

тропинка к здоровью



Александр Кородецкий

Зеленая аптека Кородецкого против кожных заболеваний

фиточаи •
травяное водолечение •
спиртовые настойки •
ферментные квасы •
деготь •



...и др. (с 70) - лечение
 ...; (с 71) - лечение ...
 (с 72) - ...
 ... (с 73) - ...
 ... (с 74) - ...
 ... (с 75) - ...
 ... (с 76) - ...
 ... (с 77) - ...
 ... (с 78) - ...
 ... (с 79) - ...
 ... (с 80) - ...
 ... (с 81) - ...
 ... (с 82) - ...
 ... (с 83) - ...
 ... (с 84) - ...
 ... (с 85) - ...

тропинка к здоровью



Александр Кородецкий Зеленая аптека Кородецкого против кожных заболеваний

ПИТЕР®

Москва · Санкт-Петербург · Нижний Новгород · Воронеж
 Ростов-на-Дону · Екатеринбург · Самара · Новосибирск
 Киев · Харьков · Минск

2006

А. Кородецкий
**Зеленая аптека Кородецкого
против кожных заболеваний**

Серия «Тропинка к здоровью»

Заведующая редакцией
Руководитель проекта
Литературный редактор
Художник
Корректоры
Верстка

В. Малышкина
Т. Яценко
С. Федорова
С. Маликова
С. Федорова, Е. Федотова
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.

Б68 Зеленая аптека Кородецкого против кожных заболеваний. — СПб.: Питер, 2006. — 96 с.: ил. — (Серия «Тропинка к здоровью»).

ISBN 5-91180-018-7

Здоровая и красивая кожа — индикатор вашего здоровья!

Причина кожных заболеваний кроется в нарушении работы всего организма. Эффективно устранить ее, не нарушив при этом существующий здоровый баланс, можно только безопасными средствами народной медицины. В новой книге известного целителя и фитонергетика Александра Кородецкого — более 100 рецептов, с помощью которых вы не только избавитесь от различных кожных заболеваний, но и улучшите состояние своей кожи, продлите ее молодость.

Зеленая аптека Кородецкого — залог вашего здоровья и красоты.

© 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 5-91180-018-7

Подписано к печати 24.04.2006. Формат 84х108^{1/2}. Усл. п. л. 5,04. Тираж 8000 экз.
Заказ № 2434.

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

Отпечатано с готовых диапозитивов в ОАО «Лениздат»,
191023, Санкт-Петербург, наб. р. Фонтанки, 59.

Оглавление

От редакции	5
Введение. Коротко о главном	8
Глава 1. Зеленая аптека Кородецкого	11
Золотой ус — народный любимец	12
Зебрина — родственник каллизии	19
Стевия — лекарство долголетия	22
Алоэ в доме — болезнь за порог	25
Индийский лук и рак кожи	29
Глава 2. Комбинированное лечение экземы и псориаза	34
Комплексная фитотерапия псориаза	36
Комплексная фитотерапия экземы	40
Глава 3. Травное водолечение кожных заболеваний	46
Дима Свечкин о фурункулезе, экземе и псориазе	47
Дима Свечкин о лечении по Кнейппу	49
Травные ванны для лечения кожных заболеваний	51
Ванны для лечения экземы	52
Ванны для лечения псориаза	53
Ванны для лечения нейродермита	54
Лечение трофических язв	55
Глава 4. Лечение кожи чистотелом	56
Чистотел против болезней кожи	57

Глава 5. Лечение кожных заболеваний медом	68
Лечение медом кожных заболеваний	69
Лечение псориаза медом по М. Голюку	70
Лечение экземы прополисом по Н. Штабу	71
Как приготовить прополисную мазь	72
Очищающий противоцеллюлитный медовый массаж	73
Очищение организма с помощью меда	74
Маточное молочко	75
Глава 6. Мой любимый чеснок	77
Чеснок и рак кожи	77
Чеснок и кожные заболевания	79
Глава 7. Лечение начинаем с очищения	85
Очищающий квас на чистотеле	86
Очищающий квас на сабельнике	89
Очищающий квас из золотого уса	91
Лечебные ферментные квасы по Погожевым	92
Заключение	95

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 predetermined его судьба.

Около года под руководством деревенского травника Александр изучал секреты фитотерапии. Впоследствии он самостоятельно изучал методы нетрадиционной медицины, встречался с Валентиной Михайловной Травинкой и ее учениками — Ларисой и Глебом Погожевymi, является последователем и приверженцем учения Болотова. Знания Александра 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, руководствуясь лунным календарем, заготавливает Александр 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 фитознетику и приготовить лекарственный препарат таким образом, чтобы эффективность его была максимальной», — говорил Александр в одном из своих интервью. Более того, тщательно изучая и исследуя не только дикорастущие, но и домашние растения, он составляет собственные уникальные рецепты.

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.

Несколько лет назад фитознетики А. Кородецкий написал очень нужную тысячам людей книгу «Как справиться с артритом и артрозом». Кто страдает этими недугами, хорошо знает, что боли в суставах могут отравить человеку жизнь, заставить его отказаться от любимого дела, сделать его жизнь совершенно невыносимой. Но можно победить это заболевание, если воспользоваться описанной в этой книжке программой «Живые суставы». Физические упражнения, средства народной медицины, обращение к Радужному сознанию — все это поможет вернуться к полноценной жизни.

Сейчас эту книгу разыскать очень трудно. Однако уже вышло ее дополненное и переработанное издание, куда вошли не только новые народные рецепты от артритов-артрозов, но и очень действенные методики лечения этих заболеваний (в частности, с помощью уксуса Болотова и других средств). Кроме того, из-под пера А. Кородецкого вышли другие замечательные, остроумные и очень живо написанные книги: «Лук-целитель», «Чеснок-целитель», «Хрен-целитель», настоящие народные бестселлеры — «Золотой ус против 100 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», «Лопух-целитель и его друзья».

И автор, и редакция прикладывают усилия к тому, чтобы вы, дорогие читатели, почувствовали: мы любим вас, мы заботимся о вас, мы хотим вам помочь!

Пишите нам, задавайте вопросы, высказывайте свое мнение. Ждем ваших откликов по адресу: 194044, Санкт-Петербург, Б. Сампсониевский пр., д. 29а, издательство «Питер», редакция популярной литературы.



КОРОТКО О ГЛАВНОМ

Когда я объявил среди друзей, знакомых и читателей, что темой моей следующей работы будет лечение заболеваний кожи, то уже через две недели понял, что эта книга крайне необходима. Почему? Ну, думаю, вы догадываетесь. Оказалось, что каждый второй, с кем я обсуждал рукопись этой книги, страдает теми или иными кожными нарушениями.

Вот я и задумался: а почему среди нас так много людей, у которых кожа не в порядке? Плохая экология? Да, конечно. Нерациональное, нездоровое питание? Тоже верно! Курение, алкоголь? Безусловно, и это. Но, конечно, главная причина нарушений заключается в том, что заболевания кожи возникают не как отдельное заболевание, а как отклик на другие болезни. Что я хочу сказать? Да то, что причиной кожной болезни чаще всего являются недуги желудочно-кишечного тракта, желчно-каменная болезнь, болезни печени, почек, хронический тонзиллит... Экссудативные диатезы и зудящие дерматозы у детей, кожные аллергии, псориаз, трофические язвы, экземы, нейродермиты и многие, многие другие недуги зачастую вторичны, поэтому лечить кожное заболевание надо одновременно с лечением главной болезни.

И знаете, с чего надо начинать такое комплексное лечение? С поиска врача, то есть того человека, который квалифицированно сможет найти хронические очаги инфекции в вашем организме и начать их ле-

чение. Далее необходимо браться за очищение организма. Не важно, по какой методике вы его проведете: по Уокеру или Щадилову, Л. и Г. Погожевым или Брэггу, — важно, что до начала основного лечения следует провести полную очистку организма. Именно поэтому заключительную главу книги я посвятил мягкому очищению организма ферментными препаратами на основе растительного сырья.

Ну и конечно, половину успеха в лечении серьезного кожного заболевания обеспечивает правильно построенная диета. В моей книге я особо не останавливаюсь на этой теме, поэтому в предисловии хочу предупредить вас: не забывайте о диете. Если у вас нет возможности подобрать специальную систему питания, приспособленную именно к вашему конкретному кожному и сопутствующим заболеваниям, то можно воспользоваться общими положениями диетического питания.

Ограничивается употребление: сахара, хлеба, соли, молочных и молочнокислых продуктов, любых изделий из белой муки, мяса, копченостей, солений, жарений, алкоголя, чая и кофе, кваса, пива, варенья, кондитерских изделий.

Разрешается употреблять: рыбу нежирных сортов, овощи тушеные, причем сырые овощи и блюда из них должны составлять 60 % дневного рациона, приветствуются каши без молока и сахара, любые бобовые, особенно блюда из сои, орехи, семечки.

Моя книга посвящена в основном лечению кожных заболеваний травами и травяными сборами. Но этому лечению обязательно должны сопутствовать, как вы уже поняли, очищение организма, диета, а также борьба с дисбактериозом, если врачи его вам установили, витаминотерапия, применение ес-

тестовых иммуностимуляторов, лечение солнцем, воздухом, водой и дыхательными упражнениями.

На страницах этой книги я буду постоянно напоминать о том, что, во-первых, травяные препараты наружного действия необходимо протестировать на небольшом участке кожи на внутренней поверхности локтя. Если в течение суток не появится покраснения, жжения или других аллергических проявлений, препарат можно использовать. Правда, даже в этом случае лучше испробовать его на небольших участках пораженной кожи. И во-вторых, вы должны знать об очень важном принципе лечения кожных заболеваний: на сухое нужно класть сухое, на мокрое — мокрое.

Как всегда, на страницах своих книг я не только даю рекомендации и указания по изготовлению и применению лечебных препаратов, но и стараюсь объяснить суть их действия, поскольку считаю, что любое лечение, а особенно домашнее, должно быть сознательным.

В заключение я хочу поблагодарить тех людей, благодаря которым смогла состояться эта книга. В работе над ней приняли участие мои друзья: биолог и путешественник Илья Ильич Прохоров, петербургская травница Валентина Ивановна Морозова, биолог из Тулы Дмитрий Свечкин, ну и, конечно, Лариса и Глеб Погожевы. Кроме того, я еще раз хочу выразить свою бесконечную благодарность всем читателям, которые присылают мне свои письма, советы, рекомендации по использованию зеленой аптеки в деле оздоровления, лечения и очищения организма.

Глава 1

ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА КОРОДЕЦКОГО

В этой главе я расскажу о лечении заболеваний кожного покрова растениями, которые входят в зеленую аптеку Кородецкого. Что это за аптека такая? — удивится не знакомый с моими книгами читатель. А вот те из вас, кто следит за моим творчеством, наверняка знают, что в эту удивительную аптеку входят зеленые лекари, которые можно вырастить на подоконнике дома или на аптечной грядке у себя на даче. К ним относятся и недавно еще незнакомые, по крайней мере в лечебном их употреблении, растения — золотой ус, индийский лук, стевия, и хорошо забытые — катарантус, или барвинок розовый, и прекрасно всем известные — герань и алоэ. Всего в аптечку входит чуть более 10 растений, которые могут исцелить практически все наиболее распространенные болезни.

Идея создания такой зеленой аптечки принадлежит не только мне, но и вам, мои любимые читатели. Ведь многие рецепты и секреты оздоровления я черпаю из ваших писем или непосредственного общения с читателями. Надо сказать, что опыт моих корреспондентов и друзей-читателей, который я сознательно и планомерно доношу в своих книгах, поистине уникален. Это подтверждает высокая эффективность излечения от многих болезней благодаря советам, данным в книгах из серии «Зеленая аптека Кородецкого».

Из своей зеленой аптечки я выбрал несколько растений — золотой ус, зебрину, стевию, алоэ и индийский лук, поскольку они наиболее эффективно исцеляют кожные заболевания. Кроме того, лекарственные формы этих растений неаллергичны и безопасны. Но в любом случае (повторяю это еще раз!) сначала препараты наружного применения необходимо протестировать на небольшом участке кожи на внутренней поверхности локтя. И не забывайте: на сухое нужно класть сухое, на мокрое — мокрое.

Золотой ус — народный любимец



Несколько лет назад никто толком не мог сказать, что это за золотой ус такой (а если и говорили, то путали совершенно разные растения). Сегодня этот всенародный зеленый любимец занял свое прочное место на подоконнике среди домашних лечебных титанов, таких как алоэ или стевия. Ну, а для тех, кто еще не знаком с золотым усом (да есть ли такие?!), даю краткую справку об этом растении, которое, не побоюсь этих слов, за короткое время

стало всенародным любимцем.

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

отмирании оставляют на стебле зеленовато-фиолетового цвета соломенные колечки. От прямостоячих побегов отходят горизонтальные побеги другого типа (усы). Они имеют зеленовато-фиолетовую окраску и разделены на междоузлия — суставчики — недоразвитыми листьями¹. Заканчиваются усы розетками молодых ярко окрашенных листьев, которые придают растению особую декоративность. Собственно говоря, вся целительная сила сконцентрирована в этих усах.

Оказалось, что усы каллизии справляются с аутоиммунными заболеваниями, кожными и эндокринными нарушениями, артритом и артрозами и многими другими заболеваниями.

У золотого уса есть еще одно удивительное свойство, которое чрезвычайно важно при применении этого растения для очищения организма: он является катализатором (ускорителем) очистительных процессов в организме.

Сок и кашлица золотого уса

Сок золотого уса (иногда его даже называют живой водой) используют при лечении кожных заболеваний: дерматитов, псориаза, лишая, трофических язв. Он обладает прекрасными бактерицидными и ранозаживляющими свойствами. Свежевыжатым соком пропитывают ватный тампон и делают ежедневные аппликации.

✿ Для его изготовления используют только что сорванные крупные листья размером около 20 см. Их измельчают в фарфоровой или стеклянной посуде и выжима-

¹ Растение считается лечебным после того, как на усах появляется 8–10 узлов.

ют через марлю. Сок можно получить с помощью соковыжималки, а оставшийся жмых используют для изготовления настоев и при лечении ушибов.

Кашица золотого уса от трофических язв

Чтобы получить кашу, нужно взять необходимое количество предварительно промытого, а затем измельченного не металлическим ножом сырья (можно использовать листья, стебли и усы) и растереть неметаллической ступкой или ложкой в фарфоровой или керамической фаянсовой посуде. Кашу, как правило, используют сразу же после приготовления.

К сожалению, кашу совсем нельзя хранить, в отличие от сока растения, сохраняющего свои целебные свойства в холодильнике в течение 5–7 дней.

Настойка золотого уса

Настойка золотого уса — это главная и основная лекарственная форма зеленого лекаря. Настойку эту можно принимать в качестве профилактического средства, при лечении онкологии, простудных, суставных, ну и, конечно, кожных заболеваний. При этом использовать ее можно даже для растираний и компрессов. По моим наблюдениям, особенно хорошо использовать настойку золотого уса при угревой сыпи.

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 измельчают и заливают 1 л водки, настаивают в темном месте в течение 10–15 дней, периодически взбалтывая.

Настойка приобретает темно-сиреневый цвет, и затем ее процеживают и хранят в темном прохладном месте. Иногда для настойки используют все растение целиком, оставляя только верхушку для дальнейшего выращивания.

Так как в соке золотого уса содержится большое количество биологически активных веществ, в начале лечебного курса вы почувствуете поднятие тонуса организма, ощущение тепла, учащенное сердцебиение, появятся некоторая отечность и потливость.

Это нормальные явления, объяснимые тем, что действующие вещества золотого уса как бы подстегивают обмен веществ и работу основного защитного барьера организма — лимфатической системы. В результате происходит резкое выделение шлаков и очистка организма. Почки не всегда справляются с нагрузкой, и происходит выведение токсичных веществ через кожу.

