

**ОЧИЩЕНИЕ
И ЛЕЧЕНИЕ**

организма

МЕДОМ



ОЧИЩЕННЯ
І ЛЕЧЕННЯ
ОРГАНІЗМА
МІДДОМ



ДНЕПРОПЕТРОВСК
2000

ББК 51.1(2)2
О-94

Рецензент
кандидат медицинских наук
В.В. Чижевский

О пользе меда известно еще с тех времен, когда землю населяли первобытные люди. С тех пор и до наших дней не угасает интерес к меду - одному из ценнейших продуктов питания, который одновременно является и сильнейшим лечебным средством.

Книга "Очищение и лечение медом" рассказывает о методах оздоровления человека медом, приводит рецепты лечения сердечно-сосудистых, легочных, желудочно-кишечных и других болезней как взрослых, так и детей.

Рассчитана на массового читателя.

О-94 Очищення та лікування медом. Упорядник Комрат Є.П. - Дніпропетровськ: РВВ ОП ДКД. 1999. - 64 с.

ISBN 966-7265-36-6

Книга "Очищення та лікування медом" розповідає про різноманітні методи оздоровлення людини, наводить конкретні рецепти лікування серцево-судинної та нервової системи, хвороб шлунку, легенів, печінки, нирок як у дорослих, так і в дітей.

Видання розраховане на широке коло читачів.

О 4103000000-009
99

ББК 51.1(2)2

ISBN 966-7265-36-6

© Комрат Є.П., упорядкування, 1999
© Бурліков К.М., художнє оформлення, 1999

Полезные свойства меда

Испокон веков пчелы изумляют нас своей “мудростью” в выборе ценнейших веществ, входящих в состав нектара и пыльцы, которые они собирают, вылетая на взятки.

Мед может восполнить любой пробел в ежедневном питании. Люди, осведомленные о пищевой ценности меда, более склонны к регулярному его употреблению, чем те, кто имеет о нем довольно смутное представление. Врач, ознакомившийся со всеми свойствами меда, обычно старается прописывать его пациентам, которым необходимо как-либо изменить режим питания.

О пользе меда известно еще с тех времен, когда землю населяли первобытные люди. Однажды случайно обнаружив гнездо пчел и попробовав золотистого нектара, они стали систематически охотиться на гнезда пчел и собирать мед.

В течение столетий мед, вырабатываемый пчелами из нектара цветов, был единственным сладким продуктом, доступным человеку. В последние годы появилось много заменителей меда, используемых в питании людей в виде сахара, получаемого в процессе переработки. Но до сего времени мед представляет собой единственный сладкий продукт, обладающий рядом ценнейших свойств как никакой другой.

Лечебные свойства меда

Мед- продукт жизнедеятельности растений, состоящий из отработанного пчелами нектара цветков с добавлением ферментов и цветочной пыльцы. Для сбора одного килограмма меда пчелам требуется посетить до 10 миллионов медоносных цветков, пролетев при этом расстояние, в 10 раз превышающее окружность земного шара по экватору.

Идеальный продукт питания, калорийный, с отменным вкусом и ароматом, мед вместе с тем обладает разнообразным физиологическим воздействием на организм человека. Принимают мед в пищу в натуральном виде, обязательно запивая чаем, водой. Чрезмерное количество съеденного меда вредно для организма. Мед широко используется для приготовления пряников и печений, кексов, тортов, конфет. Кладут его в каши, едят с творогом, овощами, готовят разнообразные напитки, квасы.

Мед - биологически сложный природный продукт. В нем содержится свыше 100 физиологически активных веществ, основную часть которых составляют сахара (глюкоза и фруктоза), обеспечивающие его высокую калорийность.

В меде в большом количестве имеются ферменты (диастаза, инвертаза, каталаза и др.); витамины (В₁, В₂, В₃, Н, К, С, Е, А и др., содержащиеся в цветочной пыльце), макро- и микроэлементы, число которых достигает 30, основные из них калий, кальций, фосфор, железо, марганец, медь, органические кислоты, фитонциды, биогенные стимуляторы, белки, ацетилхолин, гормональные и другие физиологически активные вещества в количествах и комбинациях, наиболее необходимых для нашего организма.

Цветочный мед, как и пыльца растений, - универсальные и высокоэффективные лекарства, обладающие тонизирующим, кроветворным, регенерирующим, антибиотическим, иммунологическим, антисептическим и другими важными

для организма человека сложными свойствами. Благоотворно действует мед на все органы и системы, регулируя и стимулируя их работу, повышая общую резистентность организма.

В народной фитотерапии это безвредное и вместе с тем высокоэффективное лекарство применяется при самых разнообразных заболеваниях: сердечно-сосудистых (при грудной жабе, слабости сердечной мышцы); легочных (при туберкулезе - в комбинациях с растениями или жиром животных, как отхаркивающее, противокашлевое, при бронхитах - также в комплексе с соответствующим образом подобранными лекарственными растениями); желудочно-кишечных (при язве желудка, двенадцатиперстной кишки, при гастритах с пониженной и повышенной кислотностью).

Очень популярен мед, особенно в сочетании с растениями, при лечении инфицированных ран, ожогов, а также различных кожных и гинекологических заболеваний.

Применяется мед при лечении глаз, в косметике, но особенно ценен он при лечении детей, перенесших тяжелые хронические заболевания.

Мед - известное средство от старения организма. Пчеловоды в большинстве своем обладают завидным здоровьем и долголетием.

Сложный комплекс физиологически активных веществ, перечисленных выше, содержится в меде более или менее постоянно, независимо от места сбора и вида растений, с которых он собран.

Кроме того, растение накладывает определенный отпечаток, передавая в какой-то степени свои лечебные свойства. Например, липовый мед, как и цветки липы, обладает потогонным действием и ценится при простудных заболеваниях.

Однако, наиболее ценный мед - собранный не с одного растения (той же липы), а со многих, еще лучше растений, произрастающих в суровых условиях среды - в горах (белосный мед), засушливых степях и пустынях.

Мед – не только вкусный продукт, который можно употреблять в разных видах, это - ценный комплекс питательных элементов, играющих большую роль в процессах ассимиляции. Он быстро освобождает энергию, расходуемую в период наибольшей дневной активности человека.

Преимущество меда над сахарами:

- 1. Он не раздражает слизистую пищеварительного тракта.*
- 2. Легко и быстро усваивается организмом.*
- 3. Быстро освобождает необходимую энергию.*
- 4. Позволяет спортсменам и физкультурникам, расходующим много энергии, быстро восстанавливать силы.*
- 5. Легче всех других сахаров пропускается почками.*
- 6. Оказывает естественное, слегка послабляющее действие, а также успокаивающее (седативное) влияние на организм.*
- 7. Это доступный и не слишком дорогой продукт.*

Лечебная доза меда

Дневная лечебная доза меда составляет обычно 100 граммов, максимальная – 200 (утром – 30-60, днем – 40-80, вечером 30-60 граммов).

Следует особо подчеркнуть, что эффект действия меда повысится, если пить его с лечебными травяными чаями или поливитаминным чаем из плодов шиповника. Причем при растворении меда чай не должен быть слишком горячим.

Противопоказания

Противопоказанием к лечению медом является его индивидуальная непереносимость.

Поэтому, прежде чем начинать принимать мед, проверьте, не вызывает ли он у вас слезотечения, покашливания, покраснения глаз, сыпи, послабления стула.

Для этого взрослому человеку достаточно съесть чайную ложку меда, ребенку в возрасте старше 1 года – 0,5 чайной ложки, а грудному малышу – 1-2 чайных ложки подслащенной медом воды.

Лечение и очищение организма медом (по Джарвису и Младенову)

Аллергия на пыльцу (сенная лихорадка)

Люди, страдающие сенной лихорадкой обычно уверяют, что это одно из самых неприятных заболеваний. Народная медицина подразделяет сенную лихорадку на 3 типа: слабая, умеренно-сильная, сильная.

Методы лечения - как профилактические так и симптоматические. Если жевать восковые крышечки раз в день до ожидаемого появления сенной лихорадки, болезнь либо не появляется, либо протекает в легкой форме.

При легкой форме заболевания рекомендуется жевать восковые крышечки раз в день по понедельникам, средам и пятницам каждой недели; при этом не будет насморка, можно дышать носом. При отсутствии медовых сотов съедайте за каждой едой по две чайные ложки жидкого (центробежного) меда.

Умеренно-сильную сенную лихорадку нужно лечить жеванием медовых сотов 5 раз в день в течение первых двух дней и затем 3 раза в течение периода, продолжительность

которого определяется по обстоятельствам. Эффективное действие оказывает ежедневное жевание медового сота или за неимением его прием двух чайных ложек центробежного меда.

При лечении умеренно-сильной сенной лихорадки сделаны следующие наблюдения:

1. Слезливость глаз прекращалась через три минуты.
2. Заложенный нос через три минуты открывался; через шесть минут уже можно было дышать носом.
3. Насморк проходил через пять минут.
4. Воспаление в горле снималось через три-пять минут.

При сильной сенной лихорадке медицина рекомендует следующее,

1. За три месяца до предполагаемого начала заболевания принимайте по одной столовой ложке меда после каждой еды на десерт; лучшее средство - сотовый мед, но центробежный также эффективен, его нужно также принимать по одной столовой ложке на полстакана воды на ночь.

2. За две недели до ожидаемого начала заболевания принимайте смесь из двух чайных ложек меда и двух чайных ложек яблочного уксуса на полстакана или на стакан воды до завтрака, и еще на ночь. Такое лечение нужно продолжать до тех пор, пока не исчезнут симптомы заболевания.

3. Продолжайте съедать по одной столовой ложке меда после обеда и ужина на десерт; а также выпивайте смесь яблочного уксуса с медом перед завтраком и на ночь.

4. При необходимости жуйте восковые крышечки чаще в течение дня, чтобы исключить возможность появления насморка и свободно дышать носом.

Джарвис сделал вывод, что подобное лечение действует именно таким образом: сочетание потребления смеси из яблочного уксуса и меда и жевания забруса действует значительно эффективнее, чем инъекции от сенной лихорадки.

Если инъекция не предотвращает насморка, то средства народной медицины при этом оказываются эффективно действующими.

При описанном способе лечения сенной лихорадки пациенты только иногда чихают, жидких выделений из носа не бывает.

Люди, издавна пользующиеся методами народной медицины говорили мне, что примерно на третий день после начала лечения можно наблюдать следующие результаты: 1) чихание прекращается; 2) глаза перестают слезиться через три минуты; 3) насморк проходит через пять-шесть минут; 4) можно ласкать собаку; 5) можно ласкать кошку; 6) можно ездить верхом; 7) можно кормить кур; 8) можно доить корову; 9) можно спать под шерстяным одеялом; 10) можно спать на перьевой подушке; 11) можно работать в цветнике; 12) можно резать амброзию; 13) можно нюхать розы.

Наблюдения показали, что при жевании медовых сотов три или четыре раза в неделю сенная лихорадка проходит через три года.

Ангина (тонзиллит)

● Наиболее распространенное в народной медицине средство лечения ангины – полоскание горла яблочным уксусом. Раствор состоит из 1 чайной ложки яблочного уксуса на стакан воды. Рекомендуется полоскание через каждый час; при этом набирают полный рот раствора, полощут рот и глотают раствор.

