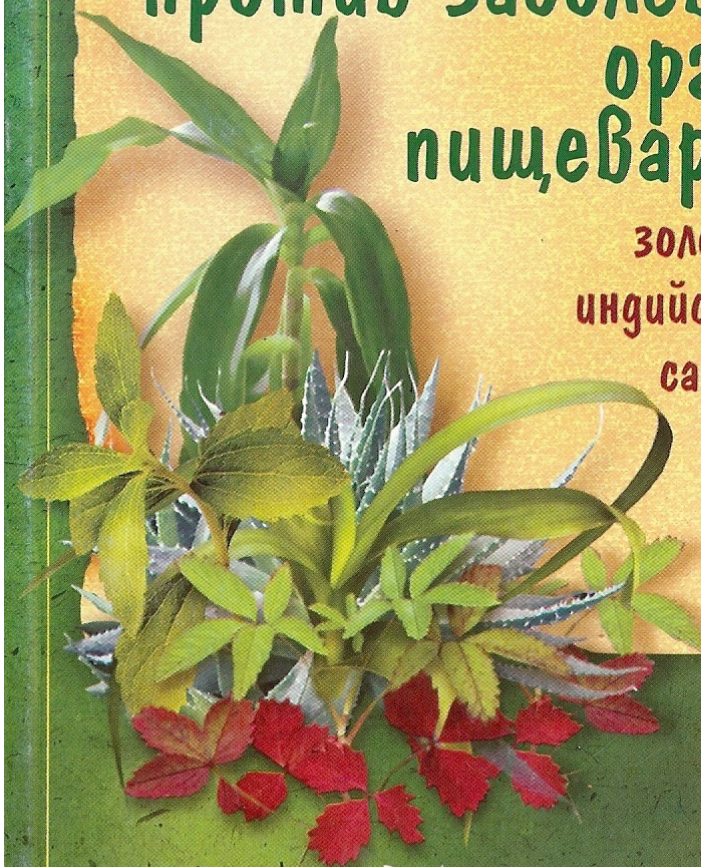


тропинка к здоровью



Александр Кородецкий
Зеленая аптека
Кородецкого
против заболеваний
органов
пищеварения

- золотой ус
- индийский лук
- сабельник
- стевия
- алоэ



 ПИТЕР®

А. Кородецкий

Зеленая аптека Кородецкого против заболеваний органов пищеварения

Серия «Тропинка к здоровью»

Заведующая редакцией
Руководитель проекта
Литературный редактор
Художник
Корректоры
Верстка

В. Малышкина
Т. Яценко
И. Проворов
С. Маликова
Е. Владимирова, И. Проворов
В. Кучукбаев

*Данная книга не является учебником по медицине.
Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.*

ББК 53.525 УДК 615.3

Кородецкий А.

К68 Зеленая аптека Кородецкого против заболеваний органов пищеварения. — СПб.: Питер, 2006. — 96 с.: ил. — (Серия «Тропинка к здоровью»).

ISBN 5-469-01436-3

Новая книга известного петербургского целителя-травника А. Кородецкого посвящена лечению желудочно-кишечного тракта.

Заболевания пищеварительной системы — одни из самых распространенных недугов современного человека, но и они поддаются лечению методами народной медицины. В этой книге вы найдете множество уникальных авторских методик и рецептов естественного лечения и профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта, очищения организма, стимуляции пищеварения. Они помогут вам избежать приема сильнодействующих лекарств и даже операций.

Эта книга дарит надежду, а значит — выздоровление.

© ЗАО Издательский дом «Питер», 2006

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 5-469-01436-3

Подписано к печати 27.02.2006. Формат 84×108¹/₃₂. Усл. п. л. 5,04. Тираж 8000 экз.
Заказ № 2259.

ООО «Питер Пресс», Санкт-Петербург, Петергофское шоссе, д. 73, лит. А29.

Отпечатано с готовых диапозитивов в ОАО «Ленинздат»

191023, Санкт-Петербург, наб. р. Фонтанки, 59.

Оглавление

От редакции	6
Введение. Коротко о главном	8
Глава 1. Золотой ус лечит желудочно-кишечный тракт . . .	10
Золотой ус. Краткое описание	11
Лечебные препараты из золотого уса	12
Лечение золотым усом	14
Диарея, расстройства желудка и кишечника	15
Дизентерия	16
Дисбактериоз	16
Запор	16
Колит, метеоризм	16
Язва желудка	16
Лечение золотым усом по Болотову	17
Глава 2. Зеленая аптека Кородецкого	22
Стевия — сахар XXI века	23
Сборы от гастрита	23
Сборы от язвы желудка и двенадцатиперстной кишки	24
Как приготовить порошок из сушеных листьев стевии	24
Зебрина — родственник каллизии	25
Лечебные формы зебрины	26
Алоэ — домашний доктор	27
Сок и настой алоэ	28
Лечение гастрита	29
Очищение кишечника	30
Лечение язвы желудка	30
Глава 3. Сабельник болотный приходит на помощь	32
Настойка Кородецкого поможет!	34
Способ применения	35
Отвар сабельника болотного	37
Приготовление настоя	37
Из записных книжек травника	38

ОТ РЕДАКЦИИ

Александр Владимирович Кородецкий — известный петербургский фитоэнергетик — родился в 1961 году в Ленинграде. После окончания с красным дипломом одного из технических вузов работал в физической лаборатории, исследующей физику полей. Все складывалось в его жизни вполне благополучно. Но неожиданно очень тяжело заболел близкий ему человек. Диагноз неутешительный — артрит коленных суставов. Болезнь прогрессировала. И Александр, оставив защиту кандидатской диссертации, принялся за изучение народной медицины. Так была predeterminedена его судьба. Около года под руководством деревенского травника он изучал секреты фитоцелительства.

Впоследствии Александр стал изучать методы нетрадиционной медицины самостоятельно, встречался с Валентиной Михайловной Травинкой и ее учениками — Ларисой и Глебом Погожевymi. Является последователем и приверженцем учения Болотова. Его знания не пропали даром, он смог помочь не только своему близкому человеку, но и многим другим людям. А его специальность «физика полей» помогла ему научиться определять места положительных энергетических выбросов.

Сейчас он является практикующим травником, каждую весну и каждую осень проводит на болотах, заготавливая корни сабельника и другие травы. Летом Александр объезжает глухие места нашей области в поисках новых мест, пригодных с экологической и фитоэнергетической точки зрения для сбора лекарственных растений. Именно там он, руководствуясь лунным календарем, заготавливает свои целительные травы и рассылает их затем людям.



В настоящее время Александр занимается проблемами сохранения энергетики растений при заготовке сырья и приготовлении лекарственных препаратов. «Найти места силы и собрать травы — это полдела, главное — сохранить бесценную фитоэнергетику и приготовить лекарственный препарат таким образом, чтобы эффективность его была максимальна», — говорил Александр в одном из своих интервью.

Более того, он составляет собственные уникальные рецепты, тщательно изучая и исследуя не только дикорастущие, но и домашние растения.

Его неумная энергия и удивительная работоспособность позволяют ему не только отвечать на письма людей, высылать им лекарственное сырье, изучать целебные растения, готовить уникальные лекарственные препараты, но и делиться своим опытом с читателями.

В настоящее время из-под пера А. Кородецкого вышли замечательные, остроумные и очень живо написанные книги: «Арthritis и артроз», «Лук-целитель», настоящие народные бестселлеры — «Золотой ус против ста болезней», «Новые тайны золотого уса», «Сабельник — болотный целитель», «Стевия — шаг в бессмертие», «Индийский лук — оружие против боли», «Мухомор-целитель и другие ядовитые лекари», «Зеленая аптека Кородецкого», «Чеснок против ста болезней», «Хрен-целитель», «Калган и ярутка — мужская сила» и другие. И автор, и редакция прикладывают все усилия к тому, чтобы вы, дорогой читатель, почувствовали: мы любим вас, мы заботимся о вас, мы хотим вам помочь! Пишите нам, задавайте вопросы, высказывайте свое мнение.

Ждем откликов по адресу: 194044, Санкт-Петербург, Б. Сампсониевский пр., д. 29а, издательство «Питер», редакция популярной литературы.

Введение

КОРОТКО О ГЛАВНОМ

Эта книга далась мне с большим напряжением. И во все не оттого, что я чего-то не знаю, или потому что у меня не хватало информации о том, как лечить желудочно-кишечный тракт. Отнюдь! Наоборот, за многие годы занятий фитотерапией всевозможных рецептов, советов, методик, прописей, предназначенных для лечения и очищения желудочно-кишечного тракта у меня набралось так много, что отобрать из них лучшее было очень и очень трудно. И все же мне хотелось, чтобы в эту небольшую книгу вошли и народные средства, проверенные многими поколениями, и самые современные технологии лечения ферментами. Наряду со старыми, проверенными рецептами, я поместил в книгу и новые, где присутствуют такие зеленые целители, о которых 2–3 года назад никто толком не знал.

Насколько успешно я справился с задачей — решать вам, мои любимые читатели. Я же со своей стороны могу уверить вас, что в этой книге отобрано только самые лучшие, проверенные и, главное, самые эффективные методы лечения желудочно-кишечного тракта. Важно и то, что все, о чем я пишу, без особого труда может использовать каждый человек, который заинтересован в том, чтобы быть здоровым.

Как всегда, я постарался; чтобы моя книга не стала очередным сборником маловразумительных рецептов. Я поставил перед собой задачу каждый раз создавать самую современную, самую полную, самую достоверную энциклопедию растений и препаратов на их осно-



ве, помогающих избавиться от того или иного заболевания.

В работе над этой небольшой книгой приняли участие мои друзья: биолог и путешественник Илья Ильич Прохоров, петербургская травница Валентина Ивановна Морозова, биолог из Тулы Дмитрий Свечкин, Лариса и Глеб Погожевы (одна из глав этой книги написана исключительно благодаря их помощи), а также моя постоянная читательница (и почитательница) Александра Алексеевна. Кроме того, я использовал при работе над книгой и ваши, дорогие читатели, письма, советы, рекомендации по использованию зеленой аптеки в лечении желудочно-кишечного тракта.

Глава 1

ЗОЛОТОЙ УС ЛЕЧИТ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЙ ТРАКТ

Современная фитотерапия относит золотой ус к таким титанам лечебного растительного мира, как чеснок и сабельник болотный. Как и эти два растения, золотой ус может практически все: он помогает практически при любом заболевании.

При использовании золотого уса для лечения и профилактики у человека снижается кровяное давление, очищается желудочно-кишечный тракт, улучшается зрение, исчезают шпоры и шишки с суставов, проходят остеохондроз, мочекаменная болезнь, аллергия, изжога и горечь во рту, исчезают насморк и боль в горле. Золотой ус лечит аллергии, заболевания печени, почек, легких, глаз, желудка, кишечника, сердца и сосудистой системы... Всего и не перечислить! Именно поэтому золотому усу я посвятил целых четыре книги: «Золотой ус против 100 болезней», «Новые тайны золотого уса», «Золотой ус: лучшие рецепты читателей». Да еще и в своей энциклопедии «Зеленая аптека Королдецкого» о каллизии (так еще называют золотой ус) немало мною написано.

А ведь кроме моих книг еще не меньше 20 авторов пишут все о том же удивительном растении. Например, целители из псковской глубинки Лариса и Глеб Погожевы даже свою систему чистки организма разработали, в которой катализатором очищения является золотой ус (об этом они рассказали в книге «Мягкое очищение золотым усом»). И все это удивительно еще и



потому, что об этом растении несколько лет назад еще мало кто знал!

Я впервые познакомился с лекарствами, изготовленными на основе золотого уса благодаря моему другу из Тулы Дмитрию Свечкину. И было это всего три года назад. Надо сказать, что Свечкин начал использовать каллизию задолго до начала «золотого бума», и использовал тогда весьма обычные рецепты — настои, отвары, спиртовые настойки, мази и просто свежие листья. Для тех, кто еще не читал книг про золотой ус (неужели таковые еще имеются?!) я хочу очень кратко рассказать об этом растении.

Золотой ус. Краткое описание

Золотой ус, или каллизия душистая, — многолетнее травянистое растение, отличается крупными размерами до 2 м высотой и побегами двух типов. Листья крупные, длинные, 20–30 см длиной и 5–6 см шириной; сверху они глянцевитые, ярко-зеленые.

При отмирании листья оставляют на стебле зеленовато-фиолетового цвета соломенные колечки. От прямостоячих побегов отходят горизонтальные побеги другого типа (усы). Они имеют зеленовато-фиолетовую окраску, разделены на междоузлия (суставчики) недоразвитыми листьями. Из-за этого они приобретают определенное сходство с конечностями паука, благодаря



чему на родине в Мексике каллизию называют «растение-паук». Заканчиваются усы розетками молодых ярко окрашенных листьев, которые придают растению особую декоративность. Если обрезать верхушку, можно добиться того, что золотой ус будет сплошь состоять из красиво спускающихся вниз боковых побегов. В Америке и странах Европы цветок этот называют ампельным растением. Собственно говоря, вся целительная сила сконцентрирована в этих усах.

Лечебные препараты из золотого уса

Способов приготовления золотого уса много. Я расскажу только о средствах, которые понадобятся вам для лечения и очищения желудочно-кишечного тракта.

Спиртовая настойка

Для спиртовой настойки используют боковые лианоподобные побеги, разделенные коричнево-фиолетовыми узлами — «суставчиками», на отдельные междоузлия — «колена». Растение считается лечебным после того, как на «усах» появляется 8—10 узлов. 30—40 колен (концентрация может меняться) измельчают и заливают 1 л водки, настаивают в темном месте в течении 10—15 дней, периодически взбалтывая. Когда настойка приобретает темно-сиреневый цвет, ее процеживают и хранят в темном прохладном месте. Иногда для настойки используют все растение целиком, оставляя только верхушку для дальнейшего роста.

Чаще всего золотой ус в свежем виде используется в виде кашицы, из которой готовится мазь, или в виде сока.

Кашица из золотого уса

Чтобы получить кашицу, нужно взять необходимое количество предварительно промытого, а затем измельченного ножом (не металлическим) сырья (можно использовать листья, стебли и усы) и растереть ступкой (неметаллической) в фарфоровой или



керамической фаянсовой посуде. Кашицу, как правило, используют сразу же после приготовления.



Мазь на основе золотого уса

Для изготовления мази используется кашица или сок из листьев и стеблей растения и жирная основа. В зависимости от применения можно использовать в качестве основы детский крем, вазелин, нутряной свиной или барсучий жир. Сок смешивают с основой в соотношении 1:3, кашицу — в соотношении 2:3.

Кашицу золотого уса нельзя хранить долго в отличие от сока растения, который сохраняет свои целебные свойства в холодильнике в течение 5–7 дней. Чтобы при этом не уменьшалась целебная сила, хранить сок следует в емкости из темного стекла, которая плотно закрывается крышкой.



Сок из золотого уса

Сок готовится из измельченного свежего сырья. Его необходимо тщательно отжать через несколько слоев марли, дать немного отстояться и затем вновь процедить.



Настой

Для настоев используют листья растения. Один крупный лист, не менее 20 см длиной, измельчить и поместить в стеклянную или керамическую (неметаллическую) посуду, залить 1 л кипятка, тщательно укутать и настаивать сутки. Настой можно также приготовить в термосе. Перед употреблением следует отфильтровать настой. Полученная жидкость имеет малиново-фиолетовый оттенок.

В некоторых случаях рекомендуют использовать более концентрированную вытяжку из золотого уса — напар; для его приготовления можно использовать всю наземную часть растения.