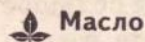
Через три-четыре дня эти симптомы должны исчезнуть, и работа всех систем наладится. В противном случае следует прекратить прием лекарства или снизить дозу. В момент приема препаратов следует увеличить потребление жидкостей, желателен травяных чаев, обладающих дезинтоксикационными свойствами.

Курс приема настойки при кожных заболеваниях

Для лечения неострых форм кожных заболеваний следует обязательно пить по 1/2 ч. ложки настойки золотого уса на 50 мл воды, 2 раза в день за 30–40 минут до еды в течение месяца, затем сделать перерыв на неделю и продолжить курс. Курс длится 6 месяцев. Напоминаю, во время курса не забывайте об обильном питье очищающих травяных чаев.

Масло на основе золотого уса

Масло из каллизии — отличное средство для лечения кожных болезней. Для лечения дерматитов, ихтиоза и повышенной сухости кожи используют также мазь каллизии на основе ланолинового крема.



Масло

Масло из золотого уса можно приготовить несколькими способами.

Отжать сок из листьев и стеблей каллизии, оставшийся жмых высушить, измельчить, залить оливковым маслом, настоять 2–3 недели, отжать. Получившееся масло хранить в темной стеклянной посуде в темном месте.

Измельченные усы каллизии залить оливковым или подсолнечным маслом (1:2), поставить в духовку, томить в течение 8–10 часов при температуре 30–40 °С. Массу процедить, хранить нужно обязательно в холодильнике.

Очень хорошо помогает при сильном зуде и сухой коже (крапивнице, нейродермите) мазь на основе золотого уса.



Тюбик ланолинового крема смешать с 1 ч. ложкой сока каллизии, 1 ч. ложкой спиртовой настойки валерианы, 1 ч. ложкой масляного раствора витамина А.

Наносить мазь следует на пораженные места тонким слоем. Она хорошо снимает зуд, обладает заживляющим действием и избавляет кожу от излишней сухости, которая столь характерна при кожных аллергических заболеваниях. Это же средство можно применять при трещинах на коже ладоней и подошв ног.

При раке кожи рекомендуют делать аппликации масляной эмульсией или соком золотого уса. Тампон, пропитанный масляной эмульсией или соком, можно накладывать на шейку матки, менять его нужно ежедневно.



Масляная эмульсия при раке кожи

Соединить в стеклянной посуде точно отмеренные 40 мл нерафинированного подсолнечного масла (или сырого льняного) и 30 мл спиртовой настойки, приготовленной по рецепту следующим образом: 45 междоузлий измельчить, залить 1,5 л водки и настаивать 10 дней. Перед нанесением на пораженный участок кожи посудину с масляной эмульсией плотно закрыть, встряхнуть так, чтобы смесь стала однородной.

Для заживления трещин на руках и пятках прекрасно подходит мазь и масло на основе золотого уса. Обработку следует проводить на ночь, затем надеть хлопчатобумажные перчатки или носки и лечь спать.

Хорошо также принимать ванночки с настоем золотого уса и стевии, затем следует смазать пораженные участки жирным кремом и надеть носки и перчатки.

Трещины на губах лечат бальзамом следующего состава:



Бальзам на меду

10 капель сока золотого уса тщательно смешать с 10 г растительного масла и 5 г меда и смазывать губы. Хранить в холодильнике не более недели.

А вот лечение трофических язв можно проводить либо мазью на основе золотого уса, либо кашицей из золотого уса. Лечение обычное: на пораженный уча-

сток накладывается лечебный препарат на основе золотого уса. Курс лечения проводят до выздоровления.

Отвар и настой золотого уса

При псориазном поражении волосистой части головы хорошо втирать сок каллизии непосредственно в кожу головы, а также ополаскивать волосы водным отваром золотого уса.

Водный отвар золотого уса

Для приготовления отвара 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 отвар снять с огня и охладить при комнатной температуре. Готовый отвар 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 отвар можно долить до нужного объема уже после его приготовления.

При нейродермите и других кожных заболеваниях очень полезен квас и настой чайного гриба на основе золотого уса и травяные чаи.

Настой чайного гриба на золотом усе

В 3-литровую банку, где растет чайный гриб, добавить стакан водного настоя золотого уса, 2 ст. ложки саха-

ра, 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 помните, что надо соблюдать осторожность тем, кто страдает повышенной кислотностью.

Водный настой золотого уса

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.

Зебрина — родственник каллизии

Зебрина (родственник золотого уса) 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 сидячие с трубчатыми влагалищами, яйцевидные с заостренными кончиками, 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 реснитчатая. Цветет в июле — августе при 8–10-часовом световом дне. Цветки немногочисленные, розовые, чашелистиков и лепестков по три, сросшихся в трубку. Зебрина, так же как и золотой ус, широко используется при лечении обычных и гнойных ран, фурункулов, ожогов, ушибов и аллергической кожной сыпи.

В более серьезных случаях, таких как гнойные раны, обширные воспалительные процессы — фурункулез, аллергическая сыпь, — используют свежесжатый сок зебрины, кашицу из листьев и спиртовую настойку.

Сок зебрины

Для приготовления сока зебрины берут листья и стебли растения, заливают их свежей питьевой водой из расчета 1:1 и настаивают в течение 2 часов. Вода из-под крана не годится для этой процедуры, так как в ней слишком много хлора, разрушающего активные фитонциды растения. После этого листья и стебли слегка отжать и пропустить через мясорубку или растолочь в керамической посуде (напоминаю, что этот способ предпочтительнее, так как не происходит окисления сока при соприкосновении с металлом). Полученную кашицу отжать через двойной слой марли и использовать сразу. Из 150 г сырья должно получиться около 50 г сока.

Сок из листьев зебрины, так же как и сок золотого уса, обладает сильными антибактериальными свойствами и является самым эффективным среди всех

остальных лекарственных форм. Однако напоминаю: он особенно эффективен первые 30 минут, а использовать его можно только в течение 2 часов после приготовления, даже при хранении в холодильнике. Сок следует держать в стеклянной или керамической посуде.

Спиртовая настойка

Преимуществом применения настойки является ее более долгий срок хранения и отсутствие необходимости каждый раз изготавливать новый препарат.

Спиртовая настойка

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

Настойкой пропитывают тампоны и прикладывают к поврежденным местам на 6–8 часов, меняя повязки несколько раз в день.

Мазь и масло

Мазь на основе зебрины используется при лечении дерматитов и трофических язв. Кроме того, эту мазь можно использовать для лечения суставных заболеваний.

Заживляющая мазь

Для приготовления мази из свежих листьев готовится сок или кашица. В качестве основы берется детский или ланолиновый крем, если мазь будет использовать-

ся в косметических целях или для лечения трофических язв.

Хорошо помогает мазь для лечения дерматитов; ее рекомендуется использовать при сухих экземах и дерматозах, после ванны или контактов с водой.

✿ Мазь для лечения дерматитов

Для лечения дерматитов используют мазь следующего состава: ланолиновый крем — один тюбик, витамина А — 1 ч. ложка масляного раствора, 1 ч. ложка спиртовой настойки валерианы, 1 ч. ложка сока зебрины. Смесь тщательно перемешать, смазывать пораженную кожу утром и вечером.

Стевия — лекарство долголетия



Стевия — многолетнее травянистое растение семейства сложноцветных, ее стебли каждый год отмирают и снова возрождаются и растут. Высота растения, в зависимости от условий, колеблется от 60 см до 1 м. Родина стевии — Южная Америка. Как культурное растение она известна уже более 1500 лет. Стевия

произрастает в условиях умеренно влажного субтропического климата в Парагвае, Бразилии, Аргентине. Стевия или различные препараты на ее основе изобавляет от множества заболеваний.

Сейчас хорошо известно, что стевия и препараты на ее основе улучшают обмен веществ на уровне клеточного дыхания, нормализуют работу ферментных систем, восстанавливают углеводный, липидный и белковый обмен. Кроме того, стевия с успехом ис-

пользуется для лечения псориаза, аллергических заболеваний кожи, себореи, дерматитов, экземы, прыщей. Я хочу кратко перечислить лечебные свойства стевии, поскольку мне бы очень хотелось, чтобы вы обратили особое внимание на это растение.

Для лечения кожных заболеваний вам потребуются научиться готовить три лечебные формы стевии: порошок из сушеных листьев, водный экстракт и фиточай.

✿ Порошок из сушеных листьев стевии

Листья в свежем виде срывают на протяжении всего роста растения, но наиболее сладкими они становятся во время цветения. Листья стевии отделяют от веток и сушат обычным способом. Я сушеные листья всегда измельчаю и получаю зеленый порошок. Хочу добавить, что 1,5–2 ст. ложки порошка заменяют стакан сахарного песка.

✿ Водный экстракт стевии

Для изготовления водного экстракта необходимо залить листья стевии кипятком в соотношении 1:5, а затем выпаривать его на очень медленном огне в течение 15 минут, затем отфильтровать и продолжать упаривать до тех пор, пока объем не уменьшится в 5 раз.

Фиточай из стевии

Фиточай из листьев стевии — это прекрасное средство при атопических дерматитах, а также при ярко выраженных аллергических состояниях кожи. Кроме того, фиточай из стевии показан при сахарном диабете I и II типов, ожирении, болезнях печени и поджелудочной железы, вирусных инфекциях, язвенной болезни желудка, острого и хронического гастрита, дисбактериоза, язвах различного происхождения, бронхолегочных патологиях.

Также фиточай из листьев стевии нормализует микрофлору кишечника, улучшает ферментативную активность органов пищеварения, что, как вы понимаете, улучшает и состояние кожи.

Фиточай из листьев стевии

1 ст. ложка (примерно 5 г) порошка из сухих листьев стевии заваривается 1 л кипятка, чуть остуженного до 80–90 °С. Настаивается фиточай 15–20 минут, после чего он принимает светло-коричневый оттенок и становится сладким. Имеет специфический, приятный вкус и запах. Если чай остается открытым несколько часов, то приобретает темно-зеленый оттенок, при этом его лечебные свойства сохраняются. Можно заварить также 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. Настаивать повторную порцию 15–20 минут.

Примочки от псориаза

Измельчить 2–3 дольки чеснока средней величины, 1 ч. ложку порошка стевии, залить 200 мл кипятка. Настоять 8–10 часов, процедить. Использовать для примочек.

Примочки от экземы

5 ст. ложек свежих листьев ежевики необходимо смешать с 1 ч. ложкой порошка стевии, залить 200 мл кипятка. Настоять 2–3 минуты, процедить. Накладывать горячие примочки.

Экссудативный диатез

Суточная доза для детей до 3 месяцев — 1 ч. ложка настоя на бутылочку воды. С 3 до 6 месяцев — 2 ч. лож-

ки. С 6 месяцев до 1 года — 3 ч. ложки. Затем прибавлять 3 ч. ложки каждый год жизни. Пораженные участки кожи обработать водным экстрактом стевии.

Алоэ в доме — болезнь за порог

Без сомнения, самым известным растением в ряду домашних лекарственных растений является алоэ. Однако благодаря наличию биогенных стимуляторов прием алоэ имеет противопоказания к применению.

1. Сок алоэ не рекомендуется применять при заболеваниях печени и почек, при тяжелых сердечно-сосудистых заболеваниях, гипертонии, остром расстройстве желудка, маточных и геморроидальных кровотечениях, больших сроках беременности, а также людям старше 40 лет.
2. Избегайте длительного применения алоэ, так как в этом случае не исключено излишнее выведение из организма минеральных веществ.
3. Нельзя применять алоэ при кишечной непроходимости; это касается всех сильнодействующих слабительных средств.

Алоэ является мощным стимулятором иммунной системы и регенерации тканей, обезболивающим и противовоспалительным средством, ну и, конечно, лечит кожные заболевания. По моим сведениям, свежее алоэ, а также лекарственные мази, сделанные на его основе, получили широкое применение при лечении экземы и кожных язв в начале 40-х годов прошлого столетия. Перед тем как говорить о лечении кожных заболеваний, я хочу напомнить вам об одном важном обстоятельстве, которое надо учи-

тивать при приготовлении лекарственных форм из алоэ.

Основной особенностью приготовления лекарственных средств из алоэ является «издевательство» над растением перед тем как изготовить из него лекарство. Связано это с наличием в его соке биологических стимуляторов. Оказывается, для их полноценного проявления необходим своеобразный спусковой механизм — неблагоприятные условия. В связи с этим, перед тем как срезать листья для лекарственных нужд, рекомендуется растение не поливать 2 недели, а потом еще и положить листья в холодильник на 12–14 дней. Вы, конечно, спросите: «Неужели нельзя обойтись без этих длительных и жестоких процедур?» Оказывается, нельзя не проводить предварительную обработку; сок алоэ представляет собой лишь слабительное средство, применяемое при атонических запорах.

Внимание!

Лекарственным сырьем служат листья длиной не менее 15 см, которые срезают в зимне-весенний период. Наилучшие результаты дают растения, которым более 3 лет.

Для лечения трофических язв и фурункулов отлично подходит «холодный» сок алоэ.

Холодный сок алоэ для лечения трофических язв

Чтобы приготовить «холодный» сок алоэ, сорвите боковые побеги, нижние и средние листья 2–4-летнего растения, 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. Используйте

сразу после приготовления, так как при хранении сок быстро теряет активность.

Кроме того, холодный сок из листьев алоэ возбуждает аппетит, улучшает пищеварение, вызывает усиление перистальтики толстого кишечника, применяется для лечения заболеваний печени и желчного пузыря, обладает хорошим слабительным, желчегонным, а также тонизирующим, противовоспалительным, бактерицидным и ранозаживляющим действием. Часто алоэ используется в виде разбавленного водой сока или водного настоя.

Водный настой

Листья алоэ растереть, залить водой (в пропорции 1:5), настоять в течение часа, прокипятить 2–3 минуты и процедить через сложенную вдвое марлю. Настой хранить в холодильнике не более 5 дней.

Настой используют в виде примочек при кожных заболеваниях, воспалении век, десен, а также для полоскания рта и горла.

Сироп алоэ для лечения трофических язв

Я хочу дать рецепт сиропа алоэ, который активизирует системы самоочистки организма, обладает мощным противовоспалительным действием, улучшает кровоснабжение, способствует быстрому заживлению трофических язв и ран.

Сироп алоэ

Для его приготовления следует измельчить листья алоэ и уложить их слоями толщиной 1 см в стеклянную литровую банку. Слой измельченного алоэ чередуется с соответствующим слоем сахара, и так до полного заполнения банки. Закрывать банку крышкой и поставить

в темное прохладное место. Через 2 дня сироп готов. Его сливают из банки, фильтруют.

Употреблять сироп нужно по 1 ст. ложке 3 раза в день за полчаса до еды не менее 15 дней. Сироп может применяться при любой простуде, снижении иммунитета.

Лекарство снижает кровяное давление и холестерин, повышает обмен веществ, действует как антиоксидант. Кроме того, этот сироп часто используют при лечении язвы желудка.

Эмульсия алоэ для лечения трофических язв

Очень большое распространение получила так называемая эмульсия алоэ, которую используют при лечении трофических язв, незаживающих ран и ожогов.

Эмульсия алоэ

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

Алоэ на спирту

Как я уже писал, алоэ редко смешивают со спиртом, но в случае, когда надо дольше сохранить сок, его консервируют.

Сбор от псориаза

Смешать в равных количествах сок алоэ, чистотела, корня аира, уксус столовый, масло льняное, залить в термосе 1,5 стакана кипятка, настаивать в течение 2 часов.

Прикладывать смесь в виде компрессов к пораженным местам.

Очищение кожного покрова по Клеопатре

Уникальные омолаживающие и очищающие свойства алоэ были замечены еще в глубокой древности. Царица Клеопатра сохраняла свою красоту с помощью зеленого лекарства.