При глотании раствор омывает заднюю стенку горла, до которой не доходит раствор при полоскании. По мере

уменьшения болевого ощущения в горле **интервал** между полосканиями может быть увеличен до двух **часов**.

Таким способом можно вылечить **стрептококковую ангину** за 24 часа. Если на миндалинах имеется **налет**, то он исчезает через 12 часов.

Бессонница

Мед – лучшее снотворное, он оказывает успокаивающее действие на организм. Мед – сахар, переработанный пчелами, он не нуждается в переваривании, и готов к усвоению организмом. Через 20 минут после потребления он поступает в кровь.

● *При бессоннице, особенно на фоне хронической усталости, вам поможет чашка меда с добавлением трех чайных ложек яблочного уксуса. Банку с этой смесью вы можете держать в спальне, принимая перед сном по две чайных ложки смеси.*

Через полчаса, после того как вы ляжете в постель, вы заснете. Но если этого не произойдет, примите еще две чайных ложки смеси. В случае крайней слабости, возможно, потребуется принять несколько ложек, и, если вы проснетесь ночью и почувствуете, что не можете больше заснуть – примите еще.

Такое средство – значительно лучше обычного “снотворного”, т.к. этот способ основан на удовлетворении естественной потребности организма, тем более, что мед – безвреден.

Мед уже сам по себе хорошее снотворное, однако в сочетании с яблочным уксусом, он более эффективен.

Если же у вас бессонница на почве хронической усталости, то вам желательно время от времени делать **проверку** состояния своего организма (по моче).

Так, встав утром с постели, проверьте реакцию своей мочи на лакмусовую бумажку. В норме ее реакция кислая (бумажка покраснеет). Проверка реакции утренней мочи позволяет определить, достаточно ли отдохнул ваш организм за ночь.

Если по характеру утренней реакции мочи вы определите, что уровень резервной энергии организма очень низок (вы чувствуете усталость), в таком случае целесообразно сделать растирание рук разведенным яблочным уксусом.

● *На полстакана теплой воды добавьте 1 чайную ложку яблочного уксуса. Влейте в ладонь из стакана около 1 чайной ложки раствора.*

Сначала разотрите этим раствором одну руку и плечо, затем аналогично другую руку и плечо и далее постепенно таким же количеством раствора грудь, живот, спину, бедра, голени, и, наконец, ступни. Полотенце не потребуется. Вместо этого нужно хорошо растереть поверхность кожи обеими руками до полного всасывания раствора, причем он всасывается очень быстро.

Бронхит, туберкулез

Хорошие результаты дает применение высокосортного прополиса для ингаляции при заболевании верхних дыхательных путей и легких (бронхит, туберкулез). Способ этот прост и может быть легко осуществлен не только в клинике, поликлинике, но и в домашних условиях.

● *Для ингаляции взять 60 г прополиса и 40 г воска, положить все в алюминиевую или эмалированную посуду емкостью 300-400 мл и поставить ее в более широкую металлическую чашку с кипящей водой.*

Дышать выделяющимся паром 10-15 минут утром и вечером. Курс лечения – два месяца.

Воспаление слизистой придаточной полости носа

Синусы (пазухи) составляют важную часть дыхательной системы, т.к. они связаны с носовыми путями и помогают фильтровать, увлажнять и согревать вдыхаемый воздух. Будучи полыми, пазухи носа также влияют на звучание голоса и уменьшают вес черепа. Имеется 8 придаточных пазух по обеим сторонам носовой полости.

Воспаление одного или более синусов обычно развивается на фоне щелочной реакции мочи.

При жевании медовых сотов (крышечек) реакция мочи изменяется от щелочной к кислой, т.е. при этом происходит изменение химической реакции организма. Поэтому, людям с заболеваниями носовых пазух придется вспомнить, какие продукты вызывают щелочную реакцию мочи и не употреблять их до выздоровления.

Количество медовых сотов, необходимых для одного жевания, можно определить по жеванию обычной смолы.

● *Рекомендуется жевать медовые соты ежедневно на протяжении четырех-шести часов. Продолжительность каждого жевания - 15 минут; затем разжеванную массу выплевывают.*

При остром воспалении слизистой придаточной полости носа достаточно одного описанного курса лечения в течение полдня или целого дня. Нос хорошо прочищается, боль прекращается. Синусы вернутся к норме.

В течение еще одной недели рекомендуется жевать медовые соты раз в день для предупреждения возможного рецидива.

Также рекомендуется жевать медовые соты раз в день с осени (когда дети идут в школу) и до июня (когда школьники отпускают на летние каникулы) наряду с потреблением

за каждой едой двух чайных ложек меда и регулированием ежедневного потребления пищи.

Гастрит

Гастрит - воспаление слизистой оболочки желудка, сопровождающееся нарушением секреторной и моторной функций.

Для лечения гастрита широко используется мед и маточное молочко. Ряд специалистов рекомендует для лечения использовать прополис внутрь организма.

● *Больным, страдающим гастритом с повышенной кислотностью желудочного сока, рекомендуется принимать мед за 1,5-2 часа до еды 3 раза в день, растворив его в теплой воде, а с пониженной - непосредственно перед едой, растворив его в холодной воде. В том и другом случае в день необходимо принимать не более 100-150 г меда, равномерно распределив его.*

Курс лечения должен продолжаться не менее 1,5-2 месяцев. Проводить лечение тем сортом меда, который легче всего переносится организмом.

Гипертония

Если наблюдать за людьми с высоким кровяным давлением постоянно в течение нескольких лет, можно выяснить многое.

Например, можно на основании наблюдений сделать вывод, что состояние гипертоников меняется изо дня в день, из недели в неделю, в соответствии с изменениями погоды, физиологической активностью, отдыхом, характером потребляемой пищи, болевыми ощущениями, нервным напряжением.

Особое влияние оказывает изменение погоды. В холодную погоду наблюдается наиболее высокое кровяное давление, в жару – наиболее низкое.

Иногда при врачебном осмотре у пациентов значительно повышается давление в связи с волнением. По мере того как человек свыкается с обстановкой и врачом, и успокаивается, волнение, вызванное первоначальным напряжением организма, пропадает.

Какова позиция народной медицины относительно гипертонии?

Из продуктов питания рекомендуются наиболее богатые углеводами – фрукты, зелень, ягоды, мед; тогда как яйца, мясо, молоко, сыр, горох, бобы, орехи, богатые белком и содержащие значительно меньше углеводов, следует употреблять умеренно.

Рекомендуется увеличить ежедневное потребление кислоты в органической форме, например, в виде яблок, винограда, клюквы или их соков.

Ежедневно необходимо съедать количество фруктов, эквивалентное четырем стаканам сока. Их можно съедать за едой, или в любое удобное для вас время. Если вы используете в качестве источника кислоты яблочный уксус, выпивайте его по 2 чайные ложки на стакан воды.

Вы должны пересмотреть ваш ежедневный рацион и проанализировать содержание белков и углеводов в используемой вами пище. Если белка больше, то попытайтесь более правильно сбалансировать рацион по содержанию этих двух компонентов.

Вместо пшеничной пищи используйте кукурузу. Поскольку почки – органы выделения, щелочная реакция, появлению которой способствует пшеничная пища, рафинированный сахар и мясо, указывает на то, что необходимо снизить содержание щелочи в крови.

Обычная поваренная соль притягивает и удерживает жидкость в организме; поэтому из рациона людей с

высоким кровяным давлением нужно исключить соленые продукты.

После соленого всегда хочется пить. До момента выведения из организма избыточная жидкость содержится в крови, и таким образом вызывает повышение кровяного давления.

Когда соль и соленые продукты исключаются из рациона, кровь охотно отдает содержащуюся в ней жидкость, и кровяное давление снижается, наряду со снижением количества соли в пище.

Мед оказывает прямо противоположное действие. Если его употреблять за каждой едой, он будет отбирать избыточную влагу из крови, снижая кровяное давление, действуя как транквилизатор, он уменьшает любое напряжение, вызывающее нарушение нервной системы.

У одной пациентки было необычно высокое кровяное давление, доходящее почти до 300 мм рт. ст., когда ее взяли в известную клинику. Она была тогда едва жива.

Однако, благодаря регулированию щелочности крови по методу, предлагаемому народной медициной, а также лечению медом, эта женщина дожила до 84 лет.

Головокружение

При лечении головокружений прежде всего необходимо определить причину их возникновения.

В результате продолжительного исследования (в течение ряда лет) Джарвисом было выявлено 4 типа головокружения:

1. Кратковременное, непродолжительное головокружение; люди страдающие от этого недуга избегают высоты, у них наблюдается некоторое нарушение координации, когда они спускаются по лестнице – они делают это медленно, глядя на каждую ступеньку.

2. Головокружение связано с нарушением координации тела. Если человек быстро встает, он должен ухватиться за какой-либо предмет, чтобы не упасть.

Такие люди часто носят очки в надежде, что это поможет уменьшить головокружение. Просыпаясь утром, они вынуждены посидеть на краю кровати минут 5-15, прежде чем смогут пройти по комнате.

Через час-два после вставания с кровати головокружение может исчезнуть. Люди, страдающие головокружениями, часто лечатся от раздражительности, полагая, что она является причиной головокружения.

3. При таком типе головокружения, люди вынуждены лежать в постели в течение нескольких дней из-за постоянного головокружения; они не могут встать с постели и одеться.

Они теряют чувство равновесия и могут упасть. При таком типе головокружения, как будто, нет тошноты, либо такого чувства, при котором, кажется, что предметы в комнате плывут перед глазами.

4. При этом типе наблюдаются приступы сильного головокружения, сопровождаемого тошнотой, шумом в ушах, и иногда ослаблением слуха.

Люди, страдающие от такого недуга, бывают временами прикованы к постели в течение нескольких недель из-за головокружения, при котором появляется чувство, что предметы в комнате плывут перед глазами.

Больные не могут стоять на ногах, боясь упасть, и, если им нужно идти, то понадобится проводник, чтобы поддерживать их.

Предпосылкой к головокружению является щелочная реакция мочи. Когда реакция изменяется к кислой, головокружение значительно уменьшается, или исчезает совсем.

В целях предотвращения головокружения народная медицина применяет лечение с помощью яблочного уксуса, дозировка и срок приема которого аналогичны применяемым при лечении других недугов.

Можно соответственно организовать режим жизни, и прежде всего питания в целях предотвращения появления головокружений или в целях лечения в случае, когда оно появилось.

Однако не думайте, что если Вы сегодня примете яблочный уксус один или два раза, то завтра и в дальнейшем вы избавитесь от головокружения.

Некоторое уменьшение головокружения у вас будет наблюдаться к концу второй недели (если Вы точно соблюдали предписания народной медицины относительно приема яблочного уксуса) и дальнейшее улучшение к концу месяца.

Головная боль

При хронической головной боли нужно прежде всего проверить глаза, желудок, почки, печень, и синусные пазухи. Существует несколько типов хронической головной боли. Некоторые связаны с хроническими заболеваниями, такими, как например, почечная болезнь.

Некоторые известны, как психогенная головная боль: в этом случае причина в отрицательных эмоциях —страх, ненависть, волнение. Самая раздражающая из всех – мигрень.

