, а чем бы похмелиться.

У тещи все хорошо припрятано, с собаками не найдешь, ну, я в шкафчике порылся, смотрю бутылек с желтоватой жидкостью, на вид вроде самогонка. Открыл, понюхал, спиртом пахло. Ну, думаю, вот мое спасение. Хлебнул пару раз, а вкус какой-то не такой, цветами, что ли, отдает, или травами. Тут меня теща и застучала. Что ж ты, говорит, ирод, делаешь, это же лекарственная настойка, из календулы. А самое главное, зубную боль как рукой сняло. Теща посмеялась, говорит, это же верное народное средство. Только не пить ее надо, а полоскать и водой теплой разводить. Я потом жене сказал, чтобы нам с собой взяла, будем и дома пользоваться.

Иван Степанович Баранов

Пострадала от небрежности врача

Месяца два назад обратилась к стоматологу с простой, казалось бы, проблемой. Мне 62, здоровье, конечно, далеко от идеального, и в первую очередь беспокоят зубы. Передний нижний зуб у меня расшатался, и по совету врача я согласилась на его удаление. К моему удивлению, операция затянулась. Вместо мгновенного рывка хирург буквально начал копать у меня во рту. Когда наконец я вылезла из кресла с кровавой ватой в руках, ощущение было, точно мне всю десну разворотили. Врач заверял меня, что все прошло удачно, но я нисколько не удивилась, когда через пару дней начала ощущать боли в месте удаленного зуба! Кроме того, у меня поднялась температура, изо рта шел запах гниения. Сначала я даже не хотела идти к врачу, настолько они потеряли в моих глазах всякое доверие. Сама боролась с запахом изо рта народными средствами, но это давало только временный эффект. Оказалось, что у меня развился альвеолит, так как в лунке остались кусочки зуба!

На повторной операции хирург удалил оставшиеся осколки зуба, но даже после этого оставалось неприятное ощущение во рту. Тогда подруга посоветовала проводить санацию ротовой полости с помощью урины. Меня не надо было долго уговаривать. После неудач с профессиональными зубными «лекарями» я готова была попробовать все что угодно. Оказалось, что метод этот очень простой, а эффект заметила почти сразу. Рот полоскала по утрам свежей уриной минуты две. Затем решила заодно укреплять зубную эмаль, чтобы больше уже к врачам не обращаться. Для этого увеличила время полоскания до получаса. А подруга моя даже чистит зубы не зубной пастой, а уриной.

Марина Владимировна Журко

Помогло льняное семя

В кои-то веки выбрался с мужиками на рыбалку, и тут на тебе – разнылся зуб, да так, что на месте усидеть не мог. Мужики начали советы давать, да только лекарств с собой никто не прихватил: ни но-шпы, ни аспирина. Что делать, куда за помощью кинуться? Я удочки покидал, хожу по лесу как медведь-шатун. А рядом в лесу оказалась избушка лесника, лесник – мужик грамотный, тут же подручными средствами мне помог. Рассказал мне, что, мол, быстро снять боль может льняное семя. Я-то про это не первый раз слышал, знал, что оно при запорах помогает да еще при ячмене. Но с лесником спорить не стал, мне уже все равно было, боль адская, аж слезы из глаз. Лесник семечки на сковородке немного нагрел, в тряпочку завернул и велел приложить к щеке там, где болит. Не знаю уж, тепло или само это семя, а может, все вместе помогло, только боль скоро прошла. А как в город вернулся, пошел к врачу, оказалось пульпит.

Семен Петрович Звягин

Привез рецепт из экспедиции

Еще в молодости, когда я только начинал заниматься фольклором, мы часто ездили летом от кафедры по деревням собирать материал. Добирались на попутках до самых дальних заброшенных уголков, находили там древних стариков да старух, выспрашивали у них все, что они могли рассказать. Вообще-то, рецепты всякой там народной медицины – это не наш профиль, но очень старичку хотелось с нами поделиться. Это, как теперь говорят, было их семейное ноу-хау: секрет лечения зубной боли передавался из поколения в поколение. Собирали и сушили цветущую кошачью лапку, измельчали наподобие табака, а самокрутку давали больному. И вот такое «курево» действительно помогало! Правда, не с одной затяжки, но уж если несколько дней покурить, то было гарантировано полное исцеление. Тот же старичок подарил мне мешочек этой чудодейственной травы. Я, чтобы не обижать пожилого человека, конечно, не стал отказываться от подарка, но в глубине души не очень-то верил в эти рассказы. Но нужда придет, любое лекарство попробуешь.

Вот и меня прижало: серди ночи в выходной задергало зуб. Я не сразу вспомнил про необычный рецепт, где там, метался по квартире, глотая все таблетки подряд. Но потом все же рискнул попробовать старичково средство. Уже сам запах меня сразу успокоил. Как только успокоились нервы, боль словно уменьшилась вдвое. А дальше произошло какое-то чудо: зубная боль вовсе исчезла. Я вот даже думаю: может, надо было старичку посоветовать патент на это дело оформить?

Леонид Матвеевич Карпин

Научилась акупунктуре

На пенсии увлеклась нетрадиционными методами лечения. Благо болячек накопилось порядочно, а денег ходить по врачам – нет. Особенно меня заинтересовала теория акупунктурных точек. Массаж этих точек помогает вылечивать самые разнообразные заболевания. Когда я еще только начала обучаться акупунктуре, я с подругами поехала в лес за клюквой. Добирались до места мы на машине, а потом забрели еще дальше от жилых мест. Так что когда одну из моих подруг вдруг скрутила боль в зубе, помощи было ждать неоткуда. Да и аптечку мы взять не догадались. Тут уж я вспомнила все свои знания, надо же было помочь подруге. И мне пришло в голову, что есть такая точка, которую если нажать, то боль сразу утихает. Она на лице, во впадинке между носом и губами, найти нетрудно. Подруга, правда, сопротивлялась, не верила, что это может помочь, – слишком простой способ. Но он же оказался самым действенным. Вот так я оказала первую медицинскую помощь на болоте.

Людмила Сергеевна Кочеткова

Целебная сила бузины

Всю жизнь прожила на Крайнем Севере. Здоровье мое было чуть не с рождения подорвано нехваткой витаминов, плохим питанием. С зубами вообще сплошная морока была. А тут еще развился гингивит – воспаление слизистой оболочки десны, если по науке говорить. Тяжелое это заболевание, десны кровят, зудят так, что невозможно ни есть, ни пить. А запах при этом какой! А у меня работа с людьми, на почте, что же мне, в повязке ходить постоянно?! Пошла к стоматологу, тот объяснил, что болезнь развилась от зубных камней. Он их удалил, но посоветовал для полного снятия симптомов полоскать рот горячим настоем бузины (красной или сибирской). Настой «уберет» воспаление, сказал врач, это народный рецепт. А дома рассказала об этом совете маме, она вспомнила, что у них в деревне «переносили» болезнь на куст бузины, обвязав ствол нитками с одежды больного. Но и без всяких заговоров настой оказал свое действие.

Клавдия Петровна Макеева

Воспользовался ломтиком сала

Я врачей не люблю, особенно стоматологов. Вечно обещают, что все будет безболезненно, а потом сидишь, как дурак, и корчишься несколько часов в кресле с

разинутым ртом. Не по мне это. Поэтому зубы подзапустил. Оказался на Новый год в гостях у друзей, и посреди застолья заломило зубы. Я вмиг протрезвел, думаю, не дотяну до утра, да и вообще, кто же первого января работает, кто меня лечить будет?! В общем, был в панике. Хорошо, там же была девушка, которая в медицинском училась.

Посоветовала народное средство: ломтик сала. За «лекарством» далеко идти не пришлось. Отрезали тоненький кусочек, соль смыли, положили между десной и щекой. Через полчаса уже все прошло. Никогда бы не поверил, что такой совет сработает. А девушка меня уговорила бежать как можно быстрее к врачу. А с моей «спасительницей» мы поженились.

Кирилл Шилов

Лекарство из Сибири

В юности с комсомольским активом оказался на стройках Благовещенска. Занесло меня на другой край света, в Сибирь, рядом граница с Китаем. А рядом живут в глухих деревнях сектанты-молоканы. Мы к ним особо не совалялись, боязно было, вроде и русские люди, а кто их знает, живут по-особому. Да и не пристало комсомольцам с такими элементами якшаться. Слухи ходили разные, но столкнулся с ними только раз. И то сказать, они мне очень помогли. Дело было зимой, морозы сильные, до 50 градусов минус. А жили мы не в городе, а в бараках в рабочем поселке. Был, конечно, фельдшер, самые простейшие таблетки да вата с бинтами. И уж, конечно, никаких зубных врачей. А у меня, как назло, то ли от мороза, то ли еще от чего зубы стало сводить.

Когда терпеть не было уже мочи, я встал на лыжи и двинул в сторону города. Может, это был не самый разумный поступок, но тогда мне казалось, что другого выхода нет. Мучения были невыносимыми. На лыжах я ходил хорошо, но на местности ориентировался с трудом, к тому же мешала усиливающаяся боль. В общем, накрутил я кругов, заплутал и обрадовался, когда наконец увидел огни деревни. Я сразу понял, что город остался где-то в стороне. Постучался в первую же избу. Хозяева открыли, хотя и спали уже. Мне повезло, я попал к местной знахарке. Приговаривая какие-то странные слова, она намазала мне запястье чесноком. Потом сверху наложила чистую тряпицу, а поверх нее еще растолченный чеснок и туго замотала. Из ее невнятных объяснений я понял, что если боль ощущается слева, то надо обматывать правую руку, и наоборот. Облегчение наступило в течение полчаса. Хоть я и не боялся (чего страшного в чесноке?), но сомнения были. Но средство оказалось верное. А у молокан все так зубную боль лечат. И к докторам вовсе не ходят.

Михаил Геннадьевич Борисов

И от яда бывает польза

Как на пенсию вышла, переехала жить в деревню. У меня там дом от родственников матери остался. Пока молодая была, нечасто там показывалась, а к старости что-то потянуло. Жизнь там простая, все друг друга знают, все помогают. А иначе не выжить. Здоровье меня особо не беспокоило, всю жизнь я пахала, как лошадь, но, казалось, организму износа не будет. А вот прихватила хворь внезапно, когда и не ждала. Летом в одну неделю был сильный ветер, с крыши сорвало местами шифер, так что пришлось мне, хоть и годы уже не те, брать лестницу и лезть на верхотуру. Я сначала хотела только посмотреть, чтобы уже дальше решать, как с бедой справляться. Но деревянная лестница не выдержала, я повалилась вниз, да еще и головой приложилась об камень. Когда пришла в себя, то поняла, что все гораздо хуже и я не могу языком пошевелить. Причем в прямом смысле! Язык будто свело, я только рот открывала как рыба, а сказать ничего не могу. Такой страх меня взял! Кинулась к соседке, та была известная в деревне травница. С трудом на пальцах ей рассказала, что произошло, та подумала и говорит, мол, у тебя паралич языка. Есть одно средство, но оно очень ядовитое. С ним надо осторожно, если не боишься, дам настойку, или тогда в райцентр езжай, к доктору. Я только рукой махнула, мол, давай лечи, чего уж там. У нее уже была настояна на спирту кора волчегодника, так она мне в чайную ложку с теплой водой пару капель капнула, сказала прополоскать и потом еще десять минут держать во рту, а потом сразу выплюнуть. Видно, в этом яде вся польза и заключается, и мне он помог, а я уж думала, немой на всю жизнь останусь.

Раиса Георгиевна Паршина

Укрепила зубную эмаль

Еще в молодости стоматолог поставил мне диагноз: гипоплазия эмали зубов. Проще говоря, я уже родилась с недоразвитой зубной эмалью. Врач предположил, что моя мать, скорее всего, переболела во время беременности ОРВИ или гриппом, и не ошибся. Мама действительно перенесла перед самыми родами тяжелую ангину. Видимо, следствием этого и стало мое заболевание. Как ни странно, это обычное дело и встречается совсем не редко. Половина населения живет с этим и не знает, почему у них зубы так быстро портятся, хотя и ухаживают за ними по всем правилам. Тогда врач назначил мне минеральный комплекс, чтобы восстановить состав зубов, но лечение оказалось не по карману. Уже спустя годы узнала, что есть простой и бесплатный метод укрепления эмали зубов – урилотерапия. Прочитав соответствующую литературу, я приступила с началом

новых лунных суток к полосканиям. Употребляла поначалу свежую урину, но потом перешла на упаренную, так как ее эффект показался мне более выраженным. Конечно, трудно заметить улучшение невооруженным глазом, но посещение врача подтвердило, что прогресс есть. Продолжаю каждое утро полоскать ротовую полость по полчаса. Исчезли болезненные реакции на холодное и горячее. Надеюсь как можно дольше сохранять свои зубы здоровыми.

Елена Аркадьевна Семенчук

Комнатное растение против стоматита

В своем уже отнюдь не юном возрасте перенесла воспаление легких. Не успела поправиться, как по лицу пошла сыпь. Врач объяснила, что на фоне снижения иммунитета развился афтозный стоматит. Воспалилась слизистая ротовой полости. Я так поняла, что лечиться надо как можно скорее, потому что заболевание это запросто перерастает в хроническое, и потом вылезает при каждой простуде. А ведь каждая такая «язвочка», которую стоматологи называют «афта», заживает не меньше двадцати дней! Я вообще склонный к простудам человек, от любого сквозняка начинаю чихать и сопливиться. Такая перспектива меня, честно говоря, напугала. Хорошо еще, что болезнь диагностировали сразу, а то ведь это коварное заболевание. Но врач меня успокоила, сказала, что при своевременном лечении можно задавить болячку в корне. Выписала мне антисептики, а когда я пожаловалась, что на мою пенсию особо по аптекам не находишься, посоветовала воспользоваться простым алоэ, которое, кстати, у меня на окне растет. Я последовала ее совету. Дома отрезала небольшой кусочек листа алоэ, разрешила пополам, а мякотью смазывала десны три раза в день. Уже на следующее утро почувствовала облегчение. Конечно, я совмещала прописанные лекарства с народными. По-моему, я вылечилась даже быстрее, чем ожидала моя врачиха. Теперь вот еще укрепляю иммунитет ротовой полости: делаю полоскания упаренной уриной. Это меня знакомая научила, она уже не первый год так здоровье укрепляет.

Ольга Павловна Горбаченко

Нетрадиционное средство

Почему-то считается, что у молодых пародонтоза не бывает. Мол, это болезнь стариков, когда десны слабеют, а зубы от одного укуса вылетают. Я тоже так раньше думал. А вот стукнуло мне 28, что-то стало мне как-то неудобно есть. Раз куснул яблоко, чувствую – зуб-то шатается. Причем передний! В общем, не готов я был к тому, что стоматолог мне в

карточке пропишет черным по белому диагноз «пародонтоз». Ребятам стыдно было признаться, думал, будут надо мной прикалываться. У нас на асфальто-бетонном заводе парни простые, работяги. Что они в этом понимают, думаю. Но вот пожаловался однажды дядьке одному, у него-то таких проблем, видно, не было, зубы как у молодого, а самому уже за 50, а он говорит, что ж ты, на таком производстве работаешь, а положением своим не пользуешься? Ну, думаю, вот люди, лишь бы поиздеваться над больным человеком. А он мне объяснил, что есть одно хорошее средство, помогает стопроцентно, только, конечно, на вкус гадость. Ну, это, говорю, как все лекарства, а я готов что угодно попробовать. А он говорит, надо взять шарик битума и жевать по несколько часов в день. Я, честно, уже хотел ему двинуть за такие шутки, но он на полном серьезе продолжал меня убеждать. А, думаю, чем черт не шутит, почему не попытаться.

Гадость, ясно, редкостная, если бы не нужда, ни за что бы в рот не взял. Я потом узнал, что можно было тот же фокус со смолой делать, но, как ни смешно, у нас проще битум достать, чем смолу. Я врачу потом про свои эксперименты рассказал, думал, отругает, а он согласился, мол, есть в этом свой резон. Пародонтоз, он ведь отчего? От того, что камни на зубах образуются, а такое жевание их с зубов убирает, да и десны укрепляются. Так что совет полезным оказался. Хотя лучше бы я на лесозаготовках работал, смола уж куда на вкус приятнее.

Максим Арсентьев

Профилактика при кариесе

У меня очень распространенное заболевание зубов. Все же страдают от кариеса. Перекусы на работе, чаек со сладким погонять, где тут зубы здоровыми сохранить. А у меня к тому же при чистке зубов стала идти кровь, запах изо рта был невыносимым. Но я такой человек, если уж что-то заболело, пойду на все, но с болезнью справлюсь. Для начала я заменила зубную пасту на сухое молоко. И убила сразу двух зайцев: и кровотечение прекратилось, и от меня больше не воняло, как из мусорного бачка. А когда я дошла до стоматолога, тот меня еще и похвалил за такие преобразования, потому что, оказывается, если пользоваться при чистке сухим молоком, замедляется образование зубного камня. Странно, что все люди до сих пор не перешли на такой способ ухода за зубами.

Наталья Свердлова

Лечение металлом

А у меня есть испытанный метод борьбы с флюсом. Еще в детстве меня мамка так лечила. Росли в деревне при керосиновой лампе, и не поверишь теперь, что в 60-е у нас не то что телевизора, даже электричества долго не было. Так что все мудростью да смекалкой народной. А делала мамка так: наливала кастрюльку жидкого липового меда (чуть-чуть, на самое доньшко), потом нагревала в печке докрасна старый заржавленный гвоздь. Как только он накалялся, клала его в кастрюльку. С него как будто ржа сходила. Вот этой-то ржой она нам флюс и намазывала. Ложишься спать намазанный с флюсом, а утром, глядишь, уже нарыв прорвало. Я и сейчас средства вернее не знаю. Хотя мои внуки и смеются надо мной. У них теперь, слава богу, любые лекарства под рукой. А я и своими силами обойдусь.

Сергей Матвеевич Прокопов

Помогли пиявки

На старости лет заболели зубы. Всю жизнь я на них не нарадовалась, у всех мучение, а у меня как на подбор. Но вот и мне досталось. Жую – больно, чищу зубы – опять больно, кровью сплевываю. Как я и думала, врач подтвердил пародонтоз. Еще немного, и без зубов останусь, так и сказал. Я испугалась, конечно, начала уже думать, откуда денег взять, у кого занять, ведь лечение в клинике пенсионеру в копеечку влетит. Богатств особых не накопила, а вот житейской мудростью не обделена. Стала с подругами советоваться. Есть у меня одна знакомая, она пару лет назад попробовала пиявками лечиться, теперь только и разговоров, что про гирудотерапию. И то она вылечивает, и это. Я у нее спросила: а пародонтоз, случайно, не лечат пиявками? И она на полном серьезе мне отвечает, что лечат. Ставят пиявок на десну, пара сеансов – и порядок. Долго она меня уговаривала. Все-таки непривычно такими средствами пользоваться. И скажу я вам, довольно болезненно это. Я сходила в клинику, мне там все по науке объяснили, как пиявки действуют, что все проверено и ничего страшного не будет. Наметили точки на десне, остальное ваткой прикрыли. Потом пару пиявок поставили на точки, прямо в капсулах. Так что все было стерильно. Неприятно было, когда они присасывались. Но терпеть можно. Тем более что польза от них налицо.

Светлана Витальевна Малашина

Применяла компрессы урины

Я уже несколько лет как верный последователь уринотерапии. На своем опыте убедилась, что нет такой болезни, которую нельзя было бы вылечить правильным использованием урины. Вот хотя бы простой пример, как я сама себе флюс вылечила. Надуло мне левую щеку, чуть не с воздушный шарик. Но я голову не потеряла, хотя и больно было очень. Сообразила, что надо греть щеку, да еще стала делать компрессы упаренной до четверти уриной. Некоторые делают со свежей мочой, но я делала и так, и эдак и пришла для себя к выводу, что упаренная моча эффективнее помогает. По несколько раз в день компресс с грелкой прикладывала, только на ночь делала перерыв. Через неделю опухоль рассосалась! Какие еще нужны доказательства? Я здорова и могу сама себя вылечить, так сказать, ресурсами своего же организма. Спасибо тем, кто научил, подсказал, как нам, пенсионерам, на этом свете выжить.

