



Здоровый Образ Жизни

и долголетие

ЛЕЧЕНИЕ КАПУСТОЙ

**профилактика
болезней сердца,
сосудов, суставов**



рипол классик

Annotation

Капуста растет на большинстве дачных участков. Ее часто используют для приготовления низкокалорийных салатов и вторых блюд. Однако мало кто знает, что различные виды капусты являются эффективным натуральным лекарством от болезней сердца, суставов и нервной системы, а также профилактикой онкологических заболеваний. На страницах этой книги вы найдете информацию о том, какими целебными свойствами обладает данный овощ, а также о том, как готовить лекарства из него и применять их.

- [Ирина Зайцева](#)
 - [Введение](#)
-
-

Ирина Зайцева

**Лечение капустой Профилактика болезней
сердца, сосудов, суставов**

Издание не содержит в себе информацию, причиняющую вред здоровью и (или) развитию детей, и информацию, запрещенную для распространения среди детей. В соответствии с пунктом 4 статьи 11 Федерального закона от 29.12.2010 г. N 436-ФЗ знак информационной продукции не ставится.

Введение

Капуста – это не только вкусный и полезный овощ, содержащий множество витаминов, но и превосходное лекарственное средство, помогающее справиться с болезнями суставов и сердечнососудистой системы, а также являющееся эффективной профилактикой онкологических и других серьезных патологий.

Еще античные врачи использовали различные ее виды для улучшения работы кишечника при нарушениях его эвакуаторной функции. Недоваренная капуста применялась как слабительное средство, а переваренная – как закрепляющее. Это очень важно, поскольку неполадки в работе кишечника негативно сказываются на состоянии всего организма, а хронические запоры могут привести к раку толстой кишки.

В результате нарушения пищеварения питательные вещества, необходимые организму для нормальной работы, всасываются в недостаточном количестве. От этого страдают сердце, сосуды, суставы, печень и другие органы.

Сложно представить, чтобы у человека было здоровое сердце, если он страдает бессонницей и другими нервными расстройствами. С давних времен было известно, что капуста улучшает состояние нервной системы и помогает бороться со стрессом.

В Древнем Египте вареная белокочанная капуста считалась самым эффективным средством для улучшения пищеварения, а в Древней Греции с ее помощью лечили болезни желчного пузыря, а также прикладывали кашицу из овоща к ранам и гнойникам. Капустой и выжатым из нее соком поддерживали ослабленный иммунитет у детей.

Римский государственный деятель и писатель Марк Порций Катон считал, что лечебные свойства капусты сочетаются «в пропорции, которая способствует здоровью». Он также полагал, что именно благодаря ее регулярному употреблению римляне на протяжении нескольких столетий были здоровы без лекарств.

В Риме капустой лечили заболевания печени, суставов, незаживающие язвы и даже нарушения слуха. Считалось, что тот, кто регулярно ест капусту, имеет крепкое здоровье и хороший иммунитет, а врачи использовали различные части этого овоща для приготовления снадобий.

У Авиценны в «Каноне врачебной науки» также есть немало информации о капусте. Этот известный врач рекомендовал употреблять ее

при болезнях кишечника и для улучшения лактации у кормящих матерей. Капустный сок он советовал пить при тяжести в голове, болях в горле и охриплости.

Во времена Киевской Руси этот овощ активно использовали при язвенной болезни желудка и сердечно-сосудистых патологиях. Упоминания об этом имеются в «Изборнике» Святослава. Также считалось, что капуста ускоряет процесс заживления ран, помогает при геморрое, экземе, заболеваниях селезенки и дыхательной системы, оказывает укрепляющее воздействие на зубы и десны. Кроме того, наши предки были уверены, что капустный сок избавляет от головных болей, ускоряет процесс выздоровления при ангине и укрепляет иммунитет.

Вышеизложенная информация не устарела. Современная медицина признает лечебное воздействие различных видов капусты на организм человека. Многочисленные исследования показали, что в этом овоще содержится огромное количество полезных веществ, без которых невозможна нормальная работа организма.

Лечебные свойства капусты

Капуста – богатейший источник антиоксидантов, которые защищают организм от преждевременного старения и онкологических заболеваний. Этот овощ содержит витамин С и много растительной клетчатки. Сырая и недоваренная белокочанная капуста улучшает работу кишечника, препятствует запорам и зашлакованности организма. Сок свежей и квашенной капусты рекомендуется пить при гастрите с пониженной кислотностью. Но хранить его следует в холодильнике и не более 1 суток.

Народная медицина рекомендует применять кашлицу из капусты для лечения плохо заживающих ран и ожогов. В косметологии она используется для уменьшения сухости кожи и осветления пигментных пятен. Сок капусты помогает при язвенной болезни двенадцатиперстной кишки. Единственным недостатком такого лечения является повышенное газообразование, которое связано с активным разложением вредных веществ, скопившихся на стенках кишечника. Следует отметить, что последнее относится не ко всем видам капусты. Многие сорта не вызывают дискомфорта в кишечнике. Для ускорения процесса освобождения от шлаков лечение капустой нужно сочетать с очистительными клизмами, выполняя их ежедневно.

Бело– и краснокочанная капуста

Если на вашей даче растут эти два вида капусты, то можете считать, что вы обеспечены витаминами. В 150 г свежей капусты содержится около 95% суточной нормы витамина С, а также много витамина К.

В состав бело– и краснокочанной капусты входят такие вещества, как селен, магний и калий. Последний очень важен для нормальной работы сердца. Клетчатка капусты улучшает моторику кишечника, что особенно важно для людей, страдающих хроническими запорами и имеющих избыточный вес. Для наилучшего эффекта салат из свежих листьев рекомендуется употреблять ежедневно.

Содержащиеся в капусте фенол, биофлавоноиды, индол и хлорофилл снижают пагубное воздействие на организм свободных радикалов, предотвращая старение и развитие раковых заболеваний. А отваренные в молоке теплые листья капусты помогают справиться с суставными болями при артритах, полиартритах и подагре.

...

Красно– и белокочанная капуста обладает приятным сладковатым вкусом. Ее можно подавать в качестве салата или гарнира к мясу и рыбе, а также употреблять как самостоятельное блюдо. Для сохранения цвета при термической обработке следует добавить небольшое количество столового уксуса или свежееотжатого сока лимона.

Сок белокочанной капусты способствует очищению организма и избавлению от лишних килограммов. В сочетании с морковным соком он является богатым источником витамина С. Такой коктейль поможет вывести из организма шлаки и токсины, а также улучшит состояние десен.

Народная медицина рекомендует капустный сок для лечения опухолей различной этиологии, а также при угревой сыпи и других проблемах с кожей. Последние часто являются причиной нарушений работы кишечника, а сок красно– и белокочанной капусты помогает устранить их.

Особенно полезна квашеная белокочанная капуста. Она является

единственным растительным продуктом, который содержит витамин В12. Однако основным секретом ее полезного действия являются молочнокислые бактерии, которые образуются при добавлении соли. Брожение начинается через 6 часов, а чем дольше квасится капуста, тем более насыщенным вкусом она обладает.

...

Не следует добавлять соль в овощные соки, поскольку при этом теряется большая часть их полезных веществ. Кроме того, она оказывает дополнительную нагрузку на почки, которые и так активно выводят вредные вещества в процессе очищения организма.

Молочнокислые бактерии очень важны для кишечника, так как они являются активными участниками процесса пищеварения, восстанавливают его микрофлору и повышают защитные силы организма, помогая ему бороться с инфекциями.

Цветная капуста

Цветная капуста по праву считается одним из самых полезных овощей. Она не вызывает аллергических реакций, поэтому ее могут употреблять даже маленькие дети и люди с различными заболеваниями. Нежная клетчатка этого овоща легко усваивается организмом, не вызывая газообразования и улучшая эвакуаторную функцию кишечника.

Данный вид капусты очень полезен для пищеварения, так как содержит множество полезных веществ. В здоровом желудочно-кишечном тракте она оказывает положительное воздействие на процесс образования кислот и ферментов, а при наличии заболеваний укрепляет эпителий желудка и двенадцатиперстной кишки, а также ускоряет обмен веществ и способствует заживлению ран в слизистой оболочке.

Цветная капуста является рекордсменом по содержанию белка, который является строительным материалом для организма. Она богата аминокислотами (триптофан, аргинин, лизин и др.), поэтому ее белок считается полноценным. А по содержанию таких веществ, как цистин и метионин, цветная капуста не уступает рыбе и мясу. Этот вкусный овощ богат витаминами А, С (в 2 раза больше чем в цитрусовых), К и группы В. Первые два являются мощными антиоксидантами, укрепляющими защитные силы организма и защищающими его от онкологических заболеваний, а витамины группы В оказывают положительное влияние на нервную систему.