Мигрень передается по наследству, и обычно от нее страдают люди определенного физического типа. Чаще она наблюдается у очень энергичных, активных, отличающихся незаурядными умственными способностями людей. Такие люди обычно очень эмоциональны, отзывчивы, отличаются нервозностью, требовательностью и честолюбием. Я слышал, что мигрень называют “расплата за честолюбие”.

Некоторые типы сильной хронической головной боли врачи рассматривают как мигрень. Действительные или классические симптомы, однако, довольно специфичны.

Перед тем как начинается головная боль, у человека появляются предварительные симптомы. Это пятна или вспышки света перед глазами. Болит одна сторона головы – слово мигрень значит “половина головы”, – часто наблюдается тошнота и другие расстройства пищеварения.

Эмоции – страх и волнение – провоцируют мигрень. С возрастом, обычно, приступы мигрени уменьшаются. Обычно, после 60-ти лет мигрень исчезает. Вероятно, частично из-за того, что человек становится спокойнее и лучше приспосабливается к окружающей обстановке. Джарвис уделил довольно большое внимание изучению мигрени у страдающих ею пациентов.

Поскольку целый ряд симптомов сопровождает нарушение баланса организма, прежде всего важно определить, при какой реакции мочи появляется мигрень. Когда реакция изменялась к кислой, мигрень появлялась реже и была выражена в значительно меньшей степени.

Очевидно, прежде всего необходимо выявить факторы, вызывающие появление щелочной реакции мочи, а затем найти способы регулирования и устранения их.

Нужно увеличить ежедневное потребление кислоты, используя яблочный уксус, который дает положительный эффект. Так, во многих случаях предотвращению мигрени способствует потребление меда – две чайные ложки за каждой едой.

Даже в случае прекращения головной боли съешьте сразу 1 столовую ложку меда, который быстро усваивается организмом; часто головная боль ослабевает через полчаса после потребления меда.

Если головная боль не исчезнет, съешьте еще столовую ложку меда. Мед действует успокаивающе на организм, и в случае головной боли он дает положительный эффект.

Народная медицина считает эффективным еще один из способов применения яблочного уксуса при лечении мигрени. Это – припарки (паровая ванна). Поставьте на огонь таз с равным количеством яблочного уксуса и воды; дайте воде медленно закипеть.

Когда с ее поверхности начнет подниматься пар, наклоните над тазом голову и держите, пока пар будет более или менее сильным. Вдыхайте пары 75 раз.

Обычно после этого головная боль прекращается. Если она появится снова, то будет примерно вдвое слабее. Такая паровая ванна может заменить таблетки от головной боли.

Кашель

(старое испытанное средство)

Если вас беспокоит кашель, используйте следующее эффективное средство от кашля, предлагаемое народной медициной и проверенное многими поколениями.

● *Проварите 1 лимон на медленном огне в течение 10 минут. Он станет мягким, особенно кожура, и из него можно будет выжать больше сока.*

Разрежьте лимон пополам и выжмите сок соковыжималкой. Влейте сок в стакан, добавьте 2 столовых ложки глицерина (2 полных столовых ложки равны одной унции). Тщательно размешайте глицерин с лимонным соком, и затем долейте стакан до верха медом.

Доза сиропа от кашля регулируется по обстоятельствам. Если у вас редкий кашель, принимайте по 1 чайной ложке в течение дня. Перед употреблением смесь взбалтывают.

Если вас беспокоит кашель ночью, примите 1 чайную ложку на ночь и еще одну ночью. Если у вас сильный ка-

шель, 1 чайную ложку утром, встав с постели, еще одну до обеда, одну после обеда и еще по одной под вечер, после ужина и на ночь.

По мере уменьшения кашля сокращайте число приемов смеси. Это наиболее эффективное средство от кашля, которое я знаю.

Оно имеет ряд преимуществ. Не расстраивает желудок, что характерно для многих средств от кашля. Его можно рекомендовать как взрослым, так и детям. Оно эффективно в случаях, когда другие средства не помогают.

Колит

Колит чаще всего хроническое заболевание, вызываемое патогенной микрофлорой. Характеризуется дискомфортом в кишечнике, периодическими болями и длительными запорами. Трудно поддается лечению современными медикаментозными средствами, в том числе и антибиотиками.

В силу наличия выраженного противомикробного действия по отношению к непатогенной микрофлоре, обычно присутствующей в кишечнике, мед широко рекомендуется для лечения колита.

● *Употребляется мед по 80-100 г в сутки, растворенным в яблочном соке или в холодной воде, 3 раза в день до приема пищи*

● *180 г меда, 50 г цветочной пыльцы и 800 г воды. Мед растворяют в холодной воде и при постоянном помешивании прибавляют цветочную пыльцу. Смесь на несколько дней оставляют при комнатной температуре до появления признаков ферментации.*

Принимают по 1/2 - 2/3 стакана перед едой. Курс лечения - 1,5-2 месяца. Можно употреблять пергу в чистом виде, по одной чайной ложке 3 раза в день. Побочные эффекты отсутствуют.

Кожные покровы и слизистые

В народной и научной медицине мед и другие продукты пчеловодства очень широко применялись при лечении ран и целого ряда заболеваний кожи.

Мед используется в виде мазей при лечении ран и язв.

Очень хорошие результаты дает применение меда в сочетании с рыбьим жиром, содержащим большое количество витамина А, который принимает активное участие в процессах развития эпителиальной ткани.

Особенно эффективен мед при лечении вяло заживающих ран, трофических язв, некрозов и гангренов, ожогов и других кожных заболеваний.

● *Состав мази: меда пчелиного - 80 г, рыбьего жира - 20 г и ксероформа - 3 г. Мазь необходимо накладывать на очищенную рану с марлевой повязкой каждые 2-3 дня, курс лечения - 2-3 недели.*

В рецептах народной медицины для лечения различных раневых и язвенных поражений кожи и слизистых мед рекомендуют добавлять к отварам и настоям лекарственных растений. Предлагаются следующие рецепты народной медицины:

● *Одну столовую ложку высушенной травы сушеницы болотной залить стаканом кипящей воды и кипятить 10-15 мин на водяной бане, затем настаивать 30 мин, процедить, добавить одну столовую ложку меда. Такой состав можно использовать для промывания ран и язв, а также принимать внутрь по 1-2 столовые ложки за 30 мин до еды при язвенной болезни.*

● *50 г листьев эвкалипта залить 500 мл кипятка, кипятить на водяной бане в течение 10-15 мин, охладить, процедить и добавить две столовые ложки меда.*

Применять для лечения длительно не заживающих ран и язв в виде примочек и ванночек до полного их заживления.

● *1-2 столовые ложки высушенных цветов ромашки медицинской залить двумя стаканами кипящей воды, кипятить 10-15 мин на водяной бане, охладить, процедить и добавить 1-2 чайные ложки меда.*

Использовать в виде полоскания при стоматитах, гингивитах, ангинах. При хронических колитах можно делать микроклизмы (50 мл в задний проход на ночь).

Хороший лечебный эффект наблюдается от применения прополиса при длительно не заживающих ранах, трофических язвах, ожогах, обморожениях, абсцессах, фурункулезе и др.

Его лечебное действие основывается на сильном противомикробном, противовоспалительном обезболивающем и стимулирующем защитные силы организма действии. Применяется прополис в виде прополисовой мази.

Мед и прополис широко применяются для лечения таких кожных заболеваний, как экземы, нейродерматиты, фурункулез, грибковые поражения кожи и т.д. Для этого лечения используются медовые и прополисные мази, состав и приготовление которых описаны выше.

Мед применяют при воспалительных заболеваниях слизистых оболочек глаза (конъюнктивитах и катарактах), а также при язве. В этих случаях проводят орошение слизистой глаза медовым раствором или закапывают натуральный мед за нижнее веко.

В некоторых случаях при закапывании меда в глаз ощущается жжение, которое вскоре проходит. Боли и неприятные ощущения от заболевания постепенно исчезают.

Пчелиный мед оказывает выраженное противогрибковое действие. При поражениях слизистой полости рта, десен мед оказывает хороший эффект. Для этого необходимо полоскать полость рта водным раствором меда, принимать натуральный мед, длительно задерживая его во рту.

Лучше всего употреблять мед в сотах, так как он дольше задерживается во рту, больше содержит витаминов, перги и других веществ, воск же способствует очищению зубов. Мед в отличие от сахара не оказывает на зубы разрушительного действия.

Нервная система

● *При неврозе сердца, неврастении, истерии широко применяется натуральный мед. При неврастении рекомендуется принимать цветочный мед по 100-120 г в сутки в течение 1-2 месяцев утром и вечером по 30 г, а после обеда 40-60 г. Перед сном, за полчаса, мед необходимо разбавить в стакане воды комнатной температуры.*

Спустя 1-2 недели после начала лечения у больных наступает хороший крепкий сон, чувство бодрости, повышается работоспособность.

При перечисленных заболеваниях нервной системы, для более успешного их лечения, действие меда можно усилить, добавляя к нему маточное молочко и цветочную пыльцу.

При заболеваниях периферической нервной системы тоже используют продукты пчеловодства. Медолечение широко и с большим успехом применяется при таких неврологических заболеваниях: пояснично-крестцовый радикулит, ишиас, межреберные и другие невралгии, миозит, полиневриты, ревматоидные полиартриты и др.

Опьянение

Народная медицина разработала способ отрезвления людей, находящихся в состоянии сильного опьянения.

Мужчина в возрасте сорока с лишним лет пил с 27 декабря по 10 января. При осмотре он был мертвецки пьян. Ему дали 6 чайных ложек меда; через 20 минут еще такую же дозу, и затем еще.

Всего он получил 18 чайных ложек меда в течение 40 минут. Лечение продолжили: 3 дозы по 6 чайных ложек каждая давали через 20 минут. На следующее утро пациента осмотрели в 8.30 утра. Он спал до 7,30 утра. Такого с ним не было в течение 20 лет.

Однако, он выпил оставшийся в бутылке, обнаруженной у него в постели, глоток спиртного. Сначала ему дали еще 3 дозы по 6 чайных ложек с интервалом в 20 минут; затем яйцо всмятку.

Через 10 минут он получил 6 чайных ложек меда. На завтрак он съел 4 чайных ложки меда (перед едой), стакан томатного сока и кусочек нежного мяса. На десерт он получил еще 4 чайных ложки меда.

Друг принес ему бутылку спиртного и поставил на стол за ужином, но он отодвинул ее и сказал, что больше не хочет пить. Он больше никогда не брал в рот спиртного.

Печень и желчевыводящие пути

С лечебной и профилактической целью при заболеваниях печени мед рекомендуют применять утром (30-50 г) с добавлением маточного молочка (одна ложечка для горчицы), а после обеда - столовую ложку меда с одной чайной ложкой перги.

● *Эффективно действует смесь из одной чайной ложки меда с яблочным соком, принимать утром и вечером.*

Сердечно-сосудистая система

Еще Авиценна рекомендовал больным со слабой сердечной деятельностью мед, смешанный с гранатовым соком.

Не может быть долголетия при слабой сердечной мышце, которая должна выполнять непрерывно огромную работу, а для этого ей необходима энергия.

Мед содержит все составные элементы, необходимые для лечения заболеваний сердца, и особенно большое количество глюкозы.

У больных со слабой сердечной мышцей развивается одышка, цианоз, отек, в крови накапливаются токсические вещества.

