

НАЙ-ХУБАВОТО ОТ



# Вестник-книга

Том IV



# СЪДЪРЖАНИЕ

Билковите таблици на магистър Лачев .....	5
За да оцелеем...- <i>д-р Мария Матева</i> .....	39
Руска народна медицина - <i>рецепти</i> .....	61
Сибирски лечебник - <i>рецепти</i> .....	175

## **СЪДЪРЖАНИЕ НА ТОМ I**

- Луна в кладенеца или кога беше създаден „Вестник-книга“
- Зелейник или Врачебната книга на богомилите
- Народен домашен лекар - йеромонах Неофит Калчев
- Наръчник за самолечение - проверени рецепти
- Странджански лековник - съставител Вида Буковинова
- Домашен лекар - г-р Димитър Моллов
- Азбука на здравето - Петър Димков

## **СЪДЪРЖАНИЕ НА ТОМ II**

- Живата вода (уринотерапия)
- Хумата или изкуството да се лекуваш сам
- Здравето и болестта - очистване на кръвта и тъканите, рецепти при остри заболявания и гр.

## **СЪДЪРЖАНИЕ НА ТОМ III**

- Практическо ръководство за събиране и сушене на най-използваните български билки - Богомил Гъбев

Общата цена на поредицата до тук - I, II, III и IV том е 350 лв. с пощенските разходи. Можете да си я заявите като изпратите сумата на един от адресите, публикувани на стр. 200

---

© Книгоиздателство „Емил Г. Елмазов“

© Съставител Емил Елмазов

ISBN 0861-4806

# Най-хубавото от



Том IV

# РЕШИ И ДЕЙСТВАЙ!

**СЕЙ И ПЕЧЕЛИ:** лайка, босилек, градински чай, невен, мента, маточина, розмарин, турта, анасон, коноп, лен, хмел, омайниче... Всичко това с осигурено изкупуване и заплащане в брой. Един нов, уханен поминък. Минимален доход от декар - 12 000 лв. Договори се сключват само с членове на БИЛКОВА БОРСА. С това встъпвате и в световното хербалистично общество. Индивидуалните събеседвания при постъпване в БИЛКОВА БОРСА Ви донасят познания върху стандартите за лечебните растения, технологиите за отглеждането им, режимите за търговия.

## ЛЕКУВАЙ СЕ САМ!

В тези четири тома на „Най-хубавото от „Вестник-книга“ Ви предлагаме повече от 12000 рецепти, проверени през хилядолетията от няколко европейски и азиатски народи.

## ЖИВЕЙ ДЪЛГО!

Ако искате да знаете къде по света как хората удължават живота си, запишете се в първата килийна паралелка за народно лечение и профилактика в „Етъра“, край Габрово, тел. 066/3-40-35. За допълнителна информация: София, жк. "Толстой", бл. 32, Билкова борса, тел. 368 752.

Соколският манастир,  
градината с  
лечебните  
растения



**За квалификационни курсове и сключване на договори - София 1220, жк. "Толстой", бл. 32, Билкова борса, тел. 368 752**

# БИЛКОВИТЕ ТАБЛИЦИ НА МАГИСТЪР ДАЧЕВ

*„Според страда-  
нието - и силата  
на билката.*

*Спазвайте*

*тайни-  
те на  
дозира-  
нето!“*



## **ВЪВЕДЕНИЕ**

### **към употребата на лечебните растения**

***В зависимост от заболяването, билковите извлеци се прилагат външно или вътрешно.***

**ВЪНШНО** - лечебната сила на билките се проявява чрез външното им съприкосновение с организма.

**Форми на прилагане:**

1. **БАНЯ** - билковите отвари се използват под формата на частични или цялостни бани, с температура около 28-32° според предписанието. Една билкова баня трае 15-20 минути.

2. **КОМПРЕСИ, ОБВИВАНИЯ, МАСКИ** - в ленена торбичка се слагат предписаните количества от билките, потапя се във вода и за кратко се загарява. Топлата торбичка с билките се налага върху съответния участък от тялото, като по възможност често се сменя.

3. **ОБВИВНИ КОМПРЕСИ** - Дебела памучна кърпа се намокря с билковия извлек (запарка или отвара) и още топла, кърпата се нагъва и се налага върху болното място.

4. **ПРОМИВАНИЯ (гаргара)** - билковият извлек от запарката или отварата се използва още топъл за гаргара, жабурене, за промиване, за клизма или измивания.

5. **МАЗИЛА ОТ БИЛКОВ СОК** - сокът от някои билки или извлек, смесен с мазна основа служи за външни лечебни цели.

**ВЪТРЕШНО** - за целта извлеките от билките се приготвят във форма, удобна за пиене, като чай, вино, компоти, мармалади, за дъвки и пр. В зависимост от целта, приготвеният извлек (чай) се прилага горещ, топъл или студен, с оглед за по-бързото действие на лечебните вещества в билката. **Пиенето става при дозирано вземане, според страданието и силата на билката.** Пиене на по-голямо количество от чая действа потогонно и пикочогонно, с което се цели облекчаване на организма.

## Форми на извличане

**ПРИГОТВЯНЕТО** на лечебните чайове е тясно свързано с действието им върху организма. От друга страна активните вещества в билките имат различна разтворимост и активност. Ето защо съществуват пет основни форми на извличане:

**1. ОТВАРА** - оситнените растителни части (дрозата) се покриват с вода и се варят на слаб огън за около 30 минути и след кратко охлаждане се прецеждат. В повечето случаи се използва следната мярка: взема се 1 супена лъжица от билката за 1 чаша вода. Разбира се в отделни случаи е предписано както количеството от билката, така също и водата. Обикновено отвара се прави от твърдите части на дрогата (думата „дрога“ произлиза от немското „дроген“ - сушене), като корени, кори.

**2. ЗАПАРКА (инфуз)** - надробената билка се залива с предварително предписаното количество вряща вода. В закрит съд се остава да престои 10 минути (до 30 минути), след което се прецежда. По този начин се правят запарки от по-нежните части на билката - цвят и листа.

**3. ИЗВЛЕК СЪС СТУДЕНА ВОДА** - билковите части се заливат със студена вода и престояват 4-8 часа. Прецежда се и се използва за пиене. По този начин се прави чай от билки, съдържащи нишесте, пектини, напр. медицинска ружа (алтея), ленено семе (в топла запарка то се желира), Валериана.

**4. КОМБИНИРАНИ НАЧИНИ** - наставя се предписаното количество билка с 1/2 част студена вода, след съответното престояване се прецежда, а дрогата отново се залива с 1/2 част топла вода за 15 минути. След това двата извлека се смесват.

**5. СПИРТНИ ИЗВЛЕЦИ ИЛИ ТИНКТУРИ** - изготвят се в аптечни заведения от дрогите и съответния процентов спирт.



### **АВИТАМИНОЗА**

- Шипка** 1 супена лъжица счукан плод се кипват в 200 мл вода за 10 минути. Пие се като чай.
- Боровинки** 2 супени лъжици плод се варят в 500 мл вода. Пие се като вода.

### **АНЕМИЯ**

- Моркови** Пие се сок от моркови
- Коприва** Като салата

### **АМЕНОРЕЯ**

- Щир червен** 10 г корен щир се залива с чаша вода за 24 часа. Пие се сутрин и вечер.

### **АСТМА**

- Анасон плод** 1 чаена лъжичка се вари с чаша вода или мляко.
- Великденче** 1 чаена лъжичка се вари в 1 чаша вода за 5 минути. Пие се по 1 винена чаша 3 пъти на ден.
- Чеснов лук** Дневно се изяжда по една малка скилидка с хляб.
- Маточина** 1 чаена лъжичка от билката се запарва с 1 чаша гореща вода. Пие се по 2 кафеени чаши на ден.
- Живовлек** 1 чаена лъжичка от билката се запарва в 1 чаша вряла вода. Пие се по 1 чаша 3 пъти на ден или по 1 чаена лъжичка сок 2-3 пъти на ден.
- Исон** Пие се запарка от 1 чаена лъжичка билка с 1 чаша вода. Пие се по 1 ракиена чаша 3 пъти на ден.