Крем Клеопатры

Смешать 5 г порошка алоэ — сабура с 40 мл дистиллированной воды так, чтобы не было комков, долить 20 мл розовой воды и добавить 10 г меда. Поставить смесь на водяную баню и осторожно ввести в нее 100 г свежего свиного топленого сала, следя за тем, чтобы она не слишком перегрелась. В готовый крем добавить несколько капель сока свежего алоэ, переложить в баночку и хранить в холодильнике. Раз в день наносить на лицо и шею тонким слоем, осторожно поколачивая подушечками пальцев, чтобы крем лучше впитался.

Вы, конечно, спросите, где взять сабур и розовую воду. Не расстраивайтесь, это проблемы решаемые. Во-первых, сабур можно купить в аптеке. Во-вторых, сделать самим, выпарив сок алоэ в духовке или печке. Да и розовая вода несложна в приготовлении: возьмите стакан розовых лепестков и залейте их в термосе стаканом кипятка. Сами понимаете, для того чтобы получить 20 мл розовой воды, вам хватит и одной розочки, только воды следует брать меньше.

Индийский лук и рак кожи

Индийский лук в качестве целителя стал известен совсем недавно, но сразу завоевал необычайную популярность как обезболивающее растение и первое средство от болезней суставов. Но в эту книгу я решил включить индийский лук, поскольку он является наиболее действенным растением, которое по-



могает лечению рака кожи. Прежде чем перейти к лекарственным формам и схемам лечения, я хочу сказать несколько слов об этом растении, так как хорошо понимаю, что еще не все читатели знакомы с птицемлечником (так еще называют индийский лук).

Как это ни удивительно, индийский лук на самом деле индийским не является, его родина Африка, а прибыл он в Россию из Китая. Впрочем, истории происхождения названий лекарственных растений иногда бывают очень запутанными. А вообще-то индийский лук относится к роду орнитогалум, который в свою очередь входит в семейство гиацинтовых. Ботаническое название рода происходит от греческих слов «орнис» — птица и «гала» — молоко, и, таким образом, название рода птицемлечников можно перевести как «птичье молоко». В официальной справочной литературе такое название птицемлечников объясняется белым цветом его цветков, а также их изяществом. Во всяком случае, такая связь между внешним видом цветка и его названием выглядит наиболее вероятной и правдоподобной. Хотя существует и вторая версия, согласно которой такое название растения получили благодаря специфической слизи (сока), содержащейся в различных частях растения. Вполне вероятно, что у некоторых ботаников с богатой фантазией она ассоциировалась с молоком птиц. Ну, не знаю, как у ботаников, а у целителей эта слизь считается прекрасным обезболивающим средством.

Птицемлечники являются условно-ядовитыми растениями (вспомните наш чистотел), но их употребление внутрь должно производиться очень осторожно, по специальной схеме, так как в их состав входят алкалоиды и сердечные гликозиды, имеющие достаточно много противопоказаний к применению. Впрочем, на этих страницах мы не будем говорить о внутреннем применении этого растения, а сосредоточимся на его возможностях как лекарства наружного действия.

Внимание!

Прежде чем применять препарат индийского лука, смажьте небольшой участок кожи на локтевом сгибе и подождите в течение суток (если это свежий лист, то смажьте кожу соком). В случае если у вас появилась аллергическая реакция или ожог кожи, использовать растение в такой форме нельзя. Обычно не рекомендуется повреждать кожицу листа (разминать его), если вы используете растение для лечения открытых ран или трофических язв.

Лечение рака кожи

Курс лечения от рака кожи рассчитан на 18–25 дней, при эндофитных формах — до месяца. После прекращения нанесения мази в течение 10–12 дней накладывают асептическую повязку.

Противоопухолевая мазь от рака кожи

Для приготовления мази следует взять 2 ст. ложки спиртовой настойки индийского лука и 1 тюбик 5- или 10-процентной синтомициновой мази, все тщательно перемешать. На поверхность опухоли и окружающую ткань нанести шпателем 1–1,5 г мази, закрыть марлевой салфеткой и заклеить лейкопластырем. Повязку

менять ежедневно, при каждой перевязке удалять остатки мази от предыдущей процедуры. Распад опухоли начинается через 10–12 смазываний.

Внимание!

Мазь нельзя применять при раке кожи III и IV стадии с метастазами и вблизи слизистых оболочек.

Как вы поняли, для приготовления противоопухолевой мази от рака кожи нам необходима спиртовая настойка индийского лука. Ее можно приготовить либо из луковиц, либо из листьев птицемлечника.

Спиртовая настойка из луковиц

Луковица диаметром 4–5 см (растению должно быть около 2 лет) и цветочная стрелка с цветами измельчаются и закладываются в банку. Все заливается 1 л водки и ставится в теплое место настаиваться в течение 21 дня при постоянном помешивании (раз в день).

Для тех же, кому жалко использовать выращенное с любовью, да еще и цветущее растение, можно приготовить настойку по рецепту моего тульского друга Дмитрия Свечкина.


Спиртовая настойка из листьев

Один лист длиной не менее 60 см (растению должно быть не меньше 2 лет) измельчить в кашу и залить 1/2 л водки. Настаивать в теплом месте, периодически взбалтывая в течение 2 недель.

Из спиртовой настойки хорошо делать сеточки наподобие йодных для более быстрого рассасывания желваков после укола, лечения ушибов, спортивных травм и синяков, а также опухолей после укусов насекомых.

Универсальный бальзам от трофических язв

Мазь используют для лечения трофических язв, незаживающих гноящихся ран, онкологических опухолей. Универсальным бальзамом больное место смазывают один раз в день.

 Для ее изготовления вам потребуются 2 ст. ложки сока индийского лука, 2 желтка, 1 ч. ложка неочищенного керосина, кусочек пчелиного воска (около 1 см в диаметре), 4 ст. ложки облепихового масла (или любого другого растительного масла). Масло вскипятить, положить в него воск и покипятить еще 1–2 минуты. После этого снять смесь с огня и остудить ее до теплого состояния. Влить керосин и добавить сок индийского лука, тщательно размешать. Последними положить желтки и еще раз перемешать.

Глава 2

КОМБИНИРОВАННОЕ ЛЕЧЕНИЕ ЭКЗЕМЫ И ПСОРИАЗА

Как уже говорилось, чтобы вылечить кожное заболевание, необходимо использовать весь доступный арсенал средств, в который входит и очищение организма, и правильно подобранная диета, и, конечно, траволечение. Причем фитотерапия должна быть комбинированной, то есть помимо приема отваров и настоев внутрь необходимо проводить внешнее лечение мазями, примочками и компрессами. Собственно говоря, такому комбинированному лечению экземы и псориаза и будет посвящена эта глава. Приведенные в этой главе травяные сборы кроме лечения кожных заболеваний повышают сопротивляемость организма и снижают чувствительность к аллергенам. Лекарственные растения, входящие в сборы, обладают противовоспалительными, противомикробными, обезболивающими и успокаивающими свойствами.

Внимание!

При подборе сборов для внутреннего употребления вам необходимо проверить каждое входящее в сбор растение, предназначенное для лечения основного заболевания, на совместимость с сопутствующими заболеваниями. Так, если вы собираетесь принимать плоды можжевельника, то необходимо помнить, что если у вас кроме основного кожного заболевания не в порядке почки, то придется от этого растения отказаться. Зверобой противопоказан при атеросклерозе.

Если противопоказанные растения входят в сбор, который вы собираетесь применить, то такие ингредиенты следует исключить или заменить на подобные по фитотерапевтическому действию, либо отказаться вообще от этого сбора. Кроме того, учитывая аллергическую настроенность больных с подобным заболеванием, подбор лекарственных растений производится индивидуально, последовательным включением в состав фитосборов только тех растений, которые хорошо переносятся больными.

Также при подборе лекарственных растительных препаратов вы должны отдавать предпочтение тем, которые помимо своего основного назначения способствуют улучшению течения сопутствующих заболеваний. Если помимо основного заболевания вы еще страдаете холециститом, то хорошо, чтобы какой-нибудь из лекарственных компонентов, входящих в сбор, обладал мягким желчегонным действием. А если вашим сопутствующим заболеванием является гипертония, то обязательно введите в свою травяную аптеку хотя бы одно растение, которое мягко понижает артериальное давление. Понятно, что при диабете вам надо обратить внимание на те растения, которые помимо лечения вашего заболевания еще снижают уровень сахара в крови.

Внимание!

При наружном лечении нельзя забывать об общем принципе лечения кожных болезней: на сухое можно класть сухое, а на мокрое — мокрое. Если процесс воспаления находится в мокнущем состоянии, то необходимо класть примочки из лекарственных растений. Если участок воспаления сухой, тогда переходят на мазовое лечение.

Конечно, нельзя забывать, что всякое растение или сбор — это лекарство. Если вы никогда его не принимали, то 3–4 дня употребляйте его в меньших объемах, чем это указано в прописях. Если же через несколько дней вы не почувствуете ухудшения самочувствия или не обнаружите аллергической реакции на данный препарат, то постепенно увеличивайте дозу до необходимой. Ну а в случае негативной реакции организма на фитосбор или определенное растение немедленно прекратите его принимать.

Комплексная фитотерапия псориаза

Внутренние средства для лечения псориаза

Сначала я хочу предложить вам три сбора, среди которых вы, руководствуясь рекомендациями, выкаанными выше, подбираете лекарственные растения. Таким образом, вы сможете составить индивидуальные сборы с учетом переносимости тех или иных растений и включить в эти сборы те растения, которые помогут вам в лечении сопутствующих заболеваний. Кроме того, поскольку предлагаемые сборы многокомпонентны, вы можете исключить некоторые растения по причине недоступности для вас того или иного растения.

Курс лечения проводится с помощью трех сборов последовательно. Сначала 3 месяца вы принимаете сбор № 1, после чего делаете двухнедельный перерыв и начинаете принимать сбор № 2 (3 месяца), затем делаете еще один двухнедельный перерыв, после чего принимаете сбор № 3 (тоже 3 месяца).

Готовят сборы по одной и той же схеме: 2 ст. ложки с верхом измельченных трав залить 1 л кипятка, настоять 10 часов в термосе, процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Сбор № 1

Трава чистотела — 1 часть, трава хвоща полевого, корень девясила, корень аира, кукурузные рыльца, лист брусники — по 2 части, трава череды, трава зверобоя — по 3 части.

Сбор № 2

Лист крапивы, трава душицы, трава фиалки трехцветной, трава хвоща полевого, корень солодки, цветки ромашки — по 1 части, трава череды, корень валерианы — 2 части.

Сбор № 3

Цветки ромашки, трава чистотела, трава череды, трава крапивы, трава тысячелистника, корень солодки, лист подорожника, лист березы, плоды укропа — поровну.

А теперь я хочу предложить несколько проверенных временем более или менее простых сборов для лечения псориаза.

Настой лавровых листьев

2 ст. ложки сухих лавровых листьев залить 1/2 л кипятка. Кипятить 15 минут, настоять 4 часа, процедить. Долить выкипевшую воду. Выпить в 2–3 приема за день после еды. Срок приема не более 7 дней.

Настой чистотела и фиалки

Смешать поровну траву чистотела и траву фиалки трехцветной. Затем залить 1 ст. ложку смеси с верхом 1 стаканом кипятка, настоять 6 часов, процедить. Принимать по 1 стакану настоя 2 раза в день после еды.

Настой крапивы и одуванчика

Смешать 4 части листьев и цветков крапивы двудомной с 2 частями листьев или корней одуванчика. Заварить 1 ст. ложку с верхом 1 стаканом кипятка. Настоять

4 часа. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Хочу обратить ваше внимание еще на одну долгосрочную программу лечения псориаза, предложенную в свое время Н. Штабом.

Лечение по Н. Штабу

Тщательно смешать измельченное сырье в следующей пропорции: травы чистотела — 1 часть, травы фиалки трехцветной — 2 части, травы дымянки аптечной — 2 части, листьев копытня европейского и травы багульника болотного — по 1 части. Залить 1 ст. ложку смеси с верхом 1 стаканом кипятка, настоять 12 часов, процедить. Долить выкипевшую воду. Принимать по 1/3 стакана за 20–30 минут до еды 3 раза в день в течение 3 месяцев. После каждого месяца лечения — перерыв 7 дней.

Наружные средства для лечения псориаза

Мазь из чернокорня

1 ч. ложку порошка подземной части чернокорня смешать с 4 ч. ложками топленого свиного смальца. Томить мазь надо на водяной бане 7–8 часов при температуре 70–80 °С, затем настоять 48 часов. Этой мазью смазывать больные места ежедневно 1–2 раза в день. Курс лечения — 7–10 дней.

Примочки из мыльнянки лекарственной

Взять корни мыльнянки, мелко нарезать и замочить на 5–6 часов в воде. Несколько раз собрать пену и удалить ее, затем корни высушить. Для лечения надо взять 1 ч. ложку сухих корней с верхом, залить 200 мл кипятка. Кипятить на слабом огне 15 минут, затем настоять 12 часов. Настой применять в виде примочек.

Мазь с экстрактом череды

Для приготовления экстракта смешать траву череды и 70-процентный спирт в равных частях и выпарить до густоты на водяной бане. Затем экстракт процедить. Взять 3 г экстракта на 100 г мазевой основы. Для мазевой основы смешать 50 г вазелина и 50 г ланолина. После тщательного смешивания мазевой основы с экстрактом череды мазь готова. Один раз в день смазывать пораженные места.

Сейчас я хочу предложить вашему вниманию несколько прописей препаратов из дегтя. Сразу хочу предупредить, что самая тяжелая форма псориаза — псориагическая эритродермия чаще всего развивается в результате неправильного лечения (а еще чаще самолечения), которое не соответствует стадии течения псориаза. Это и чрезмерное увлечение солнечными ваннами, неправильное использование преднизолона и других стероидных гормонов, и в том числе использование препаратов дегтя. Поэтому в прогрессирующей стадии болезни деготь противопоказан. Еще раз хочу напомнить, что самолечение станет вам верным помощником, если будет проводиться под контролем врача.

Мазь из дегтя и прополиса

Смешайте 100 г березового дегтя и 15 г прополиса. Нанесите на пораженные псориазом участки кожи.

Сложная травно-дегтярная мазь

Смешайте 2 части меда, 3 части березового дегтя, 2 части измельченной в порошок травы чистотела, 1 часть порошка из листьев грецкого ореха, 1 часть порошка из ежевичных листьев и 1 часть рыбьего жира. Смесь настаивайте 3 дня, часто помешивая. Смазывайте этой мазью очаги поражения кожи.

Медово-дегтярная мазь

Смешайте 100 г березового дегтя, 40 г касторового масла, 40 г золы из стеблей шиповника, 20 г меда и 2 яичных белка. Полученную смесь настаивайте 3 дня, периодически помешивая. Мазь наносите на пораженные участки кожи.

Комплексная фитотерапия экземы**Внутренние средства для лечения экземы**

Как и в случае лечения псориаза, сначала я хочу предложить вам трехкомпонентную систему лечения экземы. Как и в приведенной выше схеме лечения, вам надо определить, какие травы вам противопоказаны и на что их можно заменить, соотнесясь с вашими сопутствующими заболеваниями. Таким образом, вы сможете подобрать индивидуальные сборы с учетом переносимости тех или иных растений и включением тех растений, которые помогут вам в лечении сопутствующих заболеваний. Кроме того, поскольку предлагаемые сборы многокомпонентны, вы можете исключить некоторые растения и по причине недоступности для вас того или иного растения.

Курс лечения экземы проводится с помощью трех сборов последовательно. Сначала 3 месяца вы принимаете сбор № 1, после чего делаете двухнедельный перерыв и начинаете принимать сбор № 2 (3 месяца). Затем делаете еще один двухнедельный перерыв и принимаете сбор № 3 (тоже 3 месяца).