Мед поставляет организму большое количество глюкозы, которая служит энергетическим материалом не только для других органов и тканей, но и для сердечной мышцы, он улучшает обезвреживающую функцию печени и способствует нейтрализации токсических веществ в ней и выведению их почками в результате усиления диуреза.

Сложный химический состав меда нормализует нервную деятельность, которая резко нарушена у больных с сердечной недостаточностью.

● *Рекомендуется при миокардите, миокардиосклерозе, сердечной астме, аритмии, легочном сердце и др. употреблять мед на протяжении 100-150 г в сутки, распределенных на небольшие порции.*

● *При лечении ишемической болезни сердца принимать мед в количестве 50 г в день в течение 1-2 месяцев.*

Спазмы мышц

Иногда нас может беспокоить заворачивание век или уголков рта, спазмы мышц, главным образом ног и ступней ночью.

● *Мышечные спазмы можно устранить, принимая по 2 чайные ложки меда за каждой едой обычно в течение недели. После этого наступает улучшение.*

Мед можно продолжать принимать в течение неопределенного времени в целях предупреждения возможных рецидивов.

Трихомонадный кольпит

При трихомонадном кольпите можно применять натуральный цветочный мед после очистки влагалища тампоном.

● Положить на дно влагалища одну чайную ложку засахарившегося меда и смазать им шейку матки, стенки, выход влагалища и пути вульвы. Курс лечения - 10-15 процедур.

Для лечения трихомонадного кольпита применяется и метод электрофореза медом, продолжительность лечения 10 дней в условиях физиотерапевтического кабинета.

Хроническая усталость и мыло

Некоторых может удивить, что Джарвис советует тем, кто страдает от хронической усталости отказаться от применения мыла. Проверьте реакцию влажной поверхности кусочка мыла на лакмус, и вы увидите, что она щелочная (бумажка посинеет).

Поэтому мыло не способствует устранению в нашем организме состояния хронической усталости, от которой вы желаете избавиться.

С другой стороны, в состав многих растений входят кислоты. Когда в качестве моющего средства используется кислота, кожа получает естественный продукт, соответствующий ее естественной потребности: кислота, вероятно, стимулирует приток к коже крови.

При пользовании мылом и водой (щелочной раствор) кожа бледнеет, и чтобы придать ей живость, приходится применять косметические средства. При нормальном кровоснабжении кожа розовеет; бледность кожи обычно является признаком кислотного голодания.

Мыло необходимо использовать для удаления грязи, но рекомендуется пользоваться им по возможности меньше, и после мытья мылом кожу рекомендуется споласкивать разведенным яблочным уксусом для создания кислой реакции кожи.

Аналогичным образом нужно подходить и к купанию. Вместо пользования мылом, добавьте пол-пинты яблочного уксуса в воду, налитую в ванну и посидите в воде хотя бы 15 минут, чтобы кожа могла впитать некоторое количество подкисленной воды. Старайтесь использовать как можно меньше мыла, когда моетесь, и после купания споласкивайте кожу водным раствором яблочного уксуса.

Способ определения реакции кожи предельно прост. Если она чешется, значит ее реакция щелочная. Если у вас чешется голова или кожа тела, нужно прекратить пользование мылом, вместо него применять моющее средство, которое может вернуть реакцию кожи к нормальной – кислой.

Если у мужчины чешется голова, рекомендуется смочить голову водным раствором яблочного уксуса (1 чайная ложка яблочного уксуса на стакан воды) и расчесать волосы. Эту процедуру нужно повторять до тех пор, пока волосы не будут полностью пропитаны раствором.

Женщинам это делать сложнее. Если у вас завивка, то нужно вчесывать в волосы указанный раствор. Но при этом волосы распрямляются, завивка исчезает. В таком случае, чтобы сохранить прическу, лучше проделать указанную процедуру перед мытьем головы.

Фарингит

Прополис активно воздействует на течение биологических процессов в тканях организма, обладает антимикробным, противовоспалительным и местно анестезирующим свойствами.

Он активизирует процессы восстановления, что особенно важно при атрофических заболеваниях слизистой оболочки.

Рецепт изготовления смеси для лечения фарингита

● *Измельченный прополис опускаем в стакан с холодной водой, при этом воск и некоторые другие примеси всплывут, а прополис осядет на дно. Этот осадок просушиваем и заливаем 96-градусным спиртом (из расчета 30 г прополиса на 100 г спирта), настаиваем в течение недели, периодически встряхивая, затем фильтруем.*

Смешиваем одну часть экстракта прополиса и две части глицерина (или персикового масла).

● *При хроническом фарингите слизистую оболочку носо- и ротоглотки, предварительно освобожденную от слизи и корок, смазывают полученной смесью в течение 10-15 дней один раз в день. На одну аппликацию расходуется 2-2,5 мг препарата.*

Лечебная активность экстракта прополиса значительно превышает эффективность наиболее распространенных лекарственных средств, применяемых при хронических фарингитах.

Эрозия шейки матки

Эрозия шейки матки - заболевание, характеризующееся изъязвлением ее слизистой оболочки, неприятными ощущениями, обильными выделениями с примесью гноя и крови.

✓ Для лечения больных с эрозией шейки матки используют местное применение натурального меда, как и при трихомонадном кольпите, а также метод влагалищного электрофореза (раз в день).

При некоторых гинекологических заболеваниях (эрозия шейки матки, кольпит, эндоцервицит и др.) используется прополис, эффект от которого объясняется прежде всего его

противомикробными и противовоспалительными свойствами. Применяется прополис при этих заболеваниях в виде мази.

Способ приготовления прополисной мази

Прополис измельчают в чистой посуде, расплавляют 100 г медицинского вазелина (можно взять свиной очищенный жир), доводят до кипения и охлаждают до 50-60 градусов. В масло добавляют 10 г прополиса и смесь нагревают до 70-80 градусов, постоянно помешивая в течение 10 мин, затем фильтруют в горячем виде через марлю, охлаждают при постоянном помешивании, после чего мазь готова к употреблению.

Хранят мазь в темной склянке с плотной крышкой в сухом и прохладном месте.

● *После очистки пораженного участка слизистой влагалища от секрета кладут тампон с прополисной мазью. Через 10-12 часов тампон вынимают. Процедуры делают ежедневно на протяжении 10-15 дней.*

Язвенная болезнь

Язва желудка и двенадцатиперстной кишки в силу сложного механизма развития представляют большие трудности при лечении.

Мед, благодаря содержанию большого количества различных фармакологических элементов, оказывает двойное действие: местное, способствующее обезболиванию эффекту и заживлению язвенной поверхности, и общеукрепляющее нормализацию функций нервной системы.

Составные элементы и действие меда обеспечивают снижение ферментативных процессов в желудке, что приводит к понижению содержания соляной кислоты и пепсина.

● *При язвенной болезни мед необходимо принимать за 1,5-2 часа до приема пищи или через 3 часа после еды. Лучшие всего принимать мед за 1,5-2 часа до завтрака и обеда, а затем через 3 часа после полдника.*

Рекомендуется мед принимать разбавленным теплой водой, что способствует уменьшению тонуса мускулатуры желудка и лучшему всасыванию меда. Желательно утром и вечером принимать по 30 г меда, а днем - 40 г. Курс лечения - 1,5-2 месяца.

Больным язвенной болезнью с пониженной кислотностью рекомендуется принимать мед за несколько минут перед приемом пищи.

Маточное молочко в силу его химического состава и биологических свойств для лечения язвенной болезни рекомендуют использовать совместно с медом в соотношении 1:100. Приготовленную смесь принимают по 2 чайные ложки 3 раза в день.

Для предупреждения инактивации маточного молочка желудочным соком необходимо за 10 минут до его приема выпить 0,5 стакана минеральной щелочной воды (боржоми) или раствор соды (чайная ложка) в кипяченой воде (0,5 стакана).

Лечение язвы желудка прополисом

Рекомендуется применять прополис в двух лекарственных формах – в виде спиртового раствора и прополисного масла.

Для приготовления спиртового раствора берут 10 г измельченного прополиса, заливают 100 мл спирта-ректификата и взбалтывают в течение 30 мин, затем смесь настаивают три дня, снова взбалтывают, ставят на холод на два часа и фильтруют бумажным фильтром.

Для приготовления прополисного масла 10 г измельченного прополиса смешивают со 100 г разогретого на во-

дяной бане несоленого сливочного масла. Экстрагирование прополиса проводят путем подогревания смеси на водяной бане в течение 5-10 мин, после чего ее фильтруют в горячем состоянии через один слой марли, постоянно помешивая. При экстрагировании прополиса не рекомендуется доводить смесь до кипения.

● *Спиртовой прополисный раствор следует принимать внутрь по 15-30 капель на воде, кипяченом молоке или 0,5%-ном новокаине, три раза в день за 1-1,5 часа до еды, в течение 18-20 дней. При необходимости курс повторяют через одну-две недели.*

Нужно строго соблюдать дозировку: большие дозы могут вызвать уменьшение аппетита, снижение общего тонуса, вялость, увеличение лейкоцитов в крови.

● *Прополисное масло принимают внутрь по одной чайной ложке на подогретом молоке, три раза в день за 1-1,5 часа до еды. Длительность курса лечения та же. Использование прополисного масла противопоказано при заболеваниях печени.*

При приеме прополиса боли обычно уменьшаются уже на четвертый-пятый день, а через 10-12 дней исчезают.

В отдельных случаях спиртовой раствор прополиса мы применяли при хронических гастритах. При этом больные отмечали уже в начале лечения исчезновение болей. Кроме того, у них улучшался аппетит и исчезала изжога.

Назначая препараты прополиса, нужно иметь в виду, что встречаются люди, обладающие повышенной чувствительностью к нему. При этом появляется зуд, иногда высыпает сыпь. После прекращения приема прополиса эти явления исчезают.

● *Настой прополиса рекомендуют для лечения язвы желудка и двенадцатиперстной кишки: 100 г прополиса в из-*

мельченном виде заливается 0,5 л спирта (96°), и в течение 5 дней бутылка хранится в темноте, ее взбалтывают 2-3 раза в день; после процеживания через марлю и повторного отстаивания принимают верхний надосадочный слой по 20-30 капель в полстакана теплой воды до еды 3-4 раза в день.

Лечение язвы маточным молочком

● *Один грамм маточного молочка + 100 граммов меда. Смесь принимается 3 раза в день до еды по 2 чайных ложки в течение одного месяца при язвенной болезни желудка.*

● *Маточное молочко + 40% спирт (водка) в соотношении 1 : 2 назначается по 5-10 капель 4 раза в день, за 1,5 ч до еды. Применяется при язвенной болезни желудка, спастических колитах.*

.. Мед в питании грудных детей

Основная пища всех грудных детей (кроме материнского молока) - коровье молоко, разбавленное и подслащенное.

Мед в этом смысле незаменим. Большинство детей переносят его, и помимо того, что он сладкий, он является прекрасным минеральным дополнением к тем минеральным веществам, которые входят в состав молока: мед также содержит небольшое количество белка; он обладает антисептическими свойствами, оказывает легкое послабляющее действие.

Помимо этих преимуществ, он отличается нежным ароматом, который повышает его вкусовые качества. Основное значение меда - снабжение организма ребенка комплексом минеральных элементов, необходимых для его роста и развития.