### **БРОНХИТ**

- Подбел** 1-2 чаени лъжички листа се запарват с 300 мл вряла вода за 5-10 минути. Пие се по кафеена чашка с мед 3 пъти на ден.
- Ружа** 2 супени лъжици ситно нарязани корени се заливат с 500 мл студена вода, престояват 8 часа. Пие се подсладена, по 1 кафеена чаша през 3 часа.
- Живовлек меснолист** 1 супена лъжица нарязани листа се запарват с 400 мл вряща вода. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден.

**Мащерка** 1 супена лъжица се запарва с 300 мл Вряща вода за 30 минути. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден преди ядене.

### **БРЪЧКИ (по лицето)**

**Хума** 2 супени лъжици чиста хума, облъчвана на слънце 2 гена се стрива с розова вода на кашица и се нанася върху бръчките за 20 минути.

### **БЯЛО ТЕЧЕНИЕ**

**Щир** 1 супена лъжица от билката се вари в 500 мл вода за 15-20 минути. Пие се по 1 винена чаша на ден.

**Бабини зъби** 1 супена лъжица от билката се вари в 400 мл вода за 10 минути. Пие се по една кафеена чашка 2-3 пъти дневно

### **БЪБРЕЦИ (болни)**

**Лепка** 2 супени лъжици се запарват с 400 мл Вряща вода за 1 час. Пие се по 1 винена чаша 3 пъти на ден.

### **БЕЗСЪНИЕ**

**Хмел** 1-2 чаени лъжички нарязани шишарки се запарват с 1 чаша Вряла вода, след изстиване се прецежда и изпива на гълтки вечер.

**Лавандула** 1 супена лъжица от билката се запарва с 400 мл Вряла вода за 45-60 минути. Пие се по 1 кафеена чаша преди ядене 3 пъти на ден.

**Жълта комунига** 2 чаени лъжички от билката се запарват с 2 чаши Вряща вода. Пие се за целия ден.

**Маточина** 2 супени лъжици от билката се запарват с 2 чаши Вряща вода. Доза за 1 ден.

**Валериана** Около 1 чаена лъжичка нарязани корени се запарват с 400 мл Вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден преди ядене.

### **БЪБРЕЧНО-КАМЕННА БОЛЕСТ**

**Брош** 1 чаена лъжичка ситно нарязани корени се киснат в 1 чаша хладка вода за 8 часа. Отделно се запарва 1 чаена лъжица ситно нарязани к...

- рени с 1 чаша Вряла Вода за 15-20 минути. Двата извлека се смесват. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден.
- Глухарче** 2 супени лъжици корени (листа) се заливат с 500 мл студена Вода за 8 часа. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден.
- Магданоз** 1 чаена лъжичка счукани семена се накисват с 1 чаша Вода за 8 часа. Пие се за 1 ден.  
1-2 чаени лъжички корени се запарват с 400 мл Вряла Вода. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден преди ядене.  
Пие се сок от листата на магданоз по 2-3 чаени лъжички на ден.
- Гръмотрън** 1 супена лъжица нарязани корени се заливат с 500 мл Вряща Вода. Варят се 5 минути. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден. (При тромбофлебит билката не се използва билката)
- Бял оман** 1 супена лъжица нарязани корени се вари в 500 мл Вода за 10-15 минути. Пие се по 1 Винена чаша 4 пъти дневно.  
Също „оманово вино“ - 50 г корени бял оман киснат в 1 л червено вино за 20 дни. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден преди ядене.

### **ВИТАМИНОЗНИ БИЛКИ**

- Пореч,изстравниче** Съдържа йод. Използва се прясна билка. 2 супени лъжици се запарват в 400 мл Вряла Вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден преди ядене.
- Касис** Настойка от листа във вино действа тонициращо. Конфитюр от плодовете-ободряващо.
- Шипка** 1 супена лъжица счукан плод се кипва за 10 минути в 300 мл Вода. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден преди ядене.  
„Шипково вино“ - смесват се 500 г счукан шипков плод с 500 г захар и се заливат с 4 л Вода (може да се прибавят 1 лимон и 50 г боровинки). Престоива около 20 дни. Пие се вместо Вода.
- Киселец** 1 чаена лъжичка от билката (листа) се кипва за 15 минути с 2 чаши Вода или 1 супена лъжица се запарва с 2 чаши Вряща Вода. Пие се през целия ден.

### ГАЗОГОННО

**Блатен аир** 1 супена лъжица нарязан корен се вари в 3 чаши вода. Пие се по 1/2 чаша 3-4 пъти на ден.

### ГЛИСТОГОННО

**Казънлъшка роза  
Огниче** Розови листенца в смес с майчин лист и сярва 2-3 стръка от билката се варят в 500 мл вода за 5 минути. Пие се по 1 кафеена чаша преди ядене 3 пъти на ден.

**Вратига** 2 чаени лъжички от билката се запарват с 300 мл вряща вода за 1/2 час. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден след ядене.

**Тиквени семки** 3-4 супени лъжици обелени семки се изяждат на 2-3 пъти при добро сдъвкване и след 1 час се изпива 1 супена лъжица рициново масло. Пие се отвара от семки.

**Чесън** 2-3 скилидки чесън се накисват в чаша вода вечерта и на сутринта се прави клизма.

### ГРИП

**Мащерка** 1 чаена лъжичка от билката и 1 чаена лъжичка цвят от чер бяз се кипват за 5 минути в 200 мл вода. Прави се гаргара с отварата.

**Камшик** 2 супени лъжици от билката се запарва с 400 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти дневно.

**Къпини** 2 супени лъжици листа се запарват с 500 мл вряща вода. Пие се по 1 винена чаша преди ядене 4 пъти дневно.

**Евкалипт** 1 супена лъжица листа се запарват с 400 мл вряща вода за 5 минути. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден преди ядене.

**Бяла Върба** 1 супена лъжица кори се запарват с 400 мл вряща вода за 5 минути. Пие се по 1 кафеена чаша през деня.

**Малина** 1 супена лъжица листа се запарва с 400 мл вряща вода. Пие се по 1 кафеена чаша преди ядене. Пие се сироп от малини.

### ГАСТРИТ

**Цикория  
(синя жлъчка)** 3 супени лъжици се варят в 500 мл вода за 10 минути. Пие се по 1 винена чаша 2-3 пъти на ден. Кафе „Инка“ е полезно.

<b>Жаблек</b>	2 супени лъжици от билката се запарват с 500 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 100 мл 3 пъти на ден.
<b>Ленено семе</b>	1 супена лъжица ленено семе се залива с 500 мл хладка вода за 2 часа. Пие се по 1 винена чаша преди ядене 3 пъти на ден.
<b>Невен</b>	2 супени лъжици от цветовете се запарват с 500 мл вряща вода. Пие се по 100 мл преди ядене 3 пъти на ден.
<b>Жълт кантарион</b>	2 супени лъжици се кипват в 400 мл вода за 5 минути. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден преди ядене.
<b>Бял равнец</b>	1 супена лъжица се вари в 500 мл вода за 5 минути. Пие се по 1 кафеена чаша 2-3 пъти дневно. (Може да се смеси с очибелец, огниче и черна елша).

### **ГЪБИЧКИ (микози)**

<b>Мента (джоджен) Мащерка</b>	С отвара се обтриват засегнатите места. Отвара от билката се използва за правене на бани.
<b>Бяла бреза</b>	Със спиртен извлек 1:10 от кора (листа, пъпки) се мажат засегнатите участъци.
<b>Повет</b>	Настойка 1:10 листа в зехтин за 10 дни. За мазане.
<b>Див чесън Волски език босилек по равно</b>	Мазане с луковиците. 3 супени лъжици от сместа се варят в 500 мл вода 5 минути. Правят се топли бани по 20 минути ежедневно.
<b>Топола и бреза</b>	Спиртен извлек (водка) от пъпки от топола и бреза по равно. За локално мазане сутрин и вечер.
<b>Етерични масла: ментово, лавандула, копърво, чубричево, розово</b>	Намазване на болната кожа.