Анастасия Кондратьевна Меркулова

Глинолечение при кисте десны

Вот как не повезло: прямо во время праздничного застолья зуб словно пронзило болью. Весь хмель с меня слетел, на следующее же утро побежал к врачу, еле ночь перетерпел, таблеток наглотался. Оказалась киста десны. Предложили операцию, а я только недавно из больницы вышел, с желудком мучился, так мне его больше половины удалили. Так что к операции я был не готов ни морально, ни материально. С кистой человек может всю жизнь прожить и не знать, что она у него имеется. А потом вот так случайно, как у меня, болячка наружу вылезает. Но раз уж обнаружилась, лечить-то как-то надо. И тут на помощь пришла нетрадиционная медицина. У меня дочка занимается глинолечением, правда, до зубов она не добралась, но как только узнала про мою напасть, сразу же перерыла все источники, со знающими людьми посоветовалась и нашла-таки и для меня решение проблемы. Она выяснила, что можно прикладывать к кисте тампоны, смоченные в глине. Сразу же привезла мне глины из своих запасов, и мы начали лечение. Тампон густо смазывали глиной, накладывали вечером и оставляли до утра. Сначала тяжело было уснуть, но скоро привык, а через месяц киста рассосалась напрочь.

Константин Васильевич Яковлев

Подручное средство

Я – музейный работник. В нашем краеведческом музее проработала больше двадцати лет. Вожу экскурсии, работа с людьми ко многому обязывает. Нужно быть приветливым, опрятно выглядеть. А у меня как раз накануне каникул, когда школьников чаще всего

приводят посмотреть выставку, такой флюс вскочил. Не знала, как я в таком виде на работу выходить буду. Слава богу, вспомнила, как наша соседка еще во времена моего детства, когда все лекарства были в дефиците, лечила флюс у своих детей. Она брала по чайной ложке соли, черного молотого перца, сахара и одну столовую ложку уксуса. Всю эту смесь она нагревала и прикладывала к больному зубу.

Все ингредиенты были у меня под рукой, я решила попробовать. Тем более что приготовить смесь не составило труда. Сначала немного жгло, хотя это и отвлекло меня от больного зуба. Постепенно опухоль начала спадать. Я и не надеялась на следующий день приступить к своим обязанностям, но продолжала прикладывать смесь к больному зубу. К утру флюса на щеке было практически не заметно, а боль окончательно прошла. Я спокойно проработала весь день, а вечером продолжала лечение. На третий день проблема была решена. Народные средства – самые действенные. Все-таки недаром в критической ситуации обращаешься именно к ним.

Екатерина Дмитриевна Зенчук

Небесполезное хобби

На юбилей получил от детей и внуков подарок: они предложили оплатить мне лечение в стоматологической клинике, благо я собрался наконец поставить зубные протезы. Я подошел к делу серьезно, клинику выбрал не абы какую, а с репутацией. И был доволен результатом, когда протезы оказались на месте. Однако примерно через полмесяца не только я, но и мои домашние стали замечать, что у меня изо рта дурно пахнет. Сам я чувствовал какой-то дискомфорт, но не мог понять, в чем же дело. Пошел на осмотр к специалисту. К моему ужасу, оказалось, что из-за неплотно пригнанного протеза на одном зубе у меня развился гингивит. Сильный зуд в десне мешал не то что жевать, а просто спокойно жить и спать по ночам. Во рту образовались язвочки, из-за которых и шел мерзкий гнилостный запах.

Особенно меня напугали рассказы врача о том, что при запущенной хронической форме этого заболевания больные ткани десны разрастаются до того, что полностью закрывают зубную коронку. Представляете, в каком шоковом состоянии я вышел из клиники. Конечно, стоматолог был обязан исправить собственную ошибку, но болезнь-то при этом никуда не девалась. Язвочки стал обрабатывать по назначению врача раствором марганцовокислого калия. Кровотечение практически прошло, хотя запах еще оставался.

Я люблю почитать литературу о методиках оздоровления и собрал уже неплохую библиотечку. Там же нашлась и книга об уринотерапии. В том, что моча обладает целебными свойствами я не сомневался. Не зря же люди с давних времен пользовались ею в лечении самых разнообразных болезней. Осталось только изучить методику и применить к конкретному заболеванию. В моем случае лечебное воздействие оказало полоскание утренней мочой. Улучшилось и состояние ротовой полости в целом. Мне удалось справиться с болезнью, вызванной небрежностью врача. Я не держу зла, у каждого могут случаться ошибки. К счастью, мое хобби помогло мне в трудную минуту.

Павел Александрович Белевицкий

Охотничья смекалка

Эта история из моего детства. Мы с отцом часто ездили на заимку к знакомому егерю. Отец охотился на кабана, лосей, лисицу, зайца. Я был еще мал, и с собой меня брали редко, особенно если надо было сидеть часами в засаде на дереве, выжидая, пока появится кабан. Но мне все равно было интересно, даже и сама заимка была как музей с чучелами, шкурами, рогами. Однажды с охоты егерь приволок еле живого от страха отца. Кабан атаковал дерево, на котором они засели. Отец свалился, вышиб себе зуб. Но больше, конечно, перепугался. Выстрелами удалось отпугнуть зверя. И уже к вечеру мы со смехом вспоминали этот случай. Но на следующий день у отца разболелась лунка выпавшего зуба, да так, что ни о какой охоте не могло идти и речи. Но егерь был человек бывалый и смекалистый. Он почистил и растолок головку чеснока и смешал его с порохом. Эту смесь дал отцу приложить на больное место. Действие такого «лекарства» оказалось незамедлительным. Я был потрясен, также как и мой отец, составом и эффективностью такой «взрывной» примочки.

Валентин Прокопьевич Медведев

Преданья старины глубокой

В своей научной работе я часто имею дело со старинными рукописями и летописями. Многие из них интересны не только в историческом, но и в этнографическом плане, так сказать, бытовом. Недавно в одной летописи наткнулась на первые упоминания в Киевской Руси о зубных врачах – их звали «зубоволоками». В то время практически единственным средством лечения зуба было его удаление. Несмотря на то что были широко распространены заговоры, где больной обращался к месяцу или другому явлению природы с таким, например, диалогом: «Здравствуй, месяц!» – «Здравствуй». – «Был на

том свете?» – «Был». – «Видел мертвеца?» – «Видел». – «Болят у него зубы?» – «Нет». – «Так и у раба Божия (имя) не болят больше ни десны, ни зубы. Будьте мои слова крепки и липки, крепче камню, острее булатного ножа. Камень в воду, ключ в зубы», и так надо было повторить три раза. Конечно, я, как человек научного склада ума, не стала прибегать к данному средству, когда у меня началась зубная боль. Но одним средством из старинной монастырской книги о свойствах лечебных трав мне довелось воспользоваться. Это средство превосходно снимает зубную боль, лучше всяких новомодных разрекламированных таблеток. И кстати, я для себя недавно узнала, что любое лекарство должно быть опробовано в течение десяти лет. Только тогда можно быть уверенным в его пользе. Но кто у нас заботится о ближних своих? Все стараются побыстрее заработать на чужой беде. Так вот, это средство имеет следующий состав: лавровый лист и уксус. Приготавливается настойка из лаврового листа и в готовом виде смешивается с уксусом. Испытывала на себе: очень действенно. Теперь с полным правом рекомендую соседкам и подругам.

Алевтина Марковна Князькина

Спасение в растительном масле

У меня были проблемы с запахом изо рта. Я постоянно жевал освежающие жвачки или сосал леденцы, но все это помогало только на время. А мне приходилось несладко. Девушки отворачивались, на свиданиях всегда одно и то же: как только дело доходит до поцелуев, она морщится и убегает. Личная жизнь не налаживалась. Но я ведь еще продавцом работаю в салоне сотовой связи. Я должен общаться с клиентами, а как я могу их уговорить что-то купить, если им меня слушать противно? В общем, проблема была капитальная. А решение оказалось до смешного простым. Мама мне подсказала: смешай две столовые ложки растительного масла (я взял оливковое) с чайной ложкой соли. Этой бурдой полоскал рот. Невкусно, но не в этом дело. Помогает ведь. Конечно, не один раз надо поделаться, а хотя бы неделю. Я так почти месяц полоскал, никогда раньше так часто не покупал растительное масло. Но все затраты окупились. Теперь только со смехом вспоминаю, как мучился когда-то.

Петр Григорьев

Картошка – наше все

Я – простой сельский житель, что называется, вырос на молоке да картошке. Про молоко давно знал, что лечебные свойства имеет. А вот от картошки, думал, такого проку нет.

Оказалось, картошка нас не только кормит, но и лечит. Заныли зубы, когда по осени попал под дождь. Так и ноют, особенно к ночи. А к зубному ехать, это же целый подвиг. Машину надо искать или оказию, если кто в райцентр соберется. Фельдшерица у нас все болезни аспирином лечит. Но старуха моя быстро нашла способ и денег сэкономить, и мужу подсобить. Стала давить сок из сырой картошки, а я полоскания делал после каждой еды. Так и вылечил зубы меньше чем за неделю. Даже в сырую погоду о себе не напоминают. Молодец моя старуха!

Михаил Степанович Неупокоев

Настой почек сирени

Я сама себе лекарем стала, как только пенсию свою увидела. Да, думаю, на такую даже помирать и то дорого. Так что взялась за свое здоровье вплотную, накупила травников, стала ездить за город да на дачи к подругам, травки сушить и собирать. От многих болезней они мнегодились. Но самый оригинальный рецепт я узнала от одного деда, который мне клялся и божился, что вот этим самым средством много лет лечится от зубной боли. Вид у дедка был довольно пропитой, а когда я узнала, что в рецепт настойки входит 8 флаконов тройного одеколона, так и вовсе перестала ему доверять. Но потом, к своему удивлению, обнаружила похожий рецепт в одном из травников. Одеколон, я думаю, дед от себя добавил, а я делала на спирту. Собрала весной сиреневых почек, залила литровую банку спиртом и оставила на 20 дней настаиваться. Полоскать им рот нельзя, слишком крепкая концентрация, но вот если смочить ватку и приложить к зубу, боль очень быстро проходит. Не соврал дедок. Я теперь этим лекарством только и пользуюсь, когда зубы прихватит.

Любовь Григорьевна Окунева

Ингаляции от зубной боли

Мы в деревне с давних пор пользуемся одним и тем же средством от зубной боли. Конечно, кто в городе живет, может себе позволить всякие новомодные таблетки или сразу к доктору бежит. А мы люди простые, каждую копейку считаем. Да к тому же в городе печек ни у кого нет, а для ингаляций нужны горячие угли. Еще моя прабабка, хотя уже была полуслепая, а все равно на ощупь это снадобье готовила. А чайников-то теперь простых тоже ни у кого в доме нет. У нас полдеревни себе электрических чайников понакупили. А нужен обычный жестяной, чтобы не жалко было и с длинным носиком. Я вот как делаю: набираю теплых углей из печки, а сверху насыпаю, не жалея, семена

белены (или листья, тоже хорошо помогают). Закрываю чайник крышкой, а на носик одеваю резиновую трубочку. Мы ее от шланга отрезали и вот к делу приспособили. Трубка обязательно должна быть длинная, чтобы подвести ее к самому больному зубу, потому что его надо окуривать осторожно, стараясь не вдыхать дым. Боль быстро утихает. Правда в народе говорят, голь на выдумку хитра.

Ирина Михайловна Васковская

Испробовал все, а помогла урина

Пришел на осмотр к стоматологу с кровотечением десен, а вышел с диагнозом альвеолярная пиоррея. По-другому пародонтоз. Кровотечение – это только начало процесса, пояснил врач. Обычно сперва у больного развивается гингивит, а уж затем, если вовремя не начать лечение, начинают расшатываться и выпадать зубы. Я перепугался, ведь возраст еще не тот, недавно только 50 стукнуло, и, как говорится, ничто не предвещало беды.

Я решил использовать все средства, которые были мне доступны. Полоскания делал антисептиками, а из народной медицины позаимствовал рецепт настойки корневища аира болотного (жену в аптеку послал, оказалось, его запросто можно купить, и настойку тоже сами делали на спирту). Я кусочки этого корневища и так жевал, чтобы десну укрепить. Но все только временное облегчение давало. Потом перекинулся на лечение пиявками. Мне эти их специалисты обещали за пару сеансов все вылечить. Мне бы тут засомневаться, ведь ни одна болезнь за два дня не лечится. Но все-таки решился рискнуть, хуже-то уже не будет. Стали мне ставить пиявок на десну. И так десны болели да кровоточили, а теперь боль как будто в два раза возросла. В общем, бросил. Кто знает, может, надо было перетерпеть. А у меня сил не хватило. И тут начали меня родные на уринотерапию уговаривать. А мне уже все равно, лишь бы помогло. Не сразу дело наладилось, было неприятно мочу в рот брать. Пришлось преодолеть предрассудки на этот счет. Но дальше пошло как по маслу. Каждое утро начинал с получасового полоскания. Через неделю даже врач отметил улучшение. А еще в придачу я стал самомассаж десен делать, он корни зубов укрепляет.

Олег Владимирович Кокшаров

Совмещала предписания врача и народную медицину

Случайно поранила щеку во время еды. Уж не знаю как, но, видно, туда попала инфекция. Потому что наутро я проснулась с температурой, весь язык и небо были

покрыты маленькими пузырьками, даже несколько штук высыпало на губах и щеках. Вызвала врача, определили мне стоматит. Назначили лекарства от вирусной инфекции, а еще несколько травок мне порекомендовали. Врач – моя старая знакомая, она всегда больше доверяла не химии всякой, а натуральным природным средствам. Так она мне много чего насоветовала: отвары из ромашки аптечной или хвоща полевого, настои чистотела и календулы лекарственной. Я не поленилась, сделала много разных отваров и настоев, чтобы уж наверняка какой-нибудь помог. Но и от прописанных лекарств не отказалась. И выздоровела благодаря совмещению официальных и народных лекарств гораздо быстрее. Конечно, сама бы я не решилась на такие эксперименты, а по совету врача было не страшно попробовать. Раньше-то я траволечением не занималась. Не ожидала, что изготовить лечебные настои и отвары будет настолько легко. Увлелась этим делом, ведь существует масса рецептов и от других болезней, где травы могут пригодиться.

Анна Ивановна Львова

Полезный чеснок

Я с юности сплаваюсь с друзьями на байдарках по рекам нашей области. Один раз в походе прихватило зуб, прямо посреди реки. Еле дотерпел до берега. Кинулся искать аптечку, а мне знакомый подсказывает, возьми, мол, зубчик чеснока. Я, естественно, знал про всякие полоскания шалфеем, содой и так далее. Но ничего такого у нас не было, а вот про чеснок первый раз слышал. Почистил чесночинку себе, а потом положил в левое ухо (потому что болел зуб справа, а если бы слева – то наоборот надо делать). Как ни странно, через четверть часа боль отступила. Так что удалось завершить поход, а то я уже готовился двигать к ближайшему поселку. Потом, конечно, посетил стоматолога. Оказался кариозный зуб, мне его быстро подлечили. Но без чеснока, думаю, тяжело бы мне пришлось.

Иван Григорьевич Панов

Зубную пасту делала сама

До недавних пор и не подозревала, что зубная паста, которой все мы пользуемся ежедневно, может приносить не столько пользу, сколько вред. От знакомой, которая много лет работает стоматологом, узнала, что для профилактики лучше пасту готовить самому. Ее состав прост, а польза несравнимо выше, ведь она еще предотвращает такие нередкие заболевания зубов, как гингивит и стоматит. Я делаю так: беру половину чайной

ложки соды, капаю на нее пару капель лимонного сока, а также 20 капель перекиси водорода. Потом все хорошенько перемешиваю до однообразного состояния и чищу этой массой зубы. Потом нельзя ни в коем случае есть, пить или полоскать рот в течение 15 минут. Чистку зубов своей пастой я чередую с полосканием уриной. Это делаю тоже в целях профилактики, таким образом укрепляются десны и корни зубов, не развивается кариес. Урина все микробы убивает, и никаких антисептиков не нужно. На мой взгляд, уж лучше постараться и предотвратить заболевание, чем потом тратить годы на то, чтобы их вылечить.

Мария Захарьевна Семенова

Как лечат зубную боль на Кавказе

Когда все мы еще жили в одном Союзе, я проходил военную службу в Грузии. Местные тогда были гораздо приветливее к нам, русским, всячески выказывали свое знаменитое гостеприимство. Я подружился с пареньком из местных, и мы часто ходили в увольнение к нему обедать. Какое сациви готовила его мама! Никогда и нигде больше не едал такого. А еще для меня, паренька из Средней полосы России, было настоящим откровением увидеть настоящее дерево с грецкими орехами! Из него делали вкуснейшее варенье. Когда я через два года вернулся домой, меня не узнали: я поправился на 10 килограммов. Ну и конечно, о целебных свойствах грецкого ореха я тогда тоже ничего не знал. Однажды я наблюдал, как мама моего приятеля лечила его от зубной боли. Стояла весна, и на деревьях только появились листочки. Вот эти-то еще клейкие листочки грецкого ореха и использовала его мама. Пару столовых ложек листьев она заливала кипятком и настаивала где-то час. А потом мой приятель полоскал рот. Помогало безотказно. Жаль, в наших краях не растут так запросто грецкие орехи. Пользы-то от них вон сколько.

Виталий Анатольевич Третьяков

Совет от бабушки

Я сам, как старый коммунист, в церковь не хожу. А вот жена моя к старости ударилась в религию. Я-то ничего против не имел, тем более что бабушка, которого к нам прислали в восстановленную церковь, ничего мужик оказался. Он меня однажды даже выручил. Я тогда сильно ноги застудил. А известно, что, если ноги мокрые, все болячки наружу вылезают, особенно зубы. Маялся я, маялся с зубной болью, уж и полоскал и но-шпу к десне прикладывал. На часик боль снимет, а потом опять словно кто-то иголку внутри проворачивает. Иду я, значит, мимо церкви домой, а бабушка меня окликает, мол, поди-ка

сюда. Видно, все мои страдания на лице написаны были. Я ему пожаловался, так, мол, и так. А он завел меня к себе в ризницу и говорит, что у него есть чудесное средство от зубной боли. Я, грешным делом, про святую воду подумал. А он достает бутылку с настойкой. Это, говорит, моя попадьа сама делает. Это, говорит, особое церковное средство. Я поинтересовался, что же там за секрет. А он отвечает, не секрет, там добавлено несколько граммов мирры, а еще винный спирт и всякие травы, названия я не запомнил, потому что мне незнакомые. Батюшка мне настойки отлил и объяснил, что надо полоскать или подогреть и держать глоток на больном месте минут пять. И отпустил с благословением. Очень я его после этого зауважал. А жена узнала точно рецепт и сама теперь такую же настойку делает.

Борис Аркадьевич Петров

Изменил образ жизни

Курил я с 14 лет, как пошел в ПТУ, так там все курили и пили, все что горело. Так и пошло, пьянки, гулянки, неумеренные возлияния. К 50 годам превратился в форменную развалину. Доконал меня стоматит. Эта болячка ведь почему возникает? Иммунитета никакого нет, а откуда ему взяться. Пошел к врачу, тот мне давай назначения выписывать. Я говорю, а что без лекарств никак? Бросьте, говорит, курить, да с выпивкой пора завязывать. Ни горячее, ни острое, ни кислое вам есть нельзя. Прописал витамины, противогрибковые препараты. А еще сказал провести санацию ротовой полости. Я уж думал, операцию надо делать, а оказалось, просто бактерий всех оттуда повычистить. А если хотите без лекарств, говорит, займитесь уринотерапией. Чем-чем, спрашиваю. Мочу попейте, отвечает на полном серьезе. И для зубов хорошо, а если еще и почиститесь, вообще как новенький будете. Ну, думаю, шутит доктор. Но его слова запомнил. Тут мне попала, как специально, книжка на глаза. Там про все это подробно было расписано: как, почему, и все по науке. Ну, стал я думать, надо, конечно, что-то менять, а иначе в больницу и в морг. Поддержала меня сестра. Давай, говорит, вместе лечиться. Так и начали: я с полосканий, она клизмы делала. Меня хоть и тошнило сначала, а потом привык. Даже на чистку кишечника согласился. Просто пример был перед глазами, как моча помогает. Так и поменял весь образ жизни. Питаться стал правильно, и зубы здоровее стали. Спасибо врачу за добрый совет, не обманул. Да и сестре, без нее бы ни за что не решился такой метод попробовать.