Напар

Для приготовления напара растительное сырье нужно предварительно измельчить. При этом стебли требуется измельчить

более тщательно, нежели листья или суставчики уса. Полученное сырье поместить в эмалированную или керамическую посуду и залить крутым кипятком из расчета 10 частей воды на 1 часть растительного сырья. Затем настой поместить на водяную баню (в кастрюлю с кипящей водой) и держать на ней от 20 до 30 минут, постоянно помешивая. По истечении этого срока напар снять с огня и охладить при комнатной температуре. Готовый напар процедить, отжать растительную массу через марлю. Затем разлить в емкости для хранения.

Обратите внимание на то, что часть воды испарится при кипячении и подогреве, поэтому напар нужно долить до нужного объема уже после его приготовления. Употреблять в теплом виде.

 Соединить в стеклянной посуде точно отмеренные 40 мл нерафинированного подсолнечного масла (сырого льняного или оливкового) и 30 мл спиртовой настойки. Плотно закрыть, встряхнуть и залпом выпить, не давая смеси разделиться на компоненты.

Я очень надеюсь, что вам, дорогие мои читатели, никогда не придется воспользоваться этим рецептом, и самое худшее, что с вами случится, — это ушиб или простуда небольшая, а для их лечения прекрасно подойдет мазь на основе золотого уса.

Лечение золотым усом

Золотой ус часто рекомендуют для лечения желудочно-кишечных заболеваний. Причем, оказывается, что наш замечательный целитель попутно и многие другие болезни лечит.

Одним ударом — все болезни!

...Я давно страдаю гастритом, уже более 10 лет мучаюсь. Купив вашу книгу, решила попробовать принимать водный настой золотого уса из одного листа. Заваривала 1 л кипятка в термосе на час, принимала 3 раза в день по 50 г за 40 минут до еды в теплом виде. Хранила настой в холодильнике, перед приемом



в водяной бане разогревала. Листки брала только от взрослого растения, у которого на усах выросло не менее 9 суставчиков. Вскоре гастрит прошел, язык очистился, тяжесть в желудке исчезла. Но, к своему удивлению, я постепенно стала ощущать положительные сдвиги в лечении и других болезнях. У меня их целый букет, мне ведь 76 лет.

Вот только в отношении полиартрита первый год лечения ничего не дал. Но я не теряю надежду, попробую полечиться и сабельником. Скажите пожалуйста, совместим ли сабельник с золотым усом?

С уважением, О. В. Дмитриева, Ярославль

Ничего удивительного в этом письме нет. Золотой ус обладает комплексным воздействием на организм. Поэтому, излечивая один недуг, он одновременно избавляет и от других болезней.

Водный настой золотого уса я советую принимать 3 раза в день за 30 минут до еды, по 1/2 стакана на прием. Курс лечения — месяц.

Спиртовую настойку принимайте по схеме: 5 капель настойки на 1/2 стакана кипяченой воды за один прием, принимать 3 раза в день за полчаса до еды.

Курс лечения — месяц. После месячного перерыва курс повторяют.



Медовый бальзам от гастрита

Измельчить в неметаллической посуде стебель с листьями, смешать с медом в соотношении 1:1. Принимать бальзам нужно по 1 ст. ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Диарея, расстройства желудка и кишечника

Пить водный настой золотого уса по 1/3 стакана, за 30 минут до еды; при необходимости делать этим же настоем (теплым) микроклизмы 1–3 раза в день, в зависимости от тяжести заболевания. После каждого посещения туалета рекомендуется подмыться прохладным водным настоем.

Дизентерия

Принимать настой золотого уса по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

Дисбактериоз

При лечении дисбактериоза, дисфункции кишечника и запоров очень хорошо принимать квас и настой на чайном грибе на основе золотого уса (по 1/2 стакана за 30 минут до еды), а также шарики из жмыхов свеклы и каллизии или чернослива и каллизии (чередую их прием через 2 дня).

Запор

При частых запорах рекомендуется клизма из слабого отвара ромашки (около 1 л), с добавлением 1 ст. ложки спиртовой настойки золотого уса.

Колит, метеоризм

Настой золотого уса следует принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 10 минут до еды в течение недели. Затем сделать перерыв на день и продолжить прием. Хорошо помогают лечебные клизмы с отваром и настоем золотого уса.

Язва желудка

Жевать по одному суставчику золотого уса утром натощак (за час до еды) и вечером перед сном.



Сбор от язвы желудка

Состав сбора: лапчатка прямостоячая (корневище), ольха серая (соплодия), крапива жгучая (корни), каллизия душистая (усы). Взять в равных частях, измельчить, перемешать. 5 ст. ложек смеси настаивать сутки в 2 л холодной кипяченой воды, затем прокипятить 10 минут, остудить, процедить.

Средство употребляется в теплом виде (перед приемом слегка подогреть). Принимать 1 ст. ложку средст-



ва на 1/2 стакана кипяченой воды 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения — 5 дней (максимум — неделя).

Отвар из листьев (см. способ его приготовления выше, где я рассказывал о лекарственных формах) принимают в теплом виде 3 раза в день до еды по 1/2 стакана на один прием. Курс — месяц.

Рекомендуется также следующий сбор.



Фенхель (плоды), алтей лекарственный (корень), ромашка обыкновенная (цветки), солодка лекарственная (корень), каллизия душистая (лист). Взять всего в равных частях, измельчить, хорошо перемешать. 1 ст. ложку смеси заварить стаканом кипятка и томить полчаса на водяной бане. Остудить и тщательно процедить через марлю.

Пейте 1 раз в сутки перед ужином по 1/2 стакана средства. Его нужно готовить каждый раз непосредственно перед приемом. Продолжительность курса — 2 недели, но не более месяца.

Не забудьте, что свежие листья и суставчики золотого уса можно добавлять в овощные салаты.

Лечение золотым усом по Болотову

Будучи поклонником теории ферментов выдающегося украинского ученого и целителя Бориса Васильевича Болотова, хочу предложить вам рецепт кваса, приготовленного на основе золотого уса.

Для создания своих лечебных ферментных квасов Борис Васильевич использует молочнокислые бактерии, продукты жизнедеятельности которых (ферменты) становятся особо целебными благодаря присутствию лекарственных растений.

Квасы, настоянные на лекарственных растениях, гораздо полезнее, чем отвары или настои из трав, так

как многие вещества в результате молочнокислого брожения превращаются в чрезвычайно полезные, легкие для усвоения человеком компоненты.

В отличие от спиртовой настойки квасы можно принимать даже при больной печени.

Квас из золотого уса

Для приготовления лечебного кваса из золотого уса необходимо взять стакан измельченного растительного сырья (можно использовать усы, листья, стебли), стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Измельченное растение следует поместить в марлевый мешочек и погрузить на дно 3-литровой банки, утяжелив с помощью грузика (чистого камешка или серебряной монетки), залить по плечики банки водой. В воду добавьте стакан сахара и ложку сметаны, тщательно перемешайте, накройте тройным слоем марли и поставьте в теплое место.

Квас должен быть готов через 2 недели. Об окончании процесса свидетельствует прекращение выделения пузырьков газа.

Квас не теряет своих свойств в течение 3 месяцев. Хранить его следует в холодильнике или погребе. Полученный напиток следует пить за 10–20 минут перед едой по полстакана 1–2 раза в день в течение месяца, затем сделать перерыв на месяц и продолжить прием. Отпив из банки днем некоторое количество кваса, добавьте в нее равное количество воды и сахара из расчета 1 ч. ложка на стакан воды.

На следующий день напиток снова готов к употреблению. Такой квас можно принимать не только в качестве профилактического средства, но также и для лечения различных заболеваний.

Если вы живете в городе, вам трудно будет получить настоящий целебный квас, используя в качестве закваски молочные продукты, поскольку живых бактерий после многочисленных обработок там почти не остается.



Трудно назвать натуральными сметану или кефир, которые мы покупаем в магазине. Так что вместо пользы такой квас может, того и гляди, вред нанести.

Совсем другое дело — ферменты, образованные в результате работы чайного гриба. В этом процессе участвуют сразу два вида бактерий, которые по своему происхождению близки к растительным клеткам, поэтому их взаимодействие создает настоящее чудо-средство! Чайный гриб и сам по себе очень полезен для организма, а уж если он с золотым усом объединяется, ни одна болезнь перед ним не устоит. А как хорошо такой напиток в баньку брать! Но обо всем по порядку.



Настой чайного гриба на золотом усе

В 3-литровую банку, где растет чайный гриб, добавить стакан водного настоя золотого уса и 2 ст. ложки сахара, затем накрыть банку марлей и оставить настаиваться в теплом месте на неделю.

Вместо настоя золотого уса можно использовать 1/4 стакана измельченного растения. Для этого его необходимо поместить в марлевый мешочек с грузиком и опустить на дно банки.

Пить настой на чайном грибе можно без меры, но обязательно соблюдайте осторожность, если вы страдаете повышенной кислотностью.

Как известно, сейчас болезнями номер один во всем мире считаются дисбактериоз и дисбиоз (по некоторым сведениям, более 90 % населения планеты поражено этими недугами).

Причем страшны не столько сами заболевания, сколько их последствия — а к ним относятся не менее 1000 недугов.

В связи с этим полезно в качестве лечебного и профилактического средства использовать шарики Болотова с добавлением свежего золотого уса. Для их изготовления используются жмыхи, которые заставляют

кишечник трудиться и вырабатывать полезную микрофлору, а это приносит здоровье всему организму.

Жмыхи готовятся из овощей с использованием соковыжималки. Из свежих овощей (моркови, свеклы, капусты, редьки) делают сок, который выпивают вечером перед сном, а из свежих жмыхов — шарики.



Шарики Болотова из золотого уса

Свежие овощные жмыхи смешиваются с растертым в кашицу золотым усом (можно использовать любые части созревшего растения: листья, стебли, усы) из расчета 3:1. Из полученной массы еще раз отжимают сок вручную с помощью марлевого мешочка, затем скатывают маленькие шарики диаметром не более 1 см. Для приготовления шариков также можно использовать мед из расчета 1 ст. ложка на 1/2 стакана растительного сырья.

Шарики можно хранить в холодильнике не более недели, разложив на плоской поверхности и накрыв двойным слоем марли. Принимают шарики по одному 3 раза в день за 30 минут до еды.

В чем же преимущество приема шариков из жмыхов, спросят некоторые. Ведь гораздо проще принимать настойку или тот же квас. Да, это действительно так, но в данном случае будут работать и жмыхи, и золотой ус. Овощные жмыхи и соки очень полезны для организма, они стимулируют работу кишечника и препятствуют возникновению многих заболеваний.

Если у вас язвенная болезнь или пониженное давление, следует принимать шарики на основе жмыхов капусты. Если же давление, наоборот, повышенное и вас беспокоит избыток веса, готовьте шарики из свеклы. А уж если вы мучаетесь запорами и геморроем, шарики из чернослива, свеклы и золотого уса будут просто незаменимы. При гастрите применяют шарики Болотова с золотым усом, медом и капустными жмыхами.



При лечении болезней желудочно-кишечного тракта используют водный настой золотого уса и шарики Болотова на основе овощных жмыхов и золотого уса. Принимать настой следует теплым, по 3 ст. ложки (1/4 стакана) 3–4 раза в день за 40 минут до еды. После еды нужно принимать по 2 шарика Болотова, причем каждые 2 недели нужно менять их состав, применяя разные овощные жмыхи. Чаще всего используют капустные, свекельные, картофельные, морковные шарики.

Глава 2

ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА КОРОДЕЦКОГО

В этой главе я расскажу о лечении желудочно-кишечного тракта растениями, которые входят в зеленую аптеку Кородецкого. Что это за аптека такая, удивится не знакомый с моими книгами читатель. А те из вас, кто следит за моим творчеством, наверняка знают, что в эту удивительную аптеку входят зеленые лекари, которых можно вырастить дома на подоконнике или на грядке на своем приусадебном участке.

К этим целителям относятся и растения, с которыми мы познакомились совсем недавно (золотой ус, индийский лук, стевия), и незаслуженно забытые зеленые друзья (катарантус или барвинок розовый), и прекрасно всем известные герань и алоэ. Всего в аптеку входит более десятка растений, которые могут исцелить практически все самые «популярные», то есть наиболее распространенные болезни.

Идея создания такой зеленой аптечки принадлежит не только мне, но и вам, мои любимые читатели. Ведь о многих рецептах и способах оздоровления я узнаю из ваших писем или из непосредственного общения с вами. Надо сказать, что опыт многих моих корреспондентов и друзей-читателей, которым они делятся со мной, поистине уникален. Это подтверждают те благодарности, которые я получаю от людей, исцелившихся благодаря рецептам, приведенным в книгах из серии «Зеленая аптека Кородецкого».

Из своей зеленой аптеки я выбрал три растения: стевию, зебрину и алоэ (золотому уссу в этой книге посвя-




щена отдельная глава), поскольку именно они более всего подходят для лечения желудочно-кишечного тракта.


Стевия — сахар XXI века

Стевия — многолетнее травянистое растение семейства сложноцветных, ее стебли каждый год отмирают, чтобы возродиться и расти снова. Высота растения, в зависимости от условий произрастания, колеблется от 60 см до 1 м. Родина стевии — Южная Америка. Как культурное растение она известна уже более 1500 лет. Молодые растения (не старше года) имеют один главный ствол с отходящими от него боковыми стеблями. Растения второго-третьего года жизни уже похожи на кустики с множеством ветвей. Стевия имеет множество мелких листочков. На одном кусте может быть от 400 до 1200 листьев. Самые крупные из них расположены на основном стебле в нижней его части. По виду стевия — нечто среднее между мятой и хризантемой (листочки у стевии как у мяты, а цветки как у хризантемы).



 Установлено, что применение стевии в качестве пищевой добавки улучшает пищеварение, активизирует деятельность печени, почек, нормализует углеводный, липидный (жировой) обмен, что благотворно влияет на состояние желудочно-кишечного тракта.

Сборы от гастрита

 • 2 ст. ложки листьев мяты смешать с 1 ч. ложкой порошка стевии, залить 2 стаканами кипятка, настоять 20 минут, процедить. Пить нужно по 1/2 стакана настоя за 15–20 минут до еды 2 раза в день.



- 1 ст. ложку листьев брусники смешать с 2 ч. ложками порошка стевии, залить стаканом кипятка, настоять 30 минут, процедить. Принимать настой нужно перед едой по 1 ст. ложке 3–4 раза в день.

При всех заболеваниях желудочно-кишечного тракта рекомендуется пить фиточай на основе солянки холмовой и стевии.



- 1 ч. ложку солянки холмовой смешивают с 1/4 ч. ложки измельченной травы стевии и заливают стаканом кипятка. Настаивать в течение 15 минут.

Фиточай вам нужно пить обязательно теплым, желательнее перед сном (с 19:00 до 21:00).

Сборы от язвы желудка и двенадцатиперстной кишки



- 2 ст. ложки травы зверобоя смешать с 1 ч. ложкой порошка стевии. Залить стаканом горячей воды, кипятить 30 минут, остудить, процедить.

Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.



- Залить 20 г плодов шиповника стаканом кипятка, кипятить 10 минут, добавить в настой 1 ч. ложку порошка стевии, затем настаивать 30 минут, процедить.

Пить по 1/2 стакана 2 раза в день.

Как приготовить порошок из сушеных листьев стевии

Листья стевии можно срывать до тех пор, пока стевия растет, но наиболее сладкими они становятся во время цветения. Листья отделяют от веток и сушат обычным способом.