Минеральные соли кальция, фосфора, магния, железа и калия в цветной капусте являются легкоусвояемыми. Содержатся в ней также пектины, лимонная и яблочная кислоты. Особое значение имеет тартроновая кислота, которая предотвращает превращение сахаров в жир. Последнее позволяет использовать цветную капусту в качестве одного из основных компонентов диетического питания.

Витаминно-минеральный комплекс цветной капусты оказывает благоприятное воздействие на процессы кроветворения и обмена веществ, укрепляет сосуды и улучшает состояние сердца. Ее можно есть и при сахарном диабете, так как преобладающим среди сахаров в этом овоще является глюкоза. Регулярное употребление цветной капусты является эффективной профилактикой атеросклероза, так как она выводит холестерин и укрепляет сосуды.

Брюссельская капуста

Она содержит большое количество витамина С, а также витамины К, Е, бета-каротин и фолиевую кислоту. В сочетании с соком моркови и стручковой фасоли ее сок положительно влияет на работу поджелудочной железы. Кроме того, такой «коктейль» очень полезен при диабете. Для достижения оздоровительного эффекта из питания необходимо исключить сахара и концентрированные крахмалы, а также провести очищение кишечника с помощью клизм.

Брюссельская капуста полезна как для женщин, так и для мужчин, поскольку она защищает организм от рака груди, прямой кишки и простаты, снижает уровень вредного холестерина и тем самым снижает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний.

...

Время приготовления брюссельской капусты не должно превышать 10 минут, так как при длительной термической обработке она теряет большую часть витамина С.

Этот вид капусты – богатый источник балластных веществ, помогающих работе кишечника. Всего 5–6 кочанчиков содержат такое же их количество, как 50 г цельнозернового хлеба.

Брокколи

В народной медицине и диетологии брокколи высоко ценится благодаря высокому содержанию витаминов А и С. Кроме того, она богата белком и железом, которые необходимы для процесса кроветворения.

В состав брокколи входит множество полезных веществ, среди которых калий, магний, железо, фосфор и др. При этом все микроэлементы находятся в оптимальном соотношении. Регулярное употребление брокколи защищает организм от инфекционных и онкологических заболеваний, а также является хорошей профилактикой диабета. В ней содержится очень мощный антиоксидант глутатион, обладающий противоопухолевым свойством.

Брокколи является натуральным лекарством, которое защищает организм от множества видов онкологических заболеваний (рак груди, легких, прямой кишки, печени, почек, кишечника и матки). Этот вид капусты особенно полезен при раке груди и матки, так как выводит из организма избыток эстрогена.

Благодаря присутствию витамина С, некоторых аминокислот и серы брокколи является мощным детоксикантом, удаляет вредные вещества и свободные радикалы, очищая кровь и помогая справиться с такими проблемами, как подагра, артрит, ревматизм и др.

Содержащиеся в этом овоще клетчатка, бета-каротин, омега-3-жирные кислоты и витамины способствуют выведению вредного холестерина и поддерживают работу сердечнососудистой системы. Входящий в состав брокколи хром поддерживает выработку инсулина и регулирует уровень сахара в крови, нормализуя кровяное давление.

Благодаря высокому содержанию кальция и таким веществам, как магний, фосфор и цинк, брокколи – это незаменимый продукт для детей, беременных женщин и людей преклонного возраста, чьи кости подвержены остеопорозу и другим опасным болезням.

Целебное воздействие брокколи многократно усиливается при употреблении ее в сочетании с небольшим количеством сыра. Питательные вещества этого овоща усваиваются организмом значительно лучше при взаимодействии с молочными жирами и витамином D.

При покупке капусты следует обращать внимание на ее цвет – он должен быть ярко-зеленым (иногда с голубоватым оттенком).

Савойская капуста

Савойская капуста содержит витамин С, железо, белок, бета-каротин, кальций и др. Входящий в ее состав марганец поддерживает работу печени и способствует очищению организма от токсинов. Витамин В6 оказывает расслабляющее воздействие и успокаивает нервную систему, поэтому савойскую капусту рекомендуется употреблять на ночь при тревожных состояниях и бессоннице.

Кроме того, в ней содержатся фосфор и кальций, защищающий кости, а также много калия, необходимого для нормальной работы сердечной мышцы. А по содержанию витамина С этот овощ может конкурировать даже с цитрусовыми.

Кольраби

Кольраби встречается в продаже достаточно редко. В то же время этот необычный овощ обладает рядом полезных свойств, способствующих укреплению здоровья. Кольраби представляет собой крупную кочерыжку и имеет пикантный вкус. В кулинарии она основном используется в сыром виде для приготовления салатов, но можно также добавлять ее в овощные рагу и вегетарианские супы. В состав кольраби входит селен, поддерживающий иммунную систему. Она богата белком, минеральными солями, витаминами, а также содержит клетку и ферменты. Большое количество кальция делает ее незаменимым продуктом для построения костей, а калий поддерживает нормальное состояние сердечной мышцы. Этот вид капусты особенно полезен при ожирении, так как отличается сравнительно небольшой калорийностью. Кроме того, кольраби – отличное мочегонное и очищающее средство. Она усиливает моторику кишечника и выводит из организма шлаки, токсины и лишний холестерин.

При покупке кольраби обращайте внимание на листья: они должны быть зелеными и свежими.

Листовая капуста

Листовая, или кудрявая, капуста в России возделывается не так давно, поскольку она долгое время считалась кормовой. Некоторые ее сорта используются в декоративных целях для оформления сада. В листовой капусте содержатся необходимые для организма витамины и минеральные вещества, что позволяет употреблять ее в пищу и использовать как средство для укрепления иммунитета. Этот овощ содержит много витаминов С и К, которые укрепляют стенки сосудов, потому он является отличным помощником в укреплении здоровья.

При термической обработке большинство полезных свойств листовой капусты теряется, в связи с этим ее можно готовить только в пароварке не более 9 минут.

Китайская капуста

Этот овощ не обладает характерным капустным вкусом, однако не уступает остальным видам по содержанию полезных веществ. Китайская капуста легко переваривается, не способствует повышенному газообразованию и содержит минимум калорий, что позволяет использовать ее в диетическом питании.

Ее можно тушить или готовить на пару (тепловая обработка должна быть минимальной), но лучше употреблять в сыром, маринованном или квашеном виде.

Народная медицина рекомендует употреблять китайскую капусту для профилактики и лечения язвы желудка. Кроме того, она считается источником долголетия, поскольку содержит аминокислоту лизин, которая растворяет чужеродный белок, очищает кровь и повышает иммунитет. Многие связывают высокую продолжительность жизни в Китае и Японии именно с употреблением этого вида капусты.

По содержанию минеральных солей и витаминов китайская капуста превосходит даже белокочанную, но витамина С в ней меньше.

Ее добавляют в кимчи – национальное корейское блюдо, ассорти из мелко нарубленных овощей с чесноком, перцем и имбирем. В процессе брожения в листьях накапливается природный антибиотик, очищающий желудок от патогенных бактерий.

Острый вкус и характерный запах блюд с китайской капустой обусловлен тем, что в ней содержатся горчичные масла и сера. Для уменьшения их интенсивности в процессе приготовления нужно несколько раз приоткрывать крышку.

Лечение болезней сердца, сосудов, суставов: народные рецепты

Сердце и сосуды

Средство из белокочанной капусты, грецких орехов и меда

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 100 г

Ядра грецких орехов – 50 г

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Капусту мелко нарубить, соединить с толчеными орехами, медом и перемешать. Принимать по 20 г 3–4 раза в день в течение 1 месяца.

Средство из белокочанной капусты и баклажана

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 120 г

Баклажан – 80 г

Способ приготовления и применения

Баклажан нарезать небольшими кусочками и готовить на пару в течение 10 минут, затем размять, соединить с мелко нарубленной капустой и перемешать. Принимать по 30–40 г 2–3 раза в день в течение 2 недель.

Средство из белокочанной капусты, лимона и грецких орехов

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 100 г

Лимон – 20 г

Ядра грецких орехов – 30 г

Способ приготовления и применения

Капусту шинковать, добавить хорошо истолченные ядра грецких орехов, выжатый из лимонов сок и тщательно перемешать. Принимать по 100–120 г в день в течение 1 месяца.

Средство из белокочанной капусты, авокадо и меда

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 120 г

Авокадо – 100 г

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Капусту мелко нашинковать, авокадо очистить и нарезать небольшими кубиками. Подготовленные ингредиенты соединить с медом и перемешать. Принимать по 100 г 2 раза в день за 40 минут до еды.

Средство из белокочанной капусты и льняного масла

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 150 г

Масло льняное – 30 мл

Способ приготовления и применения

Капусту мелко нашинковать, соединить с льняным маслом и перемешать. Принимать по 50 г 3 раза в день в течение 1 недели.