Всеволод Михайлович Зайцев

Индийские хитрости

Этот рецепт я вычитала... в журнале «Вокруг света»! Когда у меня обнаружился пародонтоз, я стала интересоваться любыми статьями на эту тему. А тут вдруг наткнулась на рекомендации, которым уже не одна сотня лет. И хотя что немцу хорошо, то русскому смерть, я не побоялась провести эксперимент. Тем паче что все составляющие были под рукой. Мне понадобилась морская соль. Я вообще ее часто использую: ванну с ней принимаю, полощу горло и промываю нос при насморке. Полезная штука. Несколько ложек морской соли смолота в кофемолке. Высушила пару шкурок банана, также измельчила в порошок, а потом оба порошка разбавила оливковым маслом, пока не получилась смесь, похожая по концентрации на зубную пасту. Применяла я ее, конечно, тоже не так, как обычную пасту: не чистила с помощью щетки зубы, а втирала пальцем в десны. Весь эффект этого снадобья как раз и состоит в укреплении десен. Образовавшуюся слюну тоже не сразу сплевывала, а держала во рту еще минут десять, для лучшего эффекта. Рот потом водой не ополаскивала. Пользовалась этой пастой два раза в день: утром и вечером. Мне это средство сильно помогло, и это не только мое мнение, но и стоматолога, который меня лечит. А вот подругам своим, у кого эти проблемы еще впереди, я советую использовать такую пасту в качестве профилактики.

Маргарита Александровна Зимина

Сахарный диабет привел к пародонтозу

У меня наследственная предрасположенность к сахарному диабету. Я, конечно, знал, от чего умерли моя бабушка и прадед. Но русский мужик ведь не перекрестится, пока гром не грянет. Но уж когда мне поставили диагноз, тут я засуетился. Да и то сказать: здоровье как будто с каждой минутой ухудшалось. Стало портиться зрение, а вдобавок стоматолог определил у меня пародонтоз. Так что я рисковал в неполные 50 лет остаться слепым и беззубым. А главное, ведь при сахарном диабете не всякие лекарства применять можно. Обратился к народной медицине, к траволечению. Выяснилось, что есть множество лечебных трав, которые и сахар в крови снижают, и десны укрепляют. Лично я лечился корнем женьшеня. Мне друг привез из Китая, у них там совсем не такие аптеки, как у нас. А женьшень вообще ото всех болезней, как у русских лук – от семи недугов. Я его отваривал, пока в кашу не превратится, а потом принимал по чайной ложке два раза в день. Еще настойку сам сделал, ее можно, конечно, купить, теперь такого дефицита нет, но я подумал, зачем? У меня этого корня столько было, что можно было продавать. Так вот настойку тоже пару раз в день принимал, по тридцать капель. Сказать, что мне женьшень помог, это еще слабо сказано. Я раньше не верил в чудодейственную силу

растений, а вот убедился на собственном опыте. Состояние десен улучшилось, да и общее самочувствие тоже.

Василий Петрович Богатырев

Боролась с образованием зубного камня

Полжизни страдала от того, что на зубах постоянно появлялся темный налет, который стоматологи называют зубным камнем. Я пользовалась специальной зубной пастой, постоянно проходила довольно болезненные процедуры по удалению камней у врача, сколько денег потратила. А ведь я театральная работница, мне недопустимо иметь плохие зубы. Уже ни на что не надеясь, пошла к знахарке, которая многим моим знакомым помогла. Женщина оказалась на удивление разумная, не какая-нибудь потомственная колдунья, которых сейчас развелось пруд пруди. Вот мне интересно: где были эти колдуны в советское время?! Знахарка не стала мне морочить голову всякими заговорами, расспросила про болезнь, сказала, что, возможно, на мне порча, порчу она снимет сама, а я должна делать полоскания отваром полевого хвоща. А еще она посоветовала есть побольше лимона и пить сок черной редьки. Для этого даже есть научное обоснование, я потом у врача узнала, что сок редьки действительно уменьшает плотность зубного камня, сводя его понемногу на нет. Не знаю, была ли это и вправду порча или просто помогли народные средства, но образование камней у меня резко снизилось. Надеюсь, что и вовсе пройдет, а пока продолжаю следовать советам народной медицины.

Ольга Витальевна Смирницкая

Вылечила щитовидку и пародонтит

Как и многие жители Северо-Запада, я с малых лет страдала от проблем со щитовидкой. В детстве мной никто не занимался, денег в семье не было, да и желания у родителей мотаться с ребенком по врачам тоже. Так что я была предоставлена сама себе. Уже в сознательном возрасте начала было лечение медикаментами, потому что раздобрела сверх всякой меры. Страшно сказать: при росте 164 см я весила почти 90 кг! Но когда вышла замуж, лечение забросила, надо было и диплом писать, и на еду зарабатывать, а вечером нестись домой, хозяйством заниматься. Но вот уже 30 лет, стала думать про ребенка. Стала ходить по специалистам, проверять здоровье. Окулиста я еще прошла без проблем, а вот эндокринолог со стоматологом взялись за меня основательно. Особенно меня шокировал визит к зубному. Я бы никогда не подумала, что в моем возрасте может развиться пародонтит. А вот врач совсем не удивился, особенно когда узнал, что у меня со

щитовидной железой тоже проблемы. Отсюда и ноги растут, объяснил, вылечили бы вовремя эндокринную систему, жили бы до седых волос с нормальными зубами. Я в растерянности не знала, за что схватиться в первую очередь. Где здесь рожать! Себя бы в порядок привести. Пока сидела в очереди на прием к эндокринологу, познакомилась с теткой. На вид лет 50, а по паспорту за 70! Пришла показать врачу, как сама щитовидку вылечила. Я, конечно, заинтересовалась. Это волшебное средство – уриротерапия. Очищаешь организм, в кожу втираешь, а еще полоскания мочой укрепляют десны. В общем, уговорила она меня. Я домой прибежала с пакетом книжек, начиталась и взялась за дело. Муж на меня, правда, косо посмотрел, мол, повелась на бабские рассказы. Но мне так хотелось попробовать! Неужели же есть средство, которое всем моим болячкам поможет! Следовала рекомендациям из книжек, начала голодать и глинолечение применяла, чтобы шлаки через кожу вывести. В питание добавила продукты с йодом. Одновременно полоскала рот каждое утро свежей уриной. Когда щитовидка уменьшилась, сразу ощутила прилив сил, тонус всего организма поднялся. Через пару месяцев удивила и эндокринолога, и стоматолога.

Оксана Галкина

В командировке прихватил флюс

Неудачно сложилось: мне ехать в командировку, а жутко заболел зуб. Ну, побежал к врачу, выдрали, а на следующий день на месте вырванного зуба появилось нагноение. А у меня вечером поезд! Еле уговорил врача взять меня без очереди, любые деньги сулил. Ну, тот гнойник вскрыл, антисептик прописал. Я с легким сердцем сел в поезд, и тут такое началось! Голова чуть не лопалась от боли. Думал, в вагоне этом и останусь. Помогла проводница. Я к ней за обезболивающим зашел, а она говорит, мол, подождите пару минут, сделаю вам народное средство. Я сама, говорит, им пользуюсь, когда в дороге прихватит. Растворила в кипятке соду и сказала прикладывать к флюсу полотенце, смоченное в растворе. За сутки, которые мы ехали до места, я от флюса избавился совсем. Почувствовал себя человеком. Не знал, как проводницу отблагодарить, шоколадку купил ей, да и то, мне кажется, мало.

Владимир Алексеевич Петрыкин

Нашел бабушкины записки

У всех в нашей семье были очень здоровые зубы. Моя бабушка до 80 лет сохранила свои, и я надеялся, что и меня минуют вставные челюсти. Но вот к 60 годам начал

замечать у себя кровотечение десен (когда чистил зубы), сами десны были покрасневшими и как будто распухшими. Врач диагностировал пародонтит. Такого я никак не ожидал. Дома задумался: а как же удавалось моим предкам поддерживать здоровье зубов? Ведь раньше не было столько лекарств. У моей бабушки была особая коленкоровая тетрадь, куда она до самой смерти что-то постоянно записывала. Мне стало любопытно, и я достал ее с антресолей. Оказалось, что это разнообразные рецепты, как кулинарные, так и советы по лечению болезней домашними способами. Внимательно вчитываясь, я обнаружил и совет по своей проблеме. Требовались мед и соль. И то, и другое было на моей кухне. Мед я смешал с солью (до полного растворения соли, чтобы ее крупинками не причинить деснам лишнюю боль). Эту смесь вмазывал в десны, одновременно их массируя. Еще мне понравился рецепт с кофейными зернами и сахарной пудрой. Правда, я долго думал, как из рафинада сделать сахарную пудру. Потом растолок его с помощью пестика. А зерна обуглил над газом, смолот в кофемолке и тоже дополнительно пестиком подавил, чтобы совсем пыльца получилась. Потом смешал зерна и пудру в пропорции 1 к 3 и массировал этой «пастой» десны. Массаж делаю не пальцами, а мягкой зубной щеткой. Процедуру провожу три раза в день, а полощу рот не водой, а разбавленной настойкой арники. Укрепляющий эффект налицо! Пригодился бабушкин совет.

Вениамин Всеволодович Оболдин

Настойка цветков конского каштана

У меня мама занимается фитотерапией, уже лет десять готовит настойки и отвары, которыми лечит все наши семейные болячки. Конечно, я сразу прибежала к ней, как только узнала, что у меня начинается пародонтит. Мама тут же достала из своих запасов бутылку с настойкой. Правда, она ее действие еще не опробовала, а приготовила по старинному рецепту из цветков конского каштана на спирту. Настаивала, говорит, 25 дней, попробуй, только не пей, а делай массаж, втирай в десны. А еще сделала мне турундочки из ваты, я их под десны закладывала. Они еще и отложения камней убирают.

Ирина Огуреева

Гимнастика для зубов

Праздновал 70-й юбилей, и на банкете заметил, что при жевании шатаются зубы. Стал изыскивать средства, как справиться с надвигающейся болезнью. Обнаружил статью о зубной гимнастике. Идея показалась интересной. Во время своих ежедневных прогулок

обламывал свежую веточку с дерева и покусывал ее сверху вниз, сначала соблюдая предельную осторожность. Так продолжал делать несколько недель, пока не почувствовал, что жевать стало легче. Пропало опасение, что при каждом укусе зубы могут остаться в еде. Затем стал выполнять упражнения для челюстей, еще через месяц добавил к этому потягивания веточки из зубов (как будто хочешь кусочек оторвать). Челюстной массаж обеспечил приток крови к зубам, деснам. На третьем этапе массажа улучшение невозможно было не заметить.

Игорь Павлович Кузнецов

Папиросы от зубной боли

Моя бабушка от зубной боли лечила так: сперва толкла в порошок листья и семена белены черной, добавляла листья картофеля, тоже измельченные. Говорила, что можно и листья табака класть, просто их достать труднее. Бабушка пыталась табак у себя на огороде выращивать, но как-то не пошло. Этот порошок она заворачивала в папиросную бумагу, раскуривала и дымом обкуривала больной зуб. Сама она выросла в Чунской деревне, там все мужчины и женщины курили трубку, а нагаром из мундштука залепляли дупло больного зуба. Получалась как будто пломба. Правда, они еще и заговорами пользовались, так что методы были у них еще те, отсталые, прошлого века. Но вот насчет окуривания могу подтвердить, что помогает. Я каждое лето проводил у бабки, лечила она меня всегда сама, причем от всех болезней, начиная с диареи и заканчивая воспалением легких. И зубную боль мне всегда своими «папиросками» снимала. Хотя родители и ругались с ней часто, мол, лучше бы к фельдшеру отвела, а вдруг что-то серьезное или осложнение начнется. Но болезни всегда проходили. Я бабушке в этом смысле очень доверяю.

Валерий Прохоров

Простое средство – самое действенное

Сейчас все позабыли про старые испытанные средства из домашней аптечки. Подавай им только то, что в телевизоре рекламируют. Нарядили какого-то мужика в белый халат, он что, от этого доктором стал? Почему ему больше доверия должно быть, чем тем средствам, которые еще нашим прадедам помогали? Неправильно это. Лично я не из тех старух, которые всю пенсию тратят на аптеку, скупая таблетки от настоящих и придуманных болезней. Вот если уж мне совсем поплохееет, тогда другое дело. Я не

паникую, не ложусь сразу помирать, а лечу себя сама. Поэтому в свои 80 поздоровее многих 60-летних. Вот, например, разболелся у меня к ночи зуб. Я сразу пошла на кухню, воду вскипятила и заварила шалфей для полоскания. У меня полный шкафчик разных трав и сборов, для любых случаев. Ромашка тоже от зубной боли меня всегда выручала, а если травок под рукой не окажется, воспользуюсь содой. Главное, что это не дорого, но никогда не подводит. А новомодное лекарство еще не обязательно боль снимет. Да и противопоказаний много бывает. Мы, пожилые люди, все уже с букетом заболеваний. Нам нужно натуральными средствами пользоваться, а не химией всякой себя травить.

Александра Павловна Апанасюк

Воспользовалась стручками желтой акации

У меня флюс вскочил накануне свадьбы. Дочка моя замуж выходить должна, а я в таком виде! А боль чуть не до обморока доводила. Подруга присоветовала заварить стручки акации. Они в зрелом виде очень для прорывания флюса полезны. Даже сама мне стручков нарвала и домой принесла. Я их вскипятила, а потом этой водой полоскала рот. Вот как с утра начала, так и до самого вечера, пока не прорвало. Слава богу, а то думала уже, неужели единственной дочке свадьбу пропущу! А теперь знаю отличное средство. Правда, стручки только созревшие годятся.

Евгения Зиновьевна Топорова

Облегчение кариозному зубу

Моя жена – большая любительница комнатных растений. Весь дом горшками заставлен, подоконники, шкафы, полки, даже в кашпо всякие растения висят. Я в них особой красоты и пользы никогда не видел, ну, ладно, думаю, ей все-таки развлечение. А тут мне даже одно из растений моей жены помогло. Кариес у меня был незалеченный, я уже давно к врачу собирался, но все время находил отговорку. Что лукавить, боялся идти. А тут на выходных зуб этот у меня возьми и заболи. Я и полоскал, и тепло прикладывал. Ничто не помогало. Тут жена отломил листик какого-то растения и дает мне, мол, положи на зуб. Это алоэ, оно боль как рукой снимет. И начала мне про его полезные свойства рассказывать. Я так заслушался, что автоматически приложил листочек на больное место. Буквально через 5 минут стало легче. Ночь спал спокойно, а в понедельник пошел к стоматологу. Но за скорую помощь спасибо жене – и ее комнатным растениям.

Ростислав Владимирович Раецкий

Жевала листья подорожника и лук, а закончила уринотерапией

У меня сахарный диабет. А полгода назад начал еще и пародонтит развиваться. Но я нашла для себя два полезных растения, от них сразу и сахар в крови понижается, и десны лечатся. Ввела в рацион лук, добавляла его в блюда и так ела. От него пищеварение улучшается, обмен веществ, а на деснах он убивает микробы. А листья подорожника весной на даче собирала и жевала, мышцы тренируются от жевания. А пережеванную массу сразу не выплевывала, а обкладывала ею десны. Вроде как маску делала. Про подорожник мне подсказала тетка, которая в нашем садоводстве всех травами лечит. Он же в отварах и при сахарном диабете пользу приносит. Как сейчас модно говорить, два в одном. А потом узнала еще про один метод лечения, который от всех недугов. Прочитала про уринотерапию. Главное, что меня убедило, не может в нашем организме быть ничего бесполезного. Значит, и в моче какой-то толк должен быть. Решила попробовать, шлаки вывести, почиститься. После клизм организм заработал как часы, а полоскания оказались полезны для санации ротовой полости.

Юлия Сергеевна Копылова

Мелисса при зубной боли

Начала выращивать дома в маленьких горшочках пряные травы. Это я после курсов садоводства. У самой-то у меня участка нет, все время в городе. А хотелось чего-то полезного и красивого, и чтобы не очень сложно выращивать было. На курсах преподаватель подсказал: растите у себя на подоконнике укроп, шалфей, мелиссу и другие травы. Они и пахнут приятно, и в пищу годятся, придают блюдам другой вкус. А еще лекарственная польза от них тоже несомненная. При зубной боли, например, срываю пару веточек мелиссы и готовлю себе настой (на восемь чайных ложек два стакана горячей воды). Через четыре часа, когда мелисса настоится и как раз подостынет, полощу рот. В течение дня несколько раз полоскания делаю, конечно, не с первого раза, но боль утихает.

Виктория Алексеевна Дубровина

Уменьшились зубные отложения

Зимой поскользнулась и сломала правую руку. Живу я одна, ухаживать за мной особо некому. Я в гипсе кое-как еще что-то по дому делала, но я же не левша, трудно было наостриться. Я себя практически забросила. Зубы почти месяц не чистила, и вот мне аукнулась такая небрежность. Заметила темный налет на передних зубах. Стоматолог очистил мне их за один раз, но скоро они опять потемнели. Врач дал совет из народной

медицины: делать настой из сбора корня лопуха и шелухи фасоли (в равных частях). Корень лопуха приобрела в аптеке, а шелуху сама засушила. Залила все кипятком, через полдня настой был готов. Я его подогрела и пила по стакану три раза в день. За месяц отложения уменьшились сами собой. После повторного удаления зубных отложений я продолжила полоскания и вот уже полгода как забыла о своей проблеме.

Альбина Марковна Белаш

Лечение затянулось

Все началось с кровотечения десен. Стоматолог объяснил, что это гингивит, первая стадия пародонтита. Если не лечить гингивит, что подразумевает в том числе и удаление зубного налета и камней (о наличии которых у себя я и не подозревал), следующая стадия наступит очень быстро. Зашатаются зубы, будет сложно жевать, может даже начаться нагноение, дурной запах изо рта. Естественно, я был на все готов, лишь бы избежать такой участи. В 60 с лишним я еще не хотел ходить с вставной челюстью. Для меня это первый признак старости, а в душе я еще очень даже молод. Занимаюсь строительством, до сих пор нравлюсь дамам. Решил: как всегда, справлюсь со всеми проблемами сам.

Накупил жидкостей лечебных, начал полоскания делать, чтобы кровотечение остановилось. Но после недолгого улучшения все вернулось на круги своя. Еще раз пошел к стоматологу. Тот объяснил, что без комплексного лечения народные средства могут дать только небольшой местный эффект. Снимается только симптом, а болезнь продолжает прогрессировать. В общем, я прошел все предписанные врачом процедуры. Зубы почистил от камня, снова начал делать полоскания, на этот раз травами, которые мне врач посоветовал. Пользовался отваром коры дуба (для полосканий), а еще смачивал в настое водяного перца ватные тампоны и делал аппликации. Это при гингивите отлично помогает. Сам больше ничего не придумывал, самолечение тоже должно под контролем врача проходить.

Илья Степанович Семенов

Спасло пихтовое масло

Нежданно-негаданно началось воспаление десен. Мучилась жутко: не могла ни крошки съесть, только жидкое, и то неприятно. А от болезненных ощущений всю ночь ворочалась с боку на бок, страдала от бессонницы. Помогло пихтовое масло. У меня пихта прямо во дворе растет, я раньше масло из нее для кожи применяла. Все знают, что от ожогов оно хорошо помогает. А вот на деснах первый раз попробовала. Прикладывала к воспаленным

деснам тампоны, смоченные в пихтовом масле, и держала так минут двадцать. Так делала несколько раз в день, а всего курс прошла за две недели. Я потом врачихе нашей об этом рассказала, она в справочниках своих поглядела. Оказалось, не я первая такой способ придумала. Это старинный народный рецепт. Его при пародонтите часто применяют, только курс надо через полгода повторить, чтобы улучшение закрепилось. Я так и сделала. Да и вообще, подумала и решила, буду через каждые полгода повторять, хорошая ведь профилактика.

Марьяна Александровна Полежаева

Делал массаж десен

Я верю в профилактику болезней, а не их лечение. Как показывает опыт, предотвратить заболевание дешевле, чем его потом лечить. Но большинство людей просто ленится выполнять простейшие процедуры для собственного здоровья. Я не говорю про зарядку, на это уже никто ни сил, ни времени не находит. Но вот хотя бы самомассаж десен, который предотвращает такое распространенное (особенно среди пожилых людей) заболевание, как пародонтоз. Чего, казалось бы, проще: каждое утро не только чистим зубы, но и массируем этой же пастой десны. Я выполняю такой массаж вот уже двадцать лет, и никаких проблем с зубами у меня не наблюдается. Указательным и большим пальцами делаю круговые движения, утром по часовой стрелке, вечером в обратном направлении. Сильно не давлю, чтобы самому себе боль не причинить. Массаж делаю не дольше семи минут. И зубы у меня получше, чем у многих в моем возрасте!