Готовятся сборы по одной и той же схеме: необходимо взять 2 ст. ложки с верхом измельченных трав, залить их 1 л кипятка, настоять 10 часов в термосе, процедить. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Сбор № 1

Смешать поровну измельченные корни валерианы, листья вахты, траву вероники, корни дягиля, цветки коровьяка, семена льна, корни лопуха, траву Melissa, траву фиалки трехцветной.

Сбор № 2

Смешать поровну измельченные траву вероники, траву дурнишника, траву зверобоя, цветки клевера, траву лаванды, корни лопуха, корни пырея, листья смородины, траву череды.

Сбор № 3

Смешать поровну измельченные поровну траву будры, траву герани, траву зверобоя, семена льна, листья подорожника, траву полыни, корни цикория.

А теперь я хочу предложить несколько проверенных временем более или менее простых сборов для лечения экземы.

Настой одуванчика

Взять 1 ст. ложку корней одуванчика, залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5–10 минут, дать настояться 12 часов, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день за 15–30 минут до еды.

Настой из корней лопуха

Взять 1 ст. ложку измельченных корней, залить 200 мл кипятка. Кипятить 10 минут и настаивать 12 часов. Пить от 1/3 стакана до 1/2 стакана 3 раза в день до еды.

Настой из листьев лопуха

Листья молодого лопуха нужно мелко нарезать, залить 1 ст. ложку листьев 1 стаканом кипятка (не кипятить!), настоять 2–3 часа. Настой процедить, долить водой до 250 мл. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день после еды.

 **Настой корней пырея**

20 г измельченных корней пырея ползучего залить 200 мл кипятка, подержать 3–5 минут на медленном огне, затем настаивать в течение 3 часов. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день за 15–20 минут до еды.

 **Лечение соком лимонов по Н. Штабу**

Из пяти крупных плодов лимона при хорошей соковыжималке получают 1 стакан сока. В 1-й день выпивают 1 стакан сока равными глотками. Затем ежедневно количество сока добавляют по 1 стакану и доводят его количество до 5 в день. При этом через 2 часа в последний день пьют по 1 стакану 1 л в сутки. После этого ежедневно количество сока уменьшают на 1 стакан, пока снова не вернуться к приему 1 стакана в день.

Наружные средства лечения экземы **Мазь из березовых почек**

Смешать поровну березовые почки, подсолнечное нерафинированное масло, сливочное несоленое масло, натуральный воск. Далее смесь растопить на водяной бане, размешать. Процедить через марлю, охладить. Втирать в кожу утром и вечером до полного излечения.

 **Мазь при мокнущей экземе**

Смешать почки осины — 30 г и масло оливковое — 70 г. Готовить на водяной бане следующим образом: довести до кипения, затем томить на медленном огне 30 минут. Процедить. Курс лечения — 1 месяц.

 **Сосновая примочка при мокнущей экземе**

200 г сосновых почек залить 200 мл воды. Готовить на водяной бане: довести до кипения, затем томить на медленном огне 30 минут. Процедить.

 **Примочка из листьев ежевики**

5 ст. ложек листьев ежевики залить 200 мл кипятка. Примочки накладывать настолько горячими, насколько выдержите.

 **Примочка из вереска**

1 ст. ложку листьев и цветков вереска залить 200 мл кипятка. Настоять 2 часа. Делать примочки.

 **Примочка из березы**

1 ст. ложку березовых почек залить 100 мл кипятка. Применять для примочек.

 **Примочка из солодки**

1 ст. ложку измельченного корня солодки голой залить 200 мл кипятка. Кипятить 15 минут. Настоять 2 часа. Применять для примочек.

 **Примочка из коры ивы**

1 ст. ложку измельченной коры ивы залить 100 мл кипятка. Кипятить 15 минут. Настоять 4 часа. Процедить. Употреблять для примочек.

 **Примочка из корней лапчатки**

5 ч. ложек измельченных корней лапчатки залить 200 мл воды. Довести до кипения, оставить на огне еще 3–5 минут. Настоять 2–3 часа. Использовать для примочек при мокнущей экземе.

 **Лечение по Н. Штабу**

Применяется при всех формах экземы при отсутствии обильного экссудата. Сварить вкрутую яйца, вынуть желтки. Надеть на вилку или крючок из проволоки желток и держать над огнем свечи. Подогретый желток будет выделять капли сока, который необходимо собирать в чашку или баночку. Процедура эта весьма

длительная. Задача — набрать этого сока столько, чтобы его было достаточно для лечения, а поэтому количество яиц, сваренных для этой цели, зависит от размеров больного участка кожи. Собрав мазь, намазать ее на марлю и положить поверх компрессную бумагу, все плотно забинтовать. Повязки накладывать на 2 дня 1 раз в сутки.

Лечение лишая, сухой экземы

При лишаях, сухой экземе, экссудативных кожных процессах накладывайте компресс из клюквенного сока.

Отвар лопуха при зудящей экземе

1 ч. ложку измельченного корня лопуха залить стаканом кипятка, поставить на огонь, довести до кипения и поддерживать на медленном огне 5–10 минут, остудить, процедить. Этот отвар используйте для наложения компрессов при экземе, сопровождающейся зудом.

Отвар лопуха при экземе

1 ст. ложку измельченного корня лопуха залить 2 стаканами кипятка, кипятить 30 минут, остудить, процедить. Использовать для компрессов.

Сок калины при мокнущей экземе

В чистом виде сок калины используйте для примочек при мокнущей экземе.

Масло при мокнущей экземе

Перемешайте 1 часть пихтового масла и 2 части несоленого внутреннего жира. Смажьте пораженный участок кожи, положите поверх компрессную бумагу, перевяжите. Курс лечения — 2 раза в день в течение 1–2 недель.

Аппликации из чистого березового дегтя

Березовый деготь наносится с помощью ватной палочки на небольшой участок пораженной кожи на 15–20 ми-

нут. Намазанное таким образом место следует держать открытым. Через 1–3 дня (если не возникнет каких-либо аллергических реакций) процедуру следует повторить.

Сливочно-желтковая мазь

Смешайте 100 г березового дегтя, 4 сырых куриных желтка и 50 г свежих сливок. Мазь нанесите на пораженные участки.

Луковая мазь

Смешайте 1 ст. ложку березового дегтя, 1 белок куриного яйца и 100 г мелко растертого репчатого лука. Мазь наносите на пораженные участки.

Противозудное средство

40 мг рыбьего жира, 80 г 30-процентной спиртовой настойки прополиса, 20 г золы веток шиповника смешайте и настаивайте в темном прохладном месте 3 дня, не забывая помешивать. В полученный состав добавьте 40 г сока алоэ и оставьте еще на 5 дней. Затем добавьте 120 г березового дегтя и, периодически встряхивая, настаивайте еще 3 недели. Мазь наносите на пораженные участки.

Глава 3

ТРАВНОЕ ВОДОЛЕЧЕНИЕ КОЖНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

«Водой лечили издавна, и лечили успешно. По моим сведениям, первые упоминания о водолечении встречаются еще в индийском эпосе Ригведы, а это 1500 лет до нашей эры!» — так начал беседу Дима Свечкин, биолог из Тулы. Мой друг сидел у меня на кухне с чашкой давно остывшего чая из листочков сабельника болотного и вел обещанный «короткий» и беспристрастный рассказ о водолечении. Честно говоря, рассказ профессора Свечкина растянулся на полтора часа. Упоминались эпохи, назывались имена и страны: Пифагор, Гиппократ, Асклепиад, Абу-Али ибн Сина, Ассирия, Вавилон, Древний Египет... Причем, по словам Димы, если бы вы попали в водолечебницу этак лет 150 назад, вас могли бы запихнуть в специальную печь на 10 дней, чтобы вы там как следует пропотели, или на 7 дней загнали бы в бассейн, и есть и пить, ну и прочее, вам пришлось бы, не выходя из воды. А после такой недельки вы за день выпили бы 100 стаканов минеральной воды.

Подобное водолечение частенько доводило до беды. Но в XIX веке профессор Винтерниц поставил водолечение на прочную научную основу. Именно этот австрийский врач тщательно разработал физиологию водолечебных приемов и дал им научное объяснение. А поворотным моментом в истории водолечения стала методика Кнейппа.

В конце XIX века в России появился врач В. Каминский, ставший родоначальником отечественного научного лечения водой. Потом был и Порфирий Иванов, использовавший воду как закаливающий фактор, и врач И. Сударушкина, которая применяет контрастное воздействие водой на организм для восстановления капиллярной сети организма.

Заканчивая свой полуторачасовой рассказ, Дима наконец сказал: «Самое главное заключается в том, что для лечения кожных заболеваний водолечение является уникальным лечебным методом, поскольку этот метод помимо очищения кожного покрова дает возможность воздействовать лекарственными препаратами на очаг поражения и ввести лекарство прямо через кожу. При кожных заболеваниях водолечение является безопасным и эффективным методом лечения. Взять хотя бы фурункулез...» И тут Дима Свечкин, можно сказать, взялся за мою работу, поскольку поведал немало дельного о лечении кожных заболеваний водой, и разговор затянулся до глубокой ночи.

Дима Свечкин о фурункулезе, экземе и псориазе

Чтобы предупредить развитие фурункулеза, рекомендуется принимать ванны с горькой солью и травяными добавками. Шею, руки, грудь, ягодицы и подмышки тщательно промывать мочалкой или упругой губкой. Когда фурункул еще выглядит как безобидный прыщик, его развитие можно остановить, приложив лед и горячий влажный компресс поверх льда. Чтобы привлечь кровь к месту образования фурункула, нужно чередовать горячий и хо-

лодный душ. Можно также использовать и другие процедуры с чередованием тепла и холода.

Рост фурункула у детей останавливают прикладыванием льда. Затем неделю перед сном нужно надевать на ребенка рубашку, смоченную в настое сенного цвета. Через день обтирать ребенка холодной губкой. В последующую неделю делают то же самое через 2–3 дня.

Очень часто экзема проявляется из-за сильных волнений, а стало быть, очень важно укрепить больного с помощью ванн с водой температуры тела, холодными обтираниями губкой и чередованием холодного и горячего душа для бедер и верхней части груди.

Что касается мокрой экземы, для нее особенно хороши холодные водные процедуры в области желудка. Кроме того, их влияние на пищеварение очень благотворно.

Ясно, что вода кожу и просто чистотой лечит. К тому же при кожных заболеваниях многим хочется постоянно мыться. Никогда этого не запрещал, но советовал обходиться без мыла. А вот процедуры, которые рекомендуются при одной из самых раздражающих кожных болезней — при псориазе.

Горячая ванна при псориазе

Кратковременная горячая ванна (40–42 °С). Желательно добавить в воду столовую или минеральную соль (500 г и больше). После ванны тонизировать мышцы и кровообращение кратковременным холодным душем.

Горячий компресс при псориазе

На больной участок положить горячий мокрый компресс и обернуть его сухой тканью (это позволит дол-

ше сохранять компресс горячим). После компресса ополоснуть это место очень коротким холодным душем или обтереть губкой с холодной водой. Если больному не выпало счастья жить на берегу Черного моря, пусть ежедневно промывает больную кожу водой с разведенной в ней морской солью.

Дима Свечкин о лечении по Кнейппу

Себастьян Кнейпп более 100 лет назад лечил водой более 150 различных заболеваний, и делал это весьма успешно. Дима еще долго рассказывал о жизненном пути Себастьяна Кнейппа, но, к сожалению, объем этой книги не дает возможности привести его рассказ полностью. Самое главное, о чем поведал мой друг из Тулы и с чем я совершенно согласен, — это то, что водные обертывания прекрасно очищают организм, благотворно действуют на почки, печень, выводят шлаки; если у вас проблемы с кишечником, обертывания помогут и в этом случае.

Со своей стороны, могу сказать, что для очищения кожи (и организма в целом) очень полезно использовать метод доктора Кнейппа, так называемое обертывание «испанским плащом», или большой виккель. А вот для лечения кожных заболеваний больше пригодится короткий виккель.

Большой виккель, или Очищение кожи по Кнейппу

Виккель — это «большой компресс» по-немецки. Для такого большого обертывания вам понадобится большой кусок мешковины или холста, чтобы вы могли обернуться полностью. Можете сшить себе холщовый халат до полу с длинными рукавами. Можно использовать старый, грубого полотна халат.

Так вот, погрузите халат в воду (для пожилых, малокровных и ослабленных — в горячую), отожмите как следует и наденьте на голое тело. Сразу закутайтесь в шерстяное одеяло, а сверху накройтесь ватным одеялом. Полежите 2 часа. После — тщательно вымойтесь.

Короткий виккель, или Лечение кожи по Кнейппу

Вам понадобится кусок грубого холста. Намочите его в холодной воде, хорошенько выжмите, плотно прижмите к телу: короткий виккель соприкасается с вашим телом от подмышек до колен. Приложив холст (или мешковину) к телу, укутайтесь шерстяным и ватным одеялами.

Шерсть не пропускает воздух, а вата сохраняет тепло тела. Полежите часок-другой, ополоснитесь и оденьтесь в сухое. Да, пожилым людям такие компрессы делают теплыми.

Короткий виккель для больных псориазом

Больным экземой неплохо помогает серия обертываний с настоем шалфея. Настой готовят обычным способом: 4 ст. ложки измельченной травы шалфея залить 1 л кипятка, настоять 6–8 часов, процедить. Смочить в этом настое рубашку и надеть ее. Время процедуры — до полного высыхания рубашки. Проводить эту процедуру нужно 3 раза в неделю.

Короткий виккель для лечения экземы

Больным экземой могут помочь обертывания с настоем чабреца. Настой готовят обычным способом: горсть сухого чабреца или свежей травы заливают 1 л кипятка. Кипятят 5–10 минут, настаивают 6 часов. Смочить в этом настое рубашку и надеть ее. Время процедуры —

до полного высыхания рубашки. Проводить эту процедуру нужно 3 раза в неделю.

Короткий виккель для лечения нейродермита

Больным нейродермитом можно посоветовать обертывания с настоем крапивы. Настой готовят обычным способом: 50 г измельченной травы крапивы с корнями залить 1 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Проводить эту процедуру 3 раза в неделю.

Травные ванны для лечения кожных заболеваний

Перед тем как перейти непосредственно к рецептам настоев для ванн, предназначенных для лечения кожных заболеваний, дам несколько общих рекомендаций. Естественно, сначала ванну необходимо наполнить чистой водой, а потом влить в нее заранее приготовленный настой трав. Ванны можно применять спустя 2 часа после еды. Как правило, температура лечебной ванны составляет 36–39°C, но возможны ее изменения в ту или другую сторону в зависимости от вашего желания и состояния здоровья. Лежать в настое нужно 10–15 минут. После такой ванны не нужно обливаться чистой водой. Активные вещества трав должны остаться на коже — тогда их лечебное действие продлится.

Чем старше человек, тем прохладнее ванна и тем короче время купания в ней. После приема любых ванн положен отдых не менее 30–40 минут. Обычно лечебные ванны принимают 2–3 раза в неделю курсами от 10–12 до 16 ванн.

Что касается кожных заболеваний, то можно принимать ванны для ограниченных участков кожи. Например, только для кистей и предплечий рук, для

стоп и голеней. Полные ванны с лекарственными настоями трав обычно применяют тогда, когда имеют-ся обширные поражения кожи.

Лечебные ванны нельзя принимать при любом остром заболевании, а также при повышенном спинномозговом давлении, отеке мозга, открытом туберкулезе легких, обширной пневмонии, миокардите, инфаркте миокарда, острых флебитах, циррозе печени. При приготовлении настоя для лечебных ванн надо точно выполнять рецептурные дозировки и рекомендации.