Средство из белокочанной капусты и изюма

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 120 г

Изюм (без косточек) – 50 г

Способ приготовления и применения

Изюм залить небольшим количеством кипятка и оставить на 15 минут, а затем откинуть на дуршлаг. Капусту нашинковать и соединить с изюмом. Принимать по 50–100 г утром в течение 1–2 недель.

Средство из белокочанной капусты и апельсинового сока

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 120 г

Сок апельсиновый – 40 мл

Способ приготовления и применения

Капусту измельчить, полить свежееотжатым лимонным соком и перемешать. Принимать по 50–100 г 1–2 раза в день в течение 2–4 недель.

Средство из краснокочанной капусты и огурца

Ингредиенты

Капуста краснокочанная – 120 г

Огурец – 100 г

Способ приготовления и применения

Огурец очистить, нарезать небольшими кусочками и выжать сок. Полить им мелко нарубленную капусту и перемешать. Принимать по 100–120 г в день в течение 1–2 месяцев.

Средство из листовой капусты и клубники

Ингредиенты

Капуста листовая – 80 г

Клубника – 50 г

Корица – 2 г

Способ приготовления и применения

Капусту измельчить. Клубнику промыть и протереть сквозь сито. Подготовленные ингредиенты соединить, добавить корицу и тщательно перемешать. Принимать по 50 г 2–3 раза в день в течение 1 месяца.

Средство из листовой капусты и миндального ореха

Ингредиенты

Капуста листовая – 100 г

Миндаль – 50 г

Способ приготовления и применения

Капусту измельчить и протереть сквозь сито. Ядра миндаля истолочь. Подготовленные ингредиенты соединить и перемешать. Принимать по 50 г 2 раза в день в течение 2 недель.

Средство из листовой капусты, тыквы и моркови

Ингредиенты

Капуста листовая – 100 г

Тыква – 60 г

Морковь – 60 г

Сок лимонный – 20 мл

Способ приготовления и применения

Тыкву сварить и размять. Капусту нашинковать. Морковь очистить и натереть на крупной терке. Подготовленные ингредиенты соединить, добавить лимонный сок и перемешать. Принимать по 50–100 г ежедневно в течение 1 месяца.

Средство из брокколи и льняного семени

Ингредиенты

Брокколи – 100 г

Семя льняное – 50 г

Способ приготовления и применения

Брокколи промыть и протереть сквозь сито. Льняное семя размолоть в кофемолке. Подготовленные ингредиенты соединить и перемешать. Принимать по 50–80 г 2 раза в день в течение 1 месяца.

Средство из брокколи и картофеля

Ингредиенты

Брокколи – 120 г

Картофель – 100 г

Способ приготовления и применения Картофель натереть на терке и выжать сок. Брокколи сварить, размять, соединить с соком и хорошо перемешать. Принимать по 30–40 г 3 раза в день в течение 1–1,5 месяца.

Средство из брокколи, яблока и корицы

Ингредиенты

Брокколи – 100 г

Яблоко – 100 г

Корица – 3 г

Способ приготовления и применения

Брокколи протереть сквозь сито. Яблоко очистить и натереть на мелкой терке. Подготовленные ингредиенты соединить, добавить корицу и перемешать. Принимать по 50 г 2 раза в день в течение 2–3 недель.

Напиток из белокочанной капусты, шпината и моркови

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 100 г

Свекла – 120 г

Морковь – 100 г

Шпинат – 200 г

Лимон – 50 г

Способ приготовления и применения

Овощи, шпинат и лимон хорошо помыть, выжать из них сок и перемешать. Принимать по 200 мл утром на голодный желудок.

Напиток из белокочанной капусты, моркови и меда

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 200 г

Свекла – 120 г

Морковь – 100 г

Мед (жидкий) – 30 г

Способ приготовления и применения

Капусту, свеклу и морковь пропустить по отдельности через соковыжималку, затем соединить полученные соки, добавить мед и тщательно перемешать. Принимать по 50 мл 2–3 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из белокочанной капусты, томатного сока и меда

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 220 г

Сок томатный – 80 мл

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Из капусты выжать сок, соединить его с томатным соком и медом и хорошо перемешать. Принимать по 100 мл 2–3 раза в день в течение 2 недель.

Напиток из белокочанной капусты и апельсина

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 250 г

Апельсины – 200 г

Способ приготовления и применения

Из капусты и апельсинов выжать сок и перемешать. Принимать по 50 мл 2 раза в день в течение 2 недель.

Напиток из краснокочанной капусты, кабачка и тыквы

Ингредиенты

Капуста краснокочанная – 200 г

Кабачок – 200 г

Тыква – 150 г

Способ приготовления и применения

Из овощей выжать сок и хорошо перемешать. Принимать по 50 мл 2 раза в день в течение 2–4 недель.

Напиток из краснокочанной капусты и помидоров

Ингредиенты

Капуста краснокочанная – 250 г

Помидоры – 200 г

Способ приготовления и применения

Из капусты и помидоров выжать сок и тщательно перемешать. Принимать по 100–120 мл утром в течение 2 месяцев.

Напиток из краснокочанной капусты, сельдерея и зелени петрушки

Ингредиенты

Капуста краснокочанная – 250 г

Сельдерей – 200 г

Зелень петрушки – 10 г

Способ приготовления и применения

Из капусты и сельдерея выжать сок, добавить мелко нарубленную зелень петрушки и хорошо перемешать.

Принимать напиток по 120–150 мл 1–2 раза в день в течение 1–2 месяцев.

Напиток из брокколи и свеклы

Ингредиенты

Брокколи – 200 г

Свекла – 100 г

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Из брокколи и свеклы выжать сок, соединить с медом и перемешать. Принимать по 150–200 мл 1 раз в день в течение 1 месяца.

Напиток из брюссельской капусты с клюквой и медом

Ингредиенты

Капуста брюссельская – 200 г

Клюква – 100 г

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Клюкву промыть, протереть сквозь сито и процедить через сложенную в несколько слоев марлю, затем соединить со свежееотжатым соком брюссельской капусты, добавить мед и перемешать. Принимать по 50 мл 2–3 раза в день в течение 2–3 недель.

Напиток из савойской капусты и меда

Ингредиенты

Капуста савойская – 300 г

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Савойскую капусту нашинковать, выжать сок, добавить мед и перемешать. Принимать по 80 мл 2 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из цветной капусты, хрена и меда

Ингредиенты

Капуста цветная – 300 г

Хрен – 150 г

Мед – 20 г

Зелень петрушки – 10 г

Способ приготовления и применения

Из цветной капусты и хрена выжать сок, соединить с медом, мелко нарубленной зеленью и тщательно перемешать. Принимать по 100 мл 2 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из кольраби и огурца с кинзой

Ингредиенты

Кольраби – 220 г

Огурец – 120 г

Кинза – 5 г

Способ приготовления и применения

Из кольраби и огурца выжать сок, соединить с мелко нарубленной зеленью и перемешать.

Принимать по 80–100 мл 2–3 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из кольраби и грейпфрута

Ингредиенты

Кольраби – 300 г

Грейпфрут – 120 г

Способ приготовления и применения

Из кольраби и грейпфрута выжать сок и хорошо перемешать. Принимать по 100 мл 1–2 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из кольраби с медом

Ингредиенты

Кольраби – 250 г

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Из кольраби выжать сок, соединить с медом и тщательно перемешать. Принимать по 50 мл 3 раза в день в течение 1–2 недель.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя ягод барбариса

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 120 мл

Ягоды барбариса (сушеные) – 50 г

Вода – 120 мл

Способ приготовления и применения

Ягоды барбариса растолочь, залить кипятком и настаивать 20 минут, затем процедить, соединить со свежееотжатым соком капусты и выпить в течение дня в 2 приема. Курс лечения – 2 недели.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя черноплодной рябины

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 100 мл

Ягоды черноплодной рябины – 40 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Ягоды рябины залить кипятком и оставить на 25–30 минут, затем процедить, дать остыть, соединить с соком капусты и перемешать. Принимать небольшими порциями в течение дня. Курс лечения – 2–3 недели.

Напиток из сока белокочанной капусты и отвара сушеницы болотной

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 150 мл

Трава сушеницы болотной – 30 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Траву сушеницы болотной залить водой, довести до кипения и держать на небольшом огне 10 минут, затем охладить, процедить и соединить с капустным соком. Полученное средство выпить небольшими

порциями в течение дня. Курс лечения – 1–2 недели.