### **ГИНГИВИТ И ДРУГИ ПОДОБНИ**

<b>Лайка</b>	1 супена лъжица от взят лайка се запарва с 200 мл вряща вода за 10-15 минути. Прави се топла гаргара.
<b>Камшик</b>	2 кафеени лъжички от билката се запарват с

	200 мл гореща вода. За плакнене на устата няколко пъти на ден.
Роза	2-3 супени лъжици цвят от роза се запарват с 2 чаши вряща вода. За гаргара.
Мащерка	Със запарка от мащерка се прави гаргара.
Липа	1 супена лъжица цвят липа се запарва с 200 мл гореща вода. Прибавя се 5 г сода за хляб. За гаргара при гингивит.
Хрян	Срещу гингивит и стоматит се прави гаргара с разреден свеж хрянков сок.
Босилек	2 супени лъжици босилек се запарва с 1 л вода. За гаргара.
Розмарин	2 чаени лъжички наситнени листа се запарват с 1 чаша вряща вода. За плакнене на устата.
Блажен аур	Дъвкане на парченца от корена
Чесън	При пулпити и периодонтити се яде чесън.

### ГАДЕНЕ

Исиот (джинджифил)	1 чаена лъжичка нарязани корени се вари за 5 минути в 400 мл вода. Пие се топъл по 1 винена чаша 3 пъти на ден - при нужда.
Червено подъбиче	2 супени лъжици се заливат с 2 чаши вряща вода. Изпива се за 2 дена.

### ГАСТРИТ

Ружа (алтея)	2 супени лъжици нарязани корени се заливат с 500 мл студена вода за 8 часа. Пие се по 1-2 кафеени чаши през 3 часа на денонощие.
Слез горска	1 супена лъжица от билката се запарва с 400 мл гореща вода за 1 час. Пие се по 1 винена чаша преди ядене 3 пъти дневно.
Лайка	Чай от лайка, без захар.
Жълт кантарион	2 супени лъжици от билката се варят 5 минути в 400 мл вода. Пие се по 1 кафеена чаша преди ядене.

### ГУЩА

Пореч	Използват се пресни листа за салата. 2 супени лъжици от билката се запарват с 400 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден преди ядене.
-------	---

<b>Касис (черно френско грозде)</b>	Настойка от листата със червено вино (бяло). Пие се като укрепващо. Плодът е богат на витамини. Като конфитюр.
<b>Шипка</b>	Отвара от шипков плод или шипково вино.
<b>Киселец</b>	1 чаена лъжичка от билката се вари в 200 мл вода за 1 час. Пие се за цял ден.

### **ДЕПРЕСИИ**

<b>Аралия</b>	Прави се спиртен (водка) извлек 1:5. Пие се по 30-40 капки с вода 3 пъти на ден за 4-5 седмици.
<b>Чай черен</b>	Пие се дневно по 2-3 чаши чай с мед.
<b>Кафе</b>	Пиене на еспreso кафе 2-3 пъти на ден (таванът е до 5).
<b>Елеутерокок</b>	Прави се спиртен (ракиен) извлек. 150 г билка (корени) се накисват в 1 л ракия за 14 дни. Пие се по 1 кафеена лъжичка 2 пъти на ден.
<b>Жен-шен</b>	От аптеките готови препарати или малко парче от корена, колкото зърно от боб се дъвче до разпадане 3 пъти на ден преди ядене.
<b>Левзея</b>	1 чаена лъжичка нарязани корени се запарват с 200 мл вряща вода за 2 часа. Пие се по 1 ракиена чаша 2 пъти на ден, сутрин и след обяд преди ядене.
<b>Китайски лимонък</b>	Спиртен извлек от семената. Пие се по 20-30 капки 2 пъти на ден преди ядене или запарка от 10 г изсушени плодове с 200 мл кипяща вода. Пие се по 1 супена лъжица 2 пъти на ден.

### **ДИАБЕТ**

<b>Лук червен</b>	Включен в диетата на диабетично болните.
<b>Хрян</b>	Настързан хрян, смесен с кисело мляко 1:10. По 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.
<b>Жаблек</b>	2 супени лъжици се запарват с 500 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 100 мл преди ядене 3 пъти на ден.
<b>Фасул (шушулки)</b>	20 г шушулки се варят в 1 л вода за 1-2 часа. Пие се като вода за деня.
<b>Бяла черница</b>	2 супени лъжици сухи листа се запарват с 400 мл вряща вода за 1/2 час. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден.
<b>Черна боровинка</b>	1 супена лъжица листа се запарват с 500 мл

- Кимион** Вряла вода. Пие се като вода.  
1 чаена лъжичка семе се вари в 200 мл вода. Пие се по 1 кафеена чашка преди ядене 3 пъти на ден.
- Тиквени семки** 1 супена лъжица необелени семки се варят в 500 мл вода. Пие се по 1 винена чаша два пъти на ден.

### **ДИАРИЯ**

- Конски кестен** 1 супена лъжица кори се накисват в 500 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чашка при нужда.
- Горски слез** Отвара (чай) от слез.
- Черна елша** 1 супена лъжица шушулки се накисват в 1 чаша бяло вино за 6-7 дни. Пие се наведнъж сутрин.  
15 г кори се варят в 200 мл вода. Пие се по 1 супена лъжица 2-3 пъти на ден.
- Градско омайниче** 2 супени лъжици корени се запарват с 300 мл вряща вода за 5 минути. Пие се по 1 кафеена чашка преди ядене три пъти дневно.
- Очиболец(планински)** 2 супени лъжици от корените се варят с 500 мл вода за 5 минути. Пие се по 1 винена чаша преди ядене 3-4 пъти на ден.

### **ДИСМЕНОРЕЯ**

- Люляк** 1 супена лъжица нарязани листа се запарват в 500 мл вряща вода. Пие се по 1 кафеена чашка 4 пъти на ден.
- Седефче** 1 чаена лъжичка се залива с 400 мл студена вода за 10 часа. Пие се в продължение на един ден. *(Не се препоръчва за бременни жени.)*
- Водно пипериче** 3 чаени лъжички нарязана суха билка се вари в 2 чаши вода за 10-15 минути. Изстинало и прецедено се пие на 3 пъти. (Не се препоръчва при възпалени бъбреци и пикочен мехур.)
- Клинавиче** 2 супени лъжици от билката се варят в 500 мл вода за 10 минути. Пие се по 1 винена чаша преди ядене 4 пъти дневно.
- Обикновен спореж** Има лечебни препарати - „Платифилин“ и др.



### **ДИСПЕПСИЯ**

- Пелин** 1 чаена лъжичка от билката се запарва с 2 чаши вряща вода за 20 минути. Пие се по 1/2 кафеена чашка (супена лъжичка) половин час преди ядене.
- Жълта тинтява** 1/2 чаена лъжичка ситно нарязани корени се киснат в 400 мл студена вода за 8 часа. Пие се по 1 кафеена чашка половин час преди ядене.
- Водна дотелина** 1 супена лъжичка от билката се запарва с 300 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 чаена чаша преди ядене 3 пъти на ден.
- Градинска чубрица** 3 чаени лъжички от билката се запарват с 2 чаши вряща вода. След изстиване се изпива за цял ден.
- Лютиви чушки** Спиртна настойка (водка) по 20-30 капки в чаша червено вино.