Ванны для лечения экземы

Ванна с настоем лопуха

50 г корней лопуха большого залить 1 л холодной воды, кипятить 30 минут, процедить. Ванну принимать на ночь. Курс — 12–14 ванн. Кроме того, ванну с настоем лопуха можно применять для лечения нейродермита.

Ванна с настоем из корней аира

2 ст. ложки корней аира заливают 1 л кипятка, кипятят 20–30 минут. Настаивают несколько часов. Курс — 10–12 ванн, при необходимости курс можно увеличить до 16 ванн.

Ванны с настоем чабреца

Горсть сухой или свежей травы заливают 1 л кипятка. Кипятят 5–10 минут, настаивают 6 часов. Курс — 10–12 ванн.

Ванна с отваром чистотела

Ванны с отваром чистотела нужно принимать с особой осторожностью, поскольку это растение условно ядо-

вито. Возьмите 50 г корней чистотела, залейте холодной водой, настаивайте 2 часа, потом кипятите на медленном огне 20 минут, процедите. Ванны принимайте на ночь. Курс лечения — 8 ванн. Кроме того, ванну с отваром чистотела можно применять для лечения нейродермита.

Ванны с настоем шалфея и соком моркови

Для приготовления настоя можно взять как шалфей лекарственный, так и шалфей мускатный. 30 г листьев шалфея заливают 1 л кипятка, кипятят на медленном огне 5 минут. Затем в настой добавляют 1 стакан свежего морковного сока. Курс лечения — 10–12 ванн.

Ванны с грецким орехом

Для приготовления настоя для ванн подходят как сухие, так и свежие листья и кора ореха. Листья лучше собирать после цветения ореха. На 1 л воды берется горсть листьев и коры. Настаивают 30–40 минут, затем кипятят на медленном огне 3–5 минут. Ванны принимают на ночь. Курс — 10–12 ванн, при необходимости — 16–18 ванн.

Ванны для лечения псориаза

Ванны с настоем валерины

4 ст. ложки измельченных корней валерианы залить 1 л кипятка, настоять 6–8 часов, процедить. После ванны кожу не вытирать, а только слегка промокнуть полотенцем. Ванны принимают ежедневно или через день. Курс лечения — 10–12 ванн.

Ванны с настоем мыльнянки лекарственной

Взять несколько горстей измельченной травы мыльнянки, залить 1 л холодной воды, настоять час, после

чего кипятить на медленном огне 10–15 минут, процедить. Курс — 10–12 ванн.

Ванны с настоем зверобоя

4 ст. ложки измельченной травы зверобоя залить 1 л кипятка, настоять 6–8 часов, процедить. После ванны кожу не вытирать, лишь слегка промокнуть полотенцем. Ванны принимают ежедневно или через день. Курс лечения — 10–12 ванн.

Ванны с настоем тысячелистника

Несколько горстей измельченной травы тысячелистника залить 1 л холодной воды, настоять час, после чего кипятить на медленном огне 10–15 минут, процедить. Курс — 10–12 ванн.

Ванны с настоем шалфея

4 ст. ложки измельченной травы шалфея залить 1 л кипятка, настоять 6–8 часов, процедить. После ванны кожу не вытирать, лишь слегка промокнуть полотенцем. Ванны принимают ежедневно или через день. Курс лечения — 10–12 ванн.

Ванны с настоем череды

4 ст. ложки измельченной травы череды залить 1 л кипятка, настоять 6–8 часов, процедить. После ванны кожу не вытирать, только слегка промокнуть полотенцем. Ванны принимают ежедневно или через день. Курс лечения — 10–12 ванн.

Ванны для лечения нейродермита

Ванны с отваром коры дуба

Кора дуба — 100 г, сосновых веток с иголками — 20 г, трава душицы, корневища аира, соцветия тысячелистника — по 10 г. Сбор кипятить на медленном огне

30 минут, процедить. Продолжительность процедуры — 10–15 минут, курс лечения — 10–12 ванн.

Ванны с настоем крапивы двудомной

Для настоя лучше брать крапиву, собранную во время цветения. Для лечебных ванн пригодна как сушеная, так свежая трава. 50 г травы с корнем залить 1 л кипятка, настоять 2 часа, процедить. Курс — 15 ванн. Кроме того, эти ванны показаны при аллергических дерматитах.

Лечение трофических язв

Травное водолечение трофических язв проводится в виде примочек. Настой для примочек приготавливается следующим образом: 2 ст. ложки предварительно измельченного лечебного сбора залить 1/2 л кипятка, довести до кипения, держать на медленном огне 10 минут в закрытой посуде. Затем отвар вместе с травой настоять ночь в термосе. Для примочек можно использовать сложные сборы, в которых ингредиенты берутся поровну.

Примочка от трофических язв

Приготовить настой из взятых поровну травы чистотела, травы спорыша, травы душицы, травы крапивы. Делать примочки до улучшения состояния.

Примочка от трофических язв

Приготовить настой из взятых поровну семян льна, корня одуванчика, корня аира, травы вероники, травы герани, травы горца почечуйного, травы лаванды, травы льнянки, травы хвоща полевого. Делать примочки до улучшения состояния.

Глава 4

ЛЕЧЕНИЕ КОЖИ ЧИСТОТЕЛОМ



Чистотел — универсальное растение для лечения кожных заболеваний. Его способность лечить кожные заболевания объясняется именно тем, что он устраняет причину этих болезней, то есть улучшает работу внутренних органов, прежде всего печени и желудочно-кишечного тракта.

Лечение кожных заболеваний зачастую абсолютно невозможно без очищения и коррекции внутренних органов.

Ведь если внутренние органы не справляются с перевариванием пищи, происходит самоотравление организма, а кожа лишь сигнализирует об острой ситуации. Поэтому чистотел поможет не только преодолеть острую фазу кожного заболевания, но устранит его причину, очистит весь организм.

Лекарственными свойствами обладают все части чистотела: и стебли, и листья, и цветки, и корни. Дело в том, что все они содержат млечный сок, который и оказывает лечебное действие. Это густая ярко-оранжевая жидкость, горько-жгучая на вкус, с неприятным специфическим запахом.

Поскольку при кожных заболеваниях наружное применение чистотела сочетают с внутренним его употреблением, то прошу вас отнестись к следующему предупреждению с ответственностью и вниманием.



Чистотел ядовит, будьте осторожны!

Неправильное применение чистотела может привести к серьезным последствиям. Будьте особенно осторожны при приеме чистотела внутрь. Чистотел не опасен для здоровья, если принимать не более 1 ч. ложки сока на 1 стакан кипятка. При превышении этой дозы возможно токсическое влияние на организм. Внутреннее использование препаратов чистотела в большом количестве либо передозировка сборов, включающих чистотел, может вызвать отравление с тошнотой, рвотой, параличом дыхательного центра. Кроме того, следует иметь в виду, что длительное употребление чистотела может вызвать дисбактериоз кишечника. Перед использованием чистотела нужно обязательно посоветоваться с врачом, так как для его приема есть ряд противопоказаний.

Перед использованием чистотела нужно обязательно посоветоваться с врачом, так как для его приема есть ряд противопоказаний.



Внимание!

Чистотел противопоказан при эпилепсии, бронхиальной астме, стенокардии, а также при ряде неврологических синдромов.

Чистотел против болезней кожи

Прежде чем привести рецепты для отдельных заболеваний, дам несколько общих рекомендаций. Универсальным и самым распространенным средством при кожных заболеваниях является отвар чистотела.

Берут 4 ст. ложки сухой травы чистотела на 1 л воды. Варят 10 минут на малом огне в закрытой посуде, настаивают 8 часов, процеживают.

Этот отвар применяют для ванн, примочек, промываний при сыпи, язвах, лишаях, угрях, диатезе, гнойных язвах. В отваре травы рекомендуется также купать детей при золотухе. Инфицированные раны и язвы помимо промываний обрабатывают порошком из сухих листьев чистотела (или прикладывают к пораженным участкам свежие измельченные листья). Внутрь отвар чистотела (10 г на 200 мл воды) употребляют при экземе, нейродермите, почесухах, кожном зуде. Принимают по 1 ст. ложке отвара 3 раза в день. Чтобы успешно лечить экзему, грибок и лишай, нужно применять одновременно два способа: пить отвар чистотела и обильно смазывать свежим соком больные участки.


Внимание!

Как только вы смажете больное место, то почувствуете зуд. Постарайтесь не чесать. По мере того как сок будет проникать внутрь, зуд будет уменьшаться, и вам станет легко. После этого надо смазать это место еще 2–3 раза с промежутками 3–5 минут.

Помните, что чем больше сока чистотела вы будете наносить на больное место, тем быстрее и активнее будет проходить лечение.

Сведение бородавок и папиллом

Для сведения бородавок рекомендую вам сделать следующее.

 Соком из свежей травы чистотела трижды (с интервалом 2–3 минуты) смазывать бородавки 2 раза в день. Продолжительность лечения — до получения желае-

мых результатов, примерно в течение 10–15 суток. По этой же методике можно лечить мозоли.

Свежий сок чистотела избавляет и от папиллом. Сок желательно разбавить слюной и нанести на папиллому, закрепив пластырем. Через 2 дня все пройдет.


Сбор для сведения бородавок

Лист подорожника большого — 3 г, лист Melissa лекарственной — 7 г, лист крапивы двудомной — 7 г, трава чистотела большого — 3 г, трава хвоща полевого — 7 г, корни одуванчика лекарственного — 3 г. Отвар принимают по 1/4–1/2 стакана 3 раза в день.

Лечение грибковых поражений кожи

Страдающие грибковыми заболеваниями знают, как неприятны их проявления и как трудно с ними справиться. Есть, конечно, эффективные противогрибковые средства (например, итраконазол), но они дорогие, да и печень жалко.

В борьбе с грибом может помочь чистотел. Он очень эффективен, если поражена только кожа, а ногти пока не тронуты заболеванием.

 Пораженные участки нужно обильно смазывать **свежим соком чистотела**. Сок будет быстро впитываться в кожу, снимая зуд. Кожу смазывайте 3–4 раза с интервалами 3–5 минут. После нанесения сока не трогайте больное место.

Из чистотела можно приготовить **экстракт**. Залейте 1 часть травы чистотела 2 частями 50-градусного спирта и настаивайте в темном месте 10–12 дней.

Одновременно с лечением мазью чистотела обязательно принимайте экстракт чистотела внутрь по 20 капель ежедневно, разбавляя водкой в пропорции 1:2.


Мазь готовится следующим образом. Смешайте полученный экстракт чистотела с вазелином и подогревайте на водяной бане до испарения спирта. Полученной мазью намазывайте пораженные участки на ночь.

Еще один способ борьбы с грибком — использовать для компрессов настойку чистотела на яблочном уксусе и одновременно пить отвары из чистотела.


Настойка чистотела на яблочном уксусе

На 1/2 л 6-процентного яблочного уксуса надо взять 1 ст. ложку сухой травы чистотела, настоять неделю.

Этой уксусной настойкой можно делать компрессы на ночь или просто смазывать кожу несколько раз в день. Кроме того, в это же время можно пить отвары из чистотела.

 Чистотел — ядовитое растение, поэтому отвары из него делают слабыми и пьют понемногу. На 1 стакан кипятка кладут 1 г сухих листьев чистотела, настаивают 1 час и пьют по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Если вы хотите излечиться от грибка, то главное, что от вас требуется, — это настойчивость и терпение. Ведь необходимые компоненты доступны всем. Обычно в различных комбинациях используют чистотел, соль и яблочный уксус. Приведу еще один рецепт.

 Если грибок на ногах, то их нужно распаривать смесью воды, соли и отвара чистотела. Затем протереть яблочным уксусом. Просушить и между пальцами заложить бинт в два слоя. Можно предварительно еще протереть чистотелом.

Рекомендуется также употреблять состав из свежего сока или травы чистотела большого в виде по-

рошка в соединении с цветами ноготков или с мазью из них — в равных количествах. Иногда к составу присоединяется в равной мере и сок или сгущенный отвар корня аира.

Лечение дерматозов

Дерматоз — общее название для различных воспалительных заболеваний кожи. Это собирательный термин, означающий различные патологические состояния кожи. Например, псориаз — это хронически протекающий дерматоз. Официальная медицина признает применение чистотела для лечения зудящих мокнущих дерматозов в стадии острого воспаления.

Чистотел применяют в виде примочек, компрессов, ванночек. На 2–3-й день лечения у больных уменьшается ощущение зуда или он исчезает вовсе, а пораженные поверхности покрываются здоровой кожей.

Детям при зудящих дерматозах рекомендуются примочки из 1-процентного настоя чистотела либо теплые местные ванночки из 5–10-процентного настоя как средство, обладающее противозудным, противовоспалительным и эпителизирующим действием.

Внимание!

Грудным детям лечебные ванны с чистотелом противопоказаны, так как они могут вызвать отравление ребенка сильнодействующим веществом хелидонин.

Чистотел снимает воспаление, уменьшает зуд, способствует заживлению. Но дело не только в этом. Известно, что у больных хроническими дерматозами имеются многообразные расстройства нервной системы, которые, в свою очередь, стимулируют

дальнейшее развитие заболевания. Такие дерматозы принято называть психосоматическими. В этом случае чистотел действует как успокоительное средство, благотворно влияющее на нервную систему.

Чистотел используют в качестве сборов — как внутрь, так и наружно.

Внутренний сбор

Чистотел — 1/2 части, омела — 1 часть. 1 ст. ложку сбора залить 100 мл крутого кипятка, закрыть, кипятить на водяной бане 5 минут, оставить на 4 часа. Пить в течение дня равными долями за 40 минут до еды.

Мазь № 1

Плоды шиповника — 40 г, облепиховое масло — 50 мл, чистотел — 10 г. Все смешать, настоять 5 дней.

Мазь № 2

Чистотел — 5 г, корень крапивы — 5 г, парафин — 50 г, настойка мяты — 20 мл.

Мазь № 3


Чистотел — 20 г, отвар мяты — 40 мл, настойка прополиса — 40 мл.

Мазь № 4


Чистотел — 10 г, вазелин — 50 г.

Лечение золотухи

Из чистотела и других трав можно приготовить противозолотушный чай.

 Черда трехраздельная — 10 ст. ложек, чистотел — 4 ст. ложки, овес — 10 ст. ложек, паслен — 3 ст. ложки, 1 ст. ложку смеси заварить 1 стаканом кипятка, настаивать 1,5 часа. Пить по 1 ст. ложке 3—5 раз в день.

Кроме того, при золотухе рекомендуется использовать следующий настой для ванн и обмываний.


 4 ст. ложки измельченной травы с соцветиями кипятить 5 минут в 6 стаканах воды в закрытой посуде, настаивать 8 часов, процедить.

В деревнях издавна принято купать золотушных детей в отваре чистотела. Однако современная официальная медицина не советует этого делать (по мнению врачей, лучше использовать для ванн отвар травы череды).

Лечение ихтиоза


Ихтиоз — это наследственное заболевание, проявляющееся сухостью и шелушением кожи, которая покрывается подобием рыбьей чешуи.

При ограниченных ихтиозах у детей (на ребре ладони, на пяточках и на подошвах) хорошо делать горячие ванночки.

 На 1 л горячей воды добавить 200 г пищевой соды, попарить 15 минут, а затем смазать таким составом: 100 мл сметаны (густой и жирной) и 3 ст. ложки порошка из сухого корневища чистотела тщательно перемешать и настоять 10 часов.

Смазывать пораженные места несколько раз в сутки. Внутрь принимать водный настой вырезанных глазков картофеля: 2 ст. ложки глазков старого картофеля залить 1/2 л кипятка. Настоять ночь. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день перед едой длительное время.

От ихтиоза помогает также следующее средство.