Напиток из сока белокочанной капусты с овсяными хлопьями и корицей

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 150 мл

Хлопья овсяные – 30 г

Корица – 2 г

Способ приготовления и применения

Свежеотжатый сок капусты соединить с овсяными хлопьями, добавить корицу и тщательно перемешать. Принимать по 180 мл 1 раз в день в течение 2–4 недель.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя травы желтушника сероватого

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 100 мл

Трава желтушника сероватого – 10 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Траву желтушника сероватого залить кипятком и настаивать в течение 20 минут, затем процедить и охладить. Принимать по 20 мл с 50 мл капустного сока 2 раза в день. Курс лечения – 1 неделя.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя одуванчика, вероники, мяты и клевера

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 150 мл

Трава одуванчика лекарственного – 10 г

Трава вероники лекарственной – 10 г

Листья мяты – 10 г

Цветки клевера лугового – 10 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье соединить и истолочь. 10 г полученного сбора залить кипятком и настаивать в течение 25 минут, после чего процедить.

Принимать по 50 мл 4 раза в день с соком капусты. Курс лечения – 2 недели.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя плодов боярышника, шиповника и аронии

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 150 мл

Плоды боярышника – 20 г
Плоды шиповника – 15 г
Плоды аронии черноплодной – 20 г
Семена моркови посевной – 5 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Сушеные плоды и семена истолочь, залить кипятком и оставить на 40 минут, затем процедить и соединить с капустным соком.

Полученное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 1 неделя.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя мирта, клевера и петрушки

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 150 мл
Мирт обыкновенный – 10 г
Цветки клевера лугового – 10 г
Петрушка кудрявая – 5 г
Трава полыни горькой – 5 г
Майоран обыкновенный – 5 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье соединить и истолочь. 10 г полученного сбора залить кипятком и оставить на 20 минут, затем процедить, охладить и соединить с капустным соком.

Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 1 неделя.

Напиток из сока краснокочанной капусты и настоя цветков боярышника

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 150 мл
Цветки боярышника – 20 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Воду довести до кипения, залить ею цветки боярышника и настаивать под крышкой 20 минут, затем процедить, охладить и соединить с соком капусты.

Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 1–1,5 недели.

Напиток из сока краснокочанной капусты и настоя травы горичвета весеннего

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 120 мл

Трава горюцвета весеннего – 10 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Траву горюцвета весеннего залить кипятком и оставить на 25 минут, затем процедить и охладить, после чего соединить с соком капусты. Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 2 недели.

Напиток из сока краснокочанной капусты и настоя ягод земляники лесной

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 120 мл

Ягоды земляники лесной – 50 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Ягоды земляники измельчить, залить кипятком и настаивать в течение 30 минут, затем процедить и соединить со свежееотжатым соком капусты. Принимать по 100 мл 2 раза в день в течение 2 недель.

Напиток из сока краснокочанной капусты и отвара зверобоя с медом

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 100 мл

Трава зверобоя – 10 г

Мед (жидкий) – 20 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Траву зверобоя измельчить, залить кипятком и оставить на 20 минут, затем процедить, охладить, соединить с соком краснокочанной капусты, медом и перемешать. Принимать 2–3 раза в день по 50–100 мл в течение 2 недель.

Напиток из сока краснокочанной капусты и настоя пустырника и шиповника

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 150 мл

Трава пустырника – 10 г

Плоды шиповника – 20 г

Трава сушеницы болотной – 10 г

Цветки ромашки – 10 г

Чай почечный – 5 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Сырье соединить и истолочь. 5 г полученного сбора залить кипятком и настаивать в течение 30 минут, затем процедить, охладить, соединить с капустным соком и перемешать. Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 2 недели.

Напиток из сока краснокочанной капусты и настоя сушеницы, боярышника, малины и укропа

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 120 мл

Трава сушеницы болотной – 5 г

Плоды боярышника – 10 г

Листья малины – 5 г

Зелень укропа – 5 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье соединить и истолочь. 5 г полученного сбора залить кипящей водой и оставить на 25 минут, после чего процедить, охладить, соединить с капустным соком и перемешать. Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 1–2 недели.

Напиток из соков краснокочанной капусты и лимона с цветочной пылью

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 120 мл

Сок лимона – 60 мл

Пыльца цветочная – 4 г

Способ приготовления и применения

Указанные ингредиенты соединить, взболтать и выпить в один прием. Курс лечения – 1–2 недели.

Напиток из соков краснокочанной капусты и лука с медом

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 180 мл

Сок репчатого лука – 30 мл

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Капустный и луковый соки соединить, добавить мед и перемешать. Принимать по 50 мл 2–3 раза в день в течение 1 недели.

Напиток из соков краснокочанной капусты и зелени

Ингредиенты

Капуста краснокочанная – 220 г

Шпинат – 150 г

Сельдерей – 150 г

Салат листовой – 200 г

Зелень укропа – 10 г

Способ приготовления и применения

Из капусты, шпината, сельдерея и листового салата выжать сок и соединить с мелко нарубленной зеленью укропа. Принимать по 100 мл 1 раз в день в течение 2–4 недель.

Напиток из соков краснокочанной капусты и брусники

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 100 мл

Сок брусники – 100 мл

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Капустный и брусничный соки соединить с медом и тщательно перемешать. Принимать по 40 мл 2 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из соков краснокочанной капусты и лимона с минеральной водой

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 150 мл

Сок лимона – 80 мл

Вода минеральная (столовая) – 100 мл

Способ приготовления и применения

Капустный и лимонный соки соединить с минеральной водой и перемешать.

Принимать ежедневно за 20 минут до еды.

Напиток из соков краснокочанной капусты и моркови с инжиром

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 150 мл

Сок моркови – 100 мл

Инжир – 50 г

Способ приготовления и применения

Капустный и морковный соки соединить, добавить мелко нарезанный инжир и перемешать. Принимать по 50 мл 3 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из сока брюссельской капусты и настоя плодов боярышника

Ингредиенты

Сок брюссельской капусты – 200 мл

Плоды боярышника (сушеные) – 50 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Плоды боярышника истолочь, залить кипятком и настаивать под крышкой в течение 30 минут, после чего охладить, процедить и соединить с соком капусты. Приготовленное средство выпить в течение дня небольшими порциями. Курс лечения – 1 месяц.

Напиток из сока брюссельской капусты и настоя цветков зайцегуба опьяняющего

Ингредиенты

Сок брюссельской капусты – 300 мл

Цветки зайцегуба опьяняющего – 10 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Воду довести до кипения, залить ею цветки зайцегуба опьяняющего и настаивать в течение 3 часов, а затем процедить. Принимать по 20 мл 3 раза в день, разбавляя в 100 мл капустного сока. Курс лечения – 1 неделя.

Напиток из сока брюссельской капусты и отвара плодов малины

Ингредиенты

Сок брюссельской капусты – 150 мл

Плоды малины (сушеные) – 30 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Плоды малины залить водой, довести до кипения и держать на слабом огне 10 минут, настаивать в течение 3 часов, а затем процедить, соединить с соком капусты и перемешать. Принимать по 100 мл 4 раза в день. Курс лечения – 2 недели.

Напиток из сока брюссельской капусты и настойки корня девясила

Ингредиенты

Сок брюссельской капусты – 200 мл

Корень девясила (измельченный) – 20 г

Спирт – 100 мл

Способ приготовления и применения

Корень девясила залить спиртом и настаивать в темном месте 20 дней, а затем процедить. Сок капусты соединить с 25 каплями полученного средства и выпить в один прием. Курс лечения – 1 неделя.

Напиток из сока брюссельской капусты и меда

Ингредиенты

Сок брюссельской капусты – 200 м

Сок свеклы – 50 мл

Сок лимона – 50 мл

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Капустный, свекольный и лимонный соки соединить, добавить мед и перемешать.

Принимать по 30–40 мл 3 раза в день за 1 час до еды в течение 1,5–2 месяцев.

Напиток из соков брюссельской капусты и клюквы с медом

Ингредиенты

Сок брюссельской капусты – 100 мл

Сок клюквы – 80 мл

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Капустный и клюквенный соки соединить с медом и перемешать. Принимать по 30 мл за 30 минут до еды в течение 2–3 месяцев.

Напиток из сока савойской капусты и настоя хмеля, малины и девясила

Ингредиенты

Сок савойской капусты – 150 мл

Листья подорожника – 10 г

Листья малины обыкновенной – 5 г

Шишки хмеля обыкновенного – 5 г

Корень девясила (сушеный) – 5 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье соединить и истолочь. 15 г полученного сбора залить кипятком и оставить на 20 минут, а затем процедить, охладить, влить сок савойской капусты и перемешать. Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 7–10 дней.

Напиток из соков брюссельской капусты и фейхоа

Ингредиенты

Сок брюссельской капусты – 150 мл

Сок фейхоа – 120 мл

Способ приготовления и применения

Соки капусты и фейхоа соединить и перемешать. Полученное средство выпить в течение дня.