При использовании меда в детском питании добавляют одну или 2 чайные ложки меда на 8 унций детской питательной смеси. Если ребенка крепит, количество меда рекомендуется увеличить на половину чайной ложки. С другой

стороны, при слабом стуле количество меда аналогично снижают.

Младенцы (груднички), получающие мед, редко страдают от болей в животе (газов), поскольку быстрая абсорбция меда предотвращает ферментацию.

Мед и склонность детей мочиться в постель

Некоторым может показаться удивительным, что наиболее эффективное средство лечения мочеиспускания в постель у детей - это мед.

Если ребенок продолжает мочиться в постель после трехлетнего возраста, это уже превращается в проблему. Однако, это одно из наиболее обычных явлений, причиняющих беспокойство не только детям, но и всем членам семьи.

В течение очень долгого периода на вопрос о том, что делать, как избавиться от привычки ребенка ночью мочиться в постель, врачи отвечали, что со временем это пройдет.

Такой ответ говорит о том, что никакого определенного средства нет. Как правило, мочатся в постель легко возбудимые дети, очень чувствительные к волнению.

Большинство детей до двухлетнего возраста способны регулировать мочеиспускание в течение дня, и еще через несколько месяцев большинство из них перестает мочиться ночью в постель.

Обычно дети мочатся ночью в постель один или два раза за ночь; они могут мочиться в постель и после того как уже налажена регулярная работа мочевого пузыря, иногда это происходит самопроизвольно в силу прежней привычки.

Некоторые дети мочатся в постель в первый час после того, как ложатся спать. С другими это случается под утро.

Некоторые дети просыпаются во время акта мочеиспускания, или сразу после него; другие при этом спят, не просыпаясь.

Предположим, что ваш ребенок имеет привычку мочиться ночью в постель. Что рекомендует при этом Джарвис?

Дать ребенку на ночь чайную ложку меда, так как он оказывает следующее действие:

Во-первых, он положительно влияет на нервную систему как успокаивающее средство.

Во-вторых, как уже было сказано, он привлекает и удерживает влагу в период ночного отдыха, как бы уменьшая таким образом нагрузку на почки.

По мере продолжительного использования меда с этой целью вы научитесь определять, когда его нужно давать ребенку. Например, после посещения детского праздника, когда нервная система возбуждена, ему необходим хороший отдых, при этом чайная ложка меда на ночь окажет благоприятное действие.

Также при повышенном употреблении жидкости, особенно после 5 часов вечера, вас охватывает тревога, что ребенок может ночью помочиться в постель, если его нервная система не будет расслаблена.

Когда вы научитесь регулировать мочеиспускание ребенка, давая ему мед на ночь, постарайтесь проверить может ли ребенок регулировать мочеиспускание без этого средства.

Вскоре вы научитесь по некоторым признакам определять будет ли ребенок мочиться в постель или нет. Постепенно уменьшая дозу меда, в конце концов его можно исключить совсем.

Но теперь вы сами захотите всегда иметь мед под рукой, чтобы в случае необходимости снова воспользоваться им. Во всяком случае мед всегда действует успокаивающе на нервную систему.

Лечение медом по рецептам народных целителей

Народная медицина широко рекомендует настои, отвары, соки растений и плодов для лечения различных воспалительных заболеваний, грибковых поражений кожи, угрей, себореи, потливости. Очень эффективно сочетать продукты пчеловодства с веществами растительного происхождения.

Атеросклероз

● При атеросклерозе коронарных сосудов мед полезен как источник микроэлементов и витаминов, но сосуды он не расширяет и никаким антисклеротическим действием не обладает.

● Сок лука смешайте с медом в пропорции 1 : 1, принимайте 2-3 раза в день по столовой ложке.

● Смешайте стакан меда со стаканом сока черной редьки, принимайте 3 раза в день по 20 г (столов. ложка).

Болезни печени и желчевыводящих путей

Воспалительные заболевания желчевыводящих путей и их дискинезии наиболее частая причина развития печеночно-болевого синдрома.

● В этих случаях весьма полезен мед, в особенности при сочетании с цветочной пыльцой и маточным молочком (дозировка: 30 г три раза в день, пыльцы по 0,8 г три раза в день и маточного молочка по 0,05 г два раза в день).

● Принимайте утром и вечером чайную ложку меда и полстакана яблочного сока.

● Меда, масла оливкового, сока лимона – в равных частях. Смешать. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой.

Болезни суставов

- Смешанные с медом семена крапивы (1 : 1) при длительном применении излечивают запущенные болезни суставов. Чтобы не повышать излишне свертываемость крови, добавьте в крапивное семя 1/6 его объема сушеной травы донника.

Бронхит

- 1 ст. ложка свежего сока алоэ (столетника), 100 г сливочного масла (несоленого), 100 г свиного (или гусиного) смальца, 100 г натурального пчелиного меда и 50 г какао. Все тщательно перемешать.

Принимать по 1 ст. ложке на стакан горячего молока (детям по 1 чайной ложке или 1 десертной ложке, в зависимости от возраста) 2 раза в день.

- Возьмите 100 г сока алоэ, 500 г измельченных ядер грецких орехов, 300 г меда, сок 3-4 лимонов. Принимать по десертной или чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды. Для получения сока используйте алоэ не моложе 2 лет.

Срежьте крупные нижние и средние листья, промойте их кипяченой водой, затем разрежьте на мелкие кусочки и выжмите через вдвое сложенную марлю (пропустите через мясорубку или отожмите с помощью соковыжималки).

- Корней девясила высокого измельченных – 1 столовая ложка. Заварить в стакане воды и кипятить 10 минут. К остывшему отфильтрованному отвару добавить 1 столовую ложку меда.

Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за час до еды при кашле.

- Смесь измельченных листьев медуницы лекарственной, подорожника большого, шалфея аптечного, золототысячника и травы полыни (по одной столовой ложке) зава-

ритель в стакане кипятка. Профильтровать. Добавить 1 столовую ложку меда. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 1 час до еды.

● 500 г очищенного и измельченного лука репчатого, 50 г меда и 40 г сахара варят в литре воды на слабом огне 3 часа. После охлаждения жидкость слить в бутылку и плотно закупорить. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день.

● Листьев мать-и-мачехи измельченных – 1 столовая ложка. Заварить в стакане кипятка. После охлаждения процедить и добавить 1 столовую ложку меда. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

● Сока редьки черной и меда в равных частях. Смешать. Принимать по 1 столовой ложке (детям по 1 чайной ложке) 3 раза в день.

● Вырезать середину редьки и наполнить ее медом. Образовавшуюся через 3-4 часа жидкость принимать по 1 столовой ложке (детям по 1 чайной ложке) 2-3 раза в день.

● Измельченных корня алтея и листьев мать-и-мачехи по 2 части, травы душицы – 1 часть. 1 столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настаивать 20 минут и процедить. Добавить 1 столовую ложку меда. Принимать по 0,5 стакана 2-3 раза в день после еды.

● Измельченных корня солодки и листьев подорожника по 3 части, листьев мать-и-мачехи – 4 части. 1 столовую ложку использовать для приготовления стакана чая. После процеживания добавить 1 столовую ложку меда. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день после еды.

Герпес

При поражениях глаз вирусом простого герпеса, которые часто приводят к снижению остроты зрения и стойким по-

мутнениям роговицы, применяется мед, пчелиный яд и их смесь. Последняя наиболее эффективна.

● Мед закладывается за нижнее веко 3-4 раза в день 10 дней подряд, после чего следует 3-4-дневный перерыв в лечении, так как наблюдается привыкание глаз к меду (исчезает его раздражающее действие, необходимое для развития лечебного эффекта). Проводится несколько курсов лечения.

Полное излечение при применении меда в комплексной терапии герпетических поражений глаз наступает значительно быстрее, чем при проведении общепринятого лечения. Мед дает возможность избежать помутнения роговой оболочки и эффективен при лечении помутнений роговицы, значительно улучшает остроту зрения.

Гипертония

● Сока столовой свеклы, сока моркови, сока хрена, меда – по стакану, сок 1 лимона. Смешать. Принимать по 1 столовой ложке за час до еды. Курс лечения 2 месяца.

● Сока моркови, сока хрена, меда – по стакану, сок 1 лимона. Тщательно перемешать. Принимать по одной столовой ложке за час до еды.

Заболевания глаз

● Мед и рыбий жир в равных частях тщательно смешать. Первые три дня закладывать за нижнее веко на ночь, четвертый и пятый дни – 3-4 раза в день.

● Меда – 3 г, воды дистиллированной – 10 мл. Смешать. Применять как глазные капли 3-5 раз в день.

Заболевания кишечника

● При заболеваниях кишечника рекомендуется принимать 60-100 г меда в сутки, разделив их на 3 дозы, вместе с яблочным соком (1 стакан на прием).

Заболевания полости рта и горла

● Для лечения воспалительных процессов десен, слизистой полости рта и зева, а также ангин чаще всего прибегают к полосканиям.

● Цветков ромашки – 1 ст. ложку, меда – 1 чайную ложку. Цветки заварить в стакане воды. После охлаждения процедить и добавить мед.

● Цветков липы – 1 часть, коры дуба - 2 части. Смешать. 1 столовую ложку заварить в стакане воды. После охлаждения процедить и добавить 1 чайную ложку меда.

● Цветков липы – 2 части, цветков ромашки – 3 части. Смешать. 1 столовую ложку заварить в стакане воды. После охлаждения процедить и добавить 1 чайную ложку меда.

● Бензилпенициллина натриевой соли – 500000 ЕД, меда – 50 г. Смешать. Хранить на холоде. Этой смесью ежедневно смазывать миндалины детям после еды. После процедуры необходимо воздержаться от приема пищи в течение 2 часов. Курс лечения состоит из 12-15 смазываний. Каждые 2-3 месяца его повторяют. Всего проводят 4 курса.

Помимо местного назначения, детям давали внутрь по 20-30 г меда в день за 1,5-2 часа до приема пищи на протяжении 1,5-2 месяцев.

Заболевания почек

● Настоя листьев брусники – стакан (приготовить из 20 г высушенных листьев), меда – 1 столовая ложка. Принимать по 1 стакану 3 раза в день.

● Корня бадяжи камнеломки и плодов шиповника в равных количествах. Из 1 столовой ложки сбора заварить 2 стакана отвара. Добавить 1 столовую ложку меда. Смешать. Принимать по 1 стакану 2 раза в день.

Заболевания сердечной мышцы

Мед содержит много легкоусвояемой глюкозы, что особенно важно для пожилых людей. Мед также улучшает кровообращение.

Ежедневный прием 50-70 г меда (при исключении других сладостей) в течение 1-2 месяцев весьма положительно сказывается на больных, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями: улучшается общее состояние, деятельность сердца и сосудов, нормализуется состав крови.

- Настоя шиповника (1 столовая ложка сухих плодов шиповника на 2 стакана воды, кипятить 10 минут) – 2 стакана, меда – 1 столовая ложка. Смешать. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день.

Заболевания слизистой носа и придаточных полостей

Мед находит применение при лечении ринитов и гайморитов.

- Для терапии ринитов (воспалительных процессов слизистой носа) используются местные аппликации меда (предпочтительно выкристаллизованного) или меда в смеси с анестезином, который уменьшает или полностью устраняет неприятные болевые ощущения, вызываемые медом.