 Взять 300 мл уксусной эссенции, по 1 ст. ложке порошка из листьев смородины, цветов календулы и травы фиалки, в таком же объеме взять сок чистотела и сок из листьев грецкого ореха, 5 капель фerezола, 2 ст. ложки

муки из крупной фасоли, 100 г семян подорожника. Всю эту смесь настоять 2 недели в темном месте, добавить 50 мл дистиллированной воды, процедить.

Мягким птичьим перышком осторожно смазывать пораженные места. Через 1/2 часа наложить тряпицы, обильно смоченные птичьим жиром, и завернуть в виде жировых компрессов на ночь. Внутрь 3 раза в день принимать по 100 мл морковного сока, периодически чередуя с соком картофеля, свежей капусты, свеклы. Раз в неделю — строго в определенное время (не меняя) — проглотить желчный пузырь, снятый с разделанного двухнедельного цыпленка. Заглатывается целиком и запивается водой. Повторять придется на протяжении 10 недель.

Лечение лишая

При зудящем и чешуйчатом лишае смазывают больные места свежим соком чистотела и делают ванны с отваром чистотела. Рекомендуются также принимать внутрь следующий отвар.

✿ Чистотел большой — 10 г, анютины глазки — 10 г. Смесь заварить в 200 мл кипятка, настоять, выпить в три приема.

Лечение псориаза

Добиться положительного результата можно, сочетая наружное применение чистотела с приемом его внутрь. Самый простой способ — смазывать пораженные участки кожи свежим соком чистотела. Одновременно нужно принимать ванны с отваром чистотела.

✿ 4 ст. ложки измельченной травы залить 1 л кипятка, настоять 6–8 часов, процедить, вылить в приготовленную ванну. Продолжительность ванны — 15–20 минут.

После ванны кожу не вытирать, а только слегка промокнуть полотенцем. Курс лечения — 15–20 ванн.

Ванны и примочки нужно сочетать с приемом отвара чистотела.

✿ 1 ст. ложка сухой измельченной травы залить 1/2 л кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать нужно по 1 ст. ложке 3–4 раза в день.

Можно также употреблять 20-процентную настойку травы чистотела на 40-процентном спирте (принимать по 10 капель 2 раза в день).

Считается, что одновременно с ваннами из отвара чистотела хорошо пить отвар фиалки.

✿ 1,5 ст. ложки фиалки трехцветной залить стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать всю дозу в течение дня одновременно с горячими ваннами из отвара чистотела.

Народные целители рекомендуют при псориазе употреблять чистотел в составе сборов, чтобы усилить целебное действие. Приведу несколько рецептов.

✿ Сбор № 1

Корневище аира — 15 г, лист брусники — 10 г, цветки бузины — 10 г, кукурузные рыльца — 10 г, трава череды — 15 г, трава зверобоя — 15 г, корень девясила — 10 г, чистотел — 5 г. Принимают по 1/2 стакана утром и вечером после еды.

✿ Сбор № 2

Трава чистотела — 1 часть, трава хвоща полевого — 2 части, корень девясила, корень аира, кукурузные рыльца, лист брусники — по 2 части, трава череды, трава зверобоя — по 3 части. Измельченные растения


смешать, 2 ст. ложки залить 1 л кипятка, настоять ночь в термосе, процедить, принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

Сбор № 3

Чистотел — 35 г, горец змеиный (порошок из корневища) — 30 г, чага (порошок) — 35 г. К смеси добавить мед и делать повязки на пораженные места.


Лечение хлоазмы

Хлоазма — пигментные пятна, преимущественно на лице, появляющиеся во время беременности, при некоторых заболеваниях женской половой сферы, глистных инвазиях. Чтобы избавиться от хлоазмы, смазывайте свежим соком чистотела пятна ежедневно 2 раза в день. Можно использовать также настойку чистотела на водке.

 Салфетки, пропитанные настойкой на водке (1:5) и слегка отжатые, накладывать точно на область пятен на 15–20 минут ежедневно.

Лечение экземы

Чистотел применяется по-разному, в зависимости от вида экземы.

 При **острой экземе** ежедневно по 15 минут делают ванночки из настоя травы чистотела. Берут 110 г чистотела на 100 г воды.


При **микробной экземе** перед сном по 15 минут делают ванночки из 5-процентного настоя.

При **сухой экземе** стакан сока чистотела взбить с белком свежего яйца, добавить 2 ст. ложки сока ягод паслена. Делать примочки.


При **мокрой экземе** взять 100 г паслена, 2 белка яиц, 2 ст. ложки сока калины, 2 ст. ложки несоленого сала,

1 л сока чистотела. Смесь взбить и настаивать двое суток в темном месте. Использовать мазь наружно.

Помогает при мокрой экземе также настойка чистотела.

 1/2 стакана измельченных корней или стеблей травы чистотела залить 1/2 л водки, настаивать несколько дней, процедить. Настойкой смазывать больные места.

Не забывайте одновременно пить отвар чистотела (10 г на 200 мл воды) по 1 ст. ложке 3 раза в день и принимать ванны с чистотелом.

 50 г корней чистотела измельчить, залить холодной водой, настаивать 2 часа, кипятить 20 минут, процедить. Ванну принимать на ночь. Курс — 8–12 ванн.

Кроме того, при экземе рекомендуется применять сборы с чистотелом.

Мазь № 1

Чистотел — 20 г, конский щавель — 10 г, череда — 15 г, крапива (корни) — 30 г. 1 ст. ложку сбора залить 70 мл крутого кипятка, настоять 30 минут, процедить, настоять 3 часа.

Мазь № 2

Чистотел — 2 части, конский щавель — 1 часть, ива (кора) — 1,5 части. 1 ст. ложку сбора нужно залить 100 мл растительного масла, закрыть, взболтать, настоять 14 дней в темном месте.

Мазь № 3

Чистотел — 1,5 части, льнянка — 3 части, грецкий орех (листья) — 2 части, крапива (корень) — 1 часть. 1 ст. ложку сбора залить 75 мл растительного масла, настоять 3 недели.


ЛЕЧЕНИЕ КОЖНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ МЕДОМ

Когда я готовил эту книгу, ко мне в гости пришел друг мой Николай. Он как вошел ко мне в комнату, которую я гордо называю кабинетом, так сразу пробормотал: «Извиняюсь, извиняюсь» — и к экрану моего компьютера взглядом приклеился. Мне, конечно, лестно, что рукопись моей будущей книги такой неподдельный интерес вызывает, но показывать работу, хотя уже и сделанную, я не люблю. И не будь мой гость другом Николаем, погнал бы я такого любопытного читателя. А тут я только вздохнул и пошел заваривать чай из шиповника, земляничных листочков и сухой вишни (любимый сбор Николая). Не прошло и полчаса, как на кухне появился мой гость. Он был доволен и спокоен (еще бы, он ведь удовлетворил свое ненасытное любопытство). С порога Николай радостно сообщил мне то, что я и так уже знал: «Ну что, Александр, книга вроде неплохая вытанцовывается». После чего он сел за стол, подвинул чашку с ароматным напитком, почмокал, отпил глоточек и вдруг спросил: «Александр, а где же мед?» Я вздохнул (мы же договаривались, что Николай будет меньше сахара есть), встал и снял с полки баночку с гречишным медом. Мой гость посмотрел на меня с подозрением и укоризненно пробормотал: «Ты все шутишь, мне же сладкого нельзя, я спрашиваю, где мед в твоей книге». И тут я понял! Вот это да! Я же действительно упустил лечение кожи с помо-

щью продуктов пчеловодства. В такой книге не упомянуть о медолечении просто неприлично. Вот так и появилась эта глава благодаря внимательности моего друга и читателя. Кроме того, я понял, что любопытство не всегда порок. Так что посвящаю эти страницы тебе, друг мой Николай.

Лечение медом кожных заболеваний

Для лечения кожи используются лечебные компрессы с медом, медовые обертывания и укутывания и, конечно же, мази с медом. Причем продукты пчеловодства не только отлично сводят обычные бородавки, но и используются в комплексном лечении таких серьезных кожных болезней, как экзема и псориаз. Например, Лариса и Глеб Погожевы сообщили мне отличный рецепт, который поможет вам снять любое сухое кожное воспаление.

 Возьмите 1/2 л отвара листьев эвкалипта, приготовленного в пропорции 1:10, и растворите в нем 2 ст. ложки меда.

Этот раствор используют для лечебных примочек и ванночек. Что касается псориаза и экземы, то в своей книге я хочу обратиться к опыту двух опытных врачей — М. Голюка и Н. Штаба.

Прежде чем перейти непосредственно к лечебным процедурам с медом, хочу напомнить, что ни в коем случае нельзя класть мед в кипящие жидкости, потому что от этого разрушаются содержащиеся в нем активные биологические вещества и витамины. Из-за перегревания мед лишается своих важнейших составных частей. Итак, следите, чтобы не нагревать его выше 40–45 °С. Если вы хотите снова сделать жидким закристаллизовавшийся мед, то поставьте

посуду с медом на водяную баню, температура которой около 40°C.

Лечение псориаза медом по М. Голюку

Лечение по М. Голюку — один из самых испытанных методов лечения псориаза. Для того чтобы провести лечебный курс, необходимо приготовить две лечебные медовые мази.

Медовая мазь № 1

Свежий яичный белок — 6 г, майский пчелиный мед — 3 г, крем детский — 1 г, вазелин медицинский — 50 г.

Медовая мазь № 2

Яичный белок — 50 г, майский пчелиный мед — 25 г, крем детский — 12 г, порошок травы чистотела — 1,3 г, вазелин медицинский — 50 г.

Лечение псориаза начинайте во время спокойного течения болезни. Излечение от этой чрезвычайно неподатливой болезни, по моим наблюдениям, достигается через 2–3 месяца.

Схема лечения медовыми мазями

Очаги поражения смазывают тонким слоем мази № 1 и тщательно втирают 2 раза в сутки. Через 10 дней после начала втирания и далее 30–40 дней принимают настойку аралии маньчжурской по 30–40 капель 3 раза в день за 30 минут до еды. Через некоторое время после начала лечения чешуйки сходят. Если первая стадия лечения не заканчивается в один цикл приема настойки аралии маньчжурской, то после окончания цикла прием настойки прекращают на 2 недели, после чего цикл повторяют. В большинстве случаев на очищенной и здоровой коже выступает гнойничковая сыпь, возникает зуд. На этой стадии кожу обмывают кипяченой водой и обтирают насухо. Непосредственно за 5–10 минут

перед очередным втиранием мази 2–3 раза в неделю моются с мылом. Постепенно гнойнички исчезают и зуд пропадает. В местах, где были бляшки, кожа становится темно-синей, а затем постепенно приобретает здоровый вид. В это время мазь № 1 заменяют мазью № 2 и втирают в очаги поражения аналогично мази № 1 до окончания лечения, а прием настойки аралии прекращают.

После двухнедельного перерыва начинают принимать экстракт элеутерококка по 1 ч. ложке 3 раза в день за полчаса до еды. Первые 10 дней экстракт принимают по 1/2 дозы. Срок приема — месяц. Если болезнь еще не прошла, цикл спустя 2 недели повторяют.

Лечение экземы прополисом по Н. Штабу

Лечение экземы по Н. Штабу проводится в три этапа. Сначала в течение 10 минут пораженный участок кожи обрабатывается отваром из свежих листьев сливы, затем на место поражения воздействуют 2–3 часа с помощью овощной кашицы, а в конце кожа смазывается прополисной мазью.

1-й этап лечения экземы

Прокипятить 3 минуты 2 стакана свежих листьев сливы, затем мелко нарезать и бросить в стакан кипятка. Прокипятить всю массу еще 3 минуты, помешивая. Настоять несколько часов в эмалированной посуде с плотной крышкой. Процедить через марлевую салфетку в 3–4 слоя, смочить в этом настое, отжать и положить на пораженный экземой участок кожи на 10 минут.

2-й этап лечения экземы

Марлю снять, промыть кожу кипяченой водой, обсушить и положить на больное место мякоть тыквы или тертую морковь на 2–3 часа.

3-й этап лечения экземы

После снятия овощной кашицы кожу необходимо смазать 10-процентной прополисной мазью. Для экземы с сильно выраженным воспалением прополисная мазь берется на жидкой основе (оливковом масле), при сухой экземе — на любой основе.

Как приготовить прополисную мазь

Ну, что такое мед, знают все. Думаю, и про прополис тоже всем известно, что это пчелиный клей, клейкое, смолистое, с приятным запахом зеленовато-коричневого цвета вещество, собираемое и вырабатываемое пчелами.

Прополисом лечат кожные заболевания (экзему, фурункулез, нейродермит), незаживающие раны, трофические язвы, болезни желудочно-кишечного тракта (воспаления кишечника, гастрит, язва желудка, запор). А вот и рецепт прополисной мази, которой вы будете пользоваться при лечении экземы.

Мазь с прополисом

Основой мази может быть ланолин, вазелин или сливочное масло, в зависимости от кожной переносимости. К основе мази примешивается прополис в форме порошка или экстракта. Делается это так: возьмите 100 г вазелина, ланолина, сливочного масла (или другой подобной основы), 40 г раствора прополиса, 5 г пчелиного воска, положите основу для крема вместе с воском в небольшую посудину и нагревайте на водяной бане до точки кипения. Охладите массу при постоянном помешивании до 30 °С и, продолжая размешивать, начинайте добавлять по каплям раствор прополиса. Затем переложите еще мутную мазь в небольшие, плотно закрывающиеся баночки.

Прополисную мазь можно приготовить также на смальце, рыбьем жире и свином сале. Данные ингредиенты особенно рекомендуются для людей, страдающих различного рода аллергиями, а также для маленьких детей.

Очищающий противоцеллюлитный медовый массаж

Массаж, который проводится с помощью меда, укрепляет сосуды, улучшает тургор (упругость) кожи и очищает ее, борется с целлюлитом. Все это происходит за счет того, что медовый массаж резко улучшает кровообращение в глубоких слоях кожи и в верхних слоях мышц. Причем за счет биологически активных веществ, содержащихся в меде, осуществляется питание органов и тканей. Также эти вещества помогают организму более активно избавляться от шлаков. Таким образом, этот массаж является отличным средством для очищения организма. Поскольку область воздействия в медовом массаже невелика, то и очищение организма неполное. Поэтому массаж хорошо проводить одновременно с очищением организма от шлаков медом.

Хочу предупредить, что медовый массаж — это достаточно серьезная нагрузка на сосуды кожного покрова. Поэтому не удивляйтесь, что после первых сеансов у вас ненадолго могут появиться небольшие поверхностные гематомы.

Схема проведения массажа

Медовый массаж проводится через день в течение месяца. Перед самым массажем необходимо на паровой бане чуть-чуть разогреть 5 г (1 ст. ложка) меда,

чтобы он стал жидким. После этого можно приниматься за массаж мест, пораженных целлюлитом.

Сначала необходимо разогреть правое бедро (или ягодицу) с помощью массажных движений. Для этого вам надо как следует помять массажную зону, затем пощипать, а в конце разогревающего массажа слегка похлопать по ней ладонью. После чего можно переходить непосредственно к медовому противоцеллюлитному массажу.

Делать его не так уж и сложно. Вам надо покрыть разогретым медом массажную область, после чего крепко прижать ладонь к телу, как бы приклеить руку к коже, а затем резко оторвать ее от массируемой зоны. Таким образом мед постепенно проникает в более глубокие слои кожи и даже в поверхностные слои мышц. Массажную область массируйте не более 10 минут, после чего приступайте к разогреву левого бедра (левой ягодицы). Опять начните массаж с разогрева, затем проведите медовое воздействие. Еще раз повторю, что рука должна как бы приклеиться к кожному покрову, а потом нужно резко оторвать ее от тела. После массажа необходимо смыть остатки меда, после чего промокнуть кожу бумажной салфеткой и нанести увлажняющий крем.