Курс лечения – 2 недели.

Напиток из сока савойской капусты и настоя мяты, зверобоя и укропа

Ингредиенты

Сок савойской капусты – 200 мл

Листья мяты – 10 г
Трава зверобоя – 5 г
Зелень укропа – 5 г
Трава пустырника – 10 г
Плоды боярышника – 15 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье соединить и истолочь. 10 г полученного сбора залить кипятком и оставить на 20 минут, затем процедить, охладить и смешать с соком савойской капусты. Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 1 неделя.

Напиток из сока савойской капусты и настоя валерианы, боярышника и мяты

Ингредиенты

Сок савойской капусты – 100 мл
Корни валерианы – 10 г
Плоды боярышника – 15 г
Листья мяты – 10 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье соединить и истолочь. 10 г полученного сбора залить кипятком и настаивать в течение 15 минут, затем процедить и охладить. Принимать в течение дня, запивая капустным соком. Курс лечения – 2 недели.

Напиток из сока савойской капусты и настоя вахты, валерианы и мяты

Ингредиенты

Сок савойской капусты – 100 мл
Трава вахты трехлистной – 5 г
Корни валерианы – 5 г
Листья мяты – 5 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье соединить и истолочь. 5 г полученного сбора залить водой и оставить на 20 минут, после чего процедить и охладить.

Принимать в течение дня, запивая капустным соком. Курс лечения – 1–2 недели.

Напиток из сока кольраби и настоя листьев земляники лесной

Ингредиенты

Сок кольраби – 100 мл

Листья земляники лесной – 10 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Воду довести до кипения, залить ею листья земляники и оставить на 20 минут, а затем процедить, соединить с соком кольраби и перемешать. Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 2 недели.

Напиток из сока кольраби и отвара цветков ландыша майского

Ингредиенты

Сок кольраби – 100 мл

Цветки ландыша майского – 3 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Воду довести до кипения, высыпать в нее цветки ландыша и держать на слабом огне в течение 15 минут, а затем охладить и процедить.

Полученное средство принимать по 20 капель, смешав с соком кольраби, 1 раз в день.

Напиток из сока кольраби и настоя листьев наперстянки

Ингредиенты

Сок кольраби – 200 мл

Листья наперстянки – 5 г

Вода – 100 мл

Способ приготовления и применения

Воду довести до кипения, залить ею листья наперстянки и настаивать в течение 15–20 минут, затем охладить и процедить. Приготовленное средство принимать по 30 мл со 100 мл сока кольраби 2 раза в день в течение 1 недели.

Напиток из сока кольраби с грецкими орехами

Ингредиенты

Сок кольраби – 200 мл

Ядра грецких орехов – 40 г

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Ядра грецких орехов истолочь, соединить с соком кольраби и медом и перемешать. Принимать по 30–50 мл 2–3 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из сока кольраби и настоя земляники, омелы и донника

Ингредиенты

Сок кольраби – 180 мл

Плоды земляники – 20 г

Листья земляники – 5 г

Цветки омелы – 5 г

Трава донника – 5 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье измельчить, соединить, залить кипятком и настаивать 10–15 минут, затем процедить, охладить, добавить сок кольраби и хорошо перемешать. Принимать по 50 мл 3–4 раза в день в течение 1–2 недель.

Напиток из сока кольраби и настоя вербены, морской капусты и листьев малины

Ингредиенты

Сок кольраби – 200 мл

Трава вербены лекарственной – 10 г

Капуста морская (сушеная) – 10 г

Цветки гречихи посевной – 10 г

Цветки розы крымской – 5 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье соединить и истолочь. 10 г полученного сбора залить кипятком и настаивать 20 минут, затем процедить, охладить и смешать с соком кольраби. Принимать в течение дня. Курс лечения – 20 дней.

Напиток из соков кольраби и чеснока

Ингредиенты

Сок кольраби – 150 мл

Чеснок – 3 зубчика

Мед (жидкий) – 15 г

Способ приготовления и применения

Из чеснока выжать сок, соединить с соком кольраби, добавить мед и перемешать. Принимать по 150–170 мл 1 раз в день в течение 1 месяца.

Напиток из соков кольраби и свеклы с медом

Ингредиенты

Сок кольраби – 250 мл

Сок свеклы – 100 мл

Мед (жидкий) – 20 г

Способ приготовления и применения

Капустный и свекольный соки соединить, добавить мед и перемешать. Принимать по 30 мл 4–5 раз в день перед едой в течение 1–2 месяцев.

Напиток из соков кольраби, свеклы и моркови с зеленью укропа

Ингредиенты

Сок кольраби – 100 мл

Сок свеклы – 80 мл

Сок моркови – 80 мл

Зелень укропа – 5 г

Способ приготовления и применения Зелень мелко нарубить и добавить в смесь соков. Принимать по 100–120 мл 2 раза в день в течение 2 недель.

Напиток из соков кольраби и моркови с рассолом квашеной капусты

Ингредиенты

Сок кольраби – 100 мл

Сок моркови – 100 мл

Рассол квашеной белокочанной капусты – 50 мл

Способ приготовления и применения

Капустный и морковный соки соединить с рассолом и перемешать. Принимать по 50 мл 2 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из сока брокколи и настоя плодов рябины черноплодной

Ингредиенты

Сок брокколи – 120 мл

Плоды рябины черноплодной – 50 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Плоды аронии черноплодной залить кипятком и настаивать в течение 20 минут, затем процедить, охладить и соединить с соком брокколи. Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 1,5–2 недели.

Напиток из сока брокколи и настоя корня валерианы

Ингредиенты

Сок брокколи – 200 мл

Корни валерианы – 7 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Воду довести до кипения, залить ею измельченные корни валерианы и настаивать в течение 30 минут, а затем процедить, соединить с соком брокколи и перемешать. Принимать по 30 мл 2 раза в день в течение 1 недели.

Напиток из сока брокколи и настоя мяты и душицы

Ингредиенты

Сок брокколи – 200 мл

Листья земляники – 10 г

Листья мяты – 5 г

Листья душицы – 5 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье истолочь и соединить. 10 г полученного сбора залить кипящей водой и настаивать в течение 15 минут, затем процедить и соединить с соком капусты. Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 1 месяц.

Напиток из сока брокколи, настоя мать-и-мачехи и семян льна

Ингредиенты

Сок брокколи – 200 мл

Листья мать-и-мачехи – 10 г

Семена льна – 10 г

Листья березы – 5 г

Корень солодки (сушеный) – 5 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения Растительное сырье соединить и истолочь. 10 г полученного сбора залить кипятком и настаивать в течение 20 минут, затем процедить, охладить и смешать с соком брокколи. Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 7–10 дней.

Суставы

Средство из белокочанной капусты, сливы и ежевики

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 100 г

Сливы – 80 г

Ежевика – 80 г

Мед (жидкий) – 30 г

Способ приготовления и применения

Капусту мелко нашинковать, мякоть сливы измельчить, ежевику размять ложкой.

Подготовленные ингредиенты соединить, добавить мед и хорошо перемешать. Принимать по 40 г 2 раза в день в течение 1 месяца.

Средство из белокочанной капусты, свиного сала и меда

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 100 г

Сало свиное – 80 г

Мед – 50 г

Способ приготовления и применения

Сало пропустить через мясорубку, соединить с медом, нашинкованной капустой и тщательно перемешать. Полученное средство хранить в холодильнике и принимать по 30–40 г 2–3 раза в день.

Средство из краснокочанной капусты и семян подсолнечника

Ингредиенты

Капуста краснокочанная – 100 г

Семена подсолнечника – 50 г

Мед (жидкий) – 30 г

Способ приготовления и применения

Капусту мелко нашинковать, соединить с семенами подсолнечника, добавить мед и перемешать. Принимать по 40 г 3 раза в день в течение 2–3 недель.

Средство из брокколи, яблока и брусники

Ингредиенты

Брокколи – 120 г

Яблоко – 100 г

Брусника – 50 г

Мед (жидкий) – 30 г

Способ приготовления и применения

Брокколи измельчить, яблоко натереть на терке, бруснику дважды протереть сквозь сито. Подготовленные ингредиенты соединить с медом и тщательно перемешать. Принимать по 30 г 2–3 раза в день в течение 1–2 недель.

Средство из брокколи, брюссельской капусты и спаржи

Ингредиенты

Брокколи – 80 г

Брюссельская капуста – 80 г

Спаржа – 50 г

Масло растительное – 40 мл

Способ приготовления и применения

Овощи измельчить, добавить растительное масло и хорошо перемешать. Принимать по 30–40 г 3 раза в день в течение 1 месяца.