- Меда – 25 г, анестезина – 0,5 г. Тщательно перемешать. Вносить в нос при помощи стеклянной палочки. Мед-анестезиновая смесь (либо выкристаллизованный мед) тает, стекает по слизистой носа в глотку и заглатывается. Такая процедура повторяется дважды в день.

Импотенция

Рекомендуется провести курс лечения настоем календулы, корней родиолы розовой, элеутерококка, аралии маньчжурской и меда.

Готовят его так: 15 граммов корней родиолы розовой залейте 150 граммами кипятка, настаивайте 21 день и процедите через 3 слоя марли. 10 граммов корней элеутерококка залейте 100 граммами водки, настаивайте 20 дней и отфильтруйте через 3 слоя марли.

10 граммов корней аралии маньчжурской также залейте 100 граммами водки, настаивайте 20 дней и процедите через 3 слоя марли. 3 грамма соцветий календулы залейте 100 граммами кипятка и настаивайте в течение часа, затем процедите.

Полученные настои смешайте, добавьте к ним 3 столовые ложки меда и взболтайте до его полного растворения.

Храните настой в холодильнике или в темном прохладном месте. Принимайте 3 раза в день по 30 капель перед едой в течение месяца. Спустя 2-3 недели курс лечения можно повторить.

Но, разумеется, одни только лекарственные растения не избавят вас от импотенции. Комплексную терапию этого недуга назначает врач.

Катар верхних дыхательных путей

● Цветков липы и плодов малины, измельченных в равных количествах. 1 столовую ложку смеси заварить в стакане кипятка. Процедить. Добавить 1 столовую ложку меда (лучше липового). Принимать в теплом виде на ночь.

● Плодов малины измельченных – 2 части, листьев мать-и-мачехи измельченных – 2 части, травы душицы измельченной – 1 часть. Столовую ложку сбора заварить в стакане кипятка. Кипятить 5-10 минут и процедить. Добавить 1 столовую ложку меда и принимать в теплом виде на ночь.

● Меда липового – 1 столовая ложка, стакан теплой воды. Пить как чай в теплом виде на ночь.

● Цветков бузины черной измельченных – 1 столовая ложка. Заварить в стакане воды. Процедить. Добавить 1 столовую ложку меда. Принимать в теплом виде на ночь.

● Плодов бузины черной высушенных – 1 столовая ложка. Заварить в стакане кипятка. Через 20 минут процедить и добавить 1 столовую ложку меда. Принимать по 0,5 стакана 3-4 раза в день.

● Цветков липы измельченных – 1 столовая ложка. Заварить в стакане воды и процедить. Добавить 1 столовую ложку меда. Принимать по 0,5 стакана 3-4 раза в день.

● Ягод малины высушенных – 2 столовые ложки (или свежих – 100 г). Заварить в стакане воды. Не отделяя ягод от отвара, добавить 1 столовую ложку меда и принимать в теплом виде на ночь.

● Меда – 1 столовая ложка, молока теплого – стакан. Принимать на ночь.

● Донникового чая (из 1 столовой ложки травы) – стакан, меда – 1 столовая ложка. Принимать по 0,5 стакана на ночь.

● Сока хрена и меда в равных количествах. Смешать. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день.

Кашель

● Меда – 2 чайные ложки, воды комнатной температуры – 0,5 стакана. Смешать. Принимать перед сном.

● Многие наверно слышали о таком средстве от кашля, как редька с медом. Готовить его следует так: в верхней широкой части тщательно вымытой редьки сделайте углубление с таким расчетом, чтобы в него вошли 2 столовые ложки жидкого меда.

Редьку поместите в какой-либо сосуд в вертикальном положении, накройте плотной бумагой и настаивайте в тече-

ние 3-4 часов. При сильном кашле взрослым и детям старше года следует принимать по чайной ложке образовавшейся в редьке жидкости 3-4 раза в день — до еды и перед сном. Кстати, наибольшее количество сока дают такие сорта редьки, как Зимняя круглая черная, Грайворонская.

- Очень хорошее средство от кашля — сок лимона с медом: небольшой лимон залейте водой и кипятите на слабом огне не более 10 минут, остудите, разрежьте пополам и выжмите сок в стакан емкостью 200 граммов.

К соку лимона добавьте 2 столовые ложки глицерина для внутреннего пользования, до краев стакана налейте мед и все тщательно перемешайте. При сильном и частом кашле принимайте по 2 чайные ложки смеси 3 раза в день перед едой, а также на ночь.

Если кашель сильный, но редкий и сухой, принимайте по чайной ложке смеси до и после завтрака, обеда, ужина и обязательно перед сном. Такой сироп с удовольствием пьют и маленькие дети: начиная с года им можно давать по чайной ложке смеси перед едой — 3 раза в день и на ночь.

Кашель у грудных детей

- Для грудных детей народная медицина предлагает такой способ избавления от кашля: к чайной ложке меда добавьте 2 столовые ложки семян аниса (они бывают в аптеке) и щепотку поваренной соли.

Все это залейте стаканом воды, доведите до кипения, процедите. И давайте ребенку по чайной ложке каждые 2 часа. По мере стихания кашля сокращайте и дозу смеси. Но имейте в виду, что все смеси, содержащие мед, нельзя давать детям, страдающим диатезом.

Легкое слабительное

Варенье из плодов бузины черной на меду. Принимать по 1 столовой ложке на стакан воды.

Лечение волос

- Для смягчения волос в домашних условиях можно приготовить медовый шампунь. Делается это так: 30 граммов аптечной ромашки залейте 100 граммами крутого кипятка и настаивайте в течение часа.

Настой процедите, добавьте десертную ложку меда и размешайте. Предварительно вымытые и слегка вытертые полотенцем волосы обильно смочите приготовленным шампунем, а через 30-40 минут промойте волосы теплой водой без мыла.

- Тем, у кого волосы очень сухие, такую процедуру можно делать не чаще одного раза в 10-12 дней, а при жирных волосах – раз в 6-7 дней.

- Укрепляет волосы и способствует их росту смесь репчатого лука с медом. Натертый на крупной терке лук перемешайте с медом (на 4 части луковой кашицы 1 часть меда).

Полученную смесь вотрите в корни вымытых волос и обвяжите их махровых полотенцем. Через 30-40 минут промойте волосы теплой водой без мыла.

- Если волосы очень сухие и ломкие, к кашице лука с медом добавьте немного теплого оливкового, соевого или кукурузного масла и вотрите эту смесь в корни волос за час до мытья. (На это время наденьте резиновую шапочку и обвяжите голову полотенцем).

Вымойте волосы теплой водой с мылом или шампунем. Процедуры для укрепления волос взрослому человеку достаточно делать раз в 2-3 недели, детям старше года – раз в 2 месяца. Предварительно обязательно посоветуйтесь с педиатром, не повредит ли вашему ребенку такая процедура.

Насморк

Если мед добавить к соку сырой красной свеклы, получится эффективное средство от насморка: примерно чайную ложку меда соедините с 2,5 чайной ложки свекольного сока

При насморке закапывайте по 4-6 капель смеси в каждую ноздрю 4-5 раз в день. Особенно помогает такое лечение детям с разросшимися аденоидами в носоглотке.

Понятно, что эти капли не избавляют ребенка от аденоидов, но до решения вопроса о хирургическом вмешательстве значительно улучшают носовое дыхание, временно прекращают выделение слизи из носа.

Ослабление сердечной деятельности и заболевания почек

● Столовую ложку сухого шиповника (или 100 г свежих плодов) заварите стаканом крутого кипятка, варите 10 минут на маленьком огне и оставьте настаиваться на 12-24 часа. Процедите, отожмите ягоды, добавьте к отвару столовую ложку меда и перемешайте.

Пейте по полстакана 2-3 раза в день. Используют напиток в течение первых суток.

Очищение печени, желчного пузыря, почек, поджелудочной железы, желудка, кишечника

Уникальный рецепт “болтушки” достался нам от одной уральской знахарки. Рецепт опробован на больных, так что уже есть положительные результаты.

“Болтушка” способствует очищению печени, желчного пузыря, почек, поджелудочной железы, селезенки, всего пищеварительного тракта, а также выведению из организма песка и камней.

Нужно взять 300 г меда, 6 сырых яиц, 1,5 литра сырого натурального молока.

В 3-х литровую банку поместить мед, сверху по одному разложить тщательно вымытые и вытертые полотенцем яйца, добавить молоко. Банку завязать марлей в два слоя, поставить, как тесто, в теплое место на 2 недели. За это вре-

мя мед растворится, скорлупа – тоже, а содержимое яиц останется в тонкой пленке, причем белок будет жидким, а желток – твердым. “Болтушка” будет готова, как только яйца увеличатся в размере и всплывут.

Тогда нужно взять 2-литровую эмалированную кастрюлю, поставить на нее дуршлаг с марлей, приготовить тарелку для отходов. Снять с поверхности болтушки густые сливки и выбросить, затем опрокинуть все содержимое банки на дуршлаг с марлей.

Жидкость сольется в кастрюлю, в дуршлаге останутся “творог” и вздутые яйца в пленке. Яйца проколоть острым концом ножа снизу, жидкость стечет в кастрюлю, а в руках останутся пленки с желтком – их выбросить.

“Творог” оставить в дуршлаге минут на 20, чтобы жидкость стекала в кастрюлю, потом его выбросить. Всю собранную в кастрюле жидкость (должно получится примерно 1,5 л) еще раз процедить через 6 слоев марли и поместить в 2-х литровую банку.

Это и будет лечебно-очистительное снадобье. Храните в холодильнике, перед употреблением взбалтывать.

Принимать 1 раз в день, лучше утром натощак, по 30-50 г в зависимости от массы тела. Курс лечения – количество “болтушки”. Проводить курс 2 раза в год, весной и осенью.

Пищевое отравление

Если отравление несильное, выпейте отвар укропа с медом. Это очень древнее средство. Использовать можно и сухую, и свежую зелень, стебли и размолотые семена. На стакан медового напитка потребуется отвар из одной столовой ложки зелени или полчайной ложки семян укропа.

Повышенная кислотность желудочного сока

Если кислотность желудочного сока повышена, то за час до еды выпивайте 0,5 стакана холодной кипяченой воды с растворенной в ней чайной ложкой меда.

Пониженная кислотность желудочного сока

● При пониженной кислотности желудочного сока рекомендуется за 20-30 минут до еды 3 раза в день выпивать по 0,5 стакана теплой воды, в которой размешана чайная ложка меда.

Для усиления эффекта добавьте по столовой ложке сока листа подорожника и отвара малины (20 граммов малины залейте стаканом кипятка и настаивайте час).

● Настоя травы сушеницы болотной (1 столовая ложка сухой травы на стакан воды), меда – 1 столовая ложка. Смешать. Принимать по 1-2 столовых ложки за 30 минут до еды.

Потливость ног

Приготовьте отвар дубовой коры (на 1 часть коры 10 частей воды). К литру отвара добавьте 10 граммов спиртовой настойки прополиса и столовую ложку меда, все тщательно размешайте.

В течение 10 дней делайте ножные ванночки: температура раствора – не более 30°C, продолжительность процедуры – 20 минут.

Потогонное и жаропонижающее средство

● Возьмите 10 г цветов липы (то есть примерно 3 ст. ложки) и залейте 200 мл кипятка. В 1 стакане настоя растворите 1 ст. ложку меда.

