



Бузина черная

Дары природы

Если вы не хотите принимать фармакопейные лекарственные препараты, можно прибегнуть к помощи фитотерапии. Цветки липы и бузины черной обладают потогонным эффектом, а потоотделение способствует снижению температуры. Малина, смородина, изюм, мед и особенно ивовая кора содержат сравнительно большое количество салицилатов (природный аналог аспирина), поэтому обладают жаропонижающим и противовоспалительным эффектом. Однако помните, что доза действующего вещества в растительном сырье сильно разнится в зависимости от места, условий произрастания, техники сбора, обработки и хранения. Поэтому не стоит надеяться на быстрый и выраженный эффект от даров природы. Разумнее использовать эти средства в качестве вспомогательного лечения.

Наталья ДОЛГОПолова,
врач-терапевт.
Фото: фотобанк Лори.

ВСЕ НОВОЕ – ЭТО ХОРОШО ЗАБЫТОЕ СТАРОЕ

В журнале «Предупреждение Плюс» №11 за 2018 год в рубрике «Рецепты не стареют» З. Уракова из Кировской области предлагает для лечения грибка смесь глицерина и 70%-й уксусной кислоты в пропорции 1:1.

Я применяю эту смесь с 2001 года. Это универсальное средство подходит не только для лечения, но и для профилактики грибка после посещения общественных бань, бассейна и так далее.

Еще эта смесь быстро снимает зуд, даже после укуса комаров. И самое главное достоинство (случайная находка) – эта смесь в течение 15-30 секунд снимает судороги крупных мышц голени, бедра. А судороги мелких мышц стопы, голеностопного сустава – в течение 1-2 минут.

Я эту смесь применяю в течение 18 лет. Никакого закисления организма нет. М.В. Болотов предлагал для снятия судорог 9%-й столовый уксус. Но он действует дольше и не снимает судорожную готовность.

Все новое – это хорошо забытое старое. Журнал «Предупреждение Плюс» № 3 за 2004 год посвящен Болотову, я его храню как справочник. А впервые книга Болотова попала ко мне в 1998 году. Просмотрела поверхностно и решила, что такого просто не может быть! А через шесть лет, в 2004 году, именно публикация в журнале «Предупреждение Плюс» многое разъяснила. Причины окисления и защелачивания организма официальная медицина объясняет сумбурно. А читая Болотова, все становится понятно и про защелачивание организма, и про свежие фрукты, и про бессолевую диету, и про вегетарианство.

Ф.А. Дусаева,
Башкортостан.