Средство из савойской капусты и рябины

Ингредиенты

Капуста савойская – 80 г

Рябина – 50 г

Мед (жидкий) – 20–30 г

Способ приготовления и применения

Капусту мелко нарубить. Рябину промыть, размять вилкой и протереть сквозь сито. Подготовленные ингредиенты соединить с медом и перемешать. Принимать по 30 г 2 раза в день в течение 2 недель.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя бузины черной

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 150 мл

Цветки бузины черной – 15 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Цветки бузины залить кипятком и настаивать в течение 40 минут, затем процедить, охладить и соединить с капустным соком.

Принимать по 100 мл 3–4 раза в день за 15 минут до еды в течение 1–2 недель.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя коры вербы

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 120 мл

Кора вербы (сушеная) – 15 г

Вода – 500 мл

Способ приготовления и применения

Кору вербы истолочь, залить холодной водой на 4 часа, а затем процедить. 250 мл полученного настоя соединить с капустным соком и перемешать. Приготовленное средство выпить в течение дня небольшими порциями.

Курс лечения – 1–2 недели.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя листьев черной смородины

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 200 мл

Листья черной смородины (сушеные) – 10 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Листья черной смородины измельчить, залить кипятком и настаивать в течение 2 часов, затем процедить и соединить с капустным соком. Принимать по 100 мл 4 раза в день в течение 2 недель.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя портулака огородного

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 200 мл

Трава портулака огородного – 10 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Траву портулака огородного измельчить, залить холодной водой, довести до кипения и держать на слабом огне 10 минут, а затем настаивать 1 час.

После этого процедить, охладить, соединить с капустным соком и перемешать. Принимать по 30 мл 3–4 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя хвоща, березы и вербы

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 200 мл

Трава хвоща полевого – 10 г

Листья березы – 10 г

Кора вербы – 10 г

Кора крушины – 5 г

Цветки бузины – 10 г

Цветки василька – 5 г

Цветки календулы – 5 г

Плоды можжевельника (сушеные) – 5 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье истолочь и соединить. 15 г полученного сбора залить кипятком и настаивать 30 минут, затем процедить, охладить и смешать с капустным соком.

Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 1 неделя.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя листьев березы и лопуха

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 150 мл

Листья лопуха (сушеные) – 8 г

Листья березы (сушеные) – 8 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Листья березы и лопуха истолочь, залить кипятком и настаивать в течение 30 минут, затем процедить, охладить и соединить с соком капусты.

Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 1 неделя.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя хвоща полевого

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 200 мл

Трава хвоща полевого – 5 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Траву хвоща полевого истолочь, залить кипятком и оставить на 15 минут, затем процедить и соединить с капустным соком. Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 1–2 недели.

Напиток из сока белокочанной капусты и зеленого чая

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 200 мл

Чай зеленый – 8 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Чай залить водой, подогретой до 80° С, и оставить под крышкой на 10 минут, затем процедить и соединить с соком капусты. Приготовленное средство выпить в течение дня. Курс лечения – 2 недели.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя цветков одуванчика и спорыша

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 120 мл

Цветки одуванчика (сушеные) – 5 г

Трава спорыша (сушеная) – 5 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Цветки одуванчика и траву спорыша истолочь, залить кипятком и настаивать в течение 20 минут, затем процедить, охладить и соединить с соком капусты. Принимать по 100 мл 3 раза в день.

Напиток из сока белокочанной капусты и отвара травы одуванчика и листьев крапивы

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 150 мл

Трава одуванчика – 10 г

Листья крапивы (сушеные) – 10 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье истолочь и смешать. 5 г полученного сбора залить водой, довести до кипения и держать на слабом огне 10–15 минут, затем процедить, охладить и соединить с капустным соком. Принимать по 50–100 мл 3–4 раза в день.

Напиток из сока белокочанной капусты и отвара цветков бузины

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 200 мл

Цветки бузины – 5 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Цветки бузины залить холодной водой, довести до кипения и держать на слабом огне 10 минут, затем процедить, охладить и соединить с капустным соком. Принимать по 50–100 мл 3–4 раза в день.

Напиток из сока белокочанной капусты и настойки цветков сирени

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 100 мл

Цветки сирени – 20 г

Водка – 500 мл

Способ приготовления и применения

Цветки сирени залить водкой и настаивать 1 неделю. Принимать по 30 капель, разводя их в 100 мл капустного сока, в течение 1 недели.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя мелиссы

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 200 мл

Листья Melissa – 5 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Листья Melissa залить кипятком и настаивать 20 минут, затем процедить и соединить с капустным соком. Приготовленное средство выпить в течение дня.

Курс лечения – 2–4 недели.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя плодов костяники

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 120 мл

Плоды костяники (сушеные) – 20 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Плоды костяники истолочь, залить кипятком и оставить на 20 минут, затем процедить, охладить и соединить с соком капусты.

Принимать по 100 мл 3 раза в день.

Напиток из сока краснокочанной капусты и настоя листьев черной смородины

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 150 мл

Листья черной смородины – 8 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Листья черной смородины залить кипятком и настаивать 4 часа, затем процедить, соединить с капустным соком и перемешать.

Принимать по 100–200 мл 2 раза в день 2–3 недели.

Напиток из сока краснокочанной капусты и настоя корневища пырея ползучего

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 200 мл

Корневище пырея ползучего – 8 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Воду довести до кипения, залить ею толченое корневище пырея ползучего и настаивать в течение 2 часов, затем процедить, соединить с соком капусты и перемешать. Принимать по 100–120 мл 2–3 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из сока краснокочанной капусты и настоя сныти

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 150 мл

Трава сныти – 10 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Траву сныти залить кипятком и оставить на 20–25 минут, затем процедить, охладить и соединить с капустным соком.

Принимать по 100–200 мл 2 раза в день в течение 2–3 недель.

Напиток из сока краснокочанной капусты и настоя фиалки трехцветной

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 200 мл

Трава фиалки трехцветной – 15 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Траву фиалки трехцветной истолочь, залить кипятком и настаивать в течение 2 часов, после чего процедить и соединить с капустным соком.

Принимать по 100 мл 3–4 раза в день.

Напиток из сока брюссельской капусты и отвара плодоножек и семян вишни

Ингредиенты

Сок брюссельской капусты – 200 мл

Плодоножки вишни (сушеные) – 5 г

Семена вишни (сушеные) – 5 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Семена и плодоножки вишни истолочь, залить холодной водой, довести до кипения и держать на слабом огне 15 минут, затем процедить, охладить и соединить с соком брюссельской капусты. Принимать по 50–100 мл 2–3 раза в день в течение 1–2 недель.

Напиток из сока брюссельской капусты и коры осины

Ингредиенты

Сок брюссельской капусты – 150 мл

Кора осины (сушеная) – 5 г

Способ приготовления и применения

Кору осины истолочь, соединить с капустным соком и перемешать. Приготовленное средство выпить в один прием. Курс лечения – 1 неделя.

Напиток из сока брюссельской капусты и настоя коры осины

Ингредиенты

Сок брюссельской капусты – 200 мл

Кора осины (сушеная) – 10 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Воду довести до кипения, залить ею толченую кору осины и настаивать 20 минут, затем процедить, охладить, соединить с капустным соком и перемешать. Принимать по 100 мл 2 раза в день.

Курс лечения – 1–2 недели.

Напиток из сока брюссельской капусты и настоя корня лопуха

Ингредиенты

Сок брюссельской капусты – 150 г

Корень лопуха – 5 г

Вода – 200 мл

Способ приготовления и применения

Корень лопуха истолочь, залить кипятком и настаивать в течение 20 минут, после чего процедить, охладить, соединить с соком брюссельской капусты и перемешать. Принимать по 100 мл 2 раза в день в течение 2 недель.

Напиток из сока савойской капусты и настоя корневищ сабельника болотного

Ингредиенты

Сок савойской капусты – 150 мл

Корневища сабельника болотного (сушеные) – 10 г

Молоко – 300 мл

Способ приготовления и применения

Корневища сабельника болотного истолочь, залить молоком и настаивать 4 часа, затем процедить и соединить с соком капусты. Принимать по 40 мл 1 раз в день в течение 1 недели.

Напиток из сока савойской капусты и настоя лимона

Ингредиенты

Сок савойской капусты – 150 мл

Лимон – 1 шт.

Чеснок – 3 зубчика

Вода – 500 мл

Способ приготовления и применения

Чеснок и лимон пропустить через мясорубку. Полученную кашицу залить холодной водой и настаивать 24 часа, а затем процедить. 50 мл полученного средства соединить с соком савойской капусты и выпить в

один прием. Курс лечения – 2 недели.