Принимать в теплом виде по 0,5-1 стакану 2-3 раза в день.

● Возьмите по 1 ст. ложке цветов липы и плодов малины, залейте их 2 стаканами кипяченой воды, кипятите 5 минут, дайте настоять, процедите и растворите в отваре 2 ст. ложки меда.

Принимать теплым по полстакана 2-3 раза в день.

Простуда, ларингиты, трахеиты, острые и хронические бронхиты, бронхоэктазы, воспаление легких

● Возьмите 5 г листьев мать-и-мачехи (1 ст. ложка), залейте стаканом кипящей воды в эмалированной кастрюльке, закройте крышкой и поставьте на 15 минут в кипящую водяную баню, затем дайте настою остыть и процедите его. Оставшееся сырье отожмите.

Объем настоя доведите кипяченой водой до 200 мл и растворите в нем 1 ст. ложку меда. Принимать его по 1/3 стакана 2-3 раза в день как смягчительное, отхаркивающее, противовоспалительное, противомикробное и потогонное средство при заболеваниях дыхательных путей.

● Хороший эффект достигается при лечении медом простудных заболеваний. При этом его можно принимать с молоком (разводится ст. ложка меда в стакане теплого молока) или лимоном.

Берут 100 г пчелиного меда, отжимают сок одного лимона и все это растворяют в 800 мл кипяченой воды. Выпивать в течение часа маленькими глотками.

Противорвотное средство при беременности

Мед в чистом виде полезен как противорвотное средство в первые месяцы беременности.

Меда – по 1 столовой ложке за 30 минут до приема пищи 3 раза в день. После приема меда рекомендуется находиться в постели.

Раны и ожоги

Ранозаживляющее действие меда можно усилить, если комбинировать его с отварами лекарственных трав. Так, в народной медицине весьма успешно используют комбинации меда с отваром или настоем цветков ромашки аптечной, травы сушеницы болотной, эвкалипта и др.

● Возьмите 500 мл отвара листьев эвкалипта, приготовленного в пропорции 1 : 10 (то есть на 1 весовую часть листьев эвкалипта 10 частей воды) и растворите в нем 2 ст. ложки пчелиного меда. Полученный раствор используют для орошения ран, примочек и ванночек.

Спазмы кишечника, метеоризм, понос

Приготовьте настой цветков ромашки аптечной (1 : 10), для чего возьмите 25 г (6 ст. ложек) сухих цветков, залейте их в эмалированной посуде 500 мл кипяченой воды, закройте крышкой и поставьте на 15 минут в кипящую водяную баню.

Затем дайте настою остыть, процедите его (оставшееся сырье отожмите) и доведите объем кипяченой водой до 500 мл. Растворите в нем 2 ст. ложки меда.

Используйте для полосканий (при ангине, стоматите и др. заболеваниях), примочек (при язвах и ранах) и клизм (при колитах).

Настой можно принимать внутрь по 1/3-1/2 стакана после еды как противовоспалительное, антисептическое и спазмолитическое средство.

Спастические запоры

Воспользуйтесь таким рецептом: очищенную от кожицы и семян тыкву хорошо промойте, нарежьте маленькими кусочками и слегка припустите в сливочном масле.

Добавьте соль (по вкусу), манную крупу или пшено (его нужно предварительно промыть и распарить до полуготовности) и доведите блюдо до готовности. К порции тыквы на тарелке добавьте чайную ложку меда.

На 500 граммов тыквы: 1,5 стакана воды, 60 граммов манной крупы или пшена, 50 граммов сливочного масла и 2 столовые ложки меда.

● При спастических колитах полезны и микроклизмы – 50-100 граммов 30%-ного раствора меда в теплой кипяченой воде.

Стимулирующее и тонизирующее средство при умственном и физическом утомлении, депрессивных состояниях, сонливости, а также для улучшения остроты зрения

Чаще всего применяется спиртовая настойка из плодов и семян лимонника на 95-процентном спирту по 20-30 капель или порошок из высушенных плодов и семян по 0,5 г за 15-30 минут до еды 2-3 раза в день. Мед же принимают во время еды (например, в виде напитка) по 20-35 г три раза в день.

Из ягод лимонника китайского можно приготовить напиток с медом, а из листьев и коры заваривать чай, обладающий нежным лимонным ароматом, и пить его с медом.

Туберкулез

● Принимать ежедневно по 100-150 г меда.

● Сока алоэ свежего – 15 мл, меда, сливочного масла, смальца (или гусиного жира) и какао – по 100 г. Разогреть не доводя до кипения. Принимать по 1 столовой ложке на стакан теплого молока утром и вечером.

● Сока алоэ – 100 мл, ядер грецких орехов измельченных – 500 г, меда – 300 г. Смешать. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Угри, угревая сыпь, себорея

● Огуречный сок и мед зарекомендовали себя как одно из действенных средств в комплексном лечении угрей: 3 столовые ложки измельченных огурцов залейте стаканом крутого кипятка и настаивайте 2-3 часа.

Затем массу процедите, отожмите осадок и добавьте чайную ложку меда, размешав его до полного растворения. Ватным тампоном, смоченным в этой жидкости, можно протирать лицо после умывания, а можно смочить кожу и подождать, пока она высохнет.

Спустя 30-40 минут лицо следует вымыть прохладной водой.

- При угревой сыпи и себорейном дерматите используют и настой шалфея с медом. Вот как его готовят: столовую ложку листа шалфея залейте стаканом кипятка и настаивайте в течение 30-40 минут. Настой процедите, добавьте половину чайной ложки меда и все хорошо перемешайте. Теплой смесью 2-3 раза в день делайте примочки.

- И еще один состав для примочек при угревой сыпи, если кожа лица жирная. В стакане теплой кипяченой воды размешайте чайную ложку меда и чайную ложку настойки календулы (она продается в аптеках).

- Если у вас жирная себорея волосистой части головы, попробуйте такой рецепт: к стакану отвара дубовой коры добавьте чайную ложку меда и все перемешайте. За час до мытья головы втирайте эту смесь в корни волос.

Улучшение двигательной и секреторной функции кишечника и желудка

- Одну столовую ложку равной смеси трав: тысячелистника и крапивы – на 100 г кипятка, настаивать два часа, после чего процедить и добавить 25 г меда. Пить по 50-60 г четыре раза в день за 30 мин до еды.

Холицистит, спастический колит

- В настой каменного зверобоя (5-6 веточек запарить одним литром кипятка) добавить 50 г меда.

Пить в течение дня вместо воды в течение 20-30 дней.

Экзема

Для лечения экземы, ожогов, язв, воспалившихся угрей, пиодермии и болезненных мозолей народная медицина издавна с успехом применяет сок свежего картофеля. Добавление меда к этому соку многократно усиливает его противовоспалительные свойства.

Смесь готовят так: тщательно вымытый и очищенный сырой картофель натрите на мелкой терке. К 100 граммам картофельной кашицы добавьте чайную ложку меда и все перемешайте.

Полученную смесь нанесите на марлевую салфетку слоем не менее 1 сантиметра, приложите к пораженному участку кожи и зафиксируйте бинтом.

Через 2 часа повязку снимите, осторожно удалите с поверхности кожи шпателем или тупой стороной чисто вымытого ножа просочившуюся через марлю смесь. Такие повязки можно в течение дня накладывать несколько раз.

Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки

- Приготовьте настой травы сушеницы (1 : 10), растворите в нем мед (на 1 стакан настоя 1 ст. ложка меда) и используйте для промывания, орошения и примочек при гнойниках, длительно незаживающих ранах, язвах, ожогах кожи и т.п.

Внутрь настой сушеницы с медом принимают по 1/3 стакана 2-3 раза в день после еды как противовоспалительное средство.

- Одну столовую ложку травы сушеницы болотной залить стаканом кипятка, настаивать 30 мин, процедить, добавить одну столовую ложку меда, пить по одной-две столовые ложки за 30 мин до еды три раза в день.

● Принимайте по 30 г меда утром и по 40 г перед обедом за полтора-два часа до еды или через три часа после еды. Можно разбавить мед теплой водой. Курс – 1-2 месяца. Если за это время полное выздоровление не наступит, лечение можно повторить.

Медовые лечебные напитки

Напиток из лимона, моркови и меда

В 300 мл кипяченой воды растворяется 2 ст. ложки меда, отжимается сок из 1 кг моркови и сок одного лимона. Все это смешивают и выпивают в течение дня.

Напиток из лимонного сока и меда

К 200 мл воды (можно использовать нарзан) добавляется сок половины лимона. В полученной смеси растворяется мед (по вкусу).

Напиток из черной смородины и меда

Черную смородину (700 г) протирают через сито и смешивают с медовым раствором (в 500 мл воды растворяются 6 столовых ложек меда). Полученный напиток выпивается в течение двух дней.

Напиток из меда с календулой

Возьмите 1 ст. ложку сухой измельченной календулы, залейте ее 0,5 л кипятка, прокипятите 2-3 минуты и дайте настояться. При охлаждении смешайте с 2 ст. ложками меда.

Крапивник

Возьмите 1 ст. ложку меда и смешайте ее с соком, выданным из половины лимона. Желток яйца положите в кофейную чашку и влейте туда лимонный сок, смешанный с медом. Напиток подавайте вместе с чайной ложкой.

Напиток из меда с шиповником

Возьмите 2 ст. ложки сухих плодов шиповника, измельчите их и залейте 0,5 л кипятка. Прокипятите 10 минут и дайте настояться. По охлаждению добавьте 2 ст. ложки меда.

Напиток из овса, молока и меда

Возьмите 1 стакан овса или овсяной крупы, залейте 1 л кипяченой воды и варите до густоты жидкого киселя, затем процедите, влейте в отвар равное количество молока и вновь прокипятите, после охлаждения растворите в кипятке 2 ст. ложки меда. Пейте его теплым по 1 стакану 2-3 раза в день как общеукрепляющее средство.

Квас из березового сока с медом

На 10 литров березового сока – 4 лимона, 50 г дрожжей, мед (или сахар), изюм. К березовому соку добавить лимонный сок, разведенные в воде дрожжи, мед. Затем разлить в бутылки, положить в каждую по 2-3 изюминки, закупорить и хранить несколько дней в прохладном месте.

Приложение 1

Сорта меда и их применение

Акациевый мед - применяется как общеукрепляющее средство, а также при бессоннице, желудочно-кишечных, желчных и почечных заболеваниях.

Липовый мед - применяется при лечении ангины, насморка, ларингита, бронхита, трахеита, бронхиальной астмы, как сердечно-укрепляющее средство, при воспалении желудочно-кишечного тракта, почечных и желчных заболеваниях, при гинекологических заболеваниях. Оказывает хо-

рошее местное действие при гнойных ранах и ожогах. Оказывает сильное антибактериальное действие.

Полевой мед - оказывает успокоительное действие на нервную систему, рекомендуется при головной боли, бессоннице, сердцебиении и при болях в "солнечном сплетении".

Гречишный мед - применяется при желчно- и почечно-каменных заболеваниях, при малокровии, при заболеваниях печени, как сердечно-укрепляющее средство.

Подсолнечниковый мед - отличается высоким уровнем содержания каротина, витамина А и душистых веществ, обладающих бактерицидными свойствами.