### **ЕКЗЕМА**

- Бяла бреза** 1 супена лъжичка брезови пъпки се запарват с 200 мл вряща вода. След изстиване и прецеждане се прибавят 10 мл одеколон. Прави се обтриване на кожата.  
Мехлем на Вишневски.
- Жълт кантарион** Отвара за обтриване на кожата при гноен обрив.  
„Звъничево масло“ (20 г цвят се накисват в 200 г зехтин за 14 дни) - против изгаряне, обвояна и изпръхнала кожа, суха екзема.
- Бясно дърво** Против импетиго се вземат 4 части кори от билката, 10 части неосолена мас и 1 част восък. Стопяват се и се прави мехлем.
- Алое** Компреси с екстракт от свежи листа алое.
- Бял равнец** Настойка 1:10 цветовете от равнец със зехтин. За лечение на изгаряния.
- Орех** 5 супени лъжички сухи листа се кипват за 15 минути в 500 мл вода. С извлека се правят компреси - 1 чаена лъжичка шупки (зелената обвивка на ореха) се счуква с щипка сол (против пършец).
- Бял оман** 50 г нарязани корени се варят 20 минути със

	100 мл вода. Отварата се смесва с 50 г неосо-лена свинска мас, за мазане при кожни сърбе-жи.
<b>Живовлек широколист</b>	Кашица от свежи листа се налага върху мок-реца екзема 2-3 пъти на ден до подсушаване.
<b>Репей</b>	Използва се репейно масло.
<b>Картофи</b>	Налагане с настъргани свежи картофи.
<b>Босилек</b>	Компреси с воден извлек от босилек.
<b>Невен</b>	Намазване на засегнатия участък със спирт-ен извлек (тinktура) 1:5 и за компреси 1 ча-ена лъжичка от тинктурата в 500 мл вода.

### **ЕПИЛЕПСИЯ**

<b>Лютива жълта тлъстига</b>	1 чаена лъжичка от билката се запарва с 1 чаша Вряща вода за 20 минути. Пие се през целия ден.
<b>Горицвет</b>	2 супени лъжици се запарват с 500 мл Вряща вода за 1 час. Пие се по 1/2 супена лъжица 3 пъти на ден.
<b>Дяволска уста</b>	2 супени лъжици се запарват с 500 мл Вряща вода за 1 час. Пие се по 1 винена чаша 3 пъти на ден.
<b>Пелин</b>	1 чаена лъжичка се запарва с 300 мл Вряща во-да за 1 час. Пие се по 1 кафеена чашка 2 пъти на ден преди ядене.

### **НОЩНО НАПИКАВАНЕ**

<b>Обикновена луличка</b>	1 чаена лъжичка нарязана билка се запарва с 1 чаша Вряща вода. Изстинала се пие през це-лия ден.
<b>Хмел</b>	2 супени лъжици шишарки се запарват с 500 мл Вряща вода за 20 минути. Пие се по 1 кафеена чашка преди ядене 3 пъти на ден.
<b>Златна пръчица</b>	3 чаени лъжички от билката се заливат с 200 мл студена вода за 8 часа. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден преди ядене.

### **ЖЪЛТЕНИЦА**

<b>Обикновен киселец</b>	Билката се използва в свеж вид като салатата. <i>(Да се ограничава при наличие на оксалат-на диатеза.)</i>
<b>Пача трева</b>	2 супени лъжици се запарват с 500 мл Вряща вода. Пие се по 100 мл 3 пъти на ден преди ядене.

- Пелин бял (обикновен)** 1 чаена лъжичка от билката се запарва с 300 мл вода. Пие се по 1 супена лъжица 2-3 пъти на ден преди ядене.
- Бял равнец** 2 супени лъжици се запарват с 500 мл вряща вода за 2 часа. Пие се по 1 винена чаша 3-4 пъти на ден преди ядене.
- Шунка** 3 супени лъжици счукан плод се запарва с 2 чаши вряща вода за 10 часа. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден.

### **ЗАПЕК**

- Майчин лист** 1 чаена лъжичка се запарва в 400 мл вода и се пие по 100 мл 3 пъти на ден.
- Зърнастец** 2 чаени лъжички кори се заливат с 300 мл студена вода за 12 часа. Пие се сутрин и вечер по 100 мл.
- Резене (див копър)** 1,5 чаена лъжичка от счуканите плодове се заливат с 200 мл студена вода за 10 часа. Пие се по 2 кафеени лъжички вечер.
- Смокиня** 1 супена лъжица се запарва с 500 мл вряща вода за 5 минути. Пие се по 1 винена чаша преди ядене 3 пъти дневно.
- Билков чай от: зърнастец 20 г, ревен 10 г и листа сена - 10 г.** 2-3 смокини се накисват от вечерта в чаша хладка вода. На сутринта се изпива водата, а плодът се изяжда.
- Рициново масло** 2 чаени лъжички от сместа се заливат с 2 чаши вода за 4-5 часа. Изпива се наведнъж на гладно.
- Вечер се изпива 1 супена лъжица рициново масло (с канка ментово масло).

### **ЗАТЛЪСТЯВАНЕ**

- Хвойна** Изяждат се сухи плодчета. Започва се с 2 и всеки ден се увеличават до 10.
- Бял трън** 1 супена лъжица семена се запарват в 500 мл вряща вода или се варят докато изври до половината. Пие се по 1 супена лъжица през 3-4 часа.
- Хранителен режим Повече зеленчуци и плодове. Темпът на отслабване да е 2-4 кг на месец.

- Водорасло (цистозеира)** 1 супена лъжица се вари в 1 л. Вода за десетина минути. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти дневно.
- Чай за отслабване: цистозеира 30 г, хвойна плод 20 г, цвят бъз 15г, свила от царевица 20 г** 3 супени лъжици от сместа се заливат с 300 мл студена вода за 8 часа. Прецедени билките се заливат отново с 300 мл Вряла вода. Двата извлека се смесват. Пие се на три пъти до 1 час преди ядене.

### **ИЗРИВИ**

- Зимзелен** 2 супени лъжици листа се сваряват в 500 мл вода. С отварата се правят компреси на обринатата кожа (мокра екзема).

### **ИМПОТЕНЦИЯ**

- Калоферче** 1 супена лъжица цвят се смесва със 100 г акациев мед. Взема се по 1 чаена лъжичка 2-3 пъти на ден преди ядене.
- Гулия (земна ябълка)** Настъргани гулии се изяждат няколко пъти на ден.
- Златовръх** 2 чаени лъжички нарязани корени се заливат със 100 мл спирт 70° (Водка) за 20 дни. Пие се по 20-25 капки на бучџа захар 3 пъти на ден.
- Китайски лимонник** Използват се спиртен извлек от семената - по 20-30 капки.
- Левзея** 1 чаена лъжичка смлени корени се запарват с 300 мл Вряла вода за 2 часа. Пие се по 1 ракиена чаша сутрин и след обяд преди ядене.
- Бяла мъртва коприва (дягово винце)** 3 чаени лъжички от билката се запарват с 2 чаши Вряща вода за 24 часа. Пие се по 1 кафенена чашка 3 пъти на ден.
- Салеп** 1 чаена лъжичка нарязани грудки се запарват с 1 чаша Вряла вода за 15 минути. Запарката се пие топла по 1 супена лъжица няколко пъти на ден.
- Девесил** 1 супена лъжица нарязани корени се запарват с 200 мл Вряла вода за половин час. Пие се по 1 супена лъжица 3-4 пъти на ден.
- Върбинка (при женска фригидност)** 1 супена лъжица от билката се запарва с 1 чаша Вряща вода. Изстинала се пие за деня.