Напиток из сока савойской капусты и настоя коры березы, осины и дуба

Ингредиенты

Сок савойской капусты – 120 мл

Кора дуба (сушеная) – 10 г

Кора березы (сушеная) – 10 г

Кора осины (сушеная) – 10 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Кору дуба, березы и осины истолочь, залить кипятком и настаивать 4 часа, затем процедить и соединить с капустным соком. Принимать по 80 мл 2–3 раза в день в течение 1–2 недель.

Напиток из сока брокколи и настоя эвкалипта, ромашки и чабреца

Ингредиенты

Сок брокколи – 150 мл

Эвкалипт – 5 г

Цветки ромашки – 5 г

Трава чабреца – 5 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье истолочь, залить кипятком и оставить на 30 минут, затем процедить, охладить, соединить с соком брокколи и перемешать. Принимать по 50–100 мл 3 раза в день в течение 2 недель.

Напиток из сока брокколи и настоя календулы и коры дуба

Ингредиенты

Сок брокколи – 200 мл

Цветки календулы (сушеные) – 10 г

Кора дуба (сушеная) – 5 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье истолочь, залить кипятком и оставить на 45 минут, затем процедить и соединить с соком брокколи. Принимать по 100 мл 2–3 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из сока брокколи и настоя корня сельдерея

Ингредиенты

Сок брокколи – 150 мл

Корень сельдерея – 20 г

Вода – 500 мл

Способ приготовления и применения

Корень сельдерея натереть на крупной терке, залить кипятком и оставить под крышкой на 2 часа, а затем процедить. 30 мл настоя соединить с соком брокколи и выпить. Курс лечения – 2 недели.

Напиток из соков брокколи, яблока и белокочанной капусты

Ингредиенты

Сок брокколи – 100 мл

Сок белокочанной капусты – 100 мл

Сок яблока – 100 мл

Способ приготовления и применения

Соединить свежееотжатые соки белокочанной капусты, брокколи и яблока и хорошо перемешать.

Принимать по 100 мл 2 раза в день.

Онкологические заболевания

Средство из белокочанной капусты и прополисного масла

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 100 г

Масло сливочное – 200 г

Прополис – 200 г

Способ приготовления и применения

Сливочное масло растопить, соединить с очищенным прополисом и держать, помешивая, 10 минут на слабом огне.

Полученное средство принимать по 20 г вместе с измельченной белокочанной капустой 3–4 раза в день в течение 2–3 месяцев.

Средство из белокочанной капусты, сока чистотела и вазелина

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 100 г

Сок чистотела – 50 мл

Вазелин – 100 г

Способ приготовления и применения

Капусту мелко нашинковать, соединить с соком чистотела и вазелином и тщательно перемешать. Полученное средство наносить на пораженные участки кожи 2–3 раза в день в течение 1–2 месяцев.

Средство из белокочанной и савойской капусты и моркови

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 20 г

Капуста савойская – 50 г

Морковь – 60–70 г

Способ приготовления и применения

Савойскую капусту измельчить, добавить натертую на терке морковь, перемешать, выложить на листья белокочанной капусты и прикладывать к пораженным участкам кожи. Процедуру проводить 3–4 раза в день.

Средство из белокочанной капусты, репчатого лука и сладкого перца

Ингредиенты

Капуста белокочанная – 120 г

Лук репчатый – 70 г

Перец сладкий – 70 г

Масло растительное – 30 мл

Способ приготовления и применения

Лук очистить и измельчить. Капусту нашинковать. Сладкий перец обдать кипятком, снять кожицу, а мякоть нарезать небольшими кусочками. Подготовленные ингредиенты соединить, добавить растительное масло и перемешать. Принимать по 40–50 г 2–3 раза в день за 30 минут до еды.

Средство из кочерыжки белокочанной капусты

Ингредиенты

Кочерыжка белокочанной капусты – 100 г

Мед (жидкий) – 50 г

Способ приготовления и применения

Кочерыжку мелко нарезать, соединить с медом и перемешать. Принимать по 50–100 г 3–4 раза в день в течение 2–4 месяцев.

Средство из листьев белокочанной капусты и спор гриба веселки

Ингредиенты

Листья белокочанной капусты – 10–15 г

Порошок спор гриба веселки – 10 г

Масло прополисное – 100 г

Способ приготовления и применения

Спores соединить с прополисным маслом и тщательно перемешать, затем выложить на листья капусты и использовать в виде аппликаций. Курс лечения – 2 недели.

Средство из листьев белокочанной капусты и настоя корня василистника малого

Ингредиенты

Листья белокочанной капусты – 20 г

Корень василистника малого – 20 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Корень василистника малого истолочь, залить кипятком и настаивать в течение 3–4 часов, а затем процедить. В полученном средстве смочить листья капусты и прикладывать их к пораженным участкам кожи.

Курс лечения – 3–4 месяца.

Средство из сока белокочанной капусты и сока подмаренника

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 200 мл

Сок подмаренника – 200 мл

Способ приготовления и применения

Соки капусты и подмаренника соединить и перемешать. В полученном средстве смачивать ватные тампоны и прикладывать к пораженным участкам кожи 4–5 раз в день.

Средство из сока белокочанной капусты и настоя лепестков подсолнечника

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 150 мл

Лепестки подсолнечника – 20 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Лепестки подсолнечника залить кипятком и настаивать в течение 30 минут, затем процедить, соединить с капустным соком и перемешать.

Принимать по 100 мл 4 раза в день до еды.

Средство из соков белокочанной капусты и брокколи и настоя корней бузины

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 100 мл

Сок брокколи – 100 мл

Корни бузины – 10 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Корни бузины истолочь, залить кипятком и настаивать 20 минут, затем процедить, соединить с соками капусты и перемешать.

Принимать по 100 мл 4–5 раз в день.

Средство из краснокочанной капусты, авокадо и фундука

Ингредиенты

Капуста краснокочанная – 100 г

Авокадо – 80 г

Фундук – 60 г

Мед (жидкий) – 40 г

Способ приготовления и применения

Капусту измельчить. Авокадо нарезать небольшими кусочками и протереть сквозь сито. Фундук истолочь. Подготовленные ингредиенты соединить, добавить мед и хорошо перемешать.

Принимать по 40 г 2–3 раза в день до еды.

Средство из брокколи и прополиса

Ингредиенты

Брокколи – 120 г

Прополис – 50 г

Способ приготовления и применения

Брокколи измельчить, соединить с прополисом и тщательно перемешать.

Принимать по 30 г, долго пережевывая, 5 раз в день до еды в течение 1 месяца.

Средство из брокколи и чеснока

Ингредиенты

Брокколи – 100 г

Чеснок – 5 зубчиков

Зелень укропа – 10 г

Масло растительное – 30 мл

Способ приготовления и применения Брокколи измельчить и дважды протереть сквозь сито. Зелень укропа измельчить. Чеснок пропустить через чеснокодавилку. Подготовленные ингредиенты соединить с растительным маслом и тщательно перемешать. Принимать по 30 г 3–4 раза в день до еды.

Средство из брокколи, льняного семени и морской капусты

Ингредиенты

Брокколи – 100 г

Семя льняное – 40 г

Капуста морская – 80 г

Масло растительное – 30 мл

Способ приготовления и применения

Брокколи и морскую капусту измельчить, соединить с льняным семенем, добавить растительное масло и перемешать. Принимать по 40 г 3–5 раз в день.

Средство из брокколи и фиников

Ингредиенты

Брокколи – 150 г

Финики (без косточек) – 80 г

Масло растительное – 30 мл

Способ приготовления и применения

Брокколи измельчить и протереть сквозь сито вместе с финиками. Полученную массу соединить с растительным маслом и перемешать. Принимать по 30–40 г 3–4 раза в день перед едой.

Средство из брокколи, миндального ореха и репы

Ингредиенты

Брокколи – 100 г

Репа – 100 г

Миндаль – 50 г

Масло растительное – 30 мл

Способ приготовления и применения

Брокколи измельчить, репу натереть на терке, миндаль истолочь. Подготовленные ингредиенты соединить с растительным маслом и перемешать. Принимать по 40 г 2–3 раза в день за 30 минут до еды.

Средство из брокколи, тыквы и бразильского ореха

Ингредиенты

Брокколи – 120 г

Тыква – 100 г

Орех бразильский – 50 г

Мед (жидкий) – 30 г

Способ приготовления и применения

Брокколи и тыкву нарезать небольшими кусочками и протереть сквозь сито. Полученную массу соединить с толченым бразильским орехом и медом и перемешать. Принимать по 40 г 4–5 раз в день за 30 минут до еды.

Средство из савойской капусты, грейпфрута и киви

Ингредиенты

Капуста савойская – 100 г

Грейпфрут – 50 г

Киви – 50 г

Мед (жидкий) – 30 г

Способ приготовления и применения

Капусту мелко нашинковать. Киви и грейпфрут очистить и нарезать небольшими кусочками. Подготовленные ингредиенты соединить, добавить мед и тщательно перемешать. Принимать по 30–40 г 2–3 раза в день за 30 минут до еды.