Цветочный мед - оказывает исключительно благоприятное воздействие на сердечную деятельность. Применяется при гинекологических заболеваниях и в особенности при трихомонадном кольпите.

Приложение 2

Фальсификация меда и способы ее распознавания

К меду могут быть подмешаны тростниковый сахар, картофельная или кукурузная патока, мука, мел, древесные опилки и другие сыпучие вещества.

Примеси посторонних тел устанавливаются легко. В пробирку или колбочку помещают пробу меда и добавляют дистиллированную воду. Мед растворяется и примеси оседают на дно или всплывают на поверхность.

При подозрении на примесь муки или крахмала к меду, разбавленному дистиллированной водой, прибавляют несколько капель 5% йодной настойки. При наличии примеси раствор окрашивается в синий цвет.

Примесь мела обнаруживается прибавлением к водному раствору меда нескольких капель какой-либо кислоты или уксуса, что сопровождается вскипанием вследствие выделения углекислого газа.

Примесь крахмальной патоки, изготовленной холодным способом (из прохладной воды и крахмального сахара), легко обнаружить как по внешнему виду, так и по клейкости и отсутствию кристаллизации.

Используется также следующий способ: к водному раствору меда (1:2 или 1:3) добавляют 95% этиловый спирт и взбалтывают.

Раствор становится молочно-белого цвета, а при отстое на дне сосуда обнаруживается прозрачная полужидкая масса (декстрин).

В случае отсутствия примеси раствор остается прозрачный и только в месте соприкосновения слоев меда и спирта едва заметная муть, которая исчезает при взбалтывании.

Примесь сахарного сиропа обнаруживается прибавлением к 5-10% водному раствору меда раствора азотно-кислого серебра (или ляписа): белый осадок хлористого серебра свидетельствует о наличии примеси.

Для определения примеси инвертированного сахара растворяют 5 г меда с небольшим количеством эфира (для извлечения продуктов расщепления фруктозы), эфирный раствор фильтруют в фарфоровую чашку, выпаривают до суха и к остатку прибавляют 2-3 капли свежеприготовленного 1% раствора резорцина в концентрированной соляной кислоте (уд. вес 1,125). Получение оранжевой - вишнево-красной окраски указывает на примесь инвертированного сахара.

Зрелым и способным к длительному хранению считается мед, содержащий не более 18-20% воды.

Определить зрелость меда можно так: наберите его в ложечку и повертите – зрелый мед наматывается на ложку, наслаиваясь складками, как лента, и стекает с нее непрерывающимися нитями, а незрелый мед просто стечет с ложки.

С помощью такого же несложного опыта можно выявить падевый и фальсифицированный мед – они тянутся с ложки непрерывающимися тонкими нитями, в то время как у цветочного меда тянущиеся нити в определенный момент обрываются.

Натуральный мед похож на густой сироп, но, извлеченный из ячеек сот, он начинает быстро кристаллизоваться. Чем больше в меде фруктозы, тем дольше он сохраняет жидкую консистенцию.

Однако следует иметь в виду, что кристаллизующийся мед отнюдь не плохой, как считают некоторые. Процесс кристаллизации свидетельствует как раз о высоком качестве продукта – низком содержании в нем воды.

Кстати, засахарившийся мед легко привести в жидкое состояние на паровой бане. Нужно только проследить, чтобы температура меда не превышала 40°C, поскольку при более высоких температурах он теряет свои ценные лечебные свойства.

От чего зависит запах меда? В состав некоторых нектаров входят эфирные масла, характеризующиеся различными специфическими запахами. Они и придают каждому сорту меда неповторимый, своеобразный аромат.

Ароматические вещества легко испаряются, поэтому мед лучше хранить в стеклянной, герметично закрывающейся посуде. Оптимальная температура хранения – от 5 до 10° тепла.

Если вы намереваетесь хранить мед длительный срок, то учтите – срок этот в определенной степени зависит

от влажности меда. Когда содержание влажности превышает стандарт (до 21,5%), начинается процесс брожения.

Влажность меда можно определить с помощью химического карандаша: капните мед на руку и опустите в него карандаш. Если появится растекающееся чернильное пятно, значит, влажность меда повышена, а если нет – мед хорошего качества.

Остерегайтесь “фальшивого” меда! Для того, чтобы незрелый мед имел товарный вид, продавцы подмешивают в него крахмал или муку. Добавки изменяют химический состав меда, поэтому ухудшаются его целебные свойства, вкусовые и пищевые качества, значительно возрастает калорийность продукта.

Определить “фальшивый” мед довольно просто: добавьте в него кипяченой, а лучше дистиллированной воды и несколько капель йода. Если в меде есть мука или крахмал, раствор обязательно посинеет, а если нет, его цвет не изменится.

Приложение 3

Способ приготовления яблочного уксуса

Яблоки вымывают, уstraняют гнилые или червивые части, затем раздавливают или натирают на крупной терке, используя и сердцевину.

Можно употребить и кожуру, а также и остатки от приготовления варенья, компота и т.д., или яблочные жатки, оставшиеся от приготовления сидра.

Эту сырую яблочную кашу кладут в подходящий для этого сосуд (емкости соответствующей количеству яблок, которым располагают). Доливают тепловатой, предварительно переваренной, водой (0,5 л воды на 0,4 кг яблочной

кашицы). На каждый литр воды прибавляют по 100 г меда или сахара, а также (для ускорения уксуснокислого брожения по 10 г хлебных дрожжей и 20 г сухого черного хлеба.

Сосуд с этой смесью хранят открытым в помещении при температуре 20-30°C.

Уксуснокислому брожению способствует жидкость с небольшим содержанием спирта (менее 20% сахаристых веществ), как можно более постоянная температура (прибл. 20°C) и как можно большая поверхность контакта с воздухом (аэробная ферментация).

Сосуд должен быть из стекла (банки), дерева (бочонки без крышки) или эмалированной глины.

Сосуд должен храниться в темноте, так как солнечные ультрафиолетовые лучи препятствуют брожению.

Для проведения первой стадии ферментизации сосуд хранят в тепле в течение 10 дней (при температуре 20-30°C), помешивая 2-3 раза в день яблочную кашницу деревянной ложкой, затем перекадывают ее в марлевый мешочек и выжимают.

Получившийся сок вновь процеживают через марлю, определяют вес и переливают в сосуд с широким горлом.

Можно прибавить к каждому литру сока по 50-100 г меда или сахара, подмешивая до полной гомогенизации.

Для проведения второй стадии ферментизации банку закрывают марлей, завязывают и хранят в тепле, с целью продолжения процесса брожения.

Брожение окончено, когда жидкость успокоилась и прояснилась.

В зависимости от соответственной подготовки сока, от температуры и т.д. яблочный уксус будет готов за 40-60

дней. Затем его переливают шлангом в бутылки, фильтруя его при помощи лейки с марлей.

Бутылки плотно затыкают пробками, закупоривают воском и хранят в прохладном месте.

Яблочный уксус приятен в употреблении как приправа к салатам и другим блюдам, отвечая потребностям человеческого организма в кислой добавке к пище.

ЛИТЕРАТУРА

1. Богоявленский Н.А. Древнерусское врачевание в XI-XVII вв. М., 1960.

2. Рецепты здоровья и долголетия. Днепропетровск: Росток, 1993.

3. Folk Medicine A Doctor's Guide to Good Health By D.C. Jarvis, M. D., 1960.

4. Материалы периодической печати за 1960-1998 гг.

Содержание

Полезные свойства меда	3
------------------------------	---

Лечебные свойства меда	4
Лечебная доза меда	6
Противопоказания	7

Лечение и очищение организма медом

(по Джарвису и Младенову)	7
---------------------------------	---

Аллергия на пыльцу (сенная лихорадка)	7
Ангина (тонзиллит)	9
Бессонница	10
Бронхит, туберкулез	11
Воспаление слизистой придаточной полости носа	12
Гастрит	13
Гипертония	13
Головокружение	15
Головная боль	17
Кашель (старое испытанное средство)	19
Колит	20
Кожные покровы и слизистые	21
Нервная система	23
Опьянение	23
Печень и желчевыводящие пути	24
Сердечно-сосудистая система	24
Спазмы мышц	25
Трихомонадный кольпит	26
Хроническая усталость и мыло	26
Фарингит	27
Рецепт изготовления смеси для лечения фарингита	28
Эрозия шейки матки	28
Способ приготовления прополисной мази	29
Язвенная болезнь	29
Лечение язвы желудка прополисом	30

Лечение язвы маточным молочком	32
Мед в питании грудных детей	32
Мед и склонность детей мочиться в постель	33

Лечение медом по рецептам народных целителей

Атеросклероз	35
Болезни печени и желчевыводящих путей	35
Болезни суставов	36
Бронхит	36
Герпес	37
Гипертония	38
Заболевания глаз	38
Заболевания кишечника	38
Заболевания полости рта и горла	39
Заболевания почек	39
Заболевания сердечной мышцы	40
Заболевания слизистой носа и придаточных полостей	40
Импотенция	40
Катар верхних дыхательных путей	41
Кашель	42
Кашель у грудных детей	43
Легкое слабительное	43
Лечение волос	44
Насморк	44
Ослабление сердечной деятельности и заболевания почек	45
Очищение печени, желчного пузыря, почек, поджелудочной железы, желудка, кишечника	45
Пищевое отравление	46
Повышенная кислотность желудочного сока	46
Пониженная кислотность желудочного сока	47
Потливость ног	47
Потогонное и жаропонижающее средство	47
Простуда, ларингиты, трахеиты, острые и хронические бронхиты, бронхоэктазы, воспаление легких	48

Противорвотное средство при беременности	48
Раны и ожоги	48
Спазмы кишечника, метеоризм, понос	49
Спастические запоры	49
Стимулирующее и тонизирующее средство при умственном и физическом утомлении, депрессивных состояниях, сонливости, а также для улучшения остроты зрения	50
Туберкулез	50
Угри, угревая сыпь, себорея	50
Улучшение двигательной и секреторной функции кишечника и желудка	51
Холецистит, спастический колит	51
Экзема	52
Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки	52
Медовые лечебные напитки	53
Напиток из лимона, моркови и меда	53
Напиток из лимонного сока и меда	53
Напиток из черной смородины и меда	53
Напиток из меда с календулой	53
Крапивник	53
Напиток из меда с шиповником	54
Напиток из овса, молока и меда	54
Квас из березового сока с медом	54
Приложение 1. Сорты меда и их применение	54
Приложение 2. Фальсификация меда и способы ее распознавания	55
Приложение 3. Способ приготовления яблочного уксуса	58
ЛИТЕРАТУРА	60

Науково-популярне видання
Очищення та лікування медом

Укладач *Комрат Є.П.*
Редактор *Шевчук Є.П.*
Технічний редактор *Міхіч Ю.М.*
Коректор *Ветрова Н.Н.*

Редакційно-видавничий відділ

ОП «Дніпропетровська книжкова друкарня»
320036, Дніпропетровськ, вул. Горького, 20

Здано на виробництво 22.02.99. Підписано до друку 23.03.99.
Формат 84×108 /₃₂. Друк офсетний. Папір друкарський
Уч.-друк. арк. 2.0. Вид. № 9. Тираж 20 000 пр. Зам. № 91

Видруковано з готових фотоформ
на ОП «Дніпропетровська книжкова друкарня»,
320036, м. Дніпропетровськ, вул. Горького, 20