- Миризлива (горска)** 2 чаени лъжички от билката се заливат с 1  
**теменуга** чаша вода за 7-8 часа. Пие се на 3-4 приема.  
**Зайча сянка (при** 2-3 кафеени лъжички от билката се запарват  
**мъжка импотент-** с 250 мл вряща вода. Доза за един ден.  
**ност, простатити)**  
**Бабини зъби** 1 супена лъжица плодчета се запарват с 400  
мл вода за 30 минути. Пие се по 1 кафеена ча-  
шка 2-3 пъти на ден.  
Препарат „Трибестан“

### КАШЛИЦА

- Ангелика** 2 чаени лъжички нарязани корени се варят в 1  
**(балканска пищялка)** чаша вода за 10 минути. Пие се при упорита  
кашлица няколко пъти на ден.  
**Чобанка (лечебна** 2 чаени лъжички от билката се запарват с ов-  
**чарка, лопуш)** 200 мл гореща вода. Пие се по 1 кафеена чаша  
при нужда. От корените се прави същата за  
парка.  
**Къпина** Къпиново вино от плода.  
**Чубрица арагинска** 3 чаени лъжички ситно нарязана билка се за-  
парват с 2 чаши вода и след изстиване се пие  
за 1 ден.  
**Лечебна ружа** 1-2 супени лъжици нарязани корени се зали-  
ват с 500 мл студена вода за 12 часа. Пие се  
по 1 супена лъжица на 2 часа, подсладено.  
**Копитник** 2 чаени лъжички ситно нарязана билка се за-  
парват с 1 чаша вряла вода до изстудяване.  
Прецедена запарката се пие за 1 ден.  
**Евкалипт** 1 супена лъжица листа се запарва с 500 мл  
вряща вода. Пие се по 1 винена чаша 3 пъти  
на ден преди ядене при бронхиална астма и ост-  
ър бронхит.  
**Бугарица** 3 чаени лъжички от билката се запарват с 2  
чаши вряща вода. Пие се през целия ден ( мо-  
же да се смеси с полски хвоц).  
**Медуница** 2 супени лъжици от билката се запарват с  
500 мл гореща вода за 2 часа. Пие се по 1 ви-  
нена чаша 3-4 пъти на ден.  
**Бяла акация** 2 чаени лъжички цвят се варят за 3 минути в  
500 мл вода. Пие се по 100 мл 3 пъти на ден.  
**Подбел** 1 супена лъжица от дрогата се запарва с 400  
мл гореща вода за 1 час. Пие се по 1 супена лъ-  
жица 5-6 пъти на ден, подсладено.

- Лайка** 1 супена лъжица от билката се запарва с 200 мл гореща вода. Пие се топла.
- Исландски лишей** 2 чаени лъжички от билката се заливат с 400 мл вряща вода за 30 минути. Пие се по 50 мл 3-4 пъти на ден.

### КОЛИКИ

- Лепка** 3 чаени лъжички от билката се запарват с 2 чаши вряща вода. Пие се за 1 ден.
- Мащерка** 1 чаена лъжичка от билката се запарва с 1 чаша вряща вода. Пие се за целия ден.
- Мента (джоджен)** 1 супена лъжица от билката се запарва с 500 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 винена чаша 2-3 пъти на ден.
- Ментови капки (от аптеката)** По 15-20 капки на бучка захар при нужда.
- Чай от мента и маточина (по равно)** 2 чаени лъжички от чая се запарват с 1 чаша вряща вода. Пие се вечер преди лягане по 1 супена лъжица.
- Резене** 1 чаена лъжичка счукан плод се запарва с 1 чаша вряща вода за 10 минути. Пие се 2-3 пъти на ден.
- Слез** 1 супена лъжица листа се залива с 200 мл студена вода за 5 часа. 1 чаена лъжичка цвят се запарва с гореща вода. Пие се на глътки 2-3 пъти на ден.
- Гледичия** 1 супена лъжица от билката се залива с 300 мл вряща вода, вари се 5 минути. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден, при нужда.
- Сок от обикновено Сладък корен** По 1 винена чаша няколко пъти на ден.зеле  
1 супена лъжица счукани корени се кипват около 5 минути в 500 мл вода. Пие се по 1 винена чаша преди ядене 3 пъти на ден.
- Пелин обикновен** 1 чаена лъжичка от билката се запарва с 300 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден при нужда.

### КОНЮНКТИВИТ

- Градинско омайниче (зребник)** 1 супена лъжица от билката се залива с 1 чаша вряща вода. Прецежда се и с извлека се прави топъл компрес на възпалените очи.

Копър	1 чаена лъжичка плог се запарва с 1 чаша гореща вода. За компреси на очите.
Огнивче	1 чаена лъжичка от билката се запарва с 500 мл вряла вода. За промиване на очите.
Живовлек широколист Очанка	Счукани свежи листа се използват за компреси.  3 чаени лъжички се заливат с 2 чаши вода, кипват се за 10 минути. С прецедената отвара се правят топли очни бани. <i>При ечемик на миглите</i> - от сместа лайка и очанка (по равно) се запарват 5 супени лъжици с 1 чаша кипяща вода за 10 минути. Получената каша се слага в марля и се поставя топла върху ечемика.

### КОСОПАД

Кукуряк	1 супена лъжица нарязан корен се сварява в 400 мл оцет. С отварата се натриват засегнатите участъци. За укрепване и срещу пърхот косата се обтрива с извлек от 2 чаени лъжички корен с червено вино.
Росен	1 чаена лъжичка се залива с 1 чаша вода, кипва се за 5 минути. С отварата се обтриват засегнатите участъци.
Латинка	Лосион от листа и семена от латинка, пресни листа от коприва и чешшир по 100 г се заливат с 500 мл спирт (водка) за 15 дни. Прецежда се и се парфюмира (с одеколон). Прави се фрикция на главата. 1 супена лъжица латинка и 1 кора от портокал се запарват в 300 мл вода за 12 часа. Към прецедената запарка се прибавят 10 мл одеколон за мазане на корените на косата.

### КЪРВЕНЕ НА ВЕНЦИТЕ

Очиболец (планински) Блатен аир Черна елша	2 супени лъжици от билката се варят 5 минути в 500 мл вода. За гаргара и плакнене на устната. Дъвчене на обелени късове от коренището. 1 чаена лъжица нарязани кори се варят 5 минути в 200 мл вода. Гаргара (жабурене) на всеки 2 часа.
---	--

*Чай за затягане на кървящи венци:* листа смрадлика 100 г, кора дъб 50 г, лайка 30 г, цвят лавандула 20 г. От тази смес се вземат 2 супени лъжици и се варят в 500 мл вода за около 20 минути. Отварата се прецежда. С нея се прави жабурене по 2-3 минути 3-4 пъти на ден.

### ЛОШ ДЪХ В УСТАТА

- Мента** 1-2 капки тинктура - мента на бучка захар за смукане.
- Горска ягода** 1 чаена лъжичка листа се запарват в 400 мл вряща вода за жабурене.
- Върбинка** 2 супени лъжици от билката се варят в 500 мл вода за 5 минути. За гаргара.
- Пелин** 1 чаена лъжичка от билката се запарва с 1 чаша вряща вода. За жабурене 2-3 пъти на ден.
- Бяла елша** 20 г от листата се варят 20 минути в 500 мл вода. За гаргара.

### МАЗНА КОЖА НА ЛИЦЕТО

- Парна баня от:** *розмарин, лайка, градински чай, липов цвят, мента, листа от бреза, върба и дъбови кори (по равно)* От тази смес се взема 1 супена лъжица и се поставя в съд с вода да заври. Прави се парна баня на лицето.
- Бадеми** 1 лъжица бадеми се попарва с отвара от борови връхчета, лайка и цвят от бъз. Прибавя се 1 лъжица брашно и 1/2 чаена лъжичка мед. Кашата се нанася върху лицето за половин час.
- Мащерка** 2 супени лъжици се накисват за 1 час в 200 мл вряща вода. За обтриване на лицето.
- Магданоз** Както при мащерката.
- Ягоди (тонизиращо)** 1 чаша ягоди се заливат с ракия (водка) за 30 дни. Настойката се разрежда 1:1 и с нея се обтрива лицето.

### МАЗНА КОСА

- Дъбови кори** 3 супени лъжици дъбови кори се варят в 1 л вода за 15-20 минути. С настойката отвара



се мие косата Всеки трети ден от седмицата  
В продължение на няколко седмици.

Използват се също отвари от реней, невен,  
Бяла бреза.

### **МАЗОЛИ**

- Змийско мляко** Двукратно намазване със сок от билката до оздравяване.
- Росянка кръглолиста** Намазва се мазолът със сок от билката.  
**Бръшлян** Налагане с топли лапи от млади листа на билката.
- Лук червен** Прясно счукани зелени листа се смачкват на каша, която се налага върху мазола.
- Чеснов лук** Както при червения лук или се прави мехлем от счукан чеснов лук със свинска мас.
- Домат** Мазолът се налага със зрял разрязан домати.