Средство из брюссельской капусты, ядер абрикоса и меда

Ингредиенты

Капуста брюссельская – 120 г

Ядра абрикоса – 60 г

Мед (жидкий) – 40 г

Способ приготовления и применения

Капусту измельчить. Ядра абрикоса хорошо истолочь. Подготовленные ингредиенты соединить с медом и перемешать. Принимать по 30 г 3–4 раза в день за 30 минут до еды.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя листьев и корней крапивы

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 200 мл

Листья крапивы – 10 г

Корни крапивы – 10 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Листья и корни крапивы залить кипятком и настаивать 2 часа, затем процедить и соединить с соком капусты. Принимать по 100–150 мл 2–3 раза в день до еды в течение 1–2 месяцев.

Напиток из сока белокочанной капусты и настоя арники и чистотела

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 120 мл

Трава арники – 3 г

Трава чистотела – 3 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Траву арники и чистотела истолочь, залить кипятком и настаивать 20 минут, затем процедить, охладить, соединить с соком капусты и перемешать. Принимать по 30–40 мл 2 раза в день в течение 2 месяцев.

Напиток из соков белокочанной капусты, свеклы и репчатого лука с авокадо

Ингредиенты

Сок белокочанной капусты – 100 мл

Сок свеклы – 80 мл

Сок репчатого лука – 50 мл

Авокадо – 80 г

Способ приготовления и применения

Указанные соки соединить, добавить нарезанное маленькими кусочками авокадо и перемешать. Приготовленное средство выпить в один прием. Курс лечения – 4 недели.

Напиток из сока краснокочанной капусты и отвара повилики

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 200 мл

Трава повилики – 10 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Траву повилики залить холодной водой, довести до кипения и держать на слабом огне 15 минут, затем процедить, охладить, соединить с соком капусты и перемешать. Принимать по 100 мл 2 раза в день в течение 30 дней.

Напиток из сока краснокочанной капусты и настоя корня горца змеиного

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 200 мл

Корень горца змеиного – 10 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Корень горца измельчить, залить холодной водой и оставить на 1 сутки, затем процедить, соединить с капустным соком и перемешать. Принимать по 100 мл 3 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из сока краснокочанной капусты и настоя аира болотного

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 200 мл

Корневища аира болотного – 10 г

Почки тополя черного – 10 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье истолочь, залить кипятком и настаивать в течение 1 часа, затем процедить, охладить и соединить с соком капусты.

Принимать по 150 мл напитка 3 раза в день в течение 1–2 месяцев.

Напиток из сока краснокочанной капусты и настоя чаги

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 200 мл

Чага – 30 г

Вода – 150 мл

Способ приготовления и применения

Гриб залить кипяченой водой и оставить на 4–5 часов для размягчения, затем слить ее и измельчить.

Воду нагреть до 40° С, залить ею чагу и держать в течение 2 суток в прохладном месте, после чего процедить, соединить с соком капусты и перемешать.

Принимать по 200 мл напитка 3 раза в день в течение 2 месяцев.

Напиток из сока краснокочанной капусты и отвара листьев подорожника

Ингредиенты

Сок краснокочанной капусты – 150 мл

Листья подорожника (сушеные) – 10 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Листья подорожника истолочь, залить водой, довести до кипения и держать на слабом огне 15 минут, затем процедить, охладить и соединить с соком капусты.

Принимать по 100–120 мл напитка 2–3 раза в день в течение 2 месяцев.

Напиток из сока брокколи и настойки корня барбариса

Ингредиенты

Сок брокколи – 150 мл

Корень барбариса обыкновенного – 30 г

Спирт – 400 мл

Способ приготовления и применения

Корень барбариса натереть на крупной терке, залить спиртом и оставить в темном месте на 1 неделю.

Принимать по 30 капель, запивая свежееотжатым капустным соком, 2 раза в день в течение 1 месяца.

Напиток из сока брокколи и настоя травы барвинка малого

Ингредиенты

Сок брокколи – 200 мл

Трава барвинка малого – 15 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Воду довести до кипения, залить ею траву барвинка малого и настаивать в течение 2 часов, затем процедить, соединить с соком брокколи и перемешать. Принимать по 150 мл 3 раза в день в течение 1–2 месяцев.

Напиток из сока брокколи и настоя коры молодого корня бархата амурского

Ингредиенты

Сок брокколи – 120 мл

Кора молодого корня бархата амурского – 20 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Кору корня бархата амурского истолочь, залить кипятком и настаивать 2 часа, после чего процедить. 150 мл полученного средства соединить с соком брокколи и перемешать. Принимать 2 раза в день в течение 2 месяцев.

Напиток из сока брокколи и настоя белозера болотного

Ингредиенты

Сок брокколи – 100 мл

Трава и корни белозера болотного – 15 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Траву и корни белозера болотного измельчить, залить кипятком и настаивать 2 часа, затем процедить. Принимать по 30–40 мл с соком брокколи ежедневно в течение 3–4 месяцев.

Напиток из сока брокколи и русских бобов

Ингредиенты

Сок брокколи – 200 мл

Русские бобы – 20 г

Способ приготовления и применения

Русские бобы растереть в порошок, добавить сок брокколи, перемешать и выпить в один прием.

Курс лечения – 2–3 месяца.

Напиток из сока брокколи и настоя калины

Ингредиенты

Сок брокколи – 150 мл

Плоды калины – 10 г

Цветки калины – 10 г

Ветки калины (измельченные) – 10 г

Вода – 400 мл

Способ приготовления и применения

Плоды, цветки и ветки калины залить кипятком и настаивать в течение 2–3 часов, затем процедить, соединить с соком брокколи и перемешать.

Принимать по 200 мл 2–3 раза в день до еды в течение 2 месяцев.

Напиток из сока брокколи, апельсина и настоя корня лопуха

Ингредиенты

Сок брокколи – 200 мл

Сок апельсина – 100 сл

Корень лопуха – 10 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Корень лопуха истолочь, залить кипятком и настаивать 8 часов, затем процедить. 150 мл полученного средства соединить с соком брокколи и апельсина и выпить в один прием. Курс лечения – 2–3 недели.

Напиток из сока брокколи и настоя якутки полевой

Ингредиенты

Сок брокколи – 150 мл

Трава якутки полевой – 10–15 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Траву якутки полевой залить кипятком и настаивать в течение 1,5

часа, затем процедить, охладить, соединить с соком брокколи и перемешать.

Принимать по 30–40 мл каждые 3–4 часа ежедневно в течение 2–4 недель.

Напиток из сока брокколи и настойки ряски

Ингредиенты

Сок брокколи – 120 мл

Ряска – 10 г

Водка – 50 мл

Способ приготовления и применения

Ряску измельчить, залить водкой и настаивать 3–4 дня, а затем процедить. Принимать по 20 капель, разводя в капустном соке, 1 раз в день в течение 1 месяца.

Напиток из сока брокколи и настоя корней пиона уклоняющегося

Ингредиенты

Сок брокколи – 120 мл

Корни пиона уклоняющегося – 15 г

Вода – 700 мл

Способ приготовления и применения

Корни пиона измельчить, залить кипятком и настаивать в течение 30 минут, затем процедить. Принимать ежедневно по 30 мл, разводя в соке брокколи.

Напиток из сока брокколи и травы подмаренника

Ингредиенты

Сок брокколи – 200 мл

Трава подмаренника (сушеная) – 15 г

Вода – 300 мл

Способ приготовления и применения

Траву подмаренника залить кипятком и оставить под крышкой на 2 часа, затем процедить, соединить с соком брокколи и перемешать. Принимать по 100–120 мл 3 раза в день до еды.

Напиток из сока савойской капусты и настоя корня черныбыльника и травы чистотела

Ингредиенты

Сок савойской капусты – 200 мл

Цветки календулы – 10 г

Корень лопуха – 10 г

Корень черныбыльника – 20 г

Трава чистотела – 10 г

Вода – 250 мл

Способ приготовления и применения

Растительное сырье истолочь и тщательно перемешать. 10 г полученного сбора залить кипятком и оставить на 2–3 часа, затем процедить и соединить с соком савойской капусты. Принимать по 100–150 мл 3–4 раза в день.

Напиток из сока савойской капусты и настойки корня бедренца камнеломного

Ингредиенты

Сок савойской капусты – 200 мл

Корень бедренца камнеломного – 10 г

Спирт – 300 мл

Способ приготовления и применения Корень бедренца камнеломного измельчить, залить спиртом и настаивать в течение 7 дней. Принимать по 20 капель, разбавляя в соке савойской капусты, 2 раза в день в течение 1 месяца.