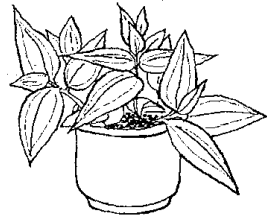
Я сушеные листья всегда измельчаю и получаю зеленый порошок. Порошок стевии примерно в 10 раз слаще сахара.

Таким образом, 1,5–2 ст. ложки порошка заменяют стакан сахарного песка.



Зебрина — родственник каллизии

Зебрина (родственник золотого уса и традесканции) обязана своим названием характерным полосатым листьям. Самым распространенным видом, подходящим для выращивания и обладающим обширными лекарственными свойствами, является зебрина висячая.



Зебрина висячая — многолетнее травянистое растение с ползучими поднимающимися стеблями. Листья у зебрины яйцевидные с заостренными кончиками, с трубчатыми влагалищами, длиной 5–6 см, шириной 2–3 см.

Верхняя сторона — бордово-зеленая по средней жилке и краю, с двумя дугообразными серебристо-белыми полосами.

Нижняя сторона — фиолетовая, гладкая, по краю опушена «ресничками». Цветет в июле — августе при 8–10-часовом световом дне. Цветки немногочисленные, розовые, имеют по 3 чашелистика и лепестка, сросшихся в трубку. Это ее главное отличие от традесканций, у которых лепестки и чашелистики свободны.




Водный настой зебрины является прекрасным лекарственным средством при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта, он обладает сильным бактерицидным и заживляющим действием, снижает кислотность, восстанавливает микрофлору в кишечнике. Рекомендуется принимать по 1/2 стакана настоя после каждого приема пищи. Самый простой способ применения зебрины — жевать по одному листочку 3 раза в день или добавлять листья в зеленые салаты.

В качестве лечебного средства от гастрита применяется водный настой зебрины.

Лечение гастрита

Водный настой принимают по 1/2 стакана после каждого приема пищи. В случае обострений хорошо помогает масло на зебрине (по 1 ч. ложке за 10 минут до еды).

Для лечения инфекционных заболеваний желудочно-кишечного тракта используется спиртовая настойка, водный отвар и сок зебрины.

 Развести 30-процентную настойку зебрины кипяченой водой в соотношении 1:1. Принимать по 1/3 стакана 6–8 раз в день перед едой или вместо приема пищи.

Эту процедуру следует дополнить клизмами, для которых используется отвар листьев и стеблей зебрины.

Клизмы из зебрины

50 г листьев и стеблей традесканции измельчить в неметаллической посуде и залить 1,5 л кипятка. Кипятить на слабом огне 3 минуты. Настаивать в течение 2 часов. Клизмы делать с помощью кружки Эсмарха, заполненной этим отваром. В случае обострения болезни процедуру проводить 2 раза в день.

Для лечения колита и метеоризма необходимо использовать отвар и лечебные клизмы.

Лечение колита и метеоризма

Отвар следует пить по 1/2 стакана 3 раза в день до еды. Каждый вечер в течение недели ставить лечебные клизмы, затем сделать перерыв на день и снова провести курс лечения. При необходимости провести 2–3 курса в месяц.

Лечение язвы желудка

Водный настой зебрины является прекрасным обезболивающим и заживляющим средством в случае язвы желудка. Очень хорошо добавлять свежие листья растения в зеленые салаты.

Лечебные формы зебрины

Спиртовая настойка

Для изготовления 30-процентной спиртовой настойки зебрины необходимо измельчить листья и стебли растения и залить вод-



кой в соотношении 1:3 (150 г сырья заливают 1/2 л водки). Поместить в посуду из темного стекла, плотно закрыть, встряхнуть и поставить в холодильник. Настаивать 3 недели. Полученную настойку профильтровать через тройной слой марли. Хранить не более года в темной бутылке.



Водный настой

Для изготовления настоя 50 г измельченных побегов зебрины заливают 1 л кипятка, нагревают на кипящей водяной бане в течение 5 минут и настаивают в прохладном месте в течение 8 часов в неметаллической посуде. Хранить настой в стеклянной бутылке в холодильнике не более 2 суток.



Масло

Чтобы приготовить масло, необходимо взять горсть листьев зебрины и растереть их в кашицу. Напоминаю, что для приготовления сока и кашицы нельзя использовать металлическую посуду. Полученную массу залить 5 ст. ложками нагретого оливкового масла в темной стеклянной бутылке. Настаивать в течение 2 недель. Затем отфильтровать и хранить не более 3 месяцев в холодильнике в темной стеклянной посуде.

Алоэ — домашний доктор

Наверное, все знают, как выглядит привычное нам алоэ древовидное, поэтому не буду останавливаться на его описании. Отмечу только, что на родине, в Южной Африке, алоэ может достигать высоты 4 м и обильно цвести, образуя достаточно высокую стрелку с соцветием-кистью, образованным желто-красными или желтыми цветками длиной до 40 мм. В домашних условиях цветение алоэ приходится наблюдать редко.

Я думаю, всем известно, что лекарственным сырьем являются сочные листья алоэ. Мы должны благодарить природу за то, что такое ценное растение она заставила расти в пустыне. Дело в том, что в листьях алоэ запасает воду на засушливый период жизни. Благодаря этому мы легко можем добывать бесценное лекарст-



венное средство — сок алоэ. Вот так получилось, что способность растения приспосабливаться к условиям обитания сделало его полезным. Поэтому помните: чем меньше вы поливаете растение, тем сочнее у него листья. Перед заготовкой сырья желателно неделю не поливать алоэ. Только не переусердствуйте и не уморите вашего зеленого лекаря.



Внимание!

Сок алоэ **не рекомендуется применять** при заболеваниях печени и почек, при тяжелых сердечно-сосудистых болезнях, гипертонии, остром расстройстве желудка, маточных и геморроидальных кровотечениях, больших сроках беременности, а также людям старше 40 лет. Избегайте длительного применения алоэ, так как в этом случае не исключено излишнее выведение из организма минеральных веществ (особенно калия). Нельзя применять алоэ и при кишечной непроходимости; это касается всех сильнодействующих слабительных средств. Поэтому препараты алоэ следует принимать только с разрешения врача.

Сок и настой алоэ

Лекарственным сырьем служат листья длиной не менее 15 см, которые срезают в зимой и весной. Наиболее целебны листья у растений, которым более 3 лет.

Существует два способа изготовления сока алоэ — горячий и холодный.



«Горячий» сок алоэ

Чтобы приготовить сок, сорвите боковые побеги, а также нижние и средние листья растения (ему должно быть не менее 2 лет), выдержите их для усиления биологической активности в течение 2 недель в холодильнике на нижней полке, затем разотрите в керамической посуде, отожмите, профильтруйте через 3—4 слоя марли и прокипятите полученный сок в течение 3 минут. Используйте сразу после приготовления, так как при хранении сок теряет силу.



«Горячий» сок используют для лечения туберкулеза, хронического бронхита.



«Холодный» сок алоэ

Готовится так же, как и «горячий», за одним исключением: сок не надо кипятить. Его просто выжимают из листа.

Сок алоэ входит в состав многих лекарств, назначаемых при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Его издавна применяют как слабительное. В небольших дозах — это легкое слабительное и тонизирующее средство, которое повышает аппетит и стимулирует работу желудка. Свежий сок алоэ, смешанный в соотношении 1:1 с 20-процентным раствором спирта, применяют при брюшном тифе, дизентерии, хроническом запоре и гастритах по 1–2 ч. ложки 3 раза в день за полчаса до еды. Великолепным профилактическим и лечебным эффектом обладает бальзам с алоэ.



Бальзам с алоэ

Для его изготовления следует смешать 100 г меда, 15 г сока алоэ, 100 г сливочного масла. Принимать по 1 ст. ложке 2 раза в день (утром и вечером).

Лечение гастрита

Алоэ — замечательное средство для лечения гастрита. Вот два превосходных рецепта.



«Горячий» сок алоэ от гастрита

«Горячий» сок алоэ принимать по 1 ч. ложке 2–3 раза в день за 20–30 минут до еды. Курс лечения — 15–30 дней.



Сок алоэ с медом от гастрита

Смешать свежавыжатый сок алоэ с медом в соотношении 1:1. Смесь настоять в темном прохладном месте в течение месяца. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Самым лучшим средством от запора является свежий сок алоэ, иногда достаточно пожевать кусочек



листика. Держать листья в холодильнике при этом не надо. Так как свежий сок алоэ очень горький, можно смешать его с медом.



Лечение запора

Измельчить 150 г свежих листьев алоэ, залить их 300 г горячего меда. Потомить на огне, не доводя до кипения. Настаивать сутки, периодически помешивая. Разогреть и процедить.

Принимать по 1–2 ст. ложки утром за час до завтрака.

Очищение кишечника

Для очищения кишечника рекомендуется следующий сбор.



Взять 3–5 свежих листьев алоэ (вымыть, срезать иголки, измельчить), 3 измельченных листа пеларгонии, 2 ст. ложки коньяка, 2 ч. ложки меда, от 3 до 10 капель йода (в зависимости от состояния сердца). Все перемешать, поставить на ночь в теплое место, утром отжать жидкость.

Полученную жидкость принять в 3 приема в течение дня. Впрок заготавливать лекарство нельзя. Курс — 5–7 дней. Помимо очистки кишечника, лекарство лечит печень и желудок.

Лечение язвы желудка

Сок алоэ принимают при язве желудка 3 раза в день по 1 ч. ложке за 30 минут до еды.



Овощной бальзам с алоэ

Смешать в равных количествах сок свеклы, сок моркови, сок алоэ, мед, растопленное сливочное масло, спирт, сок репчатого лука, сок капусты. Поместить полученную смесь в глиняный горшок, накрыть лепешкой из пресного теста или плотным льняным полотенцем и поставить затем в теплое место (на батарее или в чуть теплую духовку) на 48 часов.

Принимать смесь по 1 ст. ложке 3 раза в день до еды.



Существует и более простой способ лечения язвы с помощью алоэ. Здесь два преимущества: вы и лечитесь, и образ жизни у вас будет здоровый.



Не поливать растение 5 дней. Срезать листья, завернуть в черную бумагу или ткань и положить на 5 дней в холодильник. Выжать стакан сока, выпить и пойти погулять на свежий воздух на 1,5 часа.

Уж не знаю, найдутся ли такие герои, которые могут стакан сока алоэ одним махом выпить. Но из песни слова не выкинешь — именно такой рецепт я обнаружил в одном из писем.

Наряду с этим существуют и весьма юмористические рекомендации по лечению язвы желудка. Конечно, больному человеку совсем не до смеха, но с другой точки зрения — смех всегда полезен. Так вот, одна моя знакомая утверждала, что она вылечила язву, принимая ежедневно по 50 г водочки и заедая ее мякотью алоэ. Ну что ж, на вкус и цвет товарищей нет. Наверное, это лучше, чем закусывать соленым огурчиком или грибочком, но, по-моему, гораздо менее вкусно.

Глава 3

САБЕЛЬНИК БОЛОТНЫЙ ПРИХОДИТ НА ПОМОЩЬ



Примерно два года назад в моей жизни произошло событие, которого я ждал почти 10 лет: сабельник болотный появился в продаже в аптеках. Событие это, могу признаться, взволновало меня и чрезвычайно обрадовало, ведь это означало, что растение, которому я посвятил немало лет своей жизни, которое сделало меня травником, официально признано медициной и внесено в список лечебных трав.

Действительно, сабельник успешно борется со многими болезнями, которые считаются неизлечимыми. Он обновляет все ослабленные клетки организма, очищает организм от вредных веществ, не оказывая при этом отрицательного влияния на здоровые органы. Кроме того, существует солидный и подтвержденный официальной медициной список различных заболеваний, которые лечит декоп. (Декоп — это второе название сабельника.) В этой же книге нас, понятно, в первую очередь интересуют недуги, связанные с желудочно-кишечным трактом.



Внимание!

Сабельник незаменим при лечении практически всех заболеваний желудочно-кишечного тракта.



Употребление растительных волокон (клетчатки) вкуче с настойками и настоями сабельника нормализует пищеварение и моторную функцию кишечника. Таким образом, снижается степень всасывания жира в тонком кишечнике, понижается уровень вредного холестерина в крови.

Благодаря уникальному составу активных веществ сабельник болотный является эффективным средством для очищения организма.



Внимание!

Сабельник — естественный очиститель организма от минеральных шлаков, радионуклидов и солей.



Показания к применению сабельника болотного

- Общее очищение организма и желудочно-кишечного тракта от паразитов, очищение крови и лимфы.
- Желудочно-кишечные заболевания: гастрит, язва желудка, геморрой, понос, онкологические заболевания, дисбактериоз.

Хочу обратить ваше внимание, что об очищении сабельником болотным от паразитов я написал в главе «Очищение от паразитов», лечение декопом онкологических заболеваний освещено мною в главе «Избавление от рака», а информация о применении сабельника в борьбе с дисбактериозом помещена в главу «Лечение дисбактериоза». Как всегда, сообщаю, что те, кто не может собрать корневища сабельника сам, может заказать их у меня, написав по адресу: *Санкт-Петербург, 194021, а/я 11, Александру Кордецкому.*

Почему же сабельник болотный является столь сильным и универсальным лечебным средством? Этот вопрос мне часто задают и мои читатели, и те люди, которые пользуются собранными мною корнями сабельника (ведь я его рассылаю всем нуждающимся в этом болотном чуде). Я давно знаю ответ на этот вопрос.

Действие сабельника обусловлено свойствами биологически активных веществ растения — флавоноидов, эфирных масел, смол, органических кислот, дубильных веществ, действующих в комплексе, которые оказывают противовоспалительное, болеутоляющее и регенерирующее действие, обладают способностью выводить соли и шлаки и проявляют антибактериальную активность.

Настойка Кородецкого поможет!

Спиртовая настойка сабельника болотного (настойка Кородецкого) — одна из самых эффективных лечебных форм deco. Именно в настойке наиболее полно проявляется лечебная сила корней сабельника. Спиртовую настойку сабельника принимают внутрь и наружно (втирают в поврежденные и больные места, используют в качестве компрессов). Настойка Кородецкого рекомендуется для лечения рака желудка, молочной железы, лейкозов, ревматизма, артрита, артроза, отложения солей в позвоночнике и шейных позвонках, гриппе, простудах, сердечно-сосудистых недугах и многих других заболеваниях.

Хочу еще добавить, что наблюдаю за применением настойки сабельника уже много лет и могу, ссылаясь на свой практический опыт, подтвердить: использование спиртовой настойки сабельника болотного побочных явлений не вызывает.

Вот одно из многих писем, которые я получаю от людей, которым помог сабельник.



Меня спасла настойка Кородецкого

Уважаемый Александр Владимирович, я инвалид I группы с диагнозом «рассеянный склероз». Были сильные боли в позвоночнике, выпила примерно 2/3 от 1/2 л настойки сабельника, и боли прошли, но я продолжала рекомендованный курс и вы-



пила первую настоянную порцию корней, после чего успокоилась. Через 3 дня почувствовала боль и сделала вторую порцию корней сабельника, настоянную на 1/2 л водки. Выпила 1/3 и сделала перерыв, который указывается в схеме приема настойки Кородецкого. После этого провела еще один курс. Сейчас у меня прекратились боли в костях. Совсем нет подагры. Хотя погода испортилась, я не баюкаю свои руки и не натираю чем попало ноги. Огромное Вам спасибо. Я теперь всем рекомендую Вашу травку.

А. Н. М-ва, Москва



Настойка Кородецкого

Перед настаиванием корни тщательно вымойте, а затем мелко нарежьте. Одну порцию (примерно 150 мл или 1/3 бутылки объемом 1/2 л) мелко нарезанных корней сабельника болотного (декопа) залейте 1/2 л водки и настаивайте в темном месте 3 недели, периодически взбалтывая.