Очищение организма с помощью меда

Надо сказать, что методик очищения, в которых используется мед, довольно много. Некоторые из них небезынтересны, например, методики, предложенные А. Лихобабиным, Е. Щадиловым, Л. и Г. Погожевными. Я же хочу предложить вам замечательное очищение, которое использовалось еще в Древней Индии. Суть его заключается в нанесении меда на позвоночник.

Схема проведения очищения

Мед наносится только на позвоночник. Затем помощник начинает легко похлопывать по нанесенному меду сверху вниз. Мед начинает активно вытягивать и впитывать шлаки. Вы сами заметите, как быстро цвет меда изменится на серый. После завершения процедуры мед скатывают рукой с тела, формируя при этом шарик. Поскольку мед чрезвычайно биологически активное вещество, то зачастую кожа после этого очищения краснеет. Через два дня очищение можно повторить. Для очищения организма такой массаж можно проводить 2 раза в 3 месяца.

Маточное молочко

Маточное молочко — это гормональный питательный сок, вырабатываемый пчелами-кормилицами для питания матки, постоянно воспроизводящей молодое поколение пчел. Как правило, в медицине применяется исключительно свежее маточное молочко, будь то для внутреннего или наружного употребления, для введения через рот, инъекций или для нанесения на кожу.

Внимание!

Маточное молочко, подвергшееся воздействию света и воздуха более 4 часов, теряет свои полезные свойства.

Маточным молочком лечат сложные кожные заболевания, такие как экзема, фурункулёз, опоясывающий лишай.

Алоэ и маточное молочко

Свежесрезанные листья алоэ (250 г) промыть теплой кипяченой водой, выдержать 12–15 суток в холодильнике (но не в морозильной камере!). Затем листья пе-

ретереть, выжать сок, добавить 100 г жидкого меда, 10 мл настойки прополиса и 100 мл маточного молочка. Смазывать этой смесью пораженные места. Продолжать процедуры регулярно 2–3 раза в день.

Алтей и маточное молочко

1 ст. ложку измельченных корней алтея лекарственно-го залить стаканом теплой кипяченой воды, настоять 2–3 часа, процедить. Добавить 30 мл маточного молочка и хорошо размешать. Смесью можно пользоваться в качестве компрессов на пораженные места.

Барвинок и маточное молочко

1 ст. ложку травы барвинка травянистого залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Добавить 10 мл настойки прополиса и 30 мл маточного молочка. Смесью используется для промывания пораженных экземой мест.

Дурнишник обыкновенный и маточное молочко

1 ст. ложку дурнишника обыкновенного залить стаканом теплой кипяченой воды, настоять 2–3 часа, процедить. Добавить 10 г измельченного экстракта прополиса и 50 мл маточного молочка. Использовать эту смесь теплой для компрессов и промываний.

Глава 6

МОЙ ЛЮБИМЫЙ ЧЕСНОК

Кто внимательно следит за своими книгами, знает, что чеснок, сабельник болотный, золотой ус — мои любимые растения. И эту главу, в которой я расскажу о том, как лечиться от различных кожных заболеваний с помощью чеснока, мне писать не только просто, но и, честно говоря, очень приятно. Ведь я буду сейчас говорить о растении, в котором серосодержащих веществ аж 100 штук! И лечит чеснок не менее чем 100 болезней, в том числе, конечно, и заболевания кожи. Почему? Все дело в том, что если мы принимаем чеснок внутрь, то он способствует нормализации обмена веществ, а это, в свою очередь, сразу отражается и на состоянии кожи. Известно, что одна стодвадцатипятитысячная доля концентрации чесночного сока сдерживает рост стафилококков, тифозных бактерий, дрожжевых грибков. И все — сера! Поэтому-то чеснок — прекрасное средство для лечения поражения кожи грибковыми заболеваниями. Однако чесноку под силу и куда более грозные заболевания. Вот о них мы сейчас и поговорим.



Чеснок и рак кожи

Слышали вы что-нибудь об ейхоене? Это очень важное с медицинской точки зрения соединение, которое было выделено американскими и венесуэльскими

учеными и поначалу держалось в строгой секретности. Опыты показали, что оно может препятствовать образованию тромбов. Но поскольку в этой книге мы говорим о заболеваниях кожи, главным является то, что ейхоен борется с грибковыми заболеваниями и даже с раковыми опухолями. Конечно, это не панацея от рака. Но употребление ейхоена рекомендовано при лечении и для профилактики рака толстой кишки, рака кожи и желудка.

Как готовить чесночный линимент

Линимент — это жидкая мазь, которая хорошо подходит для растираний, припарок и компрессов. Им можно пользоваться при лечении кожных заболеваний и при мышечных растяжениях. Вот как его готовят.

5—7 крупных зубчиков чеснока очищают от шелухи и толкут деревянной толкушкой. Полученную массу перекладывают в стеклянную банку и добавляют в нее 2 стакана яблочного уксуса, а также 1/2 стакана водки.

Перемешав содержимое банки, ее ставят на несколько дней в прохладное место. 2 недели массу перемешивают по 3 раза в день, по истечении этого времени фильтруют, добавляют ложечку эвкалиптового масла и получают отличное лечебное средство. Очень вам рекомендую этот чудесный линимент — это очень эффективный помощник от многих болячек.

Кроме того, чеснок обладает противоопухолевой активностью благодаря входящему в его состав веществу аллицину. Конечно, эти средства не могут быть единственным лекарством, но прекрасно подходят для дополнительной — восстанавливающей — терапии.

Чеснок, калина с медом и прополис при раке кожи

Рецепт этот комплексный. Чеснок в нем присутствует в своем натуральном виде — надо в день съедать по

3 зубчика чеснока, но при этом еще 3 раза в день принимать по 40—50 капель 10-процентного спиртового экстракта прополиса.

Кроме того, пораженные места смачивать смесью из сока калины и меда, которую можно приготовить следующим образом: 200 мл свежеежатого калинового сока довести до кипения, настоять в течение часа и смешать с 200 г подогретого меда.

Чеснок и кожные заболевания

Помогает чеснок и при лечении других серьезных кожных заболеваний, в том числе и грибковых, например, лишая.

Старинный рецепт против лишая

Чтобы лечить стригущий лишай, древние советуют смешать немного накрошенного чеснока с подогретым медом и нанести его на лишай.

Для избавления от лишая существует и более современный рецепт.

Чеснок против лишая

Разрезать дольку чеснока и смазать пораженное место разрезанной частью. Затем втереть смесь березового угля и сока подорожника, приготовленную в пропорции 1:1.

Поддается лечению чесноком и экзема. Так, один мой знакомый долго мучился сухой экземой на пальцах ног и рук. Зуд усиливался по ночам. Знакомый мой уж совсем отчаялся и решил пробовать все, что можно. Встретились мы с ним, поговорили, и я предложил ему сделать чесночные ванны для рук и ног по 2 раза в день.

Чесночный отвар для лечебных ванн

На 10 л воды потребуется 30 растолченных зубчиков чеснока. Их заливают этими 10 л кипящей воды и настаивают под закрытой крышкой 6–8 часов, а потом разбавляют теплой водой. Принимать такие ванны надо не более 5 минут.

Результат от таких ванн был положительный. Экзема не прошла, но беспокоить стала гораздо меньше. А когда он стал прикладывать чесночную кашицу на пораженные места, состояние его еще улучшилось. Сразу предупреждаю: при лечении кожных заболеваний и поражений нежелательно прикладывать спиртовые препараты с чесноком. Лучше пользоваться линиментом, или чесночным маслом, или сырым чесноком. А вот и рецепт чесночного масла, которое можно использовать для чесночных компрессов.

Чесночное масло

2 головки очень свежего чеснока очистить от кожуры, мелко нарезать и растолочь деревянной толкушкой. Сложить полученную массу в стеклянную банку и залить ее оливковым маслом, примерно 1/2 стакана. Тщательно перемешав содержимое, поставьте эту банку на солнышко и держите ее там 10 дней, при этом 2–3 раза в день следует помешивать содержимое банки. По истечении этого времени масло тщательно фильтруют, добавляют каплю очищенного глицерина (очищенный глицерин продается в аптеках), перекладывают в бутылку темного цвета с притертой пробкой и ставят в холодильник. Чесночное масло можно употреблять не более 2 месяцев, а перед приемом его чуть-чуть подогревают до температуры 30–35 °С.

Чесночными компрессами можно лечить и крапивницу. Зуд снимается, да и проходит она быстрее.

Использовали мои пациенты чеснок и при нейродермитах. Заболевание это в лечении сложное. Все, кажется, уже сделал, а нет — через месяц-другой зуд опять возобновляется, да и кожа начинает шелушиться, появляется боль. Я рекомендовал прикладывать чесночный линимент, компрессы делать из чеснока с медом, чеснока с оливковым маслом. Результат меня устраивал, потому что больной чувствовал себя лучше и периоды между кризисами удлинялись. Однако при лечении всех кожных заболеваний необходима поддержка и чесночной терапией. Лечить-то ведь надо причину заболевания. А кожные заболевания — это обычно результат неких расстройств нервной системы, обмена веществ, а значит, печени, поджелудочной железы.

Чеснок с медом

Смешать свеженатертый чеснок и пчелиный мед в соотношении 1:1.

В продолжение нашего разговора о чесночном лечении кожных заболеваний хочу привести еще несколько хороших чесночных рецептов.

Простое средство от бородавок

Натереть немного чеснока, смешать его буквально с каплей меда и положить на бородавку, под бинт или пластырь. Делать до исчезновения бородавок на ночь, но не более 10–15 дней.

Средство против бородавок

Свежий зубчик чеснока надо очень мелко нарезать и приложить к бородавке, кожу вокруг которой предварительно смазать несоленым свиным салом или гусиным жиром. Чеснок закрепить пластырем. Менять пластырь с чесноком следует ежедневно.

Можно также обложить кожу вокруг бородавки кожурой банана (желтой корочкой вниз) и капать на саму бородавку чесночным соком. Менять пластырь и в этом случае следует каждый день. Бородавки исчезают через 7–10 дней.

Как уже было сказано выше, с чесночной терапией кожных заболеваний связана и терапия крапивницы. Зубчик чеснока может снять зуд, он же способствует и заживлению язвочек. Лучше, однако, для лечения крапивницы, как и всех кожных заболеваний, не использовать цельный чеснок. Полезнее в таких случаях будут его отвары, холодные экстракты, сок и линимент — помните, что чеснок может вызывать раздражение кожи.

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 снадобье в течение 16 часов. Ни в коем случае нельзя это делать в металлической посуде! Место, куда вы поставили готовиться 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, затем дайте этой смеси настояться в течение ночи и принимайте как экстракт.

Чесночные компрессы лечат грибковые заболевания, которые вообще очень плохо поддаются лечению. А грибковые поражения приносят много хлопот, тем более что поражаются ими обычно пальцы на ногах, ногти даже, или пальцы на руках. И вид неприятный, и больно. Чесночный компресс можно делать следующим образом.

Чесночный компресс

Взять 5 крупных зубчиков чеснока, хорошенько их измельчить. То же самое проделать с половинкой репчатого лука. Осталось срезать лист алоэ, для компресса лучше всего взять алоэ, у которого много колючек, взять небольшой кусочек пчелиного воска (размером с перепелиное яйцо), все сложить в кастрюльку. Добавить в смесь 1 ст. ложку топленого сливочного масла, поставить на медленный огонь и варить до закипания, выдержать еще минуту, снять с огня и все как следует растолочь и перемешать. Охладить и наложить на больное место в виде компресса.

Рекомендую попробовать чесночную терапию и напоминаю, что при лечении компрессами, примочками и так далее, то есть при наружном применении чесночных препаратов, их воздействие необходимо поддерживать и приемом чесночных препаратов внутрь. Хорош для этого и чесночный отвар, и чесночный настой, и чесночная настойка. Такая интенсивная терапия при кожных заболеваниях обычно дает хорошие результаты через 3–4 дня.

Чесночный отвар

Для приготовления отвара в эмалированную кастрюльку заливают 2 стакана воды и ставят ее на слабый огонь. Как только вода начала закипать, нужно добавить в нее 1 ч. ложку нарезанного чеснока и дать покипеть несколько минут.

Потом отставьте кастрюльку и дайте отвару настояться. Теперь осталось процедить лекарство. Средство это весьма мощное, поэтому принимать чесночный отвар можно только 2–3 раза в день (с интервалом в 4–5 часов). И еще одно напоминание: 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 емкость крышкой и укутываете полотенцем. Настой ваш выстоится, остынет, после чего 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!

Чесночная настойка

В приготовленную пол-литровую бутылку всыпьте одну головку очищенного и не очень мелко нарезанного чеснока, залейте чеснок двумя стаканами самой чистой водки и поставьте настаиваться на 20–25 дней. Бутылку надо раза два в день встряхивать. А когда настойка будет готова, жидкость надо тщательно профильтровать и поставить в прохладное место. Принимают чесночную настойку по 10–15 капель утром и перед сном.

Глава 7

ЛЕЧЕНИЕ НАЧИНАЕМ С ОЧИЩЕНИЯ

Что бы вы ни лечили — экссудативный диатез, зудящие дерматозы у детей, аллергические заболевания кожи, псориаз, трофические язвы и многие другие недуги — начинать исцеление необходимо с общего очищения организма, а потом уже переходить непосредственно к кожной болезни.

Систем очищения, которыми вы можете воспользоваться, — множество, начиная с классических чисток по Уокеру и заканчивая системой Е. Щадилова. Можно воспользоваться и очищением, предложенным Л. и Г. Погожевymi, например, золотым усом. Я затрудняюсь что-либо рекомендовать, могу сказать одно: я сторонник мягкого очищения организма, то есть такого очищения, которое проводится достаточно долгое время с помощью трав, фитованн и массажа. А вот к быстрому, так называемому ударному, очищению, которое подразумевает применение клизм и некоторых других сильнодействующих очистительных мероприятий, я призываю отнестись с осторожностью.

В главе, посвященной очищению, я хочу рассказать о том новом, что с успехом применяется многими как для общего очищения организма, так и для чисток отдельных систем и органов. Речь идет о прекрасном очистительном средстве — ферментных квасах, изобретенных выдающимся украинским ученым Борисом Болотовым. Для создания своих

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

А вот что пишет об очищении ферментными препаратами сам Б. Болотов:

✿ Чтобы избавить организм от шлаков, которые делают соединительные ткани хрупкими и поэтому от малейших ударов появляются кровоизлияния, необходимо на шлаки воздействовать кислотами. В организм необходимо вводить такие кислоты, которые были бы, с одной стороны, безопасны для организма, а с другой стороны, были способны растворять шлаки, превращая их в соли.

Таковыми кислотами оказались вещества, которые образуются в результате опять-таки деятельности микроорганизмов животного происхождения в кислотной среде. Бродильный процесс этих клеток в кислородной среде образует кислоты уксусного направления, или ферменты, среди которых может находиться и обычный уксус CH_3COOH .

Со своей стороны, хочу заверить вас, что ферментный квас — прекрасное средство для очищения организма, поскольку он активно воздействует на обменные процессы. С помощью ферментных квасов создается усиленное промывание организма, которое очищает все его ткани и органы от токсических продуктов и шлаков.

Очищающий квас на чистотеле

Продукты перебродившей в присутствии чистотела сыворотки обладают способностью очищать мочепо-

ловые пути, носоглоточные, ушные и легочные пространства. Если у вас может возникнуть язва желудка — обязательно пейте две недели по полстакана кваса за полчаса до еды, и эпителиальные поверхности желудка будут восстановлены полностью.

Немалое значение имеет и то, что молочные бактерии нейтрализуют ядовитые вещества, которые содержатся в чистотеле. Поэтому квас можно принимать в сравнительно больших дозах, не боясь отравления.