### **МЕТЕОРИЗЪМ**

- Водна дотелина** 1 супена лъжица се запарва в 300 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 чаена чаша преди ядене три пъти на ден.
- Картофи** Пие се по 100-150 мл сок от картофи.  
**Градско омайниче** 2 супени лъжици стрити корени се запарват с 1 чаша вряща вода. След изстиване се изпива за едно денонощие.
- Луличка** 1 чаена лъжичка от билката се запарва с 400 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чашка преди ядене 3 пъти дневно.
- Валериана** 2 чаени лъжички от билката (корени) се запарват с 1 чаша вряща вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.  
Използва се също тинктура от валериана.  
Пие се по 20-30 капки при нужда.

### **НОЩНО НАПИКАВАНЕ**

- Камшик** 2 супени лъжици се запарват с 400 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден.
- Цариче** 2 супени лъжици се запарват с 500 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден.
- Хмел** 1 супена лъжица шишарки се запарва с 1 чаша

- Малина** Вряща вода. Пие се по 100 мл 3 пъти на ден. 1 супена лъжица листа се запарва в 400 мл вряща вода за 30 минути. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден.
- Чай от:** цвят мак 10 г, камшик 20 г, жълт кантарион 30 г, мечо грозде 30 г, хвощ 20 г, листа малина 20 г. 1 супена лъжица от сместа се запарва с 250 мл вряща вода, ври 1-2 минути. След изстиване се пие на 3 пъти след ядене. Доза за 1 ден (за 8-10 год. деца).

### **НЕВРАЛГИЯ**

- Конски кестен** 2 супени лъжици цвят от кестен се накисват в 500 мл ракия (водка) за 14 дни. Пие се по 30-40 капки 3-4 пъти на ден при главоболие.
- Ряпа** Пие се по 50 мл сок от билката няколко пъти на ден.
- Бяла върба** Отвара от 10 г кори с 200 мл вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.
- Върбинка** 1 супена лъжица от билката се вари за 5 минути в 250 мл вода. Пие се по 1 кафеена чаша 4 пъти на ден.

### **НЕВРАСТЕНИЯ**

- Валериана** 2 чаени лъжички корени се запарват с 200 мл вряща вода. Пие се по 1 супена лъжица няколко пъти на ден. Обикновено се използва тинктура валериана (от аптеките). Пие се по 20-25 капки при нужда или таблетки валериана.

### **НЕВРОЗА**

- Бяла мъртва коприва (дягово винце)** 2-3 чаени лъжички цветовете се запарват с 2 чаши вряща вода. Изпива се за цял ден. Извлеци в бяло вино се използват предимно при сексуална немош у мъжа и жената.
- Валериана** Валерианови капки - по 20-30 капки при нужда, особено вечер.
- Седяфче** 1 чаена лъжица от билката се залива с 400 мл студена вода за 12 часа. Пие се по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден.
- Маточина** 2 супени лъжици от билката се запарват с 2 чаши вряща вода. Изпива се за 1 ден.

- Златовръх** Използва се като спиртен извлек - 10 г нарязани корени се заливат със 100 мл спирт (водка) за 20 дни. Пие се по 20-30 капки 3 пъти на ден.
- Розмарин** 2 чаени лъжички от билката се запарват с 1 чаша вряща вода. Пие се в продължение на един ден.

### **НЕВРОДЕРМИТИ**

- Бял оман** Намазване с отвара от корени.
- Водна перуника** 2 чаени лъжички коренища се заливат с 1 чаша вода за 1 нощ. Маже се 2-3 пъти на ден.

### **ОРЕДЯВАНЕ НА КОСАТА**

- Бял бор** Препарат „Пит“.
- Див чесън** Кашица от прясно счукани луковици. За мазане.
- Лук кромид** Мазане с прясна кашица от пресни листа. Мазане със сок от лук.
- Коприва** Отвара от коприва се пие по 3-4 чаши на ден. С отвара от копривени листа се мие главата (без сапун).
- Рицин** Намазва се кожата на главата с рициново масло.
- Корени от коприва** 2 супени лъжици корени се накисват в смес от оцет и вода (по 500 мл), вари се половин час. С отварата се прави фрикция на окосмената част на главата всяка вечер.

### **ОПЛЕШИВЯВАНЕ (СЕБОРЕЙНО)**

- Подбел** Косата се измива 3 пъти седмично със силна отвара от подбел.
- Билкова смес:** мащерка 30 г, кора върба 25 г, кора от дъб 30 г. 4 супени лъжици от сместа се кипват с 1 л вода. След изстиване и прецеждане отварата се втрива в кожата на главата 1 път дневно (около 20 процедури)
- Билкова смес:** стръкове и корени коприва по 50 г. Цялото количество се накисва в смес от оцет и вода (по 500 мл). Вари се половин час. Прави се фрикция на засегнатия участък.

### ПАНАРИЦИУМ

- Бугарица** От водни извлеци се правят компреси.  
**Лайка** 1-2 супени лъжици лайка се заливат с 500 мл вряща вода за 15 минути. Правят се бани и компреси 3-4 пъти на ден.
- Билкова смес:** кора дъб и корени аир по 50 г. 1-2 супени лъжици от сместа се варят 30 минути в 500 мл вода. За компреси и баня, 2-3 пъти дневно.
- Цикория** Използват се свежи листа за налагане 2 пъти на ден.

### ПИГМЕНТНИ ПЕТНА

- Змийско мляко** С пресен сок от билката се намазват засегнатите места.

### ПЕРДЕ

- Жаблек** 2 супени лъжици от билката се запарват с 500 мл вода. За компреси и промивка. Използва се сок от билката за капване в окото по 1-2 капки на ден. Сок от глухарче или сок от седефче за същата цел.

### ПОДАГРА

- Върба - кори** 1 супена лъжица нарязани кори се варят 5 минути в 500 мл вода. Пие се по 1 винена чаша 2-3 пъти на ден.
- Бреза - кори** 1 супена лъжица ситно нарязани кори се вари 5 минути в 500 мл вода. Пие се по една винена чаша 3 пъти на ден.
- Ранилист** 1 чаена лъжичка от билката се запарва в 200 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чашка преди ядене 3 пъти на ден.
- Билкова смес:** листа ягода 30, листа касис 30 г, кора от бреза 20 г 1 супена лъжица от сместа се кипва за 5 минути в 500 мл вода. Пие се по 1 винена чаша 2-3 пъти дневно.
- Шунка** Запарка от 2 супени лъжици ситно счукани плодове с 400 мл вряща вода вари 10 минути. Престоива 12 часа. Пие се по 1/2 кафеена чаша 3 пъти на ден.

- Билков чай:** *корени и стръкове от коприва по равно. 2 супени лъжици от сместа се вари в 500 мл вода. Пие се по 1 кафеена чаша преди ядене 3 пъти на ден.*
- Билков чай:** *стръкове пелин и плод хвойна по равно. 1 чаена лъжичка от сместа се запарва с 200 мл вряща вода за 5 минути. След изстиване се пие по кафеена чашка 3 пъти на ден.*
- Брей** *100 г счукани или настъргани корени се накисват в 500 мл олио (зехтин) за 4 седмици. Прилага се под формата на компреси върху засегнатия участък.*
- Комунига** *20 г от билката се запарва с 1 л вряща вода. За външна употреба и за бани.*
- Билкова смес:** *лайка, стръкове комунига, листа от ружа по равно. 3-4 супени лъжици от сместа се заливат с вряща вода да стане на каша. Горещата каша се разстила на марля и се налага на болното място.*
- Овес** *Със силна отвара от овесена слама се правят бани на ставите (при ставен ревматизъм).*
- Релей** *Отвара от листата се използва за компреси.*
- Врабчови червца** *2 супени лъжици от билката се запарват с 500 мл вряща вода. Пие се по 100 мл 3 пъти на ден преди ядене.*
- Бяла върба (кори)** *1 чаена лъжичка ситно натрошени кори се запарва с 2 чаши вряща вода. Пие се по 1 кафеена чашка няколко пъти на ден.*
- Боб (фасул обикновен)** *2 супени лъжици ситно нарязани шушулки се заливат с 2 чаши вода, кипва се за 15 минути. Пие се по 1 винена чаша 3-4 пъти на ден.*
- Леска** *1 супена лъжица листа се запарва с 1 чаша вряща вода. Пие се за целия ден.*
- Бреза** *1 чаена лъжичка пъпки се запарва с 1 чаша гореща вода. Пие се по 1 супена лъжица няколко пъти на ден.*
- Трицветна теменуга** *1 супена лъжица от билката се залива с 200 мл вода, вари 15 минути, кисне 30 минути. Към прецедената отвара се прибавят 200 мл вода. Пие се по 1 супена лъжица 3-4 пъти на ден.*