Арсений Петрович Мишанин

Усовершенствовала зубную пасту

У многих моих ровесниц с зубами начались проблемы после 60. В основном пародонтоз. Я как это заметила, у меня это главный кошмар стал. Начала выискивать средства, как зубы укрепить, но чтобы денег не тратить, потому что пенсии на жизнь только хватает. Узнала про целебные свойства морской соли. Оказалось, что если смешать морскую соль (хорошенько измельченную, конечно) с обычной зубной пастой (вроде «Лесного бальзама»), то будет еще и эффект массажа десен. Я толченую в порошок морскую соль сыплю сверху на пасту и чищу зубы, как обычно, но не меньше пяти минут. А потом еще этой смесью делаю массаж десен, так что мне бояться нечего. Свои зубы я сохраню до последнего. И подругам своим этот рецепт посоветовала. Никогда не поздно начать заботиться о своем здоровье.

Лариса Юрьевна Макогоненко

Полоскал рот подсолнечным маслом

Я – человек активный и, когда вышел на пенсию, решил, что так или иначе продолжу работать. Тем более что этой пенсии даже на похороны не хватит. Думал сначала садоводством заняться, а потом овощи на рынке продавать. Но потом нашел работу на дому. Стал обзванивать фирмы, предлагая подсолнечное масло одной фирмы. Столько всего узнал о пользе подсолнечного масла! В нем столько витаминов и полезных веществ, одна сплошная польза от него. Я заинтересовался, стал литературу читать по предмету. И нашел множество народных рецептов, где в качестве лекарства использовалось подсолнечное масло. Мне эти знания пригодились, когда у самого начались проблемы со здоровьем. Начался гингивит, чищу зубы, идет кровь, да и запашок изо рта пошел тот еще. Стал по старинному рецепту полоскать рот маслом (нужна всего столовая ложка). Поразительная эффективность! Такого от всякой аптечной химии нескоро дождешься, а у меня меньше чем через месяц уже все в порядке было.

Иван Сергеевич Портнягин

Повязка с луковицей

Я с детства помню средства, которыми моя мама и бабушка вылечивали зубную боль. Я, безусловно, доверяю и тем лекарствам, которые выписывают врачи, но нет ничего надежнее, чем проверенный годами рецепт. Обычно если зуб болел слева, то мама привязывала на большой палец правой руки разрезанную луковицу, а если справа – то на левую руку. Я сама себя всегда так вылечиваю, а лук вообще все микробы убивает. А еще недавно племяннице моей так помогла. Она сначала от меня отмахивалась, но зуб-то болит, а к врачу идти уже поздно. Я ей сделала повязку со свежим луком, пара часов и боли как не бывало. Она теперь тоже заинтересовалась рецептами нашей семьи. Хочет их собрать и выпустить книжку рецептов. Но я думаю, они же все народные. Так что мы ими только пользуемся, не претендуем на то, что мы их сами придумали.

Янина Владиславовна Орлова

Помогло осиновое полено

Работал зимой на лесозаготовках. Жили в бараках, медпомощи почти что никакой. Одна микстура от всех недугов – водка. Но вот был один случай, когда на себе испытал народную медицину лесорубов. Прихватила меня зубная боль, я от нее совсем одурел.

Начали мне мужики стакан совать, но тут один старожил выступил. Он у нас большим авторитетом пользовался. Несите, говорит, осиновое полено, только чтобы свежее было. Мужики подорвались, быстренько приволокли какой-то чурбачок. Дядька пробурил у полена сердцевину, но не насквозь. В это дупло насыпал простую соль, а дырку забил деревянным чопиком. У нас и так уже глаза на лоб полезли от этих манипуляций, а он еще взял да и швырнул в очаг это самое полено. Все сначала подумали, что у него что-то там не получилось, но он говорит, спокойно, мол, все в порядке, минуточку терпения. Подождал, пока полено хорошенько обгорит, но не до конца. Потом пропитавшуюся соком соль высыпал в чашку. Это, говорит, такой способ термообработки. И дал мне эту соль на зуб приложить. Мне все это сомнительным показалось, но против авторитета не попрешь. Приложил соль на зуб, кругом мужики столпились, как будто в цирке. Дядька их веж разогнал, мол, нечего пялиться, все равно только через полчаса, а то и час ему полегчает. И правда, через час уже зуб не ныл, а все только удивлялись, откуда он такой способ знает.

Александр Павлович Бобров

Настойка крапивы

Каждое лето приезжаем с мужем на дачу. И тут начинаем жить как настоящие деревенские жители. Едим, что на огороде растет, лечимся травами. Так поднимаем иммунитет к грядущей зиме. Вот взять хоть крапиву. Я летом ее и в суп, и в салат кладу. А еще ее как лекарство употребляю. Мужа крапивной настойкой от зубной боли вылечила. Делала настойку на водке, потом смачивала ватку и клала в дупло больного зуба. Так и снимала болезненные ощущения. И в город с собой эту настойку забрала. Пусть и в городе нам помогает. И на таблетках сэкономим.

Алина Вячеславовна Никифорова

Отвар тысячелистника

Началось с того, что я решила лечить свои болезни по женской части. У меня очень тяжело протекал климакс, приливы измучили, вечно срывалась на своих близких. Они терпели, но ведь всякому терпению приходит конец. Дочка мне отыскала рецепт отвара из тысячелистника. Я про эту траву много слышала, она от многих болезней помогает. Наготовила я этого отвара, начала принимать. Вроде полегчало мне. А тут зубы разболелись. Причем ноет непонятно где, то с одной стороны, то с другой. Застудила, что ли. А дочка посоветовала этим же отваром полоскать рот. Так я нашла средство сразу от

двух бед. Хорошо, что у меня дочка так хорошо в травах разбирается. Что бы я без нее делала!

Элина Васильевна Топчак

Укрепляла зубную эмаль уриной

Я из тех людей, которые не боятся экспериментировать. При моем букете болезней чего уже бояться. Узнала про уринотерапию, слышала о ней и хорошее, и плохое. Но решила попробовать. Ведь наша собственная моча и от сердечных заболеваний, и от проблем с желудком может спасти. А у меня и то, и другое. Да еще стала слезать эмаль на зубах. Это, может, и не самое страшное, но сначала эмаль, а потом зубы выпадают. А стоматология нынче не дешевая, даже и со скидками для пенсионеров. И вообще, лучше в корне подавить болезнь, чем потом собирать по знакомым деньги на новые челюсти. До этого делала клизмы с уриной, а теперь еще и полоскания ввела. Утром собирала свежую урину (из средней струи), упаривала до половины и полоскала рот полчаса. А еще дополнительно через язык происходило оздоровление всего организма. Не разочаровалась, урина помогла и при недомоганиях с зубами.

Зинаида Алексеевна Большова

Снял флюс поваренной солью

Поехал в другой город на конференцию, а тут щека раздулась от флюса. Кинулся к местным стоматологам, а те говорят, если полиса нет, платите деньги. А у меня командировочных всего на пару дней. Поделился с соседом по номеру, хотел у него денег занять. А тот дал хороший совет, как самому, безо всяких врачей нарыв прорвать. Сказал растворить поваренную соль, смочить ватный тампон и прикладывать к больному месту. Через день мне уже полегчало. Я продолжал процедуры, боль потихоньку стихала, а к концу недели прорвало нарыв. Я соседу бутылку за это дело презентовал.

Максим Львович Решетов

Стоматит лечила травами

Врач диагностировал катаральный стоматит. Сказал, что мне еще повезло, это легкое воспаление слизистой оболочки. А все из-за зубных отложений, которые не были вовремя удалены. Стоматолог почистил зубы от отложений, назначил вдобавок антисептические препараты. У меня на лекарственные препараты аллергическая реакция, так что я, посоветовавшись с врачом, заменила их травяными сборами. Сама составила сбор из

корня аира, ноготков, тысячелистника, заливала кипятком и настаивала в термосе три часа. Наутро процедила отвар и выпивала по два стакана в течение дня. А еще делала полоскания утром и вечером. Подействовало даже лучше, по-моему, чем таблетки.

Марина Олеговна Забродова

Поборола кровоточивость десен

Заметила, что при чистке зубов десны кровоточат. Забеспокоилась, это ведь первый признак, что с зубами что-то не в порядке. Решила сразу же, что надо как-то с этим бороться. Нашла рецепт в записках своей мамы. Она всю жизнь собирала полезные советы для здоровья. Так вот, там было указано, что нужно взять щепотку зверобоя, залить стаканом кипятка, а когда остынет, полоскать этим отваром рот. Особенно хорошо помогает, если делать процедуру перед сном, а наутро заваривать новый отвар. Попробовала мамин рецепт и не пожалела. Кровоточивость сняла после первой же недели полосканий.

Людмила Михайловна Покровская

Прикладывала лекарство к губам, а помогло зубам

Узнала про одно средство, которое снимает зубную боль в момент. Насыпаешь чайную ложку соли в стакан, в растворе смачиваешь марлю и прикладываешь к губам. Самое удивительное, что помогает зубам! Когда повязка высыхает, снова смачиваешь и прикладываешь. И так до полного излечения. Очень действенное средство, на себе попробовала. И всем своим знакомым рекомендую. Чего может быть проще.

Мария Алексеевна Соловьева

Табак с кислым молоком

У меня дед всегда курил самокрутки. Сам табак на огороде сажал, сам ухаживал, даже бабке не позволял ничего трогать. Но от табака еще и польза была. Когда зубы болели, табачную крошку смешивал с кислым молоком и прикладывал на больной зуб. Он и меня так лечил, говорил, что лучший лекарь – это природа. Я как-то сам попробовал табак из папиросы использовать, но почему-то не помогло. Наверно, они там что-то подмешивают. Так что нужен настоящий самосад. Тогда обязательно поможет.

Артем Вениаминович Свердлов

Полезная ежевика

Выращиваю на своем участке ежевику. Она у меня вместо живой изгороди, никто в такие колючки не сунется. И варенье из нее вкусное. А еще есть и лечебный эффект. У мужа начался гингивит, так я его настоем листьев и плодов ежевики сама вылечила. Нашла этот совет в травнике. Все по рецепту делала, у мужа через две недели десны перестали совсем кровоточить. Я и всегда думала, что простые средства – самые верные. А теперь сама попробовала, решила в профилактических целях тоже полоскания поделать. Все-таки возраст уже, всякие болячки настигают. Хорошее средство, что и говорить.

Варвара Александровна Белова

И снова про алоэ

Когда мой сынишка был еще совсем маленький, года два ему было, он все тащил в рот. Думаю, всем мамам эта ситуация знакома. Каждую вещь нужно погрызть или пососать, так идет познание окружающего мира. Но вместе с тем ребенок не застрахован от различных микробов. Вот и нам не повезло: подхватили инфекционный стоматит. У ребенка температура поднялась выше 38 градусов, отказывался от пищи, кровоточили десны, неприятно пахло изо рта. Педиатр назначила лечение: растворы перманганата калия и перекиси водорода. И все бы хорошо, но сынок не давал себя лечить. Мы с мужем уже и так, и сяк изворачивались: и мультиком отвлекать пытались, и уговаривали, и ругали, и чуть ли не насильно пытались смазывать лекарствами десны. В ответ слышали только крики и слезы. Дело доходило даже до истерики. У нас просто опустились руки. Помощь пришла неожиданно от соседки по коммуналке. Видно, ей надоело слушать эти концерты каждый вечер, вот она и пришла к нам... с листиком алоэ. Она посоветовала протирать им десны утром и вечером. Как ни странно, алоэ сыну понравилось. Сначала его заинтересовал сам листик, и потом он не был похож на лекарство. Мы как будто играли: мы с мужем придумали, что надо изображать животных, которые как будто едят травку. И это сработало! Пришлось соседке отдать нам все свое растение, мы его пустили на лечение. А эффект был ничуть не хуже, чем от химических препаратов. К нашему облегчению, не прошло и недели, как ребенку полегчало. И тут мы уже быстро пошли на поправку.

Инга Пархоменко

Лекарство от женских болезней и зубной боли

В книге старинных рецептов (репринтное издание 1898 года) нашла совет, как говорится, от всех бед. Автор предлагал использовать корни любки двулистной в качестве средства при женских болезнях (тогда под этим понимали и болезненные критические дни, и многое другое), зубной боли, нарывах и так далее. Меня заинтересовало это растение. Я – садовод-любитель и стараюсь на своем участке посадить как можно больше полезных и красивых растений. Каждый год немного меняю ассортимент, потому что за зиму всегда поднакоплю сведений о новых растениях. Вот любку я у себя никогда не выращивала. Но, походив по округе, обнаружила, что она растет в диком виде недалеко от моего дома. Выкопала пару кусточков и пересадила к себе. В конце лета выкопала корешки и далее, следуя рецепту, высушила и измельчила, а потом сделала настойку на спирту. У моей младшей сестры всегда сложно проходили женские дела, каждый раз как в бараний рог скручивало. Ей давала настойку для приема внутрь. А сама полоскала рот при зубной боли. Мне помогло в первые же сутки, а сестре понадобилось несколько дней приема. Тем не менее это лекарство остается в нашей аптечке.

Алевтина Карповна Мазуркевич

Вылечился от слюнокаменной болезни

Я раз в полгода обязательно прохожу стоматолога. Дело в том, что в детстве родители пропустили у меня кариес, который развился еще на молочных зубах, причем на передних. Когда показали врачу, лечить его было уже поздно. Единственным решением было посеребрение передних зубов, зубы казались такими темными, словно их вообще не было. Так я и проходил до школы, только во втором классе выпали молочные и прорезались нормальные коренные зубы. А до этого пришлось выслушать немало насмешек от других детей. Но, конечно, все это не прошло для здоровья незамеченным.

Полгода назад стоматолог поставил диагноз «слюнокаменная болезнь», при которой в протоках слюнных желез образуются камни. Причины слюнокаменной болезни не ясны, определенно ясно только одно: протекает это заболевание при нарушении минерального обмена. Врач счистил камни, прописал витамины. Но тут же предупредил, что без общего оздоровления организма болезнь может через какое то время вернуться. Я задумался, как же можно оздоровить весь организм в целом. Сперва подумал о спорте. Но потом мне пришло в голову, что сначала надо, наверное, очистить организм от шлаков и всякой гадости, которая копилась в нем годами. Это логично привело меня к очистке кишечника. Сперва делал просто клизмы, затем решил попробовать уринотерапию. Дело пошло

быстрее, хотя были некоторые болезненные ощущения. Но я их перетерпел, и, оказалось, не зря. А потом еще для санации ротовой полости стал принимать мочу через рот и полоскания делать. Новых зубных отложений врач у меня не обнаружил. Думаю продолжать лечение уринотерапией, поскольку на себе ощутил положительный эффект.

Кирилл Олегович Аристов

Врачи чуть не залечили до смерти

У меня еще с рождения аллергия на антибиотики. Но обнаружилось это не сразу. В четыре года я заболел стоматитом. Причиной, скорее всего, был авитаминоз, поскольку я рос на Крайнем Севере в довольно суровых условиях. Питались мы в основном картошкой и макаронами. Изредка родители баловали нас с сестрой бананами, но какие в бананах витамины? Один крахмал, да и только. Болел я тяжело: не мог ходить в туалет, писал и какал только в теплой ванне, весь рот у меня был покрыт страшным язвами, не мог ни есть, ни пить. Участковый врач, навестив меня на дому, недолго думая, прописала антибиотики. Вместо ожидаемого улучшения мне становилось все хуже. И чем хуже мне было, тем более сильные антибиотики прописывала мне врачиха. Родители только за голову хватались. Наконец, когда я уже лежал при последнем издыхании, догадались пригласить единственного в поселке платного врача. Он пользовал в основном исполкомскую элиту. Первым делом тот полностью отменил антибиотики. Лечение назначил щадящее, травами. Дал такой рецепт: смешать чайную ложку меда, чайную ложку подсолнечного масла, ампулу 0,5 % новокаина и белок куриного яйца. Этим смазывать ротовую полость, особенно воспаленные десны. Боль довольно быстро стихла, язвочки прошли меньше чем за месяц. Каждый день врач навещал меня и проверял, как протекает болезнь. Слава богу, вовремя подоспел, а то бы залечили меня наши совковые доктора.

Павел Алексеевич Карпинский

Ввел в рацион свеклу и кабачки

При сахарном диабете у меня еще и афтозный стоматит обнаружился. Кроме антисептических препаратов доктор порекомендовал изменить систему питания. Наиболее полезными при обеих моих болезнях считаются свекла и кабачки (не все виды, а конкретно патиссоны, крукнеки и круклинеки). Про последние я слышал первый раз в жизни. Выяснилось, что это сорта декоративного кабачка. Они гораздо полезнее обычных и по свойствам больше напоминают тыкву. В их кожице содержится аскорбиновая

кислота, а главное, это просто кладезь минеральных веществ и витаминов, они улучшают щелочную среду, особенно ротовой полости. А столовая свекла обязательна для включения в диету людей с такими проблемами, как у меня. Она улучшает работу кишечника, уменьшает холестерин в крови. Всего и не перечислишь! Еще врач посоветовал выпивать рюмку тыквенного сока ежедневно. Как и обещал врач, процессы заживления афт во рту пошли быстрее, да и общее самочувствие заметно улучшилось. Все-таки мы – это то, что мы едим. Этот закон еще никто не отменял.

Никита Владимирович Архипов

Лечился березовым соком

В марте прошлого года пришел на прием к стоматологу. Вышел от него с диагнозом «пародонтоз». Правда, врач меня успокоил, что у меня только начальная стадия и все еще можно поправить. Рассказал, как надо делать массаж десен, прописал антисептики от воспаления, а еще неожиданно дал совет пить березовый сок, пользуясь моментом. Он, говорит, и образование камней на зубах снижает, и снижает воспалительные процессы. Вообще, я поинтересовался и узнал, что береза всеми своими элементами в лечении моей болезни помогает. После того как почувствовал на себе эффект от применения березового сока, летом стал делать отвар из почек, листьев и молодых веток березы. Только готовить надо каждый день, потому что принимать надо по пол-литра в день. Но я не поленился, тем более что не такое это трудное дело. Вообще, в любом лечении главное – это дисциплина. Иногда надо себя и заставить. Я так считаю, большинство наших болячек от лени. А березу теперь очень уважаю, сколько пользы от одного дерева!

Степан Корнеевич Павлюченко

Воспользовалась настойкой прополиса

На начальной стадии стоматита проводила следующие лечебные процедуры. Во-первых, после каждой еды полоскала рот горячей водой. Не кипятком, конечно, но немногим холоднее. А из еды, кстати, исключила все острое и перченое. Для меня это было тяжелое испытание, потому что я очень люблю кавказскую кухню, а там без острых приправ никак. Пришлось приучать себя к новому рациону. Но чего не сделаешь ради здоровья. Во-вторых, я полистала сборники с советами народной медицины и нашла хороший рецепт настойки прополиса. Сначала промывала язвочки перекисью водорода и подсушивала с помощью фена. Дело в том, что подсушивать язвочки нужно струей теплого воздуха. Потом закапывала пипеткой настойку прополиса (50%-ную) и снова

сушила ротовую полость. В результате образовывалась тонкая пленочка. Она и оказывала лечебный эффект. Думаю, все эти мероприятия и привели к такому быстрому выздоровлению. Поделилась с врачом своими изысканиями, та даже взяла на заметку, что есть такие хорошие народные средства.

Клавдия Яковлевна Баркова

Яичная скорлупа пригодилась

Мне бабушка в деревне лечила воспаленные десны таким нехитрым способом. Промывала под краном яичную скорлупу, потом сушила, хорошенько измельчала ее. Этот порошок давала мне с едой, чаем и просто водой. Несколько недель, и общее состояние зубов значительно улучшилось. Теперь-то я знаю, что секрет яичной скорлупы в высоком содержании кальция, которого в натуральном виде в природе очень мало. А зубы без кальция здоровыми быть никак не могут. Хотя бабушка моя и не была шибко ученая, но, видно, опыт народный ей подсказал, что надо делать. У нее самой были великолепные зубы, на зависть односельчанам.

Марина Геннадиевна Волкова

Полезное цветоводство

Стала выращивать розы в палисаднике перед домом. И глазам приятно, и несомненная польза. Делаю по старым рецептам настойку цветков розы на водке. Ею полощу рот при зубной боли. А еще моему старику посоветовала тоже присоединиться. У него, стоматолог сказал, рыхлые десны, да и кровянить стали в последнее время. Так он рот и горло начал полоскать, за пару недель болячку в себе переборол.