Перед употреблением процедить. Принимать настойку надо по 1 ст. ложке 3 раза в день до еды. Можно разбавить настойку 50 мг воды.



Внимание!

Не рекомендуется принимать настойку Кородецкого беременным и кормящим женщинам, а также при индивидуальной непереносимости препарата. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Под действием спиртовой настойки сабельника организм естественным образом формирует и поддерживает структуру хрящевой ткани, обеспечивает ей прочность и эластичность, восстанавливает состав синовиальной жидкости. Снимается воспаление, в том числе аутоиммунное. Таким образом, восстанавливаются основные функции суставов.


Способ применения

Принимать взрослым по 1 ст. ложке 3 раза в день во время еды с пищей. Курс приема в среднем рассчитан

на 20–30 дней. Продолжительность курса зависит от вида и тяжести заболевания и может быть меньше или больше указанного.

При первых признаках заболевания на начальных его стадиях можно устранить боль уже в первые дни приема. При запущенных формах артритов и артрозов необходимо провести как минимум 4 курса лечения настоек Короецкого с 10-дневным перерывом.

В первые дни приема препарата иногда может наблюдаться обострение болезни, чего не следует опасаться, так как это положительный фактор, свидетельствующий о лечебном действии сабельника. В случае обострения для активизации вывода из организма солей и токсинов через 2 часа после приема сабельника рекомендуется принимать мочегонный сбор.

 Листья толокнянки — 2 ст. ложки, корень солодки — 1 ч. ложка, трава хвоща — 1 ч. ложка. Способ приготовления: смесь залить 6 стаканами кипятка, настаивать 20 минут, процедить через марлю. Принимают (после консультации с врачом) 3–4 раза в день по 1 ст. ложке за 15–20 минут до еды.

Приведу еще одно письмо.

Обострение — это начало исцеления

Дорогой Александр! Я Вам очень благодарна за сабельник. Действует он великолепно. Когда я его начала пить, произошло обострение всех моих болячек, особенно суставов. Коленные суставы так болели, что я не могла сойти с автобуса и с лестницы. Я продолжала его пить, натирала суставы пихтовым бальзамом (настойку сабельника для натирания мне было жалко тратить), и дело пошло на лад: опухоль спала, суставы стали более подвижными. Одновременно идет излечение и от других болячек: улучшилась работа желудочно-кишечного тракта; я чувствую, как у меня очищаются бронхи, укрепляется иммунитет. В сырую и холодную погоду я постоянно простужалась, а уж если кто-то возле меня чихнул или кашлянул, у меня на следующий день из носа рекой текло. Сейчас, слава Богу, такого не



происходит. Я пришла к выводу, что сабельник не только лечит суставы, но и очищает весь организм от всякой скверны.

З. В. М-к, Самара

Отвар сабельника болотного

Отвар корневищ сабельника болотного применяется внутрь при дизентерии, поносах, различных кровотечениях, болях в желудке, кишечнике, опущении желудка, раке желудка и молочной железы, как потогонное средство при простудных заболеваниях и гриппе.



10 г измельченных корней сабельника поместить в эмалированную емкость, залить стаканом горячей воды, закрыть крышкой и нагревать на водяной бане в течение 15 минут, постоянно мешая. Охладить, процедить и долить кипяченой водой до объема 200 мл. Принимать по 1/4 стакана 3–4 раза в день. Курс проводить в течение 1–1,5 месяцев. За это время необходимо принять не менее 1 л отвара сабельника.



Отвар из корней

Отвар готовят из корней растения: 1 ст. ложку сухих измельченных корневищ заливают 1/2 л кипятка, варят на слабом огне 10–12 минут, настаивают 1–2 часа и пьют по 1/4 стакана 3 раза в день после еды.

Приготовление настоя



Настои при болях в желудке

- 1 ст. ложку высушенной измельченной травы (стеблей) или одних листьев залить стаканом кипятка, настаивать в термосе 2 часа, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3–4 раза в день за 1 час до еды при болях в желудке.
- 2 ст. ложки сухой измельченной наземной части растения залить в термосе 1/2 л кипятка, выдержать 1–2 часа и пить по 1/4 стакана 3 раза в день после еды.
- Литровую банку засыпать на 1/3 наземной частью сабельника, залить кипятком, закрыть крышкой. Настоять 14 дней. Пить по 1 ч. ложке 3–4 раза в день перед едой (и по 1 ст. ложке каждые 2 часа, если болезнь запущена). Когда настоем выпит, мож-

но долить остаток, затем варить 20 минут и пить его как чай. За один курс лечения выпить 3 л настоя, потом сделать перерыв на 20–30 дней и снова повторить.

- 1 ст. ложку травы сабельника залить стаканом воды, довести до кипения, снять с огня, плотно закрыть. Настаивать 2 часа. Пить по 100 г 2 раза в день.

Из записных книжек травника

Хочу предложить вам несколько популярных рецептов с сабельником болотным, касающихся лечения и очищения желудочно-кишечного тракта.

Сбор при болях в животе (без поноса)

Дягиль лекарственный (корень) — 1 часть, марьин корень (корень) — 1 часть, душица обыкновенная (трава) — 1 часть, девясил британский (трава) — 1 часть, сабельник болотный (трава) — 1 часть, крапива двудомная (лист) — 1 часть, подорожник большой (лист) — 1 часть, пижма обыкновенная (соцветия) — 1 часть.

1 ст. ложку лечебного сырья заварить 1/2 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Выпить за день в 4 приема за 30 минут до еды или через час после еды.

Сбор при дизентерии

Герань лесная (трава) — 1 часть, крапива двудомная (лист) — 1 часть, кровохлебка лекарственная (трава) — 1 часть, сабельник болотный (трава) — 1 часть. 1 ст. ложку заварить 1/2 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Пить за 15 минут до еды 4 раза в день.

Установлено, что употребление в течение 1–2 месяцев чая из корней сабельника болотного или подсолнечника помогает вывести из организма большое количество шлаков.

Очищающий чай

Для его изготовления на 3 л воды берут примерно 1 стакан мелко нарезанных корней декола (длина не более 1 см), кипятят



- 1—2 минуты. Чай пьют по 1 стакану; за 2—3 дня следует выпить 3 л приготовленного чая. Затем эти корни кипятят, но уже 5 минут, в том же объеме воды и таким же образом выпивают за 2—3 дня. Затем кипятят эти же корни третий раз в том же объеме воды, теперь 10—15 минут, и используют точно так же.

Чай из корней сабельника болотного пьют большими дозами в течение месяца и даже более, после чего необходимо сделать месячный перерыв. Надо учесть, что при употреблении этих чаев соли начинают выводиться через 2 недели. Выведение следует продолжать до тех пор, пока моча не станет прозрачной и в ней больше не будет образовываться осадок. Естественно, во время приема очищающего чая из сабельника болотного из рациона исключаются острые приправы, а также соления, сельдь и уксусы. Пища должна быть преимущественно растительная.

Глава 4

РЕЦЕПТЫ КОРОДЕЦКОГО ОТ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЖЕЛУДОЧНО- КИШЕЧНОГО ТРАКТА

Вэту главу я решил включить несколько десятков рецептов от болезней желудочно-кишечного тракта, которые, по моему мнению, вам обязательно надо взять на вооружение. Травяные сборы, которые я вам предложу, очень просто приготовить самостоятельно. Травы можно заготовить самим или купить в аптеке. Конечно, вы можете воспользоваться и более сложными рецептами, но в этом случае вам необходимо помнить о нескольких правилах применения сборов.

Вам необходимо проверить, не вредны ли для вас растения, входящие в сбор. Возможно, вы страдаете заболеваниями, при которых они противопоказаны. Например, вам нельзя лечить желудок плодами можжевельника, если у вас не в порядке почки, и использовать зверобой, если вы больны атеросклерозом. В том случае, если противопоказанные вам растения входят в сбор, который вы собираетесь применить, их следует исключить или заменить на компоненты, сходные по фитотерапевтическому действию, но безвредные. Если этого сделать нельзя, нужно отказаться от этого сбора.

При подборе лекарственных растительных препаратов вы должны отдавать предпочтение тем, которые лечат не только основное заболевание, но и помогают против других ваших недугов. Например, если помимо основного заболевания вы еще страдаете и холецисти-



том, то хорошо, чтобы какой-нибудь из лекарственных компонентов, входящих в сбор, обладал мягким желчегонным действием. А если вашей бедой является гипертония, то обязательно введите в сбор хотя бы одно растение, которое мягко понижает артериальное давление. При диабете, конечно, вам надо обратить внимание на те растения, которые помимо лечения вашего основного заболевания, еще и снижают уровень сахара в крови. Нельзя забывать, что всякое растение или сбор — это лекарство. Если вы никогда его не принимали, то сначала 3–4 дня употребляйте его в меньших объемах, чем это указано в рецепте. Если ваше самочувствие не ухудшилось и вы не обнаружите аллергической реакции на данный препарат, то постепенно увеличивайте дозу до необходимой. А в случае негативной реакции организма на фитосбор или определенное растение немедленно прекратите прием.

Надо учитывать еще одно обстоятельство. Хотя народные методы лечения травами и сборами куда более мягко влияют на организм, чем те, которые зачастую предлагает официальная медицина, но и они при чрезмерном увлечении могут принести больше вреда, чем пользы. Поэтому вам необходимо очень внимательно относиться ко всем сигналам, которые будет посылать ваш организм. Кроме того, очень полезно выслушать мнение вашего лечащего врача о возможности применения той или иной травы или сбора.

Лечение гастрита

В этом разделе я собрал рецепты для лечения такого «популярного» заболевания, как гастрит. В городе им страдает каждый третий мужчина и каждая четвертая женщина. Сначала вы познакомитесь с простыми рецептами, которые подойдут для снятия неприятных

ощущений при гастроэнтерологических расстройствах. А если простой рецепт не дал положительных результатов, то попробуйте составить более сложный сбор. При этом не забывайте о тех рекомендациях, которые я дал в начале этой главы.

Простые рецепты лечения гастрита различного происхождения



Алоэ

Сок алоэ принимать по 1–2 ч. ложки, разведенных в 50 мл воды, в течение месяца 2–3 раза в день за 20–30 минут до еды. Курс лечения — 1–2 месяца.



Цветки яблони

Залить 1 ч. ложку с верхом цветков яблони стаканом кипятка, остудить, процедить. Выпивать в течение дня маленькими глотками.



Корни лопуха

- Залить 1 ч. ложку измельченного корня лопуха 2 стаканами кипятка, настоять 12 часов, процедить. Пить по полстакана теплого настоя 2–4 раза в день.
- Залить 1 ч. ложку измельченного корня лопуха стаканом кипятка, кипятить 5–10 минут на слабом огне, остудить, процедить. Принимать по 1 ст. ложке отвара 3–4 раза в день.



Подорожник

- Заварить 1 ст. ложку сухих листьев подорожника стаканом кипятка, настоять 10 минут. Процедить. Выпить в течение часа небольшими глотками.
- Хорошо промытые свежие листья подорожника порезать, помять, отжать сок, смешать его с равным количеством меда, варить 20 минут. Принимать по 2–3 ст. ложки в день.



Шалфей лекарственный

Заварить 2 ч. ложки листьев шалфея лекарственного 2 стаканами кипятка, настоять 30 минут, процедить. Принимать настой по 1 ст. ложке через каждые 2 часа.

**Иван-чай**

Залить 10 г сухих листьев иван-чая стаканом кипятка, кипятить 15 минут, процедить. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день перед едой.

**Мята**

Залить 2 ст. ложки листьев мяты 2 стаканами кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Пить по 1 стакану за 15–20 минут до еды 2 раза в день.

**Почки сосны**

Залить 1 ч. ложку почек сосны стаканом кипятка, настаивать 45–60 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке утром и вечером перед едой.

**Брусника**

Залить 1 ст. ложку листьев брусники стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать перед едой по 1 ст. ложке 3–4 раза в день.

**Земляника**

Залить 1 ст. ложку листьев и корней земляники 2 стаканами воды, настаивать 6–8 часов, процедить. Пить по 1/2 стакана ежедневно.

Сложные рецепты лечения гастрита с повышенной кислотностью**Сбор № 1**

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: трава чистотела, трава тысячелистника, цветки ромашки, цветки календулы, трава зверобоя, корень горца змеиного, лист мяты (все поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

**Сбор № 2**

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: плоды укро-



па, цветки календулы, лист крапивы, трава мяты, плоды кориандра (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 3

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: трава душицы, лист мать-и-мачехи, трава очанки, трава пустырника (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 4

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: корень айра, корень бадана, корень дягиля, трава пастушьей сумки, корень солодки, семена льна (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 5

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: трава спорыша, трава лаванды, корень одуванчика, лист подорожника, трава сушеницы (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 6

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: трава зверобоя, трава крапивы, семена льна, трава сушеницы, трава полыни, цветки лабазника (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 7

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: корень айра, трава донника, кора калины, лист мать-и-мачехи, лист мяты, лист подорожника, цветки ромашки, плоды (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

**Сбор № 8**

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: плоды укропа, корень горца змеиного, трава душицы, цветки календулы, трава крапивы, цветки коровяка, трава пастушьей сумки (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

**Сбор № 9**

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: корень алтея, трава спорыша, корень дягиля, трава золототысячника, цветки лабазника, лист манжетки, трава мяты, трава пустырника (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

**Сложные рецепты лечения гастрита
с пониженной кислотностью****Сбор № 1**

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: трава зверобоя, трава золототысячника, лист брусники, трава горечавки, корень девясила, корень цикория, семена льна (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

**Сбор № 2**

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: корень айра, трава золототысячника, лист мать-и-мачехи, лист мяты, плоды шиповника, трава вероники (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

**Сбор № 3**

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: корень горца змеиного, цветки календулы, лист подорожника, трава полыни, плоды рябины обыкновенной (всего поровну). Принимать

сбор в течение дня по 100—150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3—4 месяца.



Сбор № 4

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: трава душицы, корень одуванчика, трава тысячелистника, корень девясила, цветки бессмертника (всего поровну). Принимать в течение дня по 100—150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3—4 месяца.



Сбор № 5

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: семена льна, цветки ромашки, трава володушки, плоды кориандра, цветки пижмы, лист толокнянки, трава чабреца (всего поровну). Принимать в течение дня по 100—150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3—4 месяца.



Сбор № 6

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: корень аира, плоды шиповника, трава вероники, курильский чай, плоды укропа (всего поровну). Принимать в течение дня по 100—150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3—4 месяца.

Лечение изжоги

Очень часто при гастритах нас мучает изжога, которая возникает как реакция на избыток соляной кислоты. Хочу сказать, что такое простое средство при изжоге, как сода, вызывает так называемый «эффект рикошета», когда сначала кислотность желудочного сока снижается, а через некоторое время опять повышается (причем становится больше той, что была раньше). Это неблагоприятно отражается на слизистой оболочке желудка, усугубляет течение гастрита, приводит к воспалению желудка. Поэтому пользоваться содой можно лишь в качестве средства «скорой помощи». Постоян-



но ее принимать нельзя. Лучше выпить теплой минеральной воды без газа.

Приведу несколько сборов, которые помогут вам избавиться от изжоги.



Сбор № 1

1 ст. ложку травы сушеницы топяной залить 200 мл кипятка. Настаивать 2 часа в закрытой посуде. Принимать по 1 ст. ложке 4–5 раз в день.