### ПОДСИЧАНЕ (НАПУКВАНЕ НА КОЖАТА)

Бял смил	1 супена лъжица от билката се смесва с гореща вода до получаване на кашлица. Налага се като лапа. 1/2 супена лъжица от билката се запарва с 200 мл вряща вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.
Лук кромид	Намазване с лук. 2-3 апликации дневно за 12 дни.
Росен	Обмивания или компреси със запарка или отвара от билката. 1 чаена лъжичка корени се варят 5 минути в 400 мл вода.
Невен	Маслена настойка 1:10 със зехтин (за напуканите пълки на гърдите при кърмачките).
Роза	Мехлем ROSALINI.
Бяла мъртва коприва	Запарка за компрес или отвара за охлаждащ компрес.

### ПРИ АНАЛНИ ФИЗУРИ (НАПУКВАНИЯ)

Божур	1 супена лъжица цветни листа се запарват (варят) в 300 мл вода. Пие се за 1 ден.
Горска слез	2 щипки цвят се запарват с 1 чаша гореща вода за 10 минути. Използва се за компреси.
Здравец	2 супени лъжици от билката се сваряват в 1 л вода за 10 минути. За компреси.
Билкова смес:	<i>хвош 30 г, пача трева 50 г, бударица 20 г.</i> 1/2 супена лъжица от сместа се вари с 1 чаша вода. Пие се по 1/2 супена лъжица 3-4 пъти на ден.
Кестен	Мехлем AESCIVASIN. Маже се два пъти на ден или свещички (suppositor.) - по 1 анална свещичка вечер.
Плавун (ликоподиум)	Напудряне на раната с праха Ликоподиум.
Картофи	Налагане с кашлица 2 пъти на ден (пресно настъргани).
Рицин	Намазва се болното място с рициново масло 2 пъти на ден.
Градински чай (при децата)	Обливане със запарка от 2 чаени лъжички листа в 2 чаши вряща вода. Прилага се след охлаждаване За пиене - по 1 супена лъжица през 3-4 часа.

### ПРОСТАТИТ

- Сладък корен** 1 супена лъжица от счукани корени на билката се запарват с 500 мл Вряща Вода за 10-15 минути. Пие се по 1 Винена чаша преди ядене.
- Гръмотрън** 1-2 чаени лъжички се накисват в 1 чаша студена Вода за 12 часа. Изпива се наведнъж. 6 г от билката се Варят 5 минути в 500 мл Вода. След като изстине се прецежда. Пие се по 100 г 3 пъти през ден.
- Билкова смес:** *корени гръмотрън и семе от коноп (по рав-но).* 1 чаена лъжичка от сместа се вари 5 минути в 500 мл Вода. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден. Пази се диетата.
- Ветрогон** 2 супени лъжици от билката (стръкове) се варят за 10 минути с 500 мл гореща Вода. Пие се по 1 Винена чаша, преди всяко хранене.
- Билкова смес:** *корен бял оман 50 г, корен ружа 50 г, корен Валериана и хмел по 20 г, мечо грозде 50 г, конопено семе 20 г, тиквени семки 20 г, ревен 10 г.* 1-2 чаени лъжички от сместа се запарват Вечеря с 300 мл Вряла Вода. На сутринта се прецежда. Пие се 3 пъти на ден 1 час преди ядене. (Това е доза за 1 ден)

### ХИПЕРТРОФИЯ НА ПРОСТАТАТА

- Водно пипериче** 3 чаени лъжички нарязана суха билка се вари за 15 минути в 2 чаши Вода. Изстудена се пие на 3 пъти за 1 ден. 20 г дрога се запарват с 200 мл Вряла Вода за 10 минути. Прецежда се и се прибавят 20 г захарен сироп (мед). Пие се по 1 супена лъжица 3-4 пъти на ден.
- Ветрогон** Както горната рецепта.
- Луличка** 1 чаена лъжичка от билката се запарва с 1 чаша Вряща Вода. След изстиване се пие за един ден.
- Леска** 1 супена лъжица изсушени кори или листа се запарват с 1 чаша Вряща Вода. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден. Яжте и плодовете.

### ПСОРИАЗИС

Касис	Пресно счукани листа и плодове се смесват с олио.
Черен бъз	Използва се за налагане на болните участъци. 2 супени лъжици цвят се запарват с 500 мл Вряща вода. Пие се по 100 мл 3 пъти на ден 1 час след ядене.
Лен	Засегнатото място се маже с ленено масло.
Змийско мляко	Маже се с пресен сок от билката.

### ПЪРХУТ

Кукуряк	1/2-1 чаена лъжичка от корените се запарват с 500 мл Вряща вода. С прецедената течност се правят фрикции на главата. Внимателно - билката е отровна!
Подбел	Компреси или лапи на засегнатия участък със запарка или отвара от листата.
Бял бор	Препарат „Пит“ - за локално приложение.
Вратига	1 супена лъжица стръкове се запарва с 400 мл Вряща вода за 2 часа. През вечер косата се измива с извлека (десетина пъти).
Коприва обикновена	100 г нарязана коприва се вари в смес от по 500 мл вода и оцет. Служи за миене на косата.
Рицин	С рициново масло се намазват болните места (особено при пърхот, отделящ се на люспи).
Реней	1 чаена лъжичка стрити корени се запарва с 2 чаши гореща вода и се вари 20-30 минути. За втриване в корените на косъма. За пиене: 1 супена лъжица от билката се вари за 10 минути в 600 мл вода. Пие се по 1 кафеевна чашка 3 пъти на ден преди ядене. Препарати Брезол (екстракт от бреза, лайка, коприва), шампоан Алантоин, биокрем-шампоан от подбел.

### РЕВМАТИЗЪМ

Конски кестен	1 чаена лъжичка ситно нарязани плодове се запарват с 500 мл вряща вода за 2 часа. Пие се по 1 кафеевна чашка преди ядене 3 пъти на ден.
---------------	---



- Хрян** 300 г настързан хрян се смесват с 1/4 кг мед. Взема се по 1 кафеена лъжичка 3 пъти на ден след ядене.
- Розмарин** 2 чаени лъжички сухи листа се запарват с 200 мл Вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чашка 2 пъти на ден.
- Морска краставица** Използват се незрелите плодове- външно, под лекарски контрол
- .Билкова смес:** *медуница, корен бяла ружа, коприва, лопен (по равно)* 2 супени лъжици от сместа се варят в 500 мл вода за 15 минути. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден, подправено с мед и лимон, преди ядене.
- Подбел** Компреси или лапа със запарени или сварени листа.
- Целина (керевиз)** Сок от свежи корени. Пие се по 1-2 чаени лъжички преди хранене 2-3 пъти дневно. Запарка от 2 чаени лъжички листа в 1 чаша вряща вода. Пие се доза за целия ден.
- Бреза (пъпки)** 1 чаена лъжичка се запарва с половин чаша вряща вода. Пие се по 2-3 супени лъжици 3-4 пъти на ден.
- Полски хвоц** 2 супени лъжици се запарват с 1 чаша вряща вода. Пие се по 1 кафеена чашка 4 пъти на ден.
- Бъзак (тревист бъз)** 1-2 чаени лъжички цвят се запарват с 400 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден.
- Синя хвойна** 2 чаени лъжички счукани плодчета се запарват с 2 чаени чаши вряща вода. От прецедената запарка се сварява сироп. Пие се по 1 чаена лъжичка преди ядене 3 пъти на ден.
- Бяла черница** 1 чаена лъжичка листа (кори) се сваряват в 1 чаша вода. Пие се по 1 кафеена чашка. (Китайските лечители препоръчват този извлек при полово импотенция.)