Фаина Матвеевна Деньчук

Соки вместо полоскания

Уже в немолодые годы переболел «детской» болезнью – стоматитом. Конечно, встречается это заболевание и у вполне взрослых людей, но все-таки гораздо чаще в еще несознательном возрасте. Стоматолог прочитал целую лекцию о том, что на слизистой большинства людей живут микроорганизмы (он назвал их условно-патогенными), которые до поры до времени словно дремлют. Но стоит иммунитету ослабнуть, как тут же начинает развиваться «неактивная» ранее болезнь. Это как мина замедленного действия. Рано или поздно все равно сработает. Мне хватило и ОРВИ, чтобы «пусковой механизм» привел микроорганизмы в действие. Температура у меня не поднималась, поэтому я не

сразу заметил, что что-то не в порядке. Пропал аппетит, стало трудно глотать. Поначалу списывал все на восстановительный период, даже подумывал, может, простуда вернулась. Но оказалось, что это не так. Только заметив язвочки в уголках губ, я забил тревогу. Врач назначил мне салицилаты и антигистамины. А в качестве полоскания предложил народное средство. Вместо химических препаратов он предложил мне воспользоваться морковным и капустным соками. Разумеется, это должны были быть свежавыжатые соки, а не покупные. Я озаботился покупкой соковыжималки. Начал ежедневные полоскания разведенным один к одному соком. Соки чередовал для лучшего эффекта. Довольно быстро у меня зажили язвочки. И общее самочувствие заметно улучшилось.

Альберт Семенович Финкельштейн

Помогли семена лука

Я очень боюсь хирургического вмешательства. Любая операция, даже самая незначительная, для меня недопустима. Поэтому когда врач поставил диагноз «пародонтоз» и предупредил, что еще немного и нужно будет рассекать десну и вводить внутрь противобактериальные препараты, я запаниковала. Правда, до этого было еще далеко, и вероятность операции была достаточно мала. Но мне хватило и этого.

Врач назначил физиотерапию. В качестве альтернативы традиционным лекарствам я решила попробовать средства народной медицины. Меня особо привлек своей простотой один рецепт. Требовалось только залить столовую ложку семян лука (которых у меня дома множество) полутора литрами горячей воды, обернуть в теплое одеяло и настаивать ночь. Наутро процедить и применять для полосканий. Я без труда следовала рецепту, выполняя полоскания три раза в день. Меня немного смущал только характерный запах изо рта, но это уже естественные издержки. В остальном я осталась довольна полученным эффектом. Воздействие этого настоя помогло предотвратить дальнейшее развитие пародонтоза, в этом я уверена.

Валерия Александровна Мигунова

Укрепляю зубы уриной и соком картофеля

Уринотерапией начала заниматься из-за проблем с желудком. И лишь после того, как я уже полгода занималась очищением кишечника, выяснила, что урина может помочь и в другом вопросе. Дело в том, что у меня всегда были хорошие зубы. Однако с каждым годом я не молодею, и, глядя на своих ровесниц, стала волноваться за здоровье своих зубов. Но свойства урины позволяют укрепить зубы, эмаль, десны и корни, убить

всевозможные микробы, которые только и ждут своего часа, чтобы разродиться какой-нибудь болячкой. Помимо полосканий я добавила в свой рацион сок сырого картофеля. Единственное, что нужно, потом не забыть прополоскать рот водой. Иначе сок, попавший прямо на зубную эмаль, может ее разъесть. Приходится быть очень осторожной. Но дело стоит того. Мало того что меня никогда не беспокоит зубная боль, но и стоматолог подтвердил, что в ближайшее время мне не грозит никакое зубное заболевание.

Лилия Марковна Остапенко

Зверобой с прополисом

По памяти восстановила семейный рецепт профилактического средства от пародонтоза. Когда я была совсем еще девочкой, бабушка с мамой как-то делали на моих глазах эту настойку, и в ее целебных свойствах у меня не было ни капли сомнений. Теперь я и сама вошла в тот возраст, когда пора уже вплотную заняться здоровьем. А уж за зубы надо держаться, особенно нам, пенсионерам. Иначе можно просто на врачах разориться. Настойку делаю так: беру прополис, измельчаю до мелкой крошки, затем помещаю в бутылку зеленого стекла (можно и любого другого темного цвета). Заливаю это дело спиртом или водкой (только крепкой!). Тщательно перемешиваю, чтобы прополис растворился полностью. Затем измельчаю сушеные листья зверобоя и добавляю их в бутылку. Настаиваться она должна пятнадцать дней. Затем достаю из кладовки и фильтрую. Для полосканий беру двадцать капель на полстакана воды. Полощу рот до четырех раз в день. Помогает не только в начальной стадии пародонтоза, но и в более запущенных случаях.

Ольга Петровна Зинчук

Укрепляющий чеснок

Я одним махом и грипп предупреждаю, и десны укрепляю. Для этого пользуюсь долькой чеснока. Ежедневно вечером натираю десны. Можно, конечно, и днем, только люди не поймут, все-таки запах. Хотя меня не смущает. Мне за девками не бегать, а чеснок я и в пищу люблю добавлять. Чем острее блюдо, тем лучше. Никакой микроб меня теперь не берет.

Сергей Иванович Косых

Натираю медом десны

Лечусь медом и прополисом от всех болезней. Как начала когда-то десять лет назад, так и сейчас верю в целебную силу этих продуктов. И с пародонтозом борюсь с помощью меда. Смешиваю его с поваренной солью. Соль предварительно толку в ступке до состояния порошка, а еще лучше использовать жженую соль. Затем кладу кусочек этой смеси на чистую тряпочку и начинаю втирать в десны. Одновременно и массаж десен делаю. Все вместе оказывает чрезвычайное оздоравливающее действие. Я и с врачом поделилась своим методом, может, еще кому пригодится.

Вера Алексеевна Круглова

Настой из почек вербы

У меня прямо под окнами растет верба. Недавно узнала, что настой из ее почек очень полезен. Особенно мне, ведь у меня бывают частые зубные боли. Много раз ходила к врачу, но так и не смогла установить причину этих болей. Врач называет их «фантомными». То есть, может быть, это вообще что-то другое болит. Или бывает, от стресса вдруг все как разное. А жизнь у меня нелегкая. Я и сама уже не молода, а еще у меня на руках мать-инвалид и дочка с ребенком (отец их бросил). Получается, три иждивенца на меня одну. Как тут без стресса? Стала готовить настой: заливаю свежее сырье кипятком, настаиваю, пока не остынет, а затем полощу.

Полина Матвеевна Воздвиженская

Делаю аппликации из мумие

У меня в 65 лет начался пародонтоз. Начался, как у всех, с кровотечения, дурного запаха изо рта, воспаления десен. Но вот рецепт для лечения я себе нашла нестандартный. Я и вообще привержена нетрадиционной медицине. От нашей советской медицины я в свое время пострадала. Правда, не с зубами была история, но тем не менее. На больные десны делала аппликации из раствора мумие. Его разводила в воде до 10%. Аппликации чередовала с ротовыми ванночками. Лечилась почти месяц, но воспаление прошло раньше, примерно с первой недели заметила улучшения. Десны стали менее красными, уменьшилось кровотечение. Полный курс лечения все мои зубные проблемы решил. Не подвела народная медицина.

Вероника Аркадьевна Елизарова

Развилась аллергия на протез

В 70 решила поставить протез, ведь большая часть зубов давно выпала. Набрала по родственникам долгов, отправилась в клинику. Протез поставили красивый, дешевый. Видно, дешевизна меня и подвела. Не надо было экономить. Но я ведь старуха, привыкла каждую копейку считать. А то бы, как все в нашей семье, поставила себе золотые зубы. Но вот чувствую, что-то не так. Десны отекли, во рту был привкус крови. Пошла снова к тому же стоматологу. Сказал, развился у вас гингивит как аллергия на протез. Протез снял, сказал, ставить новый. Ах, я бедная, как не повезло! А надо еще лечиться как-то. Сестра меня повела в больницу, где пиявками лечат. А мне уже какая разница. Деньги зря потратила да еще и заболела. Мне теперь или пан, или пропал. Посмотрели мои бедные десны, точки какие-то намалевали и стали пиявок к ним прикладывать. Больно было, я, бедная, еще и тут натерпелась. И ведь это не один раз делать надо, а курс пройти. То есть я к ним почти две недели ездила. Ах, сколько еще потратила! Вся в долгах, как в шелках. Ну, хоть десны вылечила. Теперь новый протез ставить буду, самый дорогой!

Карина Игоревна Давидян

Лечился сбором трав и плодов

Как ушел на пенсию, увлекся траволечением. С ранней весны и до первых заморозков живу на даче, там же выращиваю лечебные травы, сушу и делаю сборы. А вот зимой в городе делаю отвары, настои. Так и лечусь, на аптеки не трачусь. Еще постоянно покупаю новые сборники рецептов народной медицины. Недавно нашел интересный рецепт сбора для лечения стоматита. Меня самого Бог миловал, а вот племянница моя как раз болела. Я так и обрадовался, думаю, заодно и помогу родне, а то ей уже никакие лекарства впрок не шли. В этот сбор входят сухие плоды малины, черной смородины и облепихи, цветки лекарственной календулы. Настаивал полчаса в эмалированной мисочке, залив кипятком. Потом протер ягоды, настой процедил. Отвез племяннице, она разводила кипятком и пила четыре раза в день. А еще делала полоскания несколько раз в день (тоже растворяла в воде столовую ложку настоя). На вкус он тоже приятный и пахнет хорошо. Как будто и не лекарство, а компот. Лечилась она полторы недели. Почти сразу и она, и ее лечащий врач отметили улучшение. Исчезли язвочки вокруг рта и на деснах. Приезжала вот, благодарилась. Да не меня надо благодарить, а народ, который этот рецепт придумал.

Максим Витальевич Игнашин

Шалфей придет на помощь

Разболелся зуб к ночи. Стал сначала прикладывать полотенце, смоченное в горячей воде. Но становилось все хуже. Потом узнал, что вообще врачи не советуют греть больное место и зубы подвязывать. Можно даже навредить. Я вот тоже подумал, надо что-то другое придумать. Пошел к соседке за аспирином. А та мне говорит: присядьте, сейчас я вам помогу. И стала что-то там в кастрюльке заваривать. Оказалось, шалфей. Налила мне в чашку и сказала полоскать, как остынет. И обещала еще принести. Я прополоскал раз, другой, чувствую, полегчало. Назавтра пошел к врачу: пульпит. А соседке купил шоколадку. Спасибо, что помогла.

Дмитрий Сергеевич Невзоров

Готовила настойку для одной болезни, а вылечила другую

У моего сына начался переходный период, пошли подростковые прыщи. Я нашла рецепт спиртовой настойки из цветков календулы, она хорошо прыщи присушивает. Купила в аптеке календулу сушеную, сделала бутылочку и убрала в темное место настаиваться. А тара была из-под зубных капель. Вечером прихожу со смены, муж меня довольный встречает. Я его спрашиваю, что случилось. А он мне рассказывает, что весь день промучился с зубной болью. Только сейчас дома зубные капли принял, и все как рукой сняло. Как я смеялась! Нету, говорю ему, у нас давно уже никаких зубных капель. А это настойка календулы. То-то он удивился, что вкус странный. Но помогло! Правда, я потом узнавала, календула в самом деле от зубной боли помогает. Такое вот у меня вышло лекарство с двойной пользой.

Мария Тихоновна Глухова

Лечебная самокрутка

Много слышал, что табак помогает при зубной боли. Мне знакомый рассказывал, он много по стране поездил, бывал в такой глухомани, что там до настоящего врача много километров добираться надо. Но люди живут везде, приспособиться могут ко всяким условиям. Вот он-то мне и поведал, как можно снимать зубную боль табаком, вымоченным в кислом молоке. Фокус в том, что вдыхать в себя дым не надо, а только окуривать больное место. А я привык с молодости свой табачок курить да самокрутки крутить, самосад выращиваю на участке. Да и с молоком проблем нет: жена у соседей берет. Так что как представился случай, решил попробовать не таблетками это дело глушить, а натуральными средствами. Сделал все, как положено. Только поначалу сложно

было не вдыхать, потому что привычка годами выработывалась. Но хоть жена порадовалась: какая-то польза от табака. А боль снимает довольно быстро, в течение дня я пару-тройку таких самокруток раскурил, боль и вовсе ушла.

Петр Павлович Миронов

«Застольный» рецепт

У всех есть свои маленькие хитрости, как быстро привести себя в чувство после похмелья или как сохранить трезвую голову на банкете. А у меня есть еще в запасе экстренная помощь, если вдруг прихватят зубы. Так сказать, на всякий пожарный. Ведь на праздниках люди часто теряют всякое чувство меры: едят все подряд, горячее мешают с холодным, а это раздражает зубы. Особенно если они не были в идеальном состоянии. Чаще всего так и бывает. Но я человек бывалый, из-за таких пустяков не паникую. На каждом русском столе бывает один продукт, который всегда поможет снять острую зубную боль. Это самое обыкновенное сало, правда, оно должно быть не соленым, чтобы крупинцы соли не повредили десны. Но соскрести соль особого труда не стоит. Такой вот маленький секрет. Я сам им частенько пользуюсь.

Василий Георгиевич Московский

Втирала урину в десны

Хочу рассказать об уникальном методе, который помог мне и многим моим друзьям. У нас с девочками, как мы себя называем вот уже больше сорока лет, образовался «клуб по интересам». А какой у пенсионерок первый интерес? Конечно, здоровье. Вот мы и собирались друг у друга дома и делились, кого что беспокоит, кто какие лекарства или другие нетрадиционные методы знает, использовал и так далее. Получалось и общение, и конкретная польза. Причем у каждой есть свой конек, кто-то любит травами лечиться, кто-то пиявками, кто-то исключительно таблетками. А тут вдруг одна наша девушка, 67 лет, подкинула идею заняться нам всем уринотерапией. А причина была в том, что у большинства из нас начался или уже прогрессирует пародонтоз. Наша товарка обнаружила сначала, что, если втирать по утрам и вечерам свежую урину в десны, снимается воспаление, оздоравливается вся полость рта. Это уже потом мы очищающие клизмы делать стали. А начинали с втираний. Когда оценили эффект, стали и другие болячки уриной лечить. Вот какой у нас клуб полезный оказался.

Галина Вячеславовна Лебедева

Жевал смолу для укрепления десен

Надумал на старости лет завязать с курением. С 14 лет смолу, а тут все кругом стали ратовать за здоровый образ жизни. У меня внук спортсмен, стыдит деда, мол, что ж ты меня позоришь. В общем, стал думать, чем дурную привычку заменить. Сперва жвачку жевал, но что-то с желудком мне от этого поплохело. Перешел на смолу. Натуральное средство, а у меня как раз дача в Комарово, там же сосны кругом. Так что за сырьем дело не стало. А тут еще оказалось, что мне надо десны укреплять, потому как подрасшатал я их за свою долгую жизнь. И вот я двух зайцев одним выстрелом решил убить. И с куревом завязал, и зубам помог. Это же для них все равно что гимнастика. Слабые мышцы зубы не держат. Правда, у меня теперь вместо одной привычки другая, но от этой хоть прок имеется.

Артем Михайлович Кириченко

Помог ржавый гвоздь

Летом работал на стройке, мужику одному дачу делали. Я еще когда приехал, уже какое-то недомогание зубное чувствовал. А через пару дней у меня такой флюс выскочил, что я совсем не работник стал. Ребята все бросили, потащили меня к какой-то местной бабке, я уж упирался, не верю я во всякие там заговоры. Но бабка меня удивила. Сказала ребятам притащить со стройки ржавый гвоздь подлиннее. Мужики притащили, конечно, хотя говорили, что обыскались. Ну, не было на стройке ржавых гвоздей! Она этот гвоздь буквально сварила в миске в меду. Прямо каша из топора какая-то. Меду, правда, пожалела, только дно прикрыть хватило. Но выяснилось, вся соль не в меду, а в ржавчине, которая с ним перемешалась и стала лечебной. Этой штукой заставила меня себе нарыв помазать и пообещала, что на завтра все пройдет. Я даже заснул в первый раз и проспал всю ночь до утра. А наутро нарыв прорвало. Я этой бабке потом крышу перекрывал. Надо же было старую как-то отблагодарить.

Илья Александрович Андреев

Выбили зуб по пьянке

Поехал с друзьями на шашлыки за город. Выпили мы крепко, слово за слово, завязалась драка. Досталось всем, а мне выбили зуб, передний. Сначала мне показалось, что ничего страшного, кровь немного шла, но и только. Даже к врачу идти не собирался, да и впереди была почти неделя выходных. Но уже на второй день заметил, что изо рта воняет. Вроде зубы чищу регулярно. Потом попросил друга посмотреть, чувствую, место, где был зуб,

побаливает. Он посмотрел, так и ахнул. У меня там гной оказался. Но друг был не промах. Все-таки медицинское образование. Сказал, что вылечит меня за оставшиеся пять дней народными средствами. Предложил полоскать рот мочой. Я сначала его послал, но он мне доходчиво объяснил, в чем польза. А если меня вкус и запах беспокоят, то надо посидеть на диете, не употреблять алкоголь и белковые продукты, тогда моча на вкус будет как вода. Удовольствие от выходных я потерял. Все вокруг пили и ели шашлык, а я один, как дурак, на фруктах-овошах и минералке. Зато как всем плохо было, когда по домам разъезжались, а у меня и зуб прошел, и похмелья никакого. Так что все-таки я в выигрыше оказался.

Денис Данилов

Чесночная каша

Каждую осень и весну, как раз перед началом эпидемии гриппа, начинаю профилактически принимать чеснок. Жую по одному зубчику в день. Правда, на печень нагрузка, но ведь и пользы сколько. Я и от зубной боли только чесноком спасаюсь. Раньше вручную толкла, у меня муж, покойник, так и вообще ударом кулака чеснок давил. А я такой силы не имею. Но недавно купила давилку, проще жить стало. В общем, измельчаю чеснок в кашу, смазываю запястья, потом обвязываю марлечкой и еще слой кашицы выкладываю, а поверх заматываю еще слой марли потуже. И мне, и мужу моему, покойничку, тоже всегда помогало. Боль снимается в несколько часов. Но марлечку все-таки надо повязывать, иначе можно кожу сжечь. Но я всегда осторожно все делаю, главное, меру знать.

Елизавета Григорьевна Левыкина

Лечилась молоком и картофельным соком

Ездил в райцентр зуб удалять, мне врач заодно весь рот осмотрел. Сказал, что у меня начинается пародонтоз. Не замечали, спрашивает, кровь не идет, когда зубы чистите? Замечала, говорю. Я даже стала веточки сосны жевать, чтобы запах изо рта отбить. Врач похвалил, сказал, это и для десен полезно, чтобы зубы раньше срока не выпали. Дал совет: чистить зубы сухим молоком, а полоскать свежим соком картофеля. Сделайте себе такую привычку, говорит, и горя с зубами никогда знать не будете. Сухого молока у нас столько осталось, когда еще гуманитарную помощь в школу привозили. Я там учителем работаю младших классов. Взясась за себя, хотя с трудом мне поначалу давалось. Я же не только в школе работаю, но и хозяйство содержу. У кого есть скот, те знают. Утром рано вскочи,

накорми, корову подои, на выгон сдай, да что рассказывать, так и крутишься с утра до вечера. Каждую свободную минуту тянет подремать. Но мои усилия не прошли даром. Даже на вид зубы стали белее, дыхание свежее. Кровотечение прекратилось. Надеюсь со своими зубами до старости дожить.

Тамара Сергеевна Щербакова

Сок черной редьки

После 60-летнего юбилея стал жить на даче. Квартиру в городе оставил детям, а сам поближе к природе перебрался. Заинтересовался овощеводством, и себе на стол, а излишки даже продавал. Выращивал не только картошку да лук, а такие овощи, чтобы с их помощью здоровье поправить. На самом деле от всех продуктов польза есть, просто о ней не все знают.

У меня любимица на огороде – черная редька. Она и при простуде помогает, и при желудочных болезнях. Недавно прочитал в журнале для садоводов о том, что сок черной редьки снимает зубной камень. А если его постоянно пить, то образование зубного камня прекращается вовсе. Я эту заметку даже вырезал, я собираю всякие полезные советы. А у меня эти камни просто беда. Не успеваю денег накопить, чтобы снова к стоматологу бежать. Жалко только, что с одной редьки не так много сока получается. Подумываю соковыжималку купить, но не знаю, давит ли она из таких овощей сок? А так каждый день принимал, пока все запасы не кончились. Действие от него очень благоприятное. Я и сам заметил, и дети мне сказали, что, мол, папа, на новые зубы разорился? Не разоряться надо, а с умом ко всему подходить, особенно к лечению.

Был месяц назад у стоматолога (я его постоянно посещаю), тот даже удивился такому улучшению. Теперь уже не брошу сок пить. И детей своих уговариваю – это же и профилактика.