Сбор № 2

Корни, семена и листья дягиля лесного истолочь. Полученный порошок заваривать как чай по 1 щепотке. Принимать 3 раза в день.



Сбор № 3

Смешать по 1 ст. ложке травы зверобоя и листьев подорожника и 1/2 ст. ложки соцветий ромашки. Настаивать 1 час в закрытой посуде, принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за 20 минут до еды.



Сбор № 4

Смешать по 1 ст. ложке травы зверобоя, сушеницы, тысячелистника. 3 ст. ложки смеси настаивать 2 часа в 1 л кипятка, процедить. Пить по 1/2 ст. ложки 4–5 раз в день.



Сбор № 5

Настой из золототысячника нужно пить несколько раз в день (взять 1 ст. ложку травы на 2 стакана кипятка, затем настаивать час в закрытой посуде).

Лечение язвенной болезни

Аналогично предыдущему разделу, я дам сначала очень простые, но эффективные рецепты лечения язвенной болезни, которые вы можете быстро и без труда приготовить сами. Далее представлены более сложные рецепты, их вы должны корректировать в зависимости от того, какими заболеваниями вы страдаете.



Сначала я приведу несколько рецептов, которые будут полезны больным гастродуоденитом.

Лечение воспаления желудка и двенадцатиперстной кишки (гастродуоденита)

Сбор № 1

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: трава чистотела — 1 часть, соцветия ромашки — 2 части, трава тысячелистника — 2 части, трава зверобоя — 2 части. Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

Сбор № 2

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: листья крапивы, листья подоржника, трава зверобоя, соцветия ромашки (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

Сбор № 3

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: трава тысячелистника — 2 части, трава зверобоя — 2 части, соцветия ромашки — 2 части, трава чистотела — 1 часть. Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

Сбор № 4

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: корневище аира, листья вахты, трава полыни, трава золототысячника, кожура апельсина (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

Сбор № 5

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: листья вахты, плоды фенхеля, листья мяты, трава тысячелистника, трава



золототысячника (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

Сбор № 6



2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: плоды шиповника — 1 часть, трава золототысячника — 2 части, листья толокнянки — 1 часть, трава зверобоя — 1 часть, корневище горечавки — 2 части, трава цикория — 2 части, трава дымянки — 4 части. Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

Простые рецепты лечения язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки



Алоэ

В течение 3 месяцев 2 раза в день за 20 минут до еды съесть маленький кусочек листа алоэ.



Березовые почки

Залить 50 г березовых почек 1/2 л водки, настаивать 10 дней. Принимать по 1 ч. ложке, разведенной в 50 мл воды, 3 раза в день за 15 минут до еды.



Горец змеиный

2 ст. ложки корневища горца змеиного заливают 400 мл кипятка и кипятят 10 минут. Отвар остужают и процеживают. Пьют перед едой по 1/2 стакана 2–3 раза в день.



Зверобой

Залить 2 ст. ложки травы зверобоя стаканом горячей воды, кипятить 30 минут, остудить, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.



Иван-чай

- Залить 2 ст. ложки сухих листьев иван-чая 1 л воды, кипятить 15 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день перед едой.
- Залить 2 ст. ложки листьев иван-чая 1,5 л воды, довести до кипения, настаивать 40 минут. Пить по 1/3 стакана 3–4 раза в день до еды.



Лопух

Залить 1 ст. ложку сухих корней лопуха 2 стаканами кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день.



Подорожник

- Залить 1 ст. ложку листьев подорожника стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить. Пить в течение суток.
- Залить 1 ст. ложку семян подорожника стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.



Софора

Взять 1 ст. ложку истолченных плодов софоры японской на 1/2 л водки. Настаивать в теплом месте 10 дней, периодически взбалтывая. Принимать перед едой по 30 капель 3 раза в день.



Шиповник

- Залить 20 г плодов шиповника стаканом кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана 2 раза в день.
- Залить 1 ст. ложку плодов шиповника 2 стаканами кипятка, настаивать в термосе сутки. Пить по 1/2 стакана 2–3 раза в день перед едой.



Тысячелистник

- Залить 1 ст. ложку травы тысячелистника стаканом кипятка, кипятить 10 минут, остудить, процедить. Пить по 1/3 стакана 2–3 раза в день перед едой.
- Залить 1 ст. ложку травы тысячелистника стаканом кипятка, настаивать 40–50 минут, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день перед едой.

Сложные рецепты лечения язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки



Сбор № 1

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: корень аира,



чага, корень горца змеиноного, цветки лабазника, трава тысячелистника, трава зверобоя, трава полыни, трава чистотела (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 2

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: плоды шиповника, плоды боярышника, лист смородины, лист малины, лист подорожника, лист мать-и-мачехи, плоды или хвоя можжевельника, трава мяты, трава спорыша, лист черники (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 3

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: лист крапивы, лист манжетки, плоды шиповника, трава чистотела, трава шалфея, лист эвкалипта, трава яснотки (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 4

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: трава тимьяна, корень кровохлебки, побеги багульника, трава череды, корень левзеи, почки березы, трава тысячелистника (всего поровну). Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 5

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: корень первоцвета — 1 часть, трава медуницы — 1 часть, трава фиалки — 1 часть, цветки коровяка — 1 часть, лист подорожника — 2 части, трава череды — 3 части, лист малины — 3 части, лист березы — 1 часть, лист крапивы — 1 часть, плоды укропа — 1 часть, цветки лабазника — 2 части, плоды шиповника — 3 части. Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 6

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: семена льна — 2 части, лист мать-и-мачехи — 2 части, корень девясила — 1 часть, корень алтея — 2 части, корень аралии — 1 часть, корень солодки — 4 части, корень пырея — 2 части, корень сабельника — 2 части, лист малины — 2 части. Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 7

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: корень шлемника — 3 части, корень солодки — 5 частей, корень ревеня — 3 части, трава черноголовки — 2 части, трава череды — 4 части, почки березы — 4 части, трава тысячелистника — 2 части, цветки ромашки — 2 части, плоды боярышника — 3 части, плоды рябины обыкновенной — 3 части, плоды шиповника — 3 части. Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 8

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: корень бадана — 2 части, корень аира — 2 части, корень солодки — 4 части, корень аралии — 1 часть, корень девясила — 3 части, корень пиона уклоняющегося — 2 части, корень родиолы — 1 часть, корень пырея — 2 части, плоды рябины красной — 4 части. Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 9

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: плоды черемухи — 4 части, лист смородины — 3 части, лист малины — 3 части, трава душицы — 2 части, трава тимьяна — 2 части, трава полыни — 3 части, лист подорожника — 2 части, лист мать-и-мачехи — 2 части, корень солодки — 3 части. Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.



Сбор № 10

2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать в течение ночи. Состав сбора: плоды укропа — 1 часть, лист кипрея — 3 части, цветки ромашки — 2 части, шишки хмеля — 2 части, трава душицы — 2 части, лист мяты — 2 части, цветки лабазника — 2 части, корень аира — 2 части, трава синюхи — 1 часть. Принимать в течение дня по 100–150 мл за 30 минут до еды. Курс лечения — 3–4 месяца.

Сложные сборы от разных заболеваний

Есть такое неприятное состояние, которое называется ахилия. Оно характеризуется недостаточностью выделения желудочного сока.

Чтобы избавиться от этого недомогания применяют сбор, в котором главным компонентом является аир болотный.




Состав сбора: корневища аира — 1 часть, кора корицы — 1 часть, лист вахты трехлистной — 1 часть, кожура апельсина — 2 части, трава золотысячника — 2 части, трава полыни горькой — 2 части. 1 ч. ложку сбора заварить стаканом кипятка, остудить, процедить. Пить по 1/4 стакана настоя 4 раза в день перед едой.

Еще один сбор, который рекомендуется при слабой работе желудочно-кишечного тракта, в котором главную роль играет анис. Он поможет вам при атонии кишечника.




Состав сбора: плоды аниса — 1 часть, плоды фенхеля — 1 часть, корень солодки — 2 части, лист мяты перечной — 2 части. 1 ст. ложку смеси заварить стаканом кипятка, настоять 30 минут, процедить. Принимать утром и вечером по 1 стакану настоя до полного выздоровления.


А вот сбор, который я рекомендую употреблять при спазмах желудка и метеоризме. Главным компонентом в этой травной смеси также является анис.

 Состав сбора: плоды аниса — 1 часть, плоды тмина — 1 часть, плоды фенхеля — 1 часть, лист мяты — 2 части. 2 ч. ложки смеси заварить стаканом кипятка, настоять 30 минут, процедить. Пить в течение дня.


При колитах, энтероколитах и других желудочно-кишечных расстройствах неинфекционной природы я советую пить отвар корней и корневищ бадана толстолистного.

 1 ст. ложку размельченных корней и корневищ бадана толстолистного залить 1 стаканом кипятка, кипятить 30 минут на водяной бане, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3–4 раза в день.

При воспалениях слизистой желудка (обычно это бывает при гастрите с повышенной кислотностью) рекомендуется принимать отвар горца птичьего.

 1 ст. ложку травы горца птичьего залить 1/2 л горячей воды, кипятить 10 минут, остудить, процедить. Пить по 1/2 стакана 3–4 раза в день.

При расстройстве желудка можно использовать облепиху крушиновидную.

 1 ст. ложку измельченных листьев и ветвей облепихи залить холодной водой, довести до кипения, кипятить 5 минут на медленном огне, настаивать 30 минут, процедить и выпить за один прием. При необходимости повторить.

При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки я могу посоветовать три сбора.

Сбор № 1

2 ст. ложки сбора корня алтея, чистотела и листьев сенны залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 2 ст. ложки 4 раза в день до еды.

Сбор № 2

2 ст. ложки сбора цветков ромашки, календулы и листьев мать-и-мачехи залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 4 раза в день за 20 минут до еды.



Сбор № 3

1 ст. ложку сбора зверобоя, золототысячника, сушеницы болотной, цветков ромашки и листьев перечной мяты залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 2 ст. ложки 3 раза в день за 40 минут до еды.

При язве и раке желудка можно попробовать пить отвар сушеных листьев подорожника.



1/2 стакана сушеных листьев подорожника залить 1 л кипятка. Настаивать несколько часов.

При катаре желудка я могу посоветовать проверенное средство: горчичные семечки.

Принимайте немолотое горчичное семя со стаканом воды. Начать нужно с 1 семечки и дойти до 20, увеличивая дозу по 1 семечке. Затем уменьшайте дозу каждый день на 1 семечку, пока не дойдете до первоначальной дозы. Принимайте натошак каждое утро.

Глава 5

ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ РАКА


Препараты на основе растений, о которых пойдет речь в этой главе, ни в коем случае не являются панацеей от онкологических заболеваний, ведь различные виды опухолей требуют разного лечения.

Зачастую помочь может только официальная медицина. Однако как подспорье в лечении рака настои, настойки, ферменты и другие лекарства на травах вполне могут применяться. Более того, иногда это единственный шанс на спасение.

Сабельник болотный

Уже много лет противоопухолевое действие сабельника болотного исследуется учеными. Хотя изучал прежде всего воздействие сабельника на суставы, не могу в этой книге не привести материалы, которые свидетельствуют о положительных результатах лечения онкологических заболеваний с помощью сабельника болотного.

Вот какая удивительная история произошла недавно в Москве.

 Один генерал-майор рассказывал, что его семидесятилетний брат лежал в больнице с диагнозом «лейкоз» (рак крови). Врачи отвели ему на жизнь максимум 7 дней и выписали домой умирать. Случайно узнав об исцелении ряда больных с таким же диагнозом с помощью сабельника, жена брата достала настойку. Употребление настойки в качестве лечебного средства закончилось тем, что через 1,5 месяца брат поправился. При этом он выпил 3 л настойки.



Лечение рака прямой кишки

При раке прямой кишки 50 капель настойки, о которой говорилось в предыдущем рецепте, нужно добавить в 1/2 л теплой кипяченой воды, и сделать клизму на 20 минут.

Рак желудка

При раке желудка рекомендуется следующий сбор.



Аир болотный (корень) — 10 г, бодяг полевой (соцветие) — 50 г, лопух паутинистый (соцветие) — 25 г, тополь черный (почки) — 5 г, сабельник болотный (корень) — 5 г (5 г — 1 ст. ложка без верха).

2 ст. ложки заварить 1/2 л кипятка, настаивать в течение ночи, процедить. Выпить за день в 3 приема за 15 минут до еды.

Еще один совет больным раком желудка.



1 ст. ложку измельченных корней сабельника залить 1 стаканом горячей кипяченой воды и держать на кипящей водяной бане 15 минут. Охладить при комнатной температуре в течение 45 минут, процедить. Оставшееся сырье отжать, приготовленный отвар долить кипяченой водой до 200 мл. Принимать внутрь по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Чудесная настойка

Одна моя знакомая утверждает, что при онкологических заболеваниях помогает настойка корней сабельника.

Заполнить литровую банку наполовину корнями сабельника и залить 40-градусной водкой. Настаивать в темноте 10 суток, периодически встряхивая, процедить и пить по 1 ст. ложке 1 раз в день на ночь.



Курс лечения сабельником

Длится около 2 месяцев. Нужно выпить 1 л настойки (для ее изготовления потребуется 100–120 г сухого сабельника). Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за 15 минут до еды. В тяжелых случаях принимают до 3 л настойки по маленькой рюмочке (30 г) 3 раза в день за 15 минут до еды.

Чай из сабельника против рака

Вот еще несколько советов, которые я позаимствовал из писем своих читателей. Ира Сутеева из Тулы пишет о том, что ее мама, больная раком, уже несколько лет заваривает корень и траву сабельника как чай и пьет 1 раз в день по 100 мл.

Еще один интересный совет. Его прислала Елена Викторовна Орлова. В своем письме она рассказывает, что от своей родственницы — деревенской травницы — узнала, что для лечения и профилактики злокачественных опухолей необходимо пить чай, настоянный на листьях сабельника болотного.



Внимание!

Корневища сабельника болотного применяются в виде отвара, настойки при желудочных болях, кровотечениях, расстройствах желудочно-кишечного тракта, поносах, раке желудка. Рецепты приготовления отвара и настоек приведены в главе «Сабельник болотный приходит на помощь».

Чеснок

Чеснок обладает противоопухолевой активностью благодаря входящему в его состав аллицину. Конечно, он не может быть единственным лекарством, но прекрасно подходит для дополнительной восстанавливающей терапии.



Сок чеснока, подорожника и мед при раке пищевода

Сок чеснока, подорожника и мед принимают 2 раза в день по следующей схеме.

Первые 5 дней — 10 капель сока чеснока за 1 прием.

Вторые 5 дней — 20 капель чеснока за 1 прием.

Третьи 5 дней — 30 капель и так далее, увеличивая каждые 5 дней дозу приема на 10 капель. Постепенно дозу можно довести до 1 ст. ложки.



Сок чеснока следует запить соком подорожника, а через полчаса принять 1 ст. ложку меда.

Прием указанного средства следует продолжать некоторое время, а потом начать постепенно снижать дозу и вернуться в результате к исходным 10 каплям сока. После этого прием чесночного сока прекращают, а сок подорожника принимают еще в течение года.

Конечно, это средство — не спасение, но оно рекомендуется как хорошее дополнение к химиотерапии. Такое лекарство улучшает состояние больного и повышает сопротивляемость организма.

Луковая терапия

Снадобья, которые я вам сейчас предложу, хорошо бы взять на заметку всем читателям, отметившим свое пятидесятилетие. Советую им проводить профилактический прием в течение месяца хотя бы дважды в год. Это средство также послужит хорошим дополнением к химиотерапии.