Лечиться можно только качественным квасом, который приготовлен правильно. Вот основные признаки настоящего кваса на чистотеле.

1. Квас должен обязательно пахнуть спелыми яблоками или фруктами.
2. Если бросить в квас щепотку сахара или соли, он должен немного пениться.
3. Не должно быть осадка и плесени на поверхности (допустимо только небольшое кружево).
4. Квас должен немного пьянить.

Как же правильно приготовить квас на чистотеле?

✿ Квас на чистотеле

В чистую 3-литровую банку наливаем по плечики холодной кипяченой или родниковой воды. Растворяем в воде 1 стакан сахара и 1 ч. ложку сметаны.

Сметану лучше брать рыночную, а не пастеризованную из магазина. Растворить ее можно сначала в небольшом количестве воды, например, в 1/3 стакана, а затем вылить в 3-литровую банку. 1/2 стакана травы чистотела (все равно, сухой или свежей, но обязательно чистой, без следов плесени) поместить в марлевый мешочек и утопить на дне банки при помощи грузила или

прута из нержавеющей стали. Горлышко банки завязать марлей в три слоя.

Квас настаивается 2 недели в темноте при комнатной температуре. Внимательно следите за ним! Необходимо удалять образующуюся на поверхности плесень и процеживать, если появился осадок. Через 2 недели из банки отливаем 1 л готового кваса в литровую стеклянную банку с крышкой. Это порция для приема примерно на 3 дня. В 3-литровую банку доливаем 1 л воды и добавляем 1/3 стакана сахара. Через 3 дня квас опять будет готов. Так можно продолжать (не меняя травы) до 2 месяцев, добавляя только воду и сахар.

Начинать прием кваса на чистотеле нужно с малых доз, по 1 ст. ложке 3 раза в день за 30–40 минут до еды. Больным с язвенным колитом нужно быть особенно осторожным. Если неприятных ощущений нет, то постепенно нужно увеличить дозу до 1/2 стакана. Квас принимается в течение 2 недель.

Внимание!

Квас противопоказан при остром лейкозе.


Полагаю, что квас из чистотела — лидер по популярности среди очищающих средств. Эта известность вполне заслуженна: я считаю, что квас на чистотеле — одно из лучших универсальных средств народной медицины.

Даже здоровый человек не может принимать квас на чистотеле бесконечно. Основной курс лечения квасом составляет 2 недели, а затем еще месяц — для закрепления. После этого нужно сделать месячный перерыв и перейти к приему других болотовских квасов. Например, можно приготовить квас на моем любимом растении — сабельнике.

Очищающий квас на сабельнике

Очищающий квас Болотова нужно пить перед едой за 10–20 минут по 1/2 стакана 2 раза в день (утром и вечером) в течение месяца. Затем делается месячный перерыв, и лечение квасом возобновляется. Каждый раз выпитое количество кваса восполняется соответствующим количеством сыворотки или воды и сахара. На другой день квас опять можно пить.

В лечебный квас для улучшения вкуса можно добавлять в небольших количествах ароматические растения: тмин, хмель, укроп, листья черной смородины, перец, кориандр, сосновую хвою. Много класть не надо, на 3 л вполне хватит 2 ч. ложек смеси нескольких ароматических растений.

 Лечебный квас готовится на основе свежей молочной сыворотки (понадобится 3 л сыворотки) и стакана измельченных корневищ сабельника. Траву мы помещаем в марлевый мешочек и с помощью грузика (камушка) погружаем ее на дно банки. В полученную молочную сыворотку можно добавить 1 ч. ложку сметаны и 1 стакан сахарного песка. Квас будет готов через 2 недели, хранить его надо в теплом темном месте. Банку закройте тремя слоями марли.

Пьют лечебный квас до значительного улучшения самочувствия. Однако после этого рекомендуется перейти на квас Болотова «Здоровье». По крайней мере, сам создатель ферментного кваса употребляет его уже много лет без всяких перерывов, считая, что это одно из слагаемых его здоровья.

Квас Болотова «Здоровье»

Для приготовления общеукрепляющего кваса налить в банку 3 л воды, положить 30–40 разрезанных попо-

лам плодов каштана (не обязательно очищенных от кожуры), стакан сахарного песка и добавить 1/2 стакана молочной сыворотки или 1 ч. ложку сметаны. Банку 2 недели держат в теплом помещении (25–35 °C), затем отливают из нее 2–3 стакана кваса и сразу же доливают в нее столько же воды и кладут 1–2 ст. ложки сахарного песка. На другой день квас можно пить.

Этот напиток пьют по стакану за 20–30 минут до завтрака. Ежедневная порция кваса Болотова «Здоровье» поможет вам не только очистить организм, но и сделать его невосприимчивым ко многим заболеваниям. Ведь употребление стакана этого чудодейственного напитка до завтрака усиливает эндокринную систему, увеличивает в организме количество кальция, меди и йода. Понятно, что плодов каштана в количествах, пригодных для круглогодичного приготовления кваса, найти в районах северных широт не так просто. Поэтому можно готовить общеукрепляющий квас, как это советует Борис Болотов, из кожуры бананов или апельсиновых корок.

Для этого вам понадобится 3 л воды и 2–3 стакана мелко порезанных банановых шкурок или апельсиновых корок. Кроме того, в воду необходимо добавить 1 ч. ложку сметаны и такое же количество сахарного песка. Квас будет готов через 2 недели, хранить его надо в теплом темном месте. Банку закройте тремя слоями марли. Надо отметить, что квас из банановых шкурок является отличным средством от онкологических заболеваний.

Не забудьте дополнить банку с квасом водой и соответствующим количеством сахара. На другой день квас опять становится пригодным для употребления.

Очищающий квас из золотого уса

Я уже достаточно подробно говорил об уникальных лечебных возможностях золотого уса. Сейчас я хочу привести рецепт приготовления очищающего кваса на основе золотого уса.

Квас из золотого уса

Для приготовления лечебного кваса из золотого уса необходимо взять стакан измельченного растительного сырья (в этом случае 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 в погребе. Полученный напиток следует пить за 10–20 минут перед едой по 1/2 стакана 1–2 раза в день в течение месяца, затем сделать перерыв на месяц и продолжить прием. После того как днем вы используете некоторое количество кваса, вечером добавьте в нее равное количество воды и сахар из расчета 1 ч. ложка на стакан воды. На следующий день напиток снова будет готов к употреблению.

Такой квас можно принимать не только в качестве профилактического средства, но и для лечения различных заболеваний.

Лечебные ферментные квасы по Погожевым

На страницах этой книги я уже упоминал, что большинство кожных болезней вторичны, а главной болезнью чаще всего являются болезни желудочно-кишечного тракта, печени, почек, желчно-каменная болезнь, хронический тонзиллит. Причем прежде всего необходимо немедленно очистить весь организм, потом начинать лечение больного органа и непосредственно самой кожной болезни. Вот сейчас я хочу поговорить о таких ферментных квасах, которые не только очищают организм, но и исцеляют его от конкретных заболеваний.

Как я уже не раз говорил в своих книгах, впервые я узнал о болотовских квасах от моих друзей — известных псковских целителей и последователей Б. В. Болотова — Ларисы и Глеба Погожевых. В своих книгах они популярно объясняют секрет болотовских квасов. Известно, что болезнетворные организмы не выносят кислой среды. Если обеспечивать в организме окисление, то можно добиться полной невосприимчивости к инфекционным заболеваниям. Кроме того, кислоты избавляют организм от шлаков, преобразуя их в соли. Эти кислоты, столь необходимые нашему организму, содержатся в квасах Болотова¹. Видите, как все просто? Надо сказать, что книги Б. В. Болотова не предназначены для любителей легкого чтения. От читателей требуется подчас определенное напряжение, чтобы постичь суть болотовских идей. А вот Лариса и Глеб Погожевы, на

¹ Подробнее о системе оздоровления по Б. В. Болотову вы можете узнать из книг Л. и Г. Погожевых «Питание по Болотову», «Очищение по Болотову», «Лечение по Болотову», «Здоровье по Болотову» (изд-во «Питер»).

мой взгляд, прекрасные популяризаторы болотовского учения, их книги написаны понятным языком, в них минимум теории и максимум практических рекомендаций.

Я хотел бы чуть подробнее рассказать вам о лечебном применении ферментного кваса. По этому поводу Л. и Г. Погожевы написали книгу «Лечение по Болотову». В ней Лариса и Глеб отвечают на вопрос о том, какое лечебное растение вам необходимо выбрать в качестве ферментной основы ферментного кваса. Обычно в качестве таких добавок используется какое-то одно растение, которое наиболее часто рекомендуется для лечения конкретного заболевания. Это может быть зверобой, тысячелистник, адонис, крушина и т. д.

При различных острых и хронических заболеваниях можно готовить лечебный ферментный квас на сборах, содержащих плоды рябины, шиповника, боярышника, черной смородины и листья крапивы. При простудных и инфекционных заболеваниях, атеросклерозе, пороках сердца, заболеваниях печени и желчевыводящих путей, при воспалении мочевого пузыря, хроническом тонзиллите, ревматизме вам больше подойдут в качестве действующего начала для ферментного кваса плоды черной смородины.

Шиповник обладает желчегонным, противоспалительным, мочегонным и улучшающим обмен веществ свойствами. Он способствует выведению холестерина и улучшению состояния сосудов.

Ферментный квас, настоянный на листьях и плодах земляники, можно использовать при желтухе, дизентерии, колитах, туберкулезе, повышенном кровяном давлении, желчно-каменной и почечно-каменной болезнях, гастритах, малокровии, заболе-

ваниях селезенки. При любом заболевании можно пользоваться квасом из плодов каштана, разработанным академиком Болотовым. Этот квас укрепляет иммунную систему организма.

Ферментный квас из плодов каштана

В 3 л воды положите 30–40 разрезанных пополам плодов каштанов, стакан сахара, 1/2 стакана молочной сыворотки или 1 ч. ложку сметаны. Квас 2 недели держат в теплом помещении при температуре 25–35 °С. Как только вы отлили некоторое количество кваса, то сразу же в эту банку добавьте столько же воды и 1–2 ст. ложки сахара. На другой день квас можно пить.

Лариса и Глеб разработали свою рецептуру универсального лечебного ферментного кваса. Его преимущество заключается в том, что составные части ферментного кваса по Погожевым достать в средней полосе России куда легче, чем плоды каштана.

Лечебный ферментный квас

5 ст. ложек сосновых иголок, по 1 ст. ложке шиповника и луковой шелухи положить в 1 л воды и довести до кипения. Смесь держат на огне 5 минут, после чего добавляют еще 2 л воды, стакан сахара, 1/2 л молочной сыворотки или 1 ч. ложку сметаны. Квас выдерживают в теплом помещении 3 дня.

Кроме того, Лариса и Глеб настоятельно рекомендуют несколько растений, действие которых направлено на повышение защитных сил организма и поэтому подходящих для лечебных ферментных квасов при любых заболеваниях. К таким универсальным лечебным средствам относятся плоды рябины обыкновенной и шиповника, ягоды земляники и черной смородины.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В конце книги я хотел бы дать вам очень важный и очень простой совет: лечение следует начинать тогда, когда вы еще не заболели. Вы скажете — абсурд, и будете не правы. Называется это профилактикой, и вот тут-то ваши домашние растения окажут вам неоценимую помощь. Во-первых, они ограждают вас от многих болезней и негативных факторов только своим присутствием. Во-вторых, многие из них являются великолепными средствами, повышающими иммунитет и сопротивляемость организма.

В связи с этим, дорогие и любимые мои читатели, расставаясь с вами, хочу пожелать вам, чтобы вы посвящали свое время не лечению, а положительным эмоциям, которые сами по себе являются отличной профилактикой любых заболеваний!

Как и прежде, я с нетерпением жду ваших писем с вопросами, пожеланиями, рецептами. Желательно указывать в письмах, можно ли при цитировании писем в книге давать ваш домашний адрес, с тем чтобы вы могли вести непосредственную переписку не только со мной, но и с огромной аудиторией моих читателей.

Ваши отзывы о моих книгах, пожелания, вопросы, интересные рецепты я жду с огромным нетерпением. Пишите по адресу: 194021, Санкт-Петербург, а/я 11, Александру Кородецкому.

КНИГА-ПОЧТОЙ



**ЗАКАЗАТЬ КНИГИ
ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА «ПИТЕР»
МОЖНО ЛЮБЫМ УДОБНЫМ ДЛЯ ВАС СПОСОБОМ:**

- по телефону: (812) 703-73-74;
- по электронному адресу: postbook@piter.com;
- на нашем сервере: www.piter.com;
- по почте: 197198, Санкт-Петербург, а/я 619, ЗАО «Питер Пост».

**ВЫ МОЖЕТЕ ВЫБРАТЬ ОДИН ИЗ ДВУХ СПОСОБОВ
ДОСТАВКИ И ОПЛАТЫ ИЗДАНИЙ:**

- ☞ Наложенным платежом с оплатой заказа при получении посылки на ближайшем почтовом отделении. Цены на издания приведены ориентировочно и включают в себя стоимость пересылки по почте (но без учета авиатарифа). Книги будут высланы нашей службой «Книга-почтой» в течение двух недель после получения заказа или выхода книги из печати.
- ☞ Оплата наличными при курьерской доставке (для жителей Москвы и Санкт-Петербурга). Курьер доставит заказ по указанному адресу в удобное для вас время в течение трех дней.

ПРИ ОФОРМЛЕНИИ ЗАКАЗА УКАЖИТЕ:

- фамилию, имя, отчество, телефон, факс, e-mail;
- почтовый индекс, регион, район, населенный пункт, улицу, дом, корпус, квартиру;
- название книги, автора, код, количество заказываемых экземпляров.

Вы можете заказать бесплатный журнал «Клуб Профессионал»

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ
ПИТЕР
WWW.PITER.COM

(общие сведения), другие книги.
С 12 - народный медицинский словарь
по общим и частным вопросам, в т.ч.
и по и др. С 13 - зебрина.
С 22 - стевин. С 25 - алоэ, С 26 - как
слабительное, С 27 - срок и алоэ как
катализатор биохимических процессов.
С 28 - энциклопедия на тему алоэ.
С 29 - индийский лук и его свойства,
С 32 - шифрование настоек из индий-
ского лука от укусов (бешенства),
укусов комаров и др. С 34 - очень
важные советы по траволечению
и лечению вообще. С 36 - лечение
неориза. С 40 - лечение энзимы.
С 46 - исторические восточные,
о лечении восточными.
С 47 - лечение фурункулов, энзимы
неориза. С 49 - лечение кожи болез-
ней по Кнейху; водные обертывания.
С 51 - лечение травяными ван-
нами, предостережения к ним.
С 56 - о жистоте; С 57 - жистоте
и болезнях кожи: С 58 - бадяга и
пшеница; С 59 - жистота. С 61 - серфа-
гоза (обычно после скарлатины);
С 63 - ахтиоз; С 64 - неориз и лимфат;
С 66 - хлорид натрия.



Здоровая и красивая кожа — индикатор вашего здоровья!

Причина кожных заболеваний кроется в нарушении работы всего организма. Эффективно устранить ее, не нарушив при этом существующий здоровый баланс, можно только безопасными средствами народной медицины. В новой книге известного целителя и фитоэнергетика Александра Кородецкого — более 100 рецептов, с помощью которых вы не только избавитесь от различных кожных заболеваний, но и улучшите состояние своей кожи, продлите ее молодость.

Зеленая аптека Кородецкого — залог вашего здоровья и красоты.



ПИТЕР

Заказ книг:

197198, Санкт-Петербург, а/я 619
тел.: (812) 703-73-74, postbook@piter.com

61093, Харьков-93, а/я 9130
тел.: (057) 712-27-05, piter@kharkov.piter.com

www.piter.com — вся информация о книгах и веб-магазин