Тимофей Владимирович Меньшов

Зубы лечил через уши

Я всегда догадывался о том, что все в нашем организме связано. Каждая точка на теле соответствует какой-то другой точке, которая может быть расположена совсем в другом месте. Недаром китайцы с древних времен массируют стопы, стимулируя при этом различные части организма: кишечник, голову и т. д. Но вот лечить зубы через уши раньше не пробовал. Нашел такой совет в книге народной целительницы. И надо же, как

специально, на следующий день началась сильная зубная боль. А я на даче, под рукой никаких особых лекарств нет. Вспомнил про советы целительницы. Вышел на улицу и сорвал первый же попавшийся листок подорожника. Люди просто не представляют, насколько полезно это растение! Всего за полчаса один листик подорожника снял зубную боль! Я просто положил его в ухо с той стороны, где болел зуб. И не понадобились никакие таблетки.

Андрей Семенович Приходько

Переболел герпетическим стоматитом

Почти в 50 переболел «детской» болезнью – герпетическим стоматитом. Дело в том, что в основном ею болеют малыши до трех лет. А я, видно, пообщался с кем-то, у кого герпес был. У многих ведь это и не заметно. Врач объяснил, что это вирусоносители. Им-то ничего, а у меня такие проблемы. Причем заметил не сразу. Температура поднялась ненамного, подумал, что слегка простудился. Тем более что есть не хотелось. Даже разговаривать было больно, и запах изо рта шел дурной, будто горло болит. Попросил жену посмотреть, не красное ли горло. А там у меня уже весь рот в пузырьках был, воспаленные десны, картина жуткая. Сначала к терапевту пошел, тот послал к стоматологу. Назначили мне противовирусную мазь (оксолиновую) и антигистамины. А для того чтобы пузырьки эти быстрее сходили, травяные сборы врач посоветовал и масло облепихи. У меня была еще легкая форма. Жена стала мне ромашку и шалфей заваривать, но особенно мне помогла облепиха. Мы раньше не знали, что с ней делать. У нас на участке ее много растет. Вот узнали, какая от нее польза бывает. За пару дней сошли «волдыри» во рту, дыхание очистилось. Вернулся аппетит. Правда, стоматолог предупредил, что герпетический стоматит – коварная болезнь. Часто она возвращается через годы, что называется, наступает рецидив. А чтобы предупредить болезнь надо своевременно проводить санацию полости рта. Долго думал, как бы мне это организовать. Выручила жена. Подказала, что можно уриной рот полоскать. И дешево, и сердито. После всех моих мучений долго меня уговаривать не пришлось. Попробовал, дело пошло. Год прошел, пока никакие болячки меня не беспокоят.

Глеб Иванович Кривошеев

Отказался от сладкого в пользу арбуза

Хотя у меня сахарный диабет, долго не мог отказать себе в сладком. Сгущенку ложками ел. А то просверлю дырочку и прямо оттуда пью. Я и сам понимал, что это вредно и

ненормально. Ничего не мог с собой поделать. Пришел к стоматологу, тот мне и заявил, мол, у вас кариес такой, что до пульпита рукой подать. А это вам не шутки! Сказал, что может, конечно, все залечить, но если я буду продолжать свое вредное питание, это будет бесполезная трата времени и денег. После лечения предложил чистить зубы пастой с добавлением морской соли или вообще заменить ее на сухое молоко. Таким образом, зубы будут получать и необходимый кальций. К тому же, заметил врач, сухое молоко куда полезней для меня, чем сгущенное. Не сразу нашел, чем заменить любимый продукт. Потом соседка подсказала: ешь арбуз. Она сама увлекалась арбузной диетой. Для диабетиков это выход. Правда, только на лето. Зато в остальное время питаюсь любыми другими доступными фруктами (кроме бананов, естественно). И зубы не разрушаются, и вес сбросил. Чувствую себя замечательно.

Валентин Степанович Якименко

Деревья-лекари

Я – сельская жительница. Меня всегда тянуло к природе. В ней черпаю отдохновение и новые силы. Есть в траве и деревьях особая энергетика, которая словно подпитывает, даже если просто гуляешь по лесу. Не удивилась, когда и в моей беде мне деревья помогли. Может, это странно прозвучит, но это правда. Стоматолог поставил мне диагноз «начальная стадия пародонтита». Посоветовал не медлить с лечением. Я как услышала, во сколько мне это обойдется, поняла, что скоро не то что без зубов, а без последней рубашки останусь. Стала искать другие методы. Наткнулась на книжку о лечебных травах и лекарственных свойствах деревьев. Меня словно осенило: вот то, что мне нужно. Для себя отобрала парочку советов, которые попроще были. У сосны взяла смолу и веточки, их полезно жевать для укрепления десен. У березы – сок, даже запаслась на лето. А еще почки заваривала, это для полосканий. У облепихи – ягоды на масло, тоже смазывать десны, очень быстро снимает воспаления и покраснения. Еловым отваром полоскала рот, чтобы отбить дурной запах. Вот такие совсем не мистические советы. Я их чередую, в зависимости от времени года, но и так они гораздо доступнее большинства таблеток и мазей. Почти через полгода вновь показала стоматологу. Он меня порадовал, сказал, улучшение очень заметно. И пожелал удачи с моим нетрадиционным лечением.

Ксения Львовна Грищук

Продлеваю жизнь себе и своим зубам

Посмотрела одну интересную передачу про Грецию. Там рассказывалось, что греки потому так долго живут, что каждый день съедают не менее десяти оливок или маслин. Они полезны для сердца и сосудов, не дают развиваться атеросклерозу. А у меня уже холестерин повышенный. Да еще гингивит начался, с людьми разговаривать стесняюсь, как дыхну, так они и морщатся. Полный набор недугов в неполные 60 лет. Решила последовать примеру греков. Заменяла подсолнечное масло на оливковое, стала в день по столовой ложке выпивать. А от дурного запаха избавилась с помощью того же масла, полоскала рот несколько раз в день.

Марина Петровна Зиновьева

Красивая и нужная герань

Мое любимое растение – герань кроваво-красная. Наверное, это идет из детства. Моя прабабушка выращивала их в большом количестве в старых кастрюльках со сбившейся эмалью (тогда цветочные горшки были дефицитом). Этот цветок запомнился мне как символ уюта, домашнего очага. Поэтому и у меня дома растет герань в память о прабабушке. Кроме того, от нее и практическая польза есть, а не только эстетическая. У мужа начали кровоточить десны, помог настой герани. Готовила настой очень просто: заливала две столовые ложки измельченной травы двумя стаканами холодной воды. Потом давала настояться до утра. Муж полоскал рот, меньше чем за две недели кровотечение прекратилось. А уменьшаться оно начало прямо на следующий день. Я была очень рада, что могла помочь мужу, тем более с помощью моего любимого цветка.

Ольга Макаровна Саранская

Куриный белок

После того, как мне удалили зубной камень, начала беспокоить десна. Стоматолог объяснил, что такое бывает. Надо провести несколько профилактических мероприятий, чтобы не началось воспаление. Врач посоветовал делать полоскания искусственным лизоцимом. Он готовится в домашних условиях, и это не требует больших усилий. Дома я смешал куриный белок с чайной ложкой поваренной соли и залил литром кипятка. Врач предупредил, что яйцо обязательно должно быть свежим. Хорошо, что для меня это не проблема. У меня сосед по даче держит кур и всегда меня снабжает. Если бы не поленился, сделал бы и травяной отвар, им вместо кипятка можно белок заливать. Но тут уж я не мастак. Сделал по-простому, как мог. Полоскал после каждой еды, выходило больше пяти раз в день. Мне врач все доступно изложил, какой эффект будет. Это

средство предупреждает воспаления десен, увеличивает сопротивляемость слизистой оболочки, сосуды в тонус приводит. Может, это невооруженным глазом и не заметно, но одно могу точно сказать: десна меня перестала тревожить. Уже полгода, как забыл про зубные болезни.

Алексей Владиславович Пореченков

Атеросклероз и пародонтоз

В 55 появились первые признаки атеросклероза. А «первой ласточкой» стал пародонтоз, который, как я узнал от врача, является частым проявлением атеросклероза. Стоматолог посоветовал проверить уровень холестерина в крови. Как он и предполагал, тот оказался выше нормы. Так я столкнулся одновременно с двумя проблемами. Лечить пародонтоз на фоне атеросклероза оказалось не так-то просто. Врач сказал, что принципиально нужно устранить дистрофию, которая и есть причина заболевания. Пришлось даже изменить режим питания: практически исключить соль, сахар, жиры. Сел на диету, ввел в рацион ягоды облепихи и рябины, ел свежую чернику и абрикосы. Раньше народные травники советовали лечиться отварами и настойками волчьего лыка и руты. Но врач мне это делать отсоветовал, потому что эти растения ядовиты и при некомпетентном использовании принесут вред, а не пользу. Мне он порекомендовал настой корневища диоскореи ниппонской. Таким образом, полоща рот, я нес пользу и своим сосудам, снижал уровень холестерина в крови. Из этого растения производят препараты для комплексного лечения атеросклероза. Но они оказались мне не по карману. Однако и настой принес свою пользу. Это стало заметно уже при следующем обследовании.

Валерий Борисович Корякин

Мне повредили эмаль зубов

Лечила передние зубы, с них удаляли камень, и, видимо, шлифовка истончила слой зубной эмали. Появилась болезненная реакция на горячее и холодное, даже кусать было неприятно. Стоматолог покрыл зубы лаком, чтобы чувствительность уменьшилась. Но мне стало интересно, как вообще можно эту эмаль укрепить. Желательно, не тратя на это безумные суммы. Не станешь ведь обе челюсти лакировать. Совсем по другой причине пришла к уринотерапии. Беспокоили высыпания на коже. Делала примочки и втирания урины. Там же нашла советы и для зубов. Полоскания свежей уриной помогли справиться с проблемой. Кроме того, я воспользовалась и советами народной медицины. Чередовала полоскания уриной со смесью настоек аира и прополиса. На одну столовую ложку аира

брала одну чайную ложку прополиса. Для лечения гипоплазии зубной эмали стоматологи восстанавливают минеральный состав зубов, укрепляют зубы фтором, кальцием. А я стала добавлять в еду толченую яичную скорлупу. Эту хитрость я использовала еще во время беременности. Тогда мне удалось сохранить свои зубы, и теперь надеюсь, что все мои усилия не пропадут зря.

Лариса Георгиевна Иванова

Массаж десен с морской солью

Люблю и умею делать массаж. Еще когда училась на медсестру, дополнительно закончила курсы массажа. Дипломированной медсестрой так и не стала. А навыки массажа мне очень пригодились. Стала в тяжелые времена после перестройки подрабатывать. Потом это стало моим основным заработком. Я постоянно совершенствуюсь, интересуюсь всем, что есть в этой области нового. А тут нашла метод самомассажа десен с помощью морской соли. Это хорошо для тех, у кого больные десны, начинается пародонтоз или как профилактика. У меня когда-то был гингивит, который называют предшественником пародонтоза. До худшего, правда, дело не дошло. Но я теперь вдвойне осторожна. Пуганая ворона и куста боится. Поэтому сделала себе привычкой массировать десны каждое утро. Это не сложно. Сначала я мелко толку морскую соль. Стараюсь, чтобы получился порошок. Потому что крупные частицы соли могут сделать маленькие ранки. Если в них что-то попадет, может начаться заражение. Потом смешиваю соль с зубной пастой. Этим «кремом» и массирую десны. Наношу его на указательный и большой пальцы. Получается, что я как будто беру себя за десну с двух сторон. Массирую по часовой стрелке, а потом обратно как верхнюю, так и нижнюю десну. Если вдруг чувствую, что процедура становится неприятной, прекращаю на несколько дней. Пока что удалось сохранить десны к 67 годам розовыми и здоровыми, как у девушки.

Маргарита Романовна Козлова

Отравился солями тяжелых металлов

В двадцать лет начал работать на вредном секретном производстве. Я бы туда ни за что не попал, если бы папашка мой там не начальствовал. А так он меня сразу на хорошую зарплату взял. Кто же мог подумать, что я там всего пару лет проработаю! А все-таки вывезли меня оттуда на «скорой» полумертвого. Врачи определили отравление тяжелыми металлами. Плюс к тому началось осложнение в виде инфекционного стоматита. У меня

еще до этого частенько кровь из десен шла. А стоматолог, когда потом посмотрел, сказал, что еще и зубные камни кое-где имеются. Так что я и сам немного виноват: не лечился вовремя. Состояние мое было тяжелым. Температура зашкаливала, есть и пить я отказывался, потому что было очень больно. Щеки изнутри покрылись страшными язвами. Я плакал от боли, как ребенок. А еще от ужаса, что все это со мной происходит. В молодости как-то не ожидаешь, что на тебя такое свалится.

Отец тоже был уже не рад, что меня к себе работать притащил. Пичкали меня огромным количеством лекарств. Меня сразу предупредили, что лечение будет недолгим, если все делать правильно. Чтобы на самоизлечение я не надеялся. Заболевание сложное, если его забросить, в полгода можно остаться без зубов. Помимо того, что боролся с основным заболеванием, каждый день обрабатывал все промежутки между зубами раствором марганцовки. Десны смазывал мякотью алоэ. Это мне мама подсказала и алоэ из дома притащила. Еще отыскала рецепт для быстрого отслоения язв. Что-то там она со льном делала. Откуда она его достала, ума не приложу. А мне уже готовая жидкость досталась. Смачивал ватку и прикладывал к больным местам.

Общее лечение стоматита заняло больше недели, хотя легче стало уже через день. Врач сказал, значит, делали все правильно, иначе заболевание затянулось бы. Но это была только одна хорошая новость. В остальном весь мой организм нуждался в радикальной очистке. Делать нечего. Стал кишечник очищать. Мама меня на уринотерапию уговорила. Сказала, она быстрее действует. А еще каждое утро заставляла рот мочой полоскать, чтобы всех микробов убить. Раньше я за здоровьем совсем не следил. Теперь не могу себе этого позволить. Пока до полного выздоровления мне еще далеко. Но уже иду на поправку.

Роман Бирюков

Удалили зуб

Мне случайно дверью ударили по лицу. Сломался передний зуб. Из десны торчал острый осколок. Пришлось его удалять. Чтобы потом не было никаких воспалений, и лунка не кровоточила, врач порекомендовал воспользоваться настойкой зайцегуба опьяняющего. Меня это название рассмешило, поэтому и запомнила. Дома бабушке рассказала, та сразу в аптеку за ним пошла. Сама мне настойку на спирту сделала из листьев. Принимала по чайной ложке с водой три раза в день. Все прошло нормально, потом спокойно пошла протез ставить. А бабушка этот зайцегуб очень полюбила. Делала еще настои для себя, смачивала салфетку и прикладывала к деснам. Ее как раз тогда

беспокоило легкое кровотечение из десен. Так оно у нее быстро прошло, где-то за полторы недели.

Кристина Пурешкевич

Настойка травы душицы

После того как однажды сильно отравилась таблетками (они оказались поддельными), совсем не доверяю лекарствам. Все свои болячки стараюсь вылечить сама. Столько лечебных трав растет в России! Народ веками собирал о них сведения. Грех ими не воспользоваться. С зубной болью тоже справляюсь самостоятельно. Готовлю на водке настойку травы душицы. Потом смачиваю в ней ватку и кладу в дупло больного зуба. В течение дня боль уходит.

Арина Петровна Образцова

Пародонтоз при выраженной астении

У меня здоровья в 60 лет никакого. Гипертоническая болезнь, а при ней выраженная астения. Кто не знает, тому повезло. Утомляюсь быстро, постоянные головные боли, в области сердца неприятные ощущения. Настроение скачет, как при месячных. Частенько мучаюсь от бессонницы. Собственно, я сначала все эти симптомы у себя заметила, а уже по ним врач гипертонию распознал. В общем, нахожусь всего в паре шагов от неврастении. А тут еще одна напасть. Как говорится, пришла беда – отворай ворота. Организм ослаблен донельзя, как тут не вылезти еще какой-нибудь болячке. Начался пародонтоз. Терапевт со стоматологом сошлись во мнении, что необходимо общеукрепляющее лечение помимо местного. Иначе клювик вытащим, а хвостик увязнет.

Назначили мне глюкозу, витамины, успокоительное. Я и сама за дело взялась. Перерыла все свои книжки по народной медицине, нашла хорошее средство. Мне как раз и астенический синдром снять, и десны подлечить. Это лимонник китайский. Принимала по чайной ложке сока ягод каждый день. А еще делала отвар из тех же ягод. У меня подруга его выращивает, так что мне все бесплатно досталось. Всего двадцать минут кипятить, а потом три часа настаивать. Перед приемом нагревала и пила по столовой ложке три раза в день. Перед тем как проглотить, прополаскивала рот. В первую очередь стало на душе легче. Почувствовала, что смогу побороть свои болезни. Да и десны мои пошли на поправку.

Анна Викторовна Решетова

Квашеная капуста творит чудеса

Начитался разных статей в медицинских журналах до того, что чуть не все болезни у себя нашел. Со стороны, конечно, смешно, но мне было не до шуток. Возраст дает о себе знать, я уже в группе риска. Все-таки за 60 уже. Решил, что лучше перестраховаться. Не сразу нашел свое средство. А потом опять-таки в медицинском издании узнал о полезных свойствах квашеной капусты. Я почему заинтересовался: очень я это блюдо уважаю. Жена даже специальную кадку купила, капусту на зиму квасить. А тут еще столько полезных свойств! Предупреждает атеросклероз, укрепляет зубы и десны, выводит холестерин из крови. Просто питаешься ею и горя не знаешь. Да я и по себе заметил, нужная вещь в рационе.

Семен Пархомович Любимов

Гранулема развилась во флюс

Пришла к стоматологу с острой болью. Оказался пульпит. Пока лечили, нашли еще гранулему зуба. Это вроде мешочка с гноем. Он пока что безвредный, объяснил врач, но лечить его надо обязательно. Иначе станет хуже. Там же инфекция, она может спровоцировать болезни совсем другого свойства, более серьезные – сердца, почек, кожи. Я врачу не слишком поверила. Подумала, хочет с меня еще денег страсти. А я и так уже потратилась. В общем, от лечения отказалась. Как же я потом об этом пожалела! Не прошло и месяца, развился такой страшный флюс. Боль жуткая, только на зуб надавишь или куснешь, как будто разрывается что-то в голове. Довела себя до гнойного отека! Сама виновата.

Стала метаться в поисках средства для облегчения боли. Я про ржавый гвоздь слышала, что очень помогает. Да где ж его взять! Вспомнила, что где-то читала про народное средство для снятия боли. Порылась в своих вырезках. Нашла рецепт: в столовой ложке уксуса растворила соль, перец, сахар. Все подогрела и прикладывала к зубу смоченную в растворе ватку. Так ночь просидела. Хоть болезненные ощущения сняла. А утром побежала к врачу. Он поругал, конечно, сказал, горячее прикладывать бесполезно, и повязку согревающую делать лучше не надо. Сделал мне надрез. Гной вышел, через пару дней и отек совсем прошел.

Александра Карповна Тишкина

Подавил гнилостные процессы уриной

Заметил, что изо рта плохо пахнет. Причем не просто так, как бывает, если зубы не почиштишь или что-то вроде лука поешь. Очень не понравился мне этот запах. Он отдавал какой-то гнилью. Я не растерялся, не стал жвачкой запах отбивать. Сразу сообразил, что во рту идут болезненные процессы. А я как раз недавно увлекся уринотерапией. Уже очищал кишечник, и первые успехи меня очень вдохновили. Полистал литературу, там ясно сказано, что полоскания уриной saniруют ротовую полость. Любую гниль смывают. Стал полоскания делать по несколько минут в день. Даже экспериментировал немного. Вставал в четыре утра, в это время самая полезная моча. Собирал среднюю струю. Потом упаривать ее стал. Так она даже действеннее. По крайней мере, у меня довольно быстро наметилось улучшение. Запах исчез, а когда посетил стоматолога, тот сказал, что я сам себя от начинавшегося гингивита вылечил. Врач очень удивлялся, но я ему объяснил, каким методом пользовался. Ничем другим, думаю, я бы так быстро не вылечился.