При онкологических заболеваниях различной локализации полезно поступить следующим образом: выжать сок из 3 кг лука, смешать его с 1/2 кг меда, добавить немного перегородок грецкого ореха и залить 1/2 л водки. Настаивать в течение 10 дней, периодически встряхивая. Принимать по 1 ст. ложке 2–3 раза в день за 30 минут до еды.

А вот простое и вкусное лекарство, которое можно принимать каждый день на обед как суп или бульон при лечении и профилактике онкологических заболеваний.



Луковицу средних размеров вместе с шелухой мелко нарезать, поджарить на растительном масле. Затем добавить 1/2 л воды и варить до тех пор, пока лук не разварится. Потом приготовить растительный бульон из кожуры молодого картофеля, моркови, свеклы и нескольких долек чеснока. Перемешать с луковым отваром и процедить через марлю.

Хрен-целитель

О хрене как лекарстве против рака заговорили несколько лет назад, когда весь мир облетела новость: британские медики установили, что хрен способен убивать раковые клетки.

Ранее было известно, что хрен хорош как профилактическое средство против рака. Это объясняют тем, что соединения серы, содержащиеся в хрене, препятствуют возникновению раковых клеток, поэтому для профилактики онкологических заболеваний рекомендуется регулярное, но умеренное употребление в пищу приправ на основе хрена.

В местностях, где употребляют хрен в нормальном количестве и регулярно в течение года, отмечено почти полное отсутствие раковых заболеваний.

Однако утверждать, что с хреном и рак не страшен, пока преждевременно. Если быть точным, ученым удалось обнаружить и выделить молекулу, способную дробить раковые клетки на отдельные мелкие фрагменты, в результате чего значительно облегчается борьба иммунной системы с опухолями.

Перед медициной открылся новый путь лечения рака, но средство, спасающее раковых больных, пока не найдено.

При лечении онкологических заболеваний медики по-прежнему применяют химиотерапию, а хрен признают лишь как профилактическое средство.

Тем не менее в народной медицине хрен используют для лечения рака наряду с другими растениями.



При раке желудка рекомендуется натереть на терке 6–8 г свежего корня хрена, залить стаканом кипяченой воды, размешивать 5 минут, затем процедить. Принимать средство от 1 ч. ложки до 1 ст. ложки 3–4 раза в день до еды.



Барвинок розовый

Барвинок розовый или катарантус розовый — это вечнозеленый полукустарник высотой до 60 см. Цветки до 4 см в диаметре, похожи на цветки бальзамина, самых разных расцветок — от снежно-белых до темно-розовых, в зависимости от сорта. С 1958 года культивируется в Западной Грузии, Закавказье, на Кубани. В северных регионах используется в качестве домашнего и декоративного растения.

В соке барвинка обнаружено огромное количество биологически активных веществ, в том числе 80 алкалоидов, некоторые из которых (винбластин, винкристин, лейрозин) обладают противоопухолевой активностью.

Барвинок применяется при лечении многих заболеваний. Настойку травы на водке используют при язвенной болезни желудка. Из барвинка розового делают лекарственные препараты, которые помогают при лечении рака. В народе барвинок часто используют при лечении предраковых заболеваний, таких, например, как эндометриоз, миомы, полипы, а также в тех случаях, когда пациенту отказано в лечении химиотерапией ввиду слабости здоровья или непереносимости этой процедуры. В качестве лекарства от рака этого ядовитого целителя признает даже официальная медицина.

Квас Болотова и настой на чайном грибе

Не обошел своим вниманием это замечательное растение и известнейший украинский ученый и целитель Борис Васильевич Болотов. Вот что он пишет о барвинке розовом:



«Настойки листьев барвинка используют для остановки кровотечения, при зубной боли, для лечения диабета, как средство, снижающее сахар. Некоторые алкалоиды барвинка (например,

винбластин, винкристин, онковин) применяют при лечении острой формы лейкемии у детей. Но наиболее эффективен барвинок в виде ферментов, которые образуются в результате молочнокислого брожения».

Фермент барвинка

Для его изготовления берут 3 л молочной сыворотки, 1/2 стакана листьев барвинка, стакан сахара, 1 ст. ложку сметаны. Растение погружается на дно с помощью марлевого мешочка и грузика. Брожение идет в течение не менее 3 недель в теплом месте (18–25 °С). Пьют по 1/2 стакана фермента за 10–15 минут до еды, а также во время приступов боли.

Как я уже писал, в городских условиях гораздо эффективнее использовать не квас, а настой на чайном грибе.

Настой чайного гриба на барвинке розовом

В 3-литровую банку, где у вас растет чайный гриб, нужно добавить 2 ст. ложки измельченной травы катарантуса, 2 ст. ложки сахара, затем накрыть банку марлей и оставить настаиваться в теплом месте на неделю.

Пить настой на чайном грибе следует по 1/2 стакана 2 раза в день за полчаса до еды. Тем, кто страдает повышенной кислотностью, нужно соблюдать осторожность.

Золотой ус: настойка и эмульсия

Для лечения онкологических заболеваний желудка и кишечника используется спиртовая настойка золотого уса.

Настойка золотого уса

12 суставчиков измельчить в неметаллической посуде (лучше всего использовать ступку и пестик) залить 150 мл спирта и настаивать в течение 2 недель, затем процедить и хранить в плотно закрытой посуде в темном месте.



Принимать настойку рекомендуется в течение полугода 2 раза в день по 1 дес. ложке за 30–40 минут до еды. Раз в месяц необходимо делать перерыв на неделю.

Самым сильным оздоровительным эффектом обладает масляная эмульсия золотого уса, предложенная целителем из Воронежа Огарковым. Благодаря соединению спиртового и масляного растворителя все полезные вещества извлекаются из золотого уса без остатка и борются против болезни. Поэтому народные целители рекомендуют эту настойку при лечении онкологических заболеваний.



Масляная эмульсия из золотого уса


Смешать в стеклянной посуде 40 мл нерафинированного подсолнечного масла (сырого льняного или оливкового) и 30 мл спиртовой настойки. Плотно закрыть, встряхнуть и залпом выпить, не давая смеси разделиться на составляющие компоненты.

Масляную эмульсию принимают 3 раза в день на голодный желудок, за 20 минут до еды, ничем не запивая и не заедая. Пить жидкость можно только после еды. Принимать эмульсию лучше всего в определенное время в течение 10 дней. Потом нужно прерваться на 5 дней и повторить курс. После третьего курса сделать перерыв на 10 дней.

Это первый цикл; повторять циклы следует до полного излечения. Хорошие результаты после применения этого препарата наблюдались при лечении рака желудка и легких.

Рак прямой кишки

При раке прямой кишки можно делать микроклизмы (15–20 мл) с масляной эмульсией или настоем каллизии на ночь.

 Чтобы приготовить водный настой для микроклизм, необходимо взять 2 крупных листа каллизи (около 20 см длиной), залить их 1 л кипятка и томить на водяной бане 5–10 минут. Затем нужно процедить настой и перелить в бутылку из темного стекла.

Хранить не более недели в холодильнике. Перед употреблением разогревать на водяной бане до 35–40°C.

Также рекомендуют использовать ледяные или жирные свечи с золотым усом.

Индийский лук

Существует мнение, что при раковых заболеваниях помогает спиртовая настойка птицемлечника, употребляемая по «царской методике», принятой для сильнодействующих ядовитых лекарств.

«Царская методика»

1. Первый день — утром за 40 минут до еды накапать в 30 мл воды 5 капель настойки и выпить. Вечером процедуру повторить за 40 минут до еды.
2. Каждый следующий день прибавлять по 1 капле на прием: во второй день — по 6 капель, в третий день — по 7, и т. д. в течение 25 дней.
3. После того как доза составит 30 капель, начинайте убавлять по 1 капле в день.
4. Через 25 дней доза опять составит 5 капель на прием. Сделайте перерыв на неделю и повторите курс в той же последовательности.
5. Необходимо пройти 4–5 курсов, делая недельные перерывы после первого и второго курса, 10-дневные — после всех следующих.

Учитывая мощную разрушающую фитоэнергию индийского лука, такое его применение должно принести результаты. Но будьте осторожны: это растение ядовито. Ни в коем случае не превышайте дозу!



Алоказия

Я не берусь рекомендовать вам алоказию в качестве основного лекарства от рака. Однако существуют положительные отзывы о применении этого растения при лечении онкологических заболеваний. Об этом свидетельствует письмо одной из читательниц газеты «Вестник ЗОЖ» (№ 6, 2003).



Алоказия — панацея от рака

Взять увядающий лист, вымыть. Резать лист и часть стебля очень мелко и осторожно, чтобы сок не попал в глаза, на губы, в ранки на руках. Сложить в баночку, чуть уплотнив. Залить чистым спиртом в отношении 1:1. Настаивать в темном месте 2 недели. Принимать в первый день по капле 3 раза в день, во второй день — 2 капли 3 раза в день, в третий день — 3 капли, и так десять дней. Затем 10 дней пить по 10 капель 3 раза в день. После этого следующие 10 дней уменьшать дозу ежедневно на каплю. После первого курса сделать перерыв на 1–2 недели и возобновить прием. Всего провести 2–3 курса. При онкозаболеваниях число капель доводят до 40. Пить без разведения водой, запивать растительным маслом.

Л. Ю. Третьякова, Красноярский край

Некоторые целители говорят о положительном эффекте приема 40-процентной спиртовой настойки алоказии по «царской методике». Также рекомендуется прикладывать к опухоли измельченный корень алоказии.

Алоказия, по свидетельствам моих читателей и читателей «Вестника ЗОЖ», обладает достаточно сильным противоопухолевым действием.

Лучевая терапия и алоэ

Компрессы с соком алоэ помогают при выпадении волос после облучения, снимают боль, ускоряют восстановление поврежденных тканей.



Также используется эмульсия алоэ.

Очень большое распространение получила эмульсия алоэ, которую используют при лечении ожогов, трофических язв и незаживающих ран. Это уникальное средство применяется и при лучевой терапии. Эмульсию наносят 2–3 раза в сутки на больное место и покрывают марлевой салфеткой.



Эмульсия алоэ

Сок из листьев алоэ древовидного, предварительно выдержанных 12 суток в холодильнике, смешать с касторовым и эвкалиптовым маслом в соотношении 1:2:2.

Смесь сока алоэ с медом (1:5) наносится на кожу тех зон, которые подвергаются лучевой терапии. Для восстановления здоровья также рекомендуется принимать свежую смесь по 1 ч. ложке 3 раза в день до еды в течение 1–2 месяцев.

Глава 6

КАК В ДЕРЕВНЕ ЛЕЧАТ ЖИВОТ

Как всегда, перед тем, как собирать материал к своей книге, я написал письма друзьям, в которых задавал им один вопрос: «Что, по их мнению, надо включить в современную книгу о лечении желудочно-кишечного тракта?» Я получил много разных замечательных советов.

Например, некоторые писали мне, что в книгу надо включить обязательно средства от болезней, которыми болеют именно они (причем не важно, что эти недуги не имеют никакого отношения к желудочно-кишечному тракту).

А мои друзья Лариса и Глеб Погожевы из далекой псковской глубинки прислали письмо, в котором подробно рассказали, как у них в деревне борются с заболеваниями желудка и кишечника.

Вот как начинается письмо известных на всю страну целителей, последователей учения академика Болотова.



«Дорогой Александр! Сообщаем тебе, что живот болит и в деревне. А поскольку у нас аптеки нет (ближайшая в 25 км от нас, и то чаще всего закрыта), то сельчане пользуются (и очень даже безуспешно) самыми разными рецептами, которые передаются из поколения в поколение. Кроме того, мы расскажем и о тех средствах, которые применяем мы с Ларисой».

Многообещающее начало, правда? Уверен, что многое из того, о чем Лариса и Глеб рассказали в своем письме, вам пригодится.


Лариса и Глеб Погожевы о деревенском лечении

Что делать, если заболел живот, что-то неладное творится с кишечником, газы не дают покоя? Можно быстро все поправить. Сверните мешковину в 4–6 рядов, намочите как следует, отожмите и положите на живот. Накройте старой шерстяной кофтой, потом еще чем-нибудь теплым — и под одеяло.

Укутайтесь так, чтобы воздух не проникал в ваш компресс. Через полчаса займется жара под тряпичею. Вспотели? Так и положено. Сколько так лежать? А пока комфортно вам. Кто-то как будто скажет вам через некоторое время: хватит, снимайте-ка сейчас с себя все, что нагромоздили.

Слушайте внутреннего голоса, только не торопитесь встать. Отложите все в сторону, а сами сухим чем-нибудь накройтесь и снова — под одеяло. Минут двадцать так надо полежать.

При неприятностях с желудком вам могут посоветовать в деревне пить медвежью желчь, высушенную и разведенную водой. Вряд ли этот совет будет вам полезен, зато следующий рецепт вполне можно применить.

 Если мучают боли в желудке, то обязательно добавьте в чай высушенное и измельченное арбузное семя.

При гастрите, чтобы снять приступ боли, который обычно бывает перед едой, выпейте стакан 6 раз прокипяченной и охлажденной воды. После этого больной должен несколько раз отрыгнуть. С каждой отрыжкой состояние улучшается, а через 5 минут боль проходит совсем.

Деревенские соседи Ларисы и Глеба рассказали им, что высушенные и стертые в порошок цветы картофеля всегда считались хорошим средством при изжоге, как



и гречневая крупа, которую советовали жевать по щепотке. Помогают также пшено и крошки хлеба, остающиеся на ноже при резке хлеба. От изжоги принимают также мел и хорошо высушенную глину.

Если вас донимают боли в желудке из-за язвы, то вам поможет несложная водная процедура. Положите горячий влажный компресс на желудок и на прилегающую область спины. Тепло понизит активность желудка и расслабит мышцы желудочной стенки, что снимет спазмы и уменьшит выделение желудочного сока. Меняйте компресс, пока не пройдет боль.

Водолечение при язве желудка предполагает горячие влажные компрессы на живот и смежные отделы позвоночника, но можно также использовать горячий душ слабого напора, направленный на подреберье или пупок. Помогут снять боль и холодные компрессы, положенные на лоб.

При всех болезнях желудка помогает настой полыни.



- Насыпать 1 щепотку полыни в чайное ситечко, погрузить его на 3 секунды в чашку с горячей водой — и настой готов. По вкусу он мало отличается от воды, но гораздо полезнее. Нужно выпивать по 1 ч. ложке чашку холодного настоя в день.
- При отравлении настоять полынь в горячей воде 10 минут и пить в течение 10–14 дней.

При желудочных заболеваниях помогают холодные компрессы. Сначала их делают с уксусной водой, а через 2–3 дня — с обычной. Влажную холодную ткань положить на область желудка и крепко обвязать теплым платком.

А тем, кого мучает икота, супруги Погожевы могут посоветовать простое и действенное средство: запомнить день и приблизительный час последнего приступа икоты. При новом икании вам стоит лишь вспомнить

этот день и час, и икота пройдет. (Я, правда, пока не успел как следует проверить этот деревенский совет.)

Как быстро избавиться от поноса


При поносе в деревне всегда считалось необходимым голодать; ели только черствый хлеб, запивая его чаркой водки. Лариса и Глеб, конечно, против такого лечения.

Зато они не сомневаются в правоте деревенских бабушек, которые советуют при поносе употреблять настои и отвары черемухи, черники, смородины, калины и сушеных груш.

В деревне сушеные ягоды черники считаются отличным средством от поноса. Для взрослых сушеные ягоды черемухи заваривают в чайнике, который ставят в печь, чтобы настой был крепче, готовят также отвар из свежей черемуховой коры. Есть и такой рецепт: чтобы остановить понос, надо есть пироги из молотой черемухи или жиденькую кашу из нее.