Максим Алексеевич Горский

Йодная сеточка сняла боль

Разболелся зуб. Сразу пошла и почистила его, чтобы попавшие в дырочку кусочки пищи не причиняли лишнюю боль. Сначала полоскала рот теплым раствором соды. Потом вспомнила, что мама всегда рисовала йодную сеточку в том месте, где сильно болело. Попросила мужа нарисовать мне сеточку на щеке, где зуб ныл. Спокойно легла спать. До утра никакая боль не беспокоила. А на следующий день пошла на прием к стоматологу. Домашние средства хороши в качестве экстренной помощи. А серьезные лечебные мероприятия пусть делает специалист.

Оксана Павловна Гуськова

Кора дуба

Поехал с приятелями на рыбалку. Так хорошо все складывалось: старая компания, отличная погода, богатый улов. Сварили уху, присели у костра. Конечно, водочка в дело пошла. И, видно, не очень-то тщательно рыбу от костей очистили. Зачерпнул ложку, а мне во рту как бритвой по десне провели. Огромную кость оттуда вытащил! Не вру, не смотрите, что рыбацкая. Кровь не то что пошла, а просто-напросто хлынула. Мужики враз протрезвели, кинулись машину заводить. А куда ехать? Пока до города довезут, кто знает, как все повернется. Я уже ошалел, ничего не соображал. Тут один из наших подскочил и кинулся в лес. Нам крикнул, чтобы воду в котелке кипятили. Вернулся с какой-то корой. Я, говорит, от бабки все время слушаю, как полезно отваром коры дуба полоскания

делать. У нее с деснами постоянно беда, хроническое воспаление. Оно, конечно, надо, чтобы кора подсушенная была. Но время поджигает. Кое-как над костром посушили, измельчили тоже, как умели. Быстро отвар мне стготовили. И вот я весь вечер и всю ночь до самого рассвета отваром десну успокаивал. Наутро и котелок опустел, и кровотечение практически остановилось. Мужики потом смеялись, что надо было на ранку пописать, быстрее бы зажила. И зря, кстати, смеялись: моча лучше любого антисептика saniрует. Жаль, тогда не догадались.

Евгений Захарович Быков

Справился с зубной болью с помощью маринада

Люблю и умею делать заготовки на зиму. Еще во времена дефицита, когда все жили на подножном корму, пристрастился к походам в лес. Собранные грибы и ягоды сам засаливал, консервировал, сушил. Не сразу научился, но сейчас, считаю, я уже профессионал. И главное, пока готовил маринады, наткнулся на эффективный метод борьбы с зубной болью. Произошло это случайно. Разболелся зуб, но я решил не обращать внимания, отвлечься готовкой. Начал готовить все для маринования рыжиков. А зуб таки достаает. Налил в одну миску воды, кинул лаврушку и уксус плеснул. Тут снова меня боль отвлекла. Думаю, ладно, сделаю себе раствор соды. Достал вторую миску, налил воды и кинул чайную ложку пищевой соды. А потом так закрутился, что миски перепутал. И по ошибке прополоскал рот не той жидкостью! Самое смешное, что мне полегчало! Подумал я, подумал и решил продолжать полоскания этим «маринадом». Так и пошло: теперь только им и спасаюсь.

Феликс Константинович Ножкин

Фитотерапия сняла отек десны

Мне 60, большую часть жизни вкалывала как проклятая. Нас раньше как воспитывали? К врачу чуть что не побежишь. Пока помирать не будешь, лишний раз врача не потревожишь. Тем более стоматолога. Не те заработки были. Это в нынешнее время все на красоте зубов помешались. В наше время хорошие зубы только у киноактеров да у певцов были. Простой народ тем что есть перебивался. Вот и траволечение раньше никто фитотерапией не называл. А теперь пойдя догадайся, если не знаешь, что за штука такая? А ведь я этой самой терапией всю жизнь занимаюсь. Нарвешь каких травок в огороде или из лесу принесешь, соседка подскажет или в журнале полезный совет найдешь – так и накапливается опыт. Вот кто, например, про кровохлебку знает? Я ею отек десны за пару

дней сняла. Кто-то скажет, надежнее, мол, сразу к доктору бежать. А по мне, ничего нет надежнее, чем то, что своими руками приготовил. Я делала отвар корня кровохлебки: разрезала корешок пополам, потом стаканом воды заливала и кипятила полчаса. Затем, как всякий отвар, как остынет, процеживала. Прикладывала смоченную в отваре салфетку к деснам. Недаром эту траву народ так называл: она всю кровь в себя принимает, останавливает кровотечение не хуже йода.

Зоя Сергеевна Самохина

Воспаление слизистой оболочки полости рта

После перенесенной простуды остаточные процессы привели к воспалению слизистой полости рта. Неприятные ощущения во время еды и не только, весь рот словно покрылся ярко-красной пленкой. Принимать еще какие-то лекарства (антисептики и так далее) не было уже ни сил, ни желания. Нашла в книжке народных советов рецепт настойки арники. Почитала про нее внимательно и обрадовалась – сколько от нее пользы человеку! У меня, как у многих, кому за 50 лет, повышенный холестерин. А настойка арники горной еще и сосуды расширяет. От нее и питание сердечной мышцы улучшается, и холестерин в крови снижается. В общем, я ее столько наготовила, чтобы и для приема внутрь, и для полосканий хватило.

Юлия Антоновна Бабенко

Одуванчики и кресс-салат предупредят пародонтоз

Нашла для себя идеальный способ предупредить пародонтоз. Меня уже давненько подруги этим заболеванием стращали. Вот, мол, погоди, и у тебя зубы посыплются. Вот такие добрые у меня подруги. Наверное, они хотели как лучше. Припугнуть меня, чтобы я какие-то меры принимала. У нас ведь народ как будто о профилактике заболеваний вообще никогда не слышал. А я решила – буду укреплять здоровье, но безо всякой химии. Все эти витамины, которые нам подсовывают псевдодоктора с телеэкранов, – все это ерунда. Они и наполовину так не усваиваются, как те же самые витамины, полученные натуральным путем. Это не я придумала. Спросите настоящих врачей. Тех, которые еще помнят про клятву Гиппократова. Почитала литературу по вопросу возникновения пародонтоза. Все оказалось до смешного просто – мы боеем, потому что не хватает витамина С в организме. Поэтому я обратилась к энциклопедии огородных растений в поисках наиболее богатых этим витамином растений. Оказалось, что кресс-салат, который растет быстрее, чем сорняк, буквально переполнен аскорбиновой кислотой. Причем растет

он в течение пяти дней, и его сразу можно употреблять в пищу. Отлично подрастает как на свежем воздухе, так и на подоконнике. Поистине уникальное растение. И вкусное! А то эти аскорбинки могут и до аллергии довести. У меня одна приятельница их как конфеты ела целыми днями. Так у нее через пару недель все лицо красными пятнами пошло. А от салата никакой аллергии быть не может. А еще летом на огороде растет замечательный продукт – одуванчик. Конечно, его листья надо предварительно вымочить в воде, чтобы убрать горечь. Я его всегда в салат кладу, только недавно узнала, что он тоже полезен, так же как и кресс-салат. Теперь придумала новый рецепт салата. Назвала «Оздоровительный». Пока на зубные болезни не жалуясь. А все профилактика!

Анастасия Ивановна Матросова

Гингивит появился из-за ревматизма

Кто бы мог подумать, что осложненный ревматизм может спровоцировать гингивит! Я-то точно и не подозревала. Это мне стоматолог уже потом объяснил. Мало мне одной болячки, навалилась и другая. И так хожу полусогнутая, так еще и во рту закровило, зазудело в деснах. А потом еще язвочки повыскакивали, от них прямо-таки зловоние исходило. Ох, тошнехонько! Бабулечки мои как узнали, понанесли мне всяких народных «лекарств». Одна айр приволокла, пожуй, говорит, корешок. Так я его чистила, на кусочки нарезала и жевала весь день, только иногда роздых челюстям давала. Другая мне давай сок из картошки пихать, мол, знатное средство. Пару раз рот прополощешь, и недуга как не бывало. Я ни от чего не отказывалась. Все помощь. И правда, полегчало.

Но доктор мне сказал, пока ревматизм не вылечишь, за зубы не можешь быть спокойна. Так вот сподвиг меня на уринотерапию. Сам, говорит, от стольких болезней с помощью мочи излечился. А я и сомневаться не стала. Бывало, поранишься в лесу, так на рану пописают – и все обошлось. Стала примочки делать. Только мне потом объяснили, что этого мало. Надо всю себя почистить. Да еще рот тоже пополоскать. Моча, она со всех сторон сразу подействует. И десны кровоточить перестанут, и отложения солей все вон выйдут. Стала клизмы делать, упаренную мочу пить и ею же рот полоскать. Бог не даст соврать, сейчас хоть в пляс могу. Помолодела, все говорят. Оно, конечно, кто здоровый, тот и молодой.

Татьяна Андреевна Бабушкина

Старинный рецепт принес пользу

Заболели зубы, даже не поняла, с какой стороны. Такая боль, будто блуждающая. То слева прижмет, то справа. А то снизу прихватит. Может, потому что я ноги застудила, прошлась в дырявых сапогах по дождю. Но у меня был записан старый мамин рецепт. Она всегда готовила свою «целебную смесь», как она ее называла, когда у кого-то в семье болели зубы. И я тоже так делаю. Беру иссоп лекарственный (заранее его заготавливаю или в аптеке покупаю), заливаю стаканом воды да еще добавляю пару капель уксуса столового. Перемешиваю ложкой и полощу этой жидкостью рот. Болезненные ощущения уходят где-то через три часа.

Евдокия Витальевна Перепелкина

Настой луковой шелухи

Правду говорят, что нет ничего в этом мире бесполезного. Вот и от луковой шелухи есть своя польза. Я был геологом, объездил все закоулки нашей необъятной Родины. Куда только работа не заносила! При этом жил зачастую в походных условиях. И болячки научился лечить тем, что на данный момент под рукой. Один раз на стоянке у меня начался флюс. Мучился жутко, готов был уже сам себе раскаленным ножом нарыв вспороть. Как Пирогов, провести на себе операцию в полевых условиях. Выход подсказал проводник. Почистил луковицу, но ее убрал, а вот шелуху высыпал в котел с кипятком. Настой сделал крепкий, даже по цвету было видно. Когда он слегка подостыл, проводник дал мне его с наказом полоскать каждые полчаса. Несколько дней подряд я лечился этим отваром. Конечно, приходилось каждый день варить новую порцию. Но лечение шло мне на пользу. Сначала думал, по крайней мере, поможет до первого поселка дотерпеть, а там врач разберется. Но на третьи сутки нарыв прорвало. Я и теперь не брезгую и в городских условиях воспользоваться народной мудростью.

Леонид Александрович Высоцкий

Сама себе нашла проблемы

Я всегда следила за гигиеной зубов, утром и вечером после еды чистила зубы. Но оказалось, что щетка была слишком жесткой. Это повредило эмаль зубов. Это мне стоматолог рассказал, когда я пришла с жалобой на чувствительность зубов. Все из-за неправильного ухода, сказал врач. Но это поправимо. Прописал мне витаминный комплекс, объяснил, как правильно выбрать зубную щетку, какой пастой пользоваться. А я подумала, надо самой разбираться с тем, что натворила. Соседка поделилась историей,

как лечилась уринотерапией. Я заинтересовалась, она принесла мне книги. И там обнаружила простое решение своей проблемы: полоскания уриной. Всего полчаса в день достаточно для того, чтобы укреплять эмаль зубов. Сейчас состояние моих зубов улучшилось. Думаю, это уринотерапия помогла.

Наталья Васильевна Шуранова

Снимал зубную боль водкой

Не подумайте, что я алкоголик какой-нибудь. Но ведь верно говорят, что в разумных дозах спиртное полезно. Красное вино для сосудов хорошо, французы его вообще каждый день пьют, и ничего. Водка, конечно, дело другое. Тут надо меру знать. Я пару рецептов знаю, у меня так еще дедушка лечился. Если, например, в желудке спазм снять надо, махнет, бывало, стопку водки с солью. Ему помогало, а я вот сколько раз пробовал, без толку.

А вот другой рецепт, я его тоже на себе пробовал, мне здорово помог однажды. Дело было на рыбалке. У меня еще накануне разболелся зуб с левой стороны. Подумал, что само пройдет. Ан нет, боль вернулась, да еще похуже прежнего. Пришлось дедушкиным средством спастись. Набрал водки в рот и сажу так. Мужики смеются, мол, глотай, быстрее поправишься. Но фокус весь в том, что глотать нельзя, а надо на больном зубе недолго подержать. Водка вроде как анестезия действует. Обеспечил себе нормальный вечер и ночь, а утром мы уже в город вернулись. Там я самолечением не стал баловаться. Лечился у стоматолога. Но на всякий пожарный случай дедушкины советы крепко запомнил.

Николай Федотов

Никак не могла остановиться на одном методе лечения

Я по гороскопу Весы. Как свойственно этому знаку, вечно колеблюсь, часто не могу принять решение, особенно если надо выбрать из двух альтернатив. Из-за этого недавно со мной случилась неприятная история. Я довольно болезненный человек, каждое недомогание меня так расстраивает, что я теряюсь, вместо того чтобы решительно действовать. Когда у меня начался флюс, у меня опустились руки. Я не знаток народной медицины, а к стоматологу идти боюсь. Стала подруг обзванивать. Мне насоветовали лечить флюс раствором поваренной соли. Мне показалось, что это самый простой и безболезненный способ. Сделала 10% раствор, смочила ватку и, приложив к больному месту, села ждать, когда пройдет боль.

Прошел день, другой, а нарыв так и не прорвался. Я забеспокоилась. Позвонила подруге. Та подтвердила, что я все делаю правильно. Мол, через десять дней все пройдет. Тут я и вовсе впала в шоковое состояние. Побоялась ждать так долго. Пересилила свой страх и пришла на прием к стоматологу. Тот меня быстро на операцию. Сделал надрез, гной вытек наружу, поставил какую-то резиновую штуку в рот. Объяснил, что это надо, чтобы ранка не зарастала. Пару дней так походила, ни есть, ни пить неудобно. Я ее рукой немножко подвигала, думала, поудобнее поставить, а она и выскочила. Я расстроилась, но к врачу идти постеснялась. Подумала, скажет, что совсем старуха дурная. Мне сначала полегчало, а потом, чувствую, гной прямо во рту копиться стал. Мне другая подруга дала совет – полоскать рот свежей мочой. Моча, сказала она, гной уберет начисто. И вообще, надо было сразу примочки уриной делать, а не метаться туда-сюда. Подруга, конечно, права. Я сама виновата. Но вот теперь выбрала для себя оптимальный метод лечения. Нагноение и в самом деле прошло за считанные дни. К стоматологу я потом все-таки сходила (но к другому). Тот мне ранку на всякий случай обработал, но подтвердил, что со мной все в порядке.

Жанна Михайловна Таранова

Народное средство вместо аспирина

Меня горький опыт научил. Последовала глупому совету. Да что удивляться: это очень распространенное заблуждение. Думаю, дай с людьми поделюсь, чтобы не сплеховали. Заныл зуб, а я на дежурстве (я сторожихой работаю). С поста уходить никуда нельзя, сразу с работы полетишь. Позвонила знакомой за советом. А она говорит, если есть под рукой, приложи к десне над больным зубом аспирин. Я в аптечке порылась, там большинство лекарств вообще просроченные. Но аспирин еще пригодный нашелся. Положила таблетку, куда сказано, сама радуюсь, что сейчас полегчает. А мне с каждой минутой все хуже. Наконец невмочь стало боль терпеть, выплюнула. Такое было ощущение, словно мне десну прижигали. Теперь у меня и десна, и зуб болели. Сменилась и пошла к дежурному стоматологу. Тот мне быстро мозги прочистил. Ни в коем случае, говорит, нельзя так делать! Можно слизистую сжечь. У вас почти уже ожог получился, хорошо, что вовремя бросили себя мучить. В другой раз, говорит, если что, воспользуйтесь лучше проверенным средством. Порекомендовал мне вот какой рецепт: смешать соль, тертый чеснок и лук в равных пропорциях. Эту кашицу прикладывать к больному зубу в дупло. Сверху ваткой прикрыть и держать там минут десять. Боль уйдет, и никаких дурных последствий от самолечения.

Светлана Николаевна Боярова

Простокваша с чесноком

Перенесла инфекционный стоматит. До этого долгое время лечилась антибиотиками, организм был просто-напросто истощен. Если бы не появился стоматит, развилось бы что похуже. Но и эта болячка не из приятных. Я помню, у моей знакомой сын, когда был еще трехлеткой, болел. Так его вообще еле откачали, у него уже температура зашкаливала. А у меня даже и не поднялась. Я, скорее, по разбухшим лимфатическим узлам поняла, что со мной что-то неладно. Что аппетит пропал, это меня не очень насторожило. Пошла к терапевту, а тот меня в стоматологию послал. Там мне всего навывписывали, а я их послушала и говорю, а попроще нету средств, чтобы без химии. Врачиха надо мной сжалилась, дала почитать книгу по народной медицине. Может, что-то найдете, говорит. Я всю книжку пересмотрела, но только один подходящий совет отыскала. Там всего-то и надо было, что три зубчика чеснока и простокваша. Поставила сразу молоко скисать. В конце второго дня смешала с готовой простоквашей растертый чеснок. Потом эту кашицу брала в рот и языком распределяла по деснам. Там у меня уже и язвы появились. Так вот, их надо было целиком покрыть лечебной смесью. Сначала немного жгло, но я знала, что так и должно быть. Это надо перетерпеть. Держала, пока жжение не проходило. И так по три раза в день, не скажу, что помогло моментально. Но улучшение заметила почти сразу. Больше недели, наверное, ушло, чтобы я совсем выздоровела. Кроме того, я боролась с авитаминозом. Ведь это тоже одна из причин стоматита. Таблетки не пила, а питалась овощами и фруктами, богатыми витаминами, особенно витамином С. Видимо, общее оздоровление организма помогло и в борьбе со стоматитом.

Дарья Валерьевна Хващевская

Настой ромашки с борной кислотой

Вылечила стоматит у своей пятилетней дочки. Подозреваю, что заразу она подхватила в детском саду. Мы потом из него в другой перевелись. Что-то подозрительно часто она там болела. А потом это. У детей стоматит тяжело протекает. Ребенку не то что есть, но и глоток сделать неважно. Весь рот изнутри и даже губы и щеки в алых язвочках. Жуткое зрелище для матери. Естественно, я не стала медлить и вызвала врача сразу же, померила дочке температуру. Градусник показывал почти сорок градусов.

Врач назначила лекарственные препараты, а для полосканий посоветовала более щадящее средство. Чтобы не перегружать детский организм таблетками, порекомендовала

приготовить самим настой из аптечной ромашки. Он и с воспалением борется, и как антисептик работает. Мне показалось, что это здравая мысль. Купила в аптеке сушеные цветки ромашки и борную кислоту (ее посоветовала добавить врач). Дома залила и то, и другое стаканом кипяченой воды. А потом мы с моей девочкой стали ротик полоскать. Как ей, бедняжке, тяжело пришлось! Но благодаря настою десны стали успокаиваться. Через несколько дней она уже могла почти безболезненно кушать. А там скоро пошла на поправку.

Елизавета Анатольевна Дятлова

Лекарство росло на участке

Для меня дача – самое родное место. Я там отдыхаю душой. И пользу от участка тоже стараюсь получить. Много выращиваю и на еду, и для здоровья. Но никогда не ожидала, что мне поможет растение, с которым я упорно боролась. Весной пол-огорода заросло плауном. Может, кому-то нравится, что весь участок в папоротниках, но у меня были другие планы. Я хотела посадить огород лекарственных трав, красиво оформить, место еще прошлой осенью выбрала. Стала бороться с плауном. А он спорами размножается, так что я его травлю, а он, зараза, в другом месте появляется. Потом меня отвлекла болезнь. Стали кровоточить десны. Стоматолог определил гингивит, сказал, что грануляции разрослись. Я не очень поняла, что он имел в виду, но, видно, ничего хорошего. И надо же так случиться, что в этот момент мне попала книжка по лечебным свойствам растений. Ко двору пришлось, ничего не скажешь. Я и так ведь собиралась эти растения сажать. Оказалось, что одно из них у меня растет и может мне помочь. Для меня было откровением, что те самые споры, которые я так стремилась уничтожить, могут остановить кровотечение. Попробовала сделать порошок из спор плауна, главное, что у меня рос булавовидный плаун, то есть то, что надо. Я им присыпала десны. А еще чередовала присыпания с аппликациями. Их делала, смачивая салфетку в отваре тех же спор плауна. Понадобилось что-то около трех дней, чтобы сильное кровотечение прекратилось. А плаун красуется у меня сегодня на почетном месте у входа в дом. Да и грядки с лекарственными травами я тоже завела. Теперь на себе знаю, как они бывают полезны.