Для лечения расстройства желудка используют цветы черемухи.

При поносе в деревнях всегда применяли калган.

 Корнями калгана заполняют бутылку до половины и заливают их водкой, затем бутылку плотно закрывают. Пьют 2–3 раза в день по 1 ст. ложке. Достаточно принять это лекарство 1–2 раза, и болезнь проходит.

При поносе лечатся также листьями подорожника, из которых делают отвар. Но все же лучшее средство от расстройства желудка — это хорошо проваренный рис и рисовый отвар. Масса риса замедляет сокращение мышц, продвигающих пищу в кишечнике.

Полезны также груши и яблоки, богатые пектином. Однако есть их надо обязательно без шкурки, в которой содержится много клетчатки. Прекрасное средство от



поноса — суп из сушеной черники, так как черника содержит особые вещества, помогающие убивать бактерии, вызывающие понос.

Вот еще несколько деревенских рецептов от поноса.



- 2 ст. ложки смеси листьев и ягод болотной клюквы заварить 2 стаканами горячей воды. Кипятить на слабом огне 10 минут. Охладить, процедить. Пить по 1/2 стакана 4 раза в день.
- Кожицу куриного желудка отделить, промыть и высушить. Мелко нарезать, натолочь и принимать с пищей по 1 ч. ложке. На следующий день прием повторить.
- Густой отвар риса в течение 3—5 дней в теплом виде пить по 1/2 стакана через каждые 3 часа.
- Смесь черники, лапчатки, бессмертника, шалфея, тмина отварить и употреблять по 1/2 стакана 3 раза в день за 15 минут до еды. Срок лечения — 5 дней.
- Перемешать 2 ст. ложки цветков черемухи и 2 ст. ложки плодов черники, залить 1/2 л кипятка. Настаивать 15 минут. Принимать в горячем виде по 1/4 стакана 3 раза в день после еды.

Что делать, если желудок не варит

Чтобы быстрее наступило облегчение, пейте много теплой воды. Она подействует как рвотное и поможет очистить желудок. Кроме того, вода разбавит желудочные соки. Чтобы успокоить желудок, необходимо обильное питье, поэтому приготовьте себе мятный, липовый или ромашковый отвар.

Можно поставить клизму с отваром ромашки или с крепким кофе. Кофейная клизма отлично очищает и обеззараживает толстую кишку.

Если несварение сопровождается сильной болью, поставьте на болезненный участок горячий влажный компресс и меняйте его каждые 10 минут.

Не поленитесь встать пораньше и за час до завтрака выпивать стакан тепловатой воды. Если же у вас по-

вышенная кислотность, пейте после пробуждения горячую воду. Затем разомните руками колени и энергично массируйте живот до тех пор, пока не услышите урчание. Это значит, что вода перешла из желудка в кишечник.

Еще совет: полежите 10 минут в ванне с температурой воды 35–37°C, а после этого разотритесь жестким полотенцем, помассируйте тело холодной банной рукавицей или примите холодный душ. Эти процедуры оттягивают кровь от желудочно-кишечного тракта к поверхности кожи.

Вечером, перед тем как лечь в постель, сделайте холодный компресс на живот. Утром ополосните живот холодной водой.

Что делать при рвоте

Если у ребенка началась рвота, то несколько раз в день быстро окунайте его в холодную воду. От таких купаний рвотный рефлекс ослабевает. Можно также развести 3-процентный уксус холодной водой, затем намочить в нем полотенце, отжать и положить ребенку на живот. Компресс меняйте, как только он согреется.

Чтобы побороть жажду во время приступов, рекомендуют развести в 1/2 л холодной воды 1 ст. ложку меда и давать пить ребенку по 1 ст. ложке через каждые полчаса.

При рвоте можно воспользоваться отварами фенхеля либо полыни или соком столетника — капните немного отвара или сока на кусок сахара или хлеба и дайте ребенку.

Чтобы избежать судорог, растирайте ребенка холодной банной рукавицей.

Если же рвота началась у взрослого, то ей не надо препятствовать. Организм должен избавиться от ядови-



тых веществ. Исключения составляют те случаи, когда рвота становится слишком частой. Если необходимо прервать рвоту, положите на верхнюю часть среднего отдела желудка пузырь со льдом, а между лопатками — горячую грелку. При хронической рвоте непременно обратитесь к врачу.

Если необходимо вызвать рвоту, выпейте несколько стаканов теплой воды или воды со щепоткой горчичного порошка. В случае пищевого отравления быстро сделайте клизму, сперва с теплой водой, а потом с крепким натуральным кофе.

Если рвота не прекращается, а потребности в ней уже нет, поставьте холодный компресс на живот и смежную часть спины. Также очень полезно полежать несколько минут на спине, держа под головой мешок со льдом.

Как снять приступ боли в боку

Чаще всего колет в правом боку. Во время приступа человек едва может дышать, не говоря уж о том, чтобы продолжать работу. Быстро сделайте холодный компресс на живот, чтобы оказать стимулирующее воздействие на пищеварительные органы и очистить желудок и толстую кишку от возможных скоплений газов. Массируйте область от середины грудной кости до пупка, чередуя горячий и холодный душ.

Время от времени прикладывайте холодные компрессы. Наполните ванну холодной водой по щиколотки или чуть выше и ходите по воде для улучшения кровообращения и повышения тонуса.

Можно также на 10–15 минут лечь на спину с поднятыми вверх руками, это самый простой и довольно эффективный способ.

В деревне при коликах в боку поят больного настоем деревянных иголок. Набрав их как можно больше в чашку, наливают воды, поят ею больного и натирают бока.

Подобным же образом лечат острые боли в желудке: ставят на живот чашку воды и опускают в нее иголки. Существует даже такой способ лечения: колют бок осколком или щепкой от подпорки, которой подперта стена. (Лариса и Глеб, впрочем, к таким деревенским рецептам относятся с известной долей осторожности.)

Несколько оригинальных рецептов



Овсяный кисель при язве и гастрите

Овсяный кисель нормализует пищеварительные процессы. Он рекомендован при язве желудка и гастритах. Литровую банку необмолоченного овса нужно промыть в 3 ведрах воды. Ссыпать овес в 4-литровую эмалированную кастрюлю, залить 3 л кипяченой воды, бросить туда кусочек ржаного хлеба (30–35 г) и поставить на солнцепек. Кастрюля должна быть укрыта марлей от насекомых. Через 3 дня овес забродит, тогда слейте слизистую воду в другую кастрюлю, поставьте ее на огонь и доведите до кипения. Прокипятив 3 минуты, снимите кастрюлю с огня и поставьте в таз с холодной водой остужаться. На стол кисель подается в мисках, его можно есть с молоком, обязательно деревянной ложкой.



Геркулесовая каша при язве

В фарфоровую чашку (1/2 л) насыпаем 5 ст. ложек овсяных хлопьев, добавляем 1/2 ч. ложки соли, молотый кориандр, сухой сельдерей, укроп, петрушку или другие пряности, затем заливаем все это крутым кипятком, размешиваем ложкой, накрываем крышкой. Через 5 минут завтрак готов. В эту кашу можете положить чуточку сливочного масла или 1/2 ст. ложки смальца. А можно добавить вместо соли и масла 1/2 кубика куриного бульона. Каша получается очень вкусной. При длительном употреблении таких каш нормализуется кислотность желудка, зарубцовываются язвы в желудке, нормализуется стул. Если у вас



язва двенадцатиперстной кишки и желудка, употреблять кубики с куриным бульоном не рекомендуется, потому что в их состав входит лимонная кислота.



Творог при язве

Вот рецепт для тех, у кого язва двенадцатиперстной кишки. В 1/2 л кипящего молока выливают 1/2 л кефира и 1 ст. ложку 5-процентного раствора хлористого кальция. Не доводя вторично до кипения, снимают. Затем дают получившемуся творогу стечь. Добавляют в него 1/2 ч. ложки сахара и едят горячим на завтрак и ужин. После завтрака ничего не есть и не пить до обеда. Обед — диетический. Молочные продукты и хлеб из рациона нужно исключить. На ночь выпить стакан теплой воды с медом (1 ч. ложка на стакан).

Немного о меде

Супруги Погожевы советуют принимать при сниженной кислотности желудка 3 раза в день 1 ст. ложку меда за 1 час до еды. А если у вас повышенная кислотность, то нужно принимать 3 раза в день по 1 ст. ложке меда перед едой.

А вот испытанное средство от болезней желудочно-кишечного тракта. Необходимо добавлять в пищу немного прополиса в виде маленьких скатанных в шарики кусочков. Масса этих кусочков должна быть около 1 г. Если у вас болезнь не запущена и протекает в легкой форме, то можно принимать до 10 г прополиса в течение 3 дней.

Если болезнь принимает более тяжелые формы, необходимо принять 20 г прополиса в течение 6 дней, а в самых тяжелых случаях, при хронических заболеваниях принимайте до 100 г шариков прополиса, то есть по 2–3 шарика в течение месяца. Метод совершенно безвреден, а результаты дает поразительные. Для больных с язвой желудка и двенадцатиперстной кишки — он незаменим.



Немного о хрене

Хрен с успехом используется при лечении желудочно-кишечных заболеваний. В старину при различных неприятных ощущениях в области живота часто употребляли хрен вместе с кислым квасом — «суровцом». Сок тертого корня хрена усиливает выделение желудочного сока и повышает его кислотность. Поэтому в деревне хрен активно применяют при лечении гастритов с пониженной кислотностью желудочного сока.



Если понижена секреция желудочного сока, ее нормализует свежий сок тертого хрена, разведенный водой в пропорции 1:2. Пейте его по 1/4 стакана 3 раза в день за 20–30 минут до еды в течение месяца.



Внимание!


При воспалительных процессах в системе пищеварения употреблять хрен не рекомендуется.

Глава 7

ОЧИЩЕНИЕ ОТ ПАРАЗИТОВ

Во всех книгах, в которых я пишу об исцелении от различных болезней с помощью зеленой аптеки, я упоминаю о страшной опасности, которая подстерегает современного человека на каждом шагу. Имя этой опасности: паразиты. Перечислять паразитов, живущих в нашем теле, можно долго: власоглавы, хламидии, трихомонады, аскариды, лямблии, острицы, грибки кандиды... Эти и многие другие паразиты медленно, но верно поедают нас изнутри.

Не говоря о том, что они снижают защитные силы организма, в результате чего мы чаще и тяжелее бодем, паразиты нарушают работу внутренних органов организма, что приводит к различным заболеваниям. К тому же вместе с гельминтами паразиты выделяют яд, который отравляет весь организм. Поэтому избавление от паразитов — важнейшая часть очищения организма. Сегодня уже ясно, что причина многих заболеваний кроется именно в заселении организма паразитами и их патогенном воздействии на него. Причем более всего от паразитов страдает желудочно-кишечный тракт. Вот что по этому поводу пишет целительница Н. Семенова.

 «Заселение пищеварительной системы трихомонадами и хламидиями, грибами самых разных видов порождает сотни болезней. Врачи серьезно их изучают, симптоматично описывают, применяют лекарства, которые еще больше стимулируют развитие паразитов.

Десятки видов червей (ленточных и круглых) различных размеров — от мельчайших до многометровых — ежеминутно, днем и ночью, сосут кровь из ворсинок тонкой кишки. Погибая, черви



гниют, выделяют яды. Погибших червей надо немедленно вымывать из пищеварительной системы.

В самом плачевном состоянии оказывается прямая кишка. Переполненная гниющей пищей и изъеденная паразитами прямая кишка становится причиной мигренеподобных болей головы, геморроя, всех урогенитальных болезней, бесплодия и импотенции».

Вот, оказывается, сколько бед могут принести эти «непрощенные гости». От них нужно не только избавиться, но и не дать возможность им поселиться в организме в дальнейшем. «Как же это сделать? — спросите вы. — Ведь они повсюду, не проведешь же всю свою жизнь в стерильной обстановке?». Конечно, нет, об этом не может идти и речи. А вот не дать им возможности жить и благоденствовать в вашем организме вполне возможно. В этой главе я дам некоторые рекомендации, как с помощью зеленой аптеки избавиться от этой напасти.

Стевия в борьбе с паразитами

Основной питательной средой для грибов-паразитов является обыкновенный сахар. А грибы, в свою очередь — прекрасная среда для размножения и развития других паразитов. Что же делать? С одной стороны, сладкое все любят, а с другой — болеть совсем не хочется. Спасительницей для вас будет стевия. Ведь она не только убивает многих простейших паразитов — лямблий, трихомонад и других, но и лишает грибы-паразиты пищи, поскольку заменяет сахар.

Фиточай из стевии

Фиточай из листьев стевии нормализует микрофлору кишечника после длительного приема антибиотиков, улучшает ферментативную активность органов пищеварения.



Фиточай из листьев стевии

- 1 ст. ложка (примерно 5 г) порошка из сухих листьев стевии заваривается 1 л кипятка, остуженного до 80–90 °С. Фиточай настаивается 15–20 минут, после чего он принимает светло-коричневый оттенок и становится сладким. Если чай остается открытым несколько часов, то он приобретает темно-зеленый оттенок, но при этом его лечебные свойства сохраняются.
- Можно заварить и 1 ч. ложку порошка стевии на 1 л воды. В этом случае надо залить порошок кипятком, поставить на медленный огонь и кипятить 10 минут. Такой чай можно заварить еще раз в 1/2 л кипятка. Повторную порцию настаивать 15–20 минут.

Женщины и паразиты

Я думаю, немало женщин страдают от молочницы и дисбактериоза влагалища, особенно если им пришлось лечиться антибиотиками. Вредоносные кандиды тут как тут. Избавиться от этой напасти поможет стевия и ромашка.



Настой стевии и ромашки

1 ст. ложку ромашки и 1 ч. ложку стевии залить 1 стаканом кипятка. Остудить до 36 °С, отфильтровать и использовать полностью для одной процедуры. Спринцеваться следует с утра, в течение 10 дней. В это время нужно свести употребление сахара и мясопродуктов до минимума. Очень хорошо также пить чай из стевии.

Этот же настой, разбавленный в 2 раза, хорошо использовать для клизм при лечении дисбактериоза и воспаления кишечника.

Золотой ус борется с паразитами

В состав золотого уса входят очень полезные для человека вещества — фитостероиды. Эти сложные эфиры, содержащиеся в растениях, обладают высокой биологической активностью, соответствующей действию



мужских и женских гормонов (эстрогенов и андрогенов).

Раньше считалось, что гормоны присущи только животным. Однако двадцать лет назад из растений впервые выделили субстанцию, похожую по своей структуре на человеческий эстроген. Потом выяснилось, что гормонов у растений много.

Для нас самым важным является то, что фитогормоны обладают бактерицидными и противогрибковыми свойствами. Именно это позволяет препаратам на основе каллизии эффективно бороться с паразитами, тем более что фитогормоны хорошо усваиваются организмом и не накапливаются в нем.

Очищение от паразитов отваром овса и золотым усом

Одним из эффективных методов очищения от паразитов является прием отвара овса с золотым усом. Надо сказать, что кроме очищения организма от паразитов овсяный отвар применяют при желчных камнях и при всех болезнях печени; помогает он и при запущенных случаях аллергических заболеваний (ослабляется зуд, улучшается общее состояние).

Для больных и детей допускается приготовление овса с молоком. Для этого в кипяченое молоко всыпают овес и ставят в духовку на 1,5–2 часа (на 3/4 л молока 1/2 стакана овса). Получается молоко, обогащенное ценными питательными веществами.