Инна Никитична Назарова

Горец перечный от гингивита

При гингивите воспользовалась советом своей мамы. Она у меня всегда интересовалась нетрадиционной медициной, собирала полезные рекомендации, рецепты различных настоев и отваров. И тут мне тоже подсобила: оперативно отыскала в своих вырезках такой нехитрый способ для снятия кровоточивости десен. На траве горца перечного делается настой, он уменьшает проницаемость сосудов. Кровь лучше свертывается. Я маме доверяю, она меня ни разу еще не подвела. Я пошла в аптеку, но горец этот нашла не сразу. Купила его у одной бабульки, которая рядом с аптекой травками торговала. Она их сама собирала и сушила. Я сперва засомневалась, но бабулька была на вид не пьянчужка, все у нее чистенько и аккуратненько, все травки по отдельности завернуты и надписаны. Взяла и не пожалела. Делала аппликации смоченной в настое тканью. Довольно быстро почувствовала себя лучше. Перестала ощущать вкус крови во рту. Даже на вид десны казались здоровее. Спасибо маме, что надоумила.

Елена Васильевна Билык

Прикладывала сырые клубни любки двулистной

Прочла в справочнике по лекарственным растениям о любке двулистной. Ее еще называют в народе «ночной фиалкой» или «любовным корнем». Это потому что ее ночные бабочки опыляют. А любовным – потому что раньше из нее приворотное зелье готовили. Считалось, если мужчина съест тот из клубней этого растения, который больше по размеру, то у него будут рождаться мальчики, а если женщина съест малый клубень, то будет рожать девочек. Меня эти суеверия посмешили. Меня заинтересовали совсем другие его свойства. Так получилось, что я столкнулась с этим лечебным растением, когда еще ничего про него не знала. Мы с моей знакомой, которая увлекалась сбором лекарственных трав, выбрались в лес за ягодами. Уже глубоко в лесу у меня жутко разболелся зуб. Тут-то знакомая и выручила меня. Она огляделась вокруг и, нагнувшись, выкопала какое-то растение. Промыв его клубень из бутылки с водой, разрешила и сказала приложить к больному месту. В течение часа боль ушла. Единственное, знакомая предупредила меня, что выкапывать любку запрещено, да и не имеет смысла. В огороде она не приживается, ей не хватает той особой микрофлоры, которая существует вокруг нее в лесу. Так что лучше приобретать это растение в аптеке в виде порошка. Правда, надо учесть, что там оно чаще называется «корни салепа». Как раз после того случая я и начала собирать любую информацию про это растение. На всякий случай закупила его порошка. И он снова мне пригодился. На этот раз я использовала отвар. У него необычное

приготовление: разводишь водой сначала в малом количестве кипяченой воды, а затем добавляешь почти в десять раз большее количество воды, пока не получится густая масса. На вид она напоминает слизь. Но на вкус ничего противного. На Востоке из любки двулистной даже напиток делают, а на Кавказе добавляют в пищу, вроде как приправу. Хорошо снимает зубную боль и не только.

Надежда Петровна Минина

Спасло «божье дерево»

Я специалист по славянскому фольклору. Неоднократно ездила в экспедиции, особенно меня интересовала тема наименований древними славянами различных растений, в первую очередь лекарственных. Почему в первую очередь? Дело в том, что чем больше пользы приносило растение, тем больше у него было названий.

Одним из наиболее почитаемых на Руси было «божье дерево». В наше время его чаще называют полынью лечебной. Ее ценили не только наши предки. Недаром название вида означает по-гречески «бессмертный». В общем, мне стало любопытно, чем же оно заслужило такую признательность в веках. Оказывается, ее выращивают в качестве лекарственной травы еще с античности! И теперь многие сажают ее в садах для красоты и для пользы. Тоже пленилась изяществом этого неприхотливого растения и посадила у себя на даче. И, как потом выяснилось, не зря.

Летом приехала в отпуск на дачу и засела за статью в университетский сборник. В такие моменты меня лучше не отвлекать, я вся ухожу в работу. Обычно родные стараются держаться подальше и остаются в городе. Так что я работала в одиночестве, пока меня не отвлекло зубное недомогание. Причем сначала я решила его просто игнорировать. Но боль с каждым днем становилась сильнее. Наконец я уже не могла отвлечься даже работой. Надо было срочно принимать меры.

Под рукой оказались мои заметки о полезных свойствах «божьего дерева», решила провести эксперимент. Приготовила настой из листьев полыни, причем не обычный, а сгущенный. На практике это означает, что он не такой жидкий, больше напоминает некую массу. Этим средством полоскала рот, стараясь, чтобы большая часть попадала на больную сторону. Таким образом лечилась неделю. На второй день почувствовала себя лучше. Болезненные ощущения стали снижаться. К концу недели прошли совсем. Это избавило меня от поездки в город к стоматологу, что основательно испортило бы мне отпуск.

Екатерина Евгеньевна Медведева

Способ для экстренных случаев

Часто езжу в лес, когда за ягодами и грибами, когда на охоту. Теперь уже реже, оно и понятно, возраст берет свое. А раньше ни один год у меня не проходил без таких поездок. Старался в лесу обходиться самым необходимым. У меня накопилось множество практических советов, как справиться с экстренной ситуацией в лесу. Вот, например, застала врасплох зубная боль. Безо всяких таблеток могу ее снять. Завариваю в котелке еловую или сосновую веточку. Кипячу не меньше пяти минут, чтобы получилось что-то вроде отвара. Потом остужаю, но не до конца, а чтобы отвар еще теплый был. Полощу им рот столько, сколько потребуется. Обычно помогает быстро. Хватает одного котелка. Это, конечно, для тех случаев, когда нет возможности обратиться к врачу. Если боль только предвестник более серьезного заболевания, нужно обращаться к специалисту.

Матвей Семенович Николин

Смазывала десны розовым вареньем

Это «крымское» средство мне подсказала жена брата. Как местная жительница, она каждый год делает заготовки, в том числе варит варенье из лепестков роз. Это несложно, да и у нее весь сад засажен розами. Добавляешь сахар, как в любое обычное варенье, никаких секретов. Потом плотно закупориваешь в банки и убираешь на зиму в кладовку. В первый раз она прислала мне баночку, а в письме приписала, что это средство от ангины и стоматита. Я удивилась, как это сладкое блюдо может от таких болезней помогать? Еще малиновое варенье при простуде, это понятно. Но что такого полезного в лепестках роз? А потом девчонки мои обе свалились сначала с ангиной, а потом на фоне ее развился стоматит. Тут мне и пригодился подарок. У девочек сильно болели десны, трудно было жевать и глотать из-за язвочек, обложивших весь рот. Но сладкое «лекарство» они позволяли наносить на десны. Оно смягчало и уменьшало боль. Конечно, мы лечились и лекарственными препаратами. Но и я, и мои девочки уверены: вылечиться было бы гораздо труднее, если бы не вкусное варенье из лепестков роз.

Ольга Ильинична Волкова

Ванилин от зубной боли

Народные средства не раз выручали в трудную минуту. Я человек небогатый, поэтому это особенно ценю. Подруга подсказала, как можно запросто снять боль, если тревожит

зуб. Я один раз ее советом воспользовалась и теперь всегда так делаю. Если заныл зуб, беру щепотку ванилина и кладу в дупло больного зуба. Не знаю, как так получается, но боль стихает за несколько часов.

Мария Дмитриевна Ксенофонтова

И травами, и уриной

Если кто скажет, что лечиться народными методами, значит, свое здоровье губить, пусть меня послушает. Я стараюсь к врачам обращаться только в самом крайнем случае. А с тех пор, как уриной терапией занялась, таких случаев вовсе не бывает. Я и про лечебные травы не забываю, совмещаю и то, и другое. Перенесла инфекционный стоматит. Лечилась настойкой зверобоя на водке (одна ложка травы на пять частей водки). Она и как вяжущее средство работало, и воспаление снимало. Полоскала и принимала внутрь. Для полосканий разводила по тридцать капель на пол-литра воды. А пила по пятьдесят капель ежедневно. Как язвы у меня сошли, стала полоскать рот уриной. Это лучшее средство для санации ротовой полости, так специалисты говорят. А я им доверяю, мне урина от многих недугов шибко помогла. Вот и болезнь отступила. А сколько бы на лечение денег ушло, страшно подумать.

Лидия Витальевна Юкина

Мне удалили зубной камень

Пусть зубной камень не то что камень в почках, но тоже штука неприятная. Не столько болит, сколько внешний вид зубов портит. Да и запах изо рта тоже из-за этих самых камней. Ну и если их не удалять, микробы всякие начинают плодиться, а там, глядишь, и что посерьезней случится: гингивит или пародонтоз. А у меня зубной камень был на передних зубах, очень заметно. Может, в моем возрасте и не след о красоте думать, но о здоровье-то заботиться надо! Отложил сумму, пошел к стоматологу. Неприятная процедура, но не страшно, потерпеть можно разок. Главное, чтобы потом все назад не вернулось. После надо полоскания делать, чтобы образования камня предотвратить. Мне что врач посоветовал, я то и делал. Купил в аптеке зверобой и календулу, сам все приготовил. Из календулы настойку, это, значит, на спирту, а из зверобоя настой, это вообще проще пареной репы. Заливаешь кипятком, как чай, и через пару часов уже готово. Чередовал свои лекарства: раз зверобоем полоскал, раз календулой. Через месяц пришел на осмотр, так все в порядке. Правда, врач порекомендовал полоскания еще

продолжать или хотя бы по неделе раз в месяц делать для профилактики. Я не ленюсь, полощу. Не сложно, зато болячек уже никаких.

Ефрем Константинович Павленко

Десны больше не кровоточат

Я не большой любитель народной медицины. Уж больно шарлатанством отдает. Вот жена у меня ни одной передачи или статейки на эту тему не пропускает. Я над ней раньше смеялся. Но один раз мне ее увлечение помогло. Заметил, что при еде постоянно чувствую во рту кровь. Потом и вовсе сильно пошла, зубы чищу – кровь сплевываю. Не ожидал, даже страшно стало. Жена успокоила, мол, эту проблему решим быстро. Полезла по шкафам, достала какой-то порошок и травку сушеную. Я, конечно, поинтересовался, что за отравка. Жена сказал, это не отравка, а надежное средство, кора дуба (это порошок) и липовый цвет. Залила все кипятком и пару минут держала на огне. Потом дала постоять, чтобы остыло. Процедила сквозь ситечко и в стакан мне налила. Полощи, мол, пока отвар теплый. Так я неделю полоскания поделал, смотрю, и правда, помогает. Крови меньше стало. Я лечение продолжил. За месяц кровоточивость прошла. Над жениным увлечением теперь не подшучиваю. Мне и самому любопытно стало, что там еще полезного народ придумал.

Анатолий Владимирович Нестеров

Натирал десны соком подорожника

Когда у меня обнаружилась начальная стадия пародонтоза, обратился к народной мудрости. Пролистал пару лечебников да травников. Нашел-таки подходящий рецепт. Очень полезен для больных и слабых десен сок подорожника. Трава это у нас прямо под ногами растет, далеко ходить не надо. Хотя лучше, конечно, в малонаселенных местах его собирать, там он чище. Правда, надо заготавливать сразу много, потому что иначе с одного листика сока будет – кот наплакал. А потом когда соком запасся, стал в десны его втирать. Воспаление снялось моментально. Сейчас продолжаю втирания для укрепления здоровья зубов.

Максим Александрович Уразов

Отказался от зубной щетки

Почитал медицинскую литературу по вопросу профилактики зубных болезней. Всю жизнь меня учили, что надо чистить зубы утром и вечером с помощью зубной пасты и

щетки. И тут я узнаю, что зубная щетка – вредная вещь! Она «соскребает» эмаль с зубов, оставляя на ней царапины. Лучше всего пользоваться... собственным пальцем. Я так прикинул, логика в том, конечно, есть. Еще больше меня заинтересовало предложение вместо пасты чистить зубы порошком обугленных баклажанов. Удивительно мне было это читать. Но решил попробовать, а то смотрю, у моих ровесников уже вставные челюсти появляются.

Привез на дачу кило синих баклажанов, развел костерок и обугливал плоды над огнем. Почему не в квартире над газом? Потому что при таком способе не выделяются полезные вещества, ради которых это все и затевалось. Соседи ходили кругами, мол, что ты там колдуешь. Думали, я шашлык делаю. Получился в итоге порошок черного цвета. Стал раз в неделю им пользоваться. Обмакивал палец в этот порошок и чистил. Отбелил зубы, а ведь до этого курил больше двадцати лет, и никакая разрекламированная зубная паста мне не помогла. Следы никотина с зубной эмали сошли со второго раза. Потом нашел замену баклажанам. Стал пользоваться древесной золой. А когда с дачи в город уехал, дома сжигал спичку (без серной головки). Этого хватало на один раз. Зубы у меня лучше, чем в молодости были: крепкие, белые.

Руслан Кириллович Варычев

Веточка дуба от зубного недуга

Каждую весну стараюсь выехать на природу. У меня совсем недавно появилась дача, спасибо детям, для себя покупали, а езжу все больше я. За зиму в городе организм устает, ему нужна биоэнергетическая «подпитка». Утро начинаю с гимнастики на свежем воздухе, совершаю долгие прогулки, принимаю солнечные ванны. Еще полюбила в последнее время пить березовый сок. Почки у меня не самые здоровые, а березовый сок и зубам помогает, чтобы не кровоточили и не шатались. От зубных болезней есть у меня своя особая профилактика. Ничего особого для нее не требуется. Рядом с домом в леске стоит могучий дуб. Ему, видно, уже много лет. Я к нему прихожу, здороваюсь, как с добрым знакомым. Отламывая веточку, прощения прошу. Деревья, они ведь тоже живые. Дома подсушиваю на печке. На ночь ставлю веточку в стакан с водой. К утра она размокнет, тогда зубами как бы разминаю кончик. Получается что-то вроде веничка. Им чищу десны и зубы, вместо щетки. Такой массаж очень полезен, а кроме того, дуб обладает полезными веществами, укрепляющими корни зубов. Не зря народ кору дуба от зубной боли применяет. А весной вдвойне необходимо такие процедуры проводить, хоть

раз в месяц. Ведь это пора авитаминоза, а именно из-за него в пожилом возрасте чаще всего развивается пародонтоз.

Нина Геннадьевна Веригина

Настойка от всех зубных проблем

У меня научный склад ума, ко всякой проблеме подхожу серьезно и вдумчиво. Никогда не брезговал народной медициной как те, кто готов за валюту продать и проклясть все родное. Человек должен прислушиваться к советам своих предков, живших на той же земле, которые изучали веками окружающую их природу. Наша среднерусская природа богата лекарственными растениями, почему же мы перестали доверять своим традициям? Я уже в немолодые годы к этому пришел и детей своих теперь учу не кидаться чуть что за микстурами да таблетками, которые неизвестно из чего и кем сделаны. Сам стараюсь лечиться только народными методами. Уже много лет делаю настойку, которая меня от всех зубных болячек спасает. Собираю листья малины, дуба и мяты и измельчаю специальным ножом. Нарубленные листья ссыпаю в приготовленную бутылку, потом туда же заливаю разогретый винный уксус. Три дня все это настаивается в кладовой. Настоем полощу рот, когда зубы беспокоят. Внучке давал пить, когда у нее гипоплазия обнаружилась. Она укрепляет зубную эмаль. А вот зятю пригодилась дурной запах изо рта отбивать. Всем моя настойка угодила.

Никита Анатольевич Демин

Лекарство с огорода

Не многие теперь помнят, что до появления в петровское время на Руси картофеля основным продуктом питания наших предков была репа. Не случайно появилась сказка именно про репку, а не про гигантскую картошку. Это на самом деле чрезвычайно полезный продукт, который совершенно незаслуженно впал в немилость. Я на своем участке решил хоть и в частном порядке, но возродить славную традицию выращивания репы. Кроме отменного вкуса у нее и полезные свойства имеются. Настоем репы я спасаюсь от зубной боли. Мелко-мелко нарезаю плод, так чтобы на две столовые ложки хватило. Заливаю их в мисочке стаканом кипятка и варю на слабом огне минут пятнадцать. Знатное средство, за несколько процедур снимает зубную боль напрочь.

Дмитрий Алексеевич Патрикеев

Моментальное средство

Сейчас такая жизнь, что всегда некогда. Я – современная женщина, на мне и семья, и работа. Времени на себя почти не остается. Если что-то заболит, нужно лечиться быстро и эффективно. Таблеток пытаюсь избегать, слишком много примеров перед глазами, когда люди, особенно женщины, привыкают к таблеткам, как к наркотикам. Я же недавно открыла для себя чудесную силу эфирных масел. Мне подарили набор масел на день рождения. Они не только обладают приятным запахом, но и излечивают множество болезней. Мой любимый запах – аромат чайного дерева. А еще он смягчает зубную боль. Я обычно капаю не больше десяти капель в стакан с кипяченой водой и полощу рот. У меня даже на работе лежит маленький флакончик на всякий случай. Я тогда ватку смачиваю в растворе и прикладываю на больное место. Во время рабочего дня это истинное спасение!

Алена Федотова

На природе помогла черемша

Выехал с родней на природу шашлыков поесть. Я за рулем, так что водка мимо меня прошла, да и половина закуски тоже. Я, слава богу, и не любитель этого дела. Мяска пожевал, и то хорошо. И тут чувствую, как гвоздь в зуб заколачивают. Может, от горячего разболелся, не знаю. Все сразу стали мне советы давать, как от боли избавиться. Кто-то советовал водкой прополоскать, кто-то соли в дупло насыпать. А теща с черемшой подступила. Я тебя, говорит, мигом вылечу. Подавила черемшу в кашу и сует мне, давай, мол, прикладывай к зубу. Ну, делать нечего, послушался. И сам не поверил, в один момент боль прошла! Праздник спокойно прошел, а уж потом я к стоматологу наведалься. Оказался пульпит. Но тогда черемша меня здорово выручила.

Федор Давыдов

Анальгин разрушает эмаль зубов

Раньше всегда прикладывал к больному зубу половинку таблетки анальгина. Кто-то мне когда-то дал совет, мне помогло, вот я и взял на заметку. Так потом и таскал с собой постоянно упаковку анальгина, у меня работа такая, весь день мотаешься по городу, иногда даже в область заносит. Никогда не знаешь, где окажешься. Вот мне и казалось, что я нашел хорошее средство от основных недугов. И голову им же лечил. Но вот жена посмотрела передачу про зубные болезни. И как набросилась на меня, что ты, говорит, с собой делаешь? Травишься анальгином, а от него эмаль с зубов облезает. Отобрала у меня все таблетки. А чем, говорю, мне спастись? Водкой, что ли? Жена при

этих словах забегала. На, говорит, и сунула мне бальзам «Звездочка». Это универсальное средство, головную боль снимает, от насморка спасет, а если зуб заболит, помажешь десну или кусочек в дупло положишь. Пока не попробовал, сам не верил, что поможет. Не врала жена, отличное средство. Запах, правда, резкий, но я уже привык.

Виктор Михайлович Северцев

Заваривала гвоздику

Как вышла на пенсию, полюбила готовить. Раньше все быстро-быстро, семья-то большая, надо и суп, и второе, и завтрак, и обед, и ужин. Каждый день готовить кого хочешь утомит. Но вот появилась возможность готовить в свое удовольствие. Начала экспериментировать, столько нового узнала! Особенно уважаю приправы. По моему мнению, в них кроется вся прелесть блюда. А про лекарственные свойства одной из приправ узнала совсем недавно. Оказалось, гвоздика снимает зубную боль. Я ее завариваю в кипятке, буквально пару штук. Затем набираю этот отвар в рот и, не глотая, держу пару минут у больного зуба. Выплюываю и так далее, пока боль не стихнет. Даже на вкус это «лекарство» очень приятное. К тому же оно из тех, что помогают почти мгновенно.

Любовь Николаевна Колинчук

От зубной боли – точечный массаж

Меня научила попугчица, как избавиться безо всяких таблеток от зубной боли. Я ехала в Севастополь, почти за два дня сдружилась с соседкой по купе. Она была поклонницей всех видов массажа, показала мне несколько самых простых способов снимать головную и зубную боль. Запомнила на всякий случай, но не думала, что это и на самом деле действительно. Но случай представился попробовать. На пляже резко разнылся зуб. Сначала я массировала виски с обеих сторон минут пять, не меньше. Зуб болел справа, так что я массировала левую руку, место между большим и указательным пальцами. Через пять минут почувствовала облегчение.

Нелли Львовна Жигулева