Отвары овса с золотым усом

Стакан тщательно промытого овса, залитого 5 стаканами воды, парят под крышкой на медленном огне 4 часа (можно в духовке). Затем воду и распаренный овес протирают вместе с 3–4 колечками усов каллизии (золотого уса) через сито. Получается клейкая жидкость, имеющая консистенцию киселя. Отвар овса пьют в любое время по 1 стакану в день (можно в 2–3 приема);



он хорошо сочетается со сливками, медом. Его хранят в холодильнике не более 2 дней. Перед употреблением добавляют немного теплой воды.

Из овсяной крупы готовят лечебный кисель, который тоже может использоваться как очистительное средство. Крупу заливают кипятком на 3–4 часа в обычной пропорции (как при приготовлении каши), а затем слитую жидкость варят до тех пор, пока она не станет киселеобразной.

Чеснок и паразиты

Содержащаяся в чесноке сера изгоняет нежелательных жильцов из организма. Уже в глубокой древности знали, что чеснок — первое средство против паразитов и гельминтов. В XVI веке английский врач Джерардом утверждал, что сырой и прокипяченный чеснок способствуют очищению организма от кишечных паразитов.

Еще лучше, указывал этот врач, прокипятить чеснок в молоке, тогда эта «микстура» пригодна для лечения и взрослых и детей. И сегодня мы пользуемся чесноком для избавления от глистов. Для этого принимают чесночные капсулы по 3–5 раз в день. Можно проводить и более традиционную чесночную терапию — принимать сырой чеснок, его отвары и экстракты, чесночное вино и сиропы. При постоянном употреблении чесночных препаратов заболеваемость кишечными паразитами практически равна нулю.

Противопаразитарные формы чесночных препаратов



Чесночный отвар

Для приготовления отвара в эмалированную кастрюльку заливают 2 стакана воды и ставят ее на слабый огонь. Как только

вода начала закипать, добавьте в нее 1 ч. ложку нарезанного чеснока и дайте покипеть несколько минут. Потом отставьте кастрюльку и дайте отвару настояться. Теперь осталось только процедить отвар. Средство это весьма мощное, поэтому принимать чесночный отвар можно только 2–3 раза в день с интервалом в 4–5 часов. И еще один совет: не следует отвар готовить впрок, чесночный отвар хорош только свежий.

Чесночный настой

Для приготовления настоя не надо ничего кипятить. Вы берете нарезанные чесночные зубчики, заливаете их крутым кипятком, плотно закрываете используемую емкость крышкой и укутываете полотенцем. Когда настой остынет, его нужно процедить — и готово дело. Добавлю только, что для приготовления настоя лучше использовать колодезную, родниковую или талую воду. Вода ведь тоже важный компонент в вашей домашней аптеке!

Холодный экстракт чеснока

Готовится он из чеснока, залитого простой холодной водой для того, чтобы из него не улетучились масла, водорастворимые витамины и серосодержащие соли. Настаивают это сырье в течение 16 часов. Ни в коем случае нельзя это делать в металлической посуде! Место, где настаивается экстракт, должно быть холодным и темным — это второе правило. Через 16 часов экстракт готов. Можно готовить экстракт и с помощью миксера. 6–8 зубчиков чеснока и 2 стакана воды смешайте в миксере, а затем дайте этой смеси настояться в течение ночи.

Чесночный сироп

1/2 стакана очищенного и мелко нарубленного свежего чеснока положить в эмалированную кастрюльку и залить свежим темным медом. Мед должен полностью накрыть чеснок. Затем кастрюльку надо поставить на небольшой огонь и, постоянно помешивая в течение примерно 20 минут, дожидаться, пока весь чеснок растворится. Дать немного остыть под крышкой, а затем опять поставить на огонь и постоянно мешать, чтобы сироп не подгорел. В этот сироп можно добавить немного дистиллированной или талой воды. Отфильтрованный сироп хранится в холодильнике.



Чесночный ликер

Влить в прозрачную бутылку 3 стакана хорошего красного вина и положить толченые зубчики чеснока (4–5 зубчиков среднего размера). Бутылку надо заткнуть пробкой и поставить на свет на 2 недели. Раз в 2 дня следует перемешивать настой. По истечении этого срока настой отфильтровать и перелить в темную бутылку, плотно закрыв ее пробкой. У чесночного ликера есть специфическая схема приема. Вот она: первый день — 2 капли; второй — 4 капли; третий — 6 капель и так далее, увеличивая по 2 капли в день до 24 капель. Затем количество капель на прием снижается в той же пропорции. Когда вы довели прием ликера до 2 капель в день, надо повторить схему.

Чесночная настойка

Для приготовления чесночной настойки надо очистить и крупно нарезать 4–5 зубчиков чеснока, насыпать их в бутылку и залить 2 стаканами водки, вермута, джина или бренди. Настаивается чеснок 21 день, при этом содержимое бутылки 2 раза в день перемешивается. Фитотерапевты советуют начинать приготовление чесночной настойки в фазе новой луны, а заканчивать при полной луне. Это усиливает процесс экстракции полезных компонентов из растений. Когда настойка готова, ее отфильтровывают через бумажный фильтр или плотную ткань и переливают в темную бутылку. Лучше всего принимать настойку чеснока 2 раза в день по 10–15 капель; при этом можно не разводить ее.

Чеснок и селедка против солитера

Для того чтобы избавиться от этого непрошеного гостя, есть два средства. Первое: натощак есть много чеснока с маринованной селедкой. Второе: 10 головок чеснока или чесночной пасты принимают с большим количеством кипяченого молока. Процедуру начинают рано утром и растягивают прием до 2 часов. После проведения процедуры принимают слабительное. Сеанс чесночной терапии надо повторять несколько раз в течение недели с небольшими перерывами.


Чесночный бальзам

Для приготовления этого целительного эликсира вам понадобится 10 зубчиков чеснока, 1 лист золотого уса (20 см длиной), 1 ч. ложка сушеных листьев стевии. Измельчить лист золотого


уса и чеснок, добавить стевию и 100 мл оливкового масла, смешать все составляющие. Бальзам готов. Его следует принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день после еды. Помимо противопаразитарного действия, он повышает иммунитет и крайне полезен в качестве профилактического средства от простудных заболеваний.

Хрен против лямблиоза

Лямблиоз — инфекционная болезнь, вызываемая лямблиями. Лямблии — не вирусы и не бактерии, а простейшие (такие, например, как амеба). Заражение чаще всего происходит через зараженную воду или пищу, а также непосредственно от человека к человеку. Особенность лямблей в том, что стандартное хлорирование воды их не убивает.

 Для ежегодной профилактики (весной и осенью) 2 дня утром и вечером принимают по 1 ч. ложке тертого хрена со сметаной, майонезом, растительным маслом или другими продуктами. Для лечения средство принимают 5 дней.

Чтобы избавиться от лямблиоза, принимают настойку хрена и чеснока на водке.

 По 20 г хрена и чеснока перемалывают и смешивают. Заливают 1/2 л водки и настаивают 10 суток. Принимают по 1 ст. ложке настойки 2–3 раза в день.

Лук против кишечных паразитов

При лечении паразитарных поражений кишечника чесночно-луковая терапия подчас может оказаться мощнее всяких химических препаратов. При постоянном применении в пищу сырого чеснока и лука подхватить кишечных паразитов фактически невозможно. Но если, не дай бог, эта напасть вас не минула, спешу снабдить вас очень эффективными рецептами.

Обычный репчатый лук благодаря содержащимся в нем серным соединениям вполне годится для борьбы



с кишечными паразитами. Привожу самые известные рецепты от этой напасти.



- Нарезанную ломтями крупную луковицу настаивайте 6 дней в 1 л белого вина. Выпивайте 1 стакан утром натощак в течение недели. Через 2 месяца процедуру повторите.
- Если по какой-либо причине вы не хотите употреблять вино, то снадобье можно приготовить следующим образом: луковицу мелко нарежьте, залейте 200 мл кипяченой воды и настаивайте в течение 7–8 часов. Принимайте по полстакана натощак в течение 3 дней. Повторный курс лечения также через 2 месяца.

Коктейль от паразитов на основе сабельника



80 г касторового масла (купить в аптеке), 80 г коньяка (не меньше 3 звездочек), 80 г кефира. Все быстро смешать и быстро выпить утром натощак, и так 3 дня подряд.

Если чистка прошла плохо (только прослабило), через неделю повторить. При хорошей чистке стул должен быть не реже 4–5 раз в сутки. До повторного очищения — питание вегетарианское. В результате очистится кишечник, выйдут все глисты, очистится печень, выйдут камни из почек, а старая застоявшаяся желчь — из желчного пузыря.

Глава 8

ЛЕЧЕНИЕ ДИСБАКТЕРИОЗА

В предыдущей главе я упомянул, что грибы-кандиды создают прекрасную среду для размножения и развития различных паразитов. Да и сами кандиды вызывают более 150 болезней. Одна из них — дисбактериоз, который нарушает работу всего организма.

Мой друг Дима Свечкини, биолог из Тулы, по телефону сообщил мне следующее.



«Дисбактериоз — нарушение состава микрофлоры кишечника, заселяющей его в здоровом организме, и размножение микробов, в нормальном состоянии отсутствующих. Дисбактериоз может быть самостоятельным заболеванием или сопровождать болезни толстой кишки.

Причиной его возникновения могут быть нарушения переваривания пищи при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, неконтролируемый или длительный прием антибиотиков, которые подавляют рост нормальной, естественной флоры кишечника».

Вот так! А от себя хочу добавить, что проявления дисбактериоза могут быть совершенно различными: от простого снижения аппетита и неприятного привкуса во рту до сильнейших поносов или запоров, тошноты и общего недомогания. Да и температура может повыситься до 37–38 °С.

Впрочем, дисбактериоз часто не вызывает ухудшения общего самочувствия, а выявляется только при исследовании кала.

Дисбактериоз — очень серьезное заболевание, поэтому диагностировать и лечить его должны врачи. Од-



нако зеленая аптека поможет вам справиться и с этой болезнью.

Барвинок розовый

В польской народной медицине отвар барвинка розового (катарантуса) применяют при повышенном кровяном давлении, нарушении функции органов пищеварения (дисбактериозе) и анемии.



Отвар барвинка

1 ст. ложку сухой травы барвинка залить стаканом холодной кипяченой воды, довести до кипения и снять с огня. Пить по 1 ст. ложке за час до еды 3 раза в день.



Спиртовая настойка

2 ст. ложки мелко нарезанных веточек барвинка (катарантуса) с листьями запитать 250 мл водки. Настоять 10 дней, периодически помешивая. Пить, начиная с 3 капель, 3 раза в день, ежедневно прибавляя по капле. Количество капель доводится до 20. Курс — 20 дней, затем нужно сделать перерыв на 10 дней и повторить курс.

Спиртовую настойку чаще всего применяют для лечения раковых заболеваний (лейкозов), а также при язвенной болезни желудка и дисбактериозе.



Свечи из барвинка

- Готовятся с применением водочной настойки барвинка розового. Вам потребуется 20 г цинковой пасты (купить в аптеке) и 20 г сливочного масла. Сначала следует смешать сливочное масло с цинковой пастой, затем нужно добавить 20 капель настойки катарантуса и тщательно перемешать. Смесь разместить на пластмассовой крышке от банки, размазать ровным слоем и поставить в морозильную камеру. Когда смесь замерзнет, нарезать ее тонкой соломкой длиной 3 см.
- Готовятся с козьим жиром и сухими измельченными веточками барвинка розового. 50 г козьего жира расплавить на водяной бане и всыпать 1 ч. ложку катарантуса. Размешать и снять с огня. Вылить в блюдце, хранить в морозильной камере.



Золотой ус

При лечении дисбактериоза, дисфункции кишечника и запоров очень хорошо принимать квас и настой на чайном грибе на основе золотого уса (по 1/2 стакана за 30 минут до еды) и шарики из жмыхов свеклы и каллизии или чернослива и каллизии (чередую их прием через 2 дня).

Стевия

Прекрасно помогает добавление в кисломолочные продукты травы стевии. Замечательный эффект дает также ее использование в квашеных продуктах.



Кваша со стевией

Для нее потребуется 1/2 стакана злаковых хлопьев, которые продаются в магазине, 1 ст. ложка травы стевии, измельченной в порошок, зубчик чеснока, 2 ст. ложки любой мелко порезанной зелени, 1 ч. ложка меда; также можно добавить измельченные фрукты или сухофрукты.

Все ингредиенты следует тщательно перемешать и залить кефиром или простоквашей, оставив на 6–8 часов. Это блюдо прекрасно подойдет для завтрака.

Перед сном желателно пить каждый день стакан кефира, ряженки или простокваши с 1 ч. ложкой измельченной травы стевии.

Сабельник

Заваривается чай из свежих листьев сабельника болотного. Листья собирают во время цветения растения. Свежие листья заваривают как обычно, в течение 15–20 минут.

На заварочный чайник (1 стакан) берут 2–3 ст. ложки измельченного сырья. Сухой травы на заварочный чайник берут 3–4 ч. ложки.



Хрен

Для профилактики желудочно-кишечных заболеваний и лечения легких форм дисбактериоза применяют микстуру с хреном и лимонной кислотой.



Микстура хрена с лимоном

1/3 стакана тертого корня хрена смешивают с соком 2–3 лимонов.

Разъяснения по поводу благотворного действия микстуры я получил от моего друга — тульского целителя и ученого Дмитрия Свечкина.

Дело в том, что лимон с хреном поддерживает микрофлору желудочно-кишечного тракта в нормальном состоянии. Хрен, как объяснил мне Дмитрий, воздействует на патогенные бактерии — протей, клебсиеллу, синегнойную палочку, не дает им размножаться. Так проявляются фитонцидные свойства хрена как растительного антибиотика. Дезинфицирующее действие оказывает и лимонная кислота. Кроме того, полезное действие микстуры объясняется тем, что она стимулирует синтез витаминов в кишечнике.



Внимание!

Лечение смесью хрена с лимоном противопоказано при острых и хронических гастритах, гастроэнтеритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, некоторых сердечных заболеваниях. При воспалительных процессах в системе пищеварения употреблять хрен не рекомендуется.

При потере аппетита, что нередко бывает при дисбактериозе, я могу посоветовать прием хрена в виде выжатого сока, приготовленной на терке кашицы или водного настоя кашицы (20 г на 50 г воды). Для возбуждения аппетита рекомендуется также принимать до еды 1 ч. ложку тертого хрена с медом или сахаром (можно намазывать на хлеб).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

К сожалению, с желудка начинается не только путь к сердцу мужчины, но и многие болезни. Ничего удивительного в этом нет, ведь до 70% клеток иммунной системы человека находится в желудке. Поэтому, исцеляя и очищая желудок и кишечник, вы тем самым не допускаете возникновения множества заболеваний.

В организме все взаимосвязано. Если вы приведете желудочно-кишечный тракт в нормальное состояние, самым удивительным образом могут исчезнуть недуги, от которых вы не могли избавиться годами. Но лучше всего постоянно поддерживать желудок и кишечник в нормальном состоянии. Тут ваши домашние зеленые любимцы окажут вам неоценимую помощь. Не ленись, уделяйте время выращиванию этих удивительных растений, которые принесут вам здоровье!

Как и прежде, с нетерпением жду ваших писем с вопросами, пожеланиями, рецептами. Сообщайте, можно ли указывать при цитировании писем в книгах ваш домашний адрес, чтобы вы могли вести переписку не только со мной, но и с моими читателями.

Пишите мне по адресу: *194021, Санкт-Петербург, а/я 11, Александру Кородецкому.*