### **СИЛИКОЗА**

- Подбел** 1 супена лъжица сухи листа се запарват с 400 мл гореща вода за 1 час. Пие се по 1-2 супени лъжици 5-6 пъти на ден, подправено с мед.

### СТАРЧЕСКИ СЪРБЕЖИ

- Великденче** 1 супена лъжица се запарва с 400 мл Вряща Вода за 1 час. Пие се по 100 мл преди ядене 3 пъти на ден.
- Билкова смес:** *полски хвош, пача трева и бугарица (по рав-но).* 1/2 супена лъжица от сместа се запарва с чаша вряща вода. След изстиване се прави обтриване на болното място или се пие по 1 супена лъжица 1-2 пъти.

### СТАРЧЕСКО БЕЗСЪНИЕ

- Глоб обикновен** 2 супени лъжици цвят се запарват в 500 мл вряща вода. Киснат 1 час. Пие се по 1 кафее-на чашка 3 пъти на ден преди ядене.

### СЪРБЕЖИ

- Касис** Външно. Смес от счукани листа и плод с олио се налагат на обривите.
- Великденче** Счуканата билка се накисва в олио за 14 дни. Използва се за обтриване.
- Валериана** 1 чаена лъжичка от корените се запарват в 500 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден.

### АЛЕРГИЧНИ СЪРБЕЖИ

- Билкова смес:** *бяла мъртва коприва и здравец.* 2 чаени лъжички корени се заливат с 2 чаши студена вода за 8 часа. Прилага се на компреси.
- Билкова смес:** *копър, маточина, хвойна.* 2 чаени лъжички се заливат с 2 чаши вряща вода. Пие се подсладено по 3 лъжички на ден.
- Мащерка** 15 г от билката се запарват с 200 г вряща вода. Пиесе по 1 супена лъжица 2-3 пъти на ден.

### СЪРДЕЧНА НЕВРОЗА

- Дяволска уста** 2 чаени лъжички от нарязаната билка се заливат с 200 мл студена вода за 8 часа. Пие се за 1 ден.
- Горोцвет** 1 чаена лъжичка се запарва в 200 мл гореща вода. Пие се по 1 супена лъжица 3-4 пъти, при нужда.

- Глог обикновен** 1 супена лъжица се запарва с 250 мл Вряща вода за 2 часа. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден половин час преди ядене.
- Билкова смес:** *корени Валериана 20 г, дяволска уста 20 г, маточина 15 г, цвят глог 20 г, хмел 10 г, гороцвет 5 г.* 2 супени лъжици от сместа се запарват с 300 мл Вряща вода. След изстиване запарката се изпива на три пъти половин час преди ядене.

### **СЪРДЕЧНА СЛАБОСТ**

- Зокум (олеангър)** 1 чаена лъжичка листа се залива с 500 мл студена вода за 1 час. Пие се по 1 ракиена чаша 3 пъти на ден преди ядене.
- Червено подгъбиче** 1 супена лъжица се вари 5 минути в 500 мл вода. Пие се по 100 мл 2-3 пъти на ден.
- Гърбач (бясно гърво)** 1 чаена лъжичка нарязани кори се накисва в 400 мл Вряща вода за 1 час. Пие се по 1 супена лъжица преди ядене 3-4 пъти на ден. (Да се използва под лекарски контрол!)
- Билкова смес:** *мента 30 г, леска 20 г, пащърнак 30 г.* 1 супена лъжица от сместа се вари в 300 мл вода за 5 минути. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден.

### **СТАРЧЕСКО СЪРЦЕ**

- Глог** Пие се по 20-25 капки от тинктура кратеги (от аптеката) на бучка захар сутрин и вечер. 1 супена лъжица (цвят и листа) се запарва в 400 мл Вряща вода за около 2 часа. Пие се по 1 Винева чаша 3 пъти на ден, подсладено.

### **ТРОМБОФЛЕБИТ**

- Кестен** 1 чаена лъжичка ситно смляни плодове се запарват в 500 мл Вряща вода за 2 часа. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден.
- Билкова смес:** *кестен 10 г, кора върба 20 г, бял равнец 10 г, седефче 5 г, водно пипериче 10 г.* 1 супена лъ-

жица от сместа се вари в 200 мл вода. Пие се по 1 кафеена чаша 2-3 пъти на ден. Правят се топли компреси, в легнало положение с вдигнат крак на възглавничка, мазане с мехлема на Вишневски, мехлем Венорутон, Хируид и др.

### ТУБЕРКУЛОЗА

- Дюла** 1 чаена лъжичка смес се запарва в 300 мл вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чашка 4 пъти на ден.  
Отвара от дюлево семе с подбел - 1/2-1 чаена лъжичка дюлево семе и 1/2 чаена лъжичка подбел се варят в 500 мл вода за 10-15 минути. Пие се топло, подсладено с мед, по 1 кафеена чашка през деня.
- Черен бяз** 1 супена лъжица цвят се запарва с 200 мл вряща вода. Пие се по 1 супена лъжица през 3 часа.
- Жен-шен** Препарати от аптеката (като укрепващо и биостимулиращо).  
Едно парченце от корен (колкото грахово зърно) се дъвчи до пълно разтопяване 3 пъти на ден.

### УРТИКАРИЯ (АЛЕРГИЯ)

- Лайка** 1 супена лъжица се запарва с 500 мл вряща вода. Външно за обтриване.
- Перуника** 1 чаена лъжичка сухи и ситно нарязани корени се запарват с 1 чаша вряща вода за 1 час. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден преди ядене.  
*Външно, за компреси и обтривания* - 1 чаена лъжичка ситно нарязани корени се накисват за 7-8 часа в хладка вода.
- Трицветна теменуга** 2 чаени лъжички се запарват с 400 мл вряща вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.
- Мехлем** Листа от орех - 10 г, зехтин 100 г, восък 10 г. Листата се накисват за 7 дни в зехтина. Масленият извлек се загрява леко, прецежда се и се прибавя восъкът. Разбърква се добре.

- Орех** Отвара от 15 г листа с 200 мл вода. Прави се компрес или изплакване 2-3 пъти на ден (15 дни).
- Билкова смес:** *хвойна, кора дъб и бъз по равно.* Отвара за външно обтриване.
- Билкова смес:** *пъпки от бор 10 г, камшик 20 г, листа орех 20 г, хвойна 10 г, коприва 30 г, живовлек 25 г, листа къпина 30 г.* От сместа се взема 1 супена лъжица и се запарва с 250 мл вряща вода. Кипва се 1-3 минути. Пие се по 3 пъти на ден преди и след ядене (за един ден).

### **ФУРУНКУЛОЗА**

- Невен** Използва се пресен сок за мазане.
- Паричка** 1 супена лъжица се вари в 400 мл вода. За компреси и лапи.
- Живовлек** Свежи листа се смачкват и се правят лапи.
- Цикория** 2 чаени лъжички корени се запарват с 1 чаша вряща вода. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден.
- Салеп** 1 супена лъжица се сварява с мляко. Правят се лапи или обтривания. Ако се прибави 10 мл одеколон - като лосион.
- Лечебна комунига** 2 супени лъжици се запарват с 300 мл вода. Използва се изстудено за компреси.
- Репей** Маслен извлек (1:10) от корена със зехтин или бадемово масло.
- Магарешки бодил** Сок от свежи листа се използва за мазане.
- Лазаркиня** 2 супени лъжици се запарват с 400 мл гореща вода. За външно налагане и обтриване.

### **ХЕМОРОИДИ**

- Спанак** Използва се сок от спанак - по 1 супена лъжица 2-3 пъти на ден.
- Лопен** 1 супена лъжица цвят се запарва с 400 мл вряща вода. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден.
- Змийски лапак** Спиртен извлек (тinktура) от билката. Пие се по 10 капки 3 пъти на ден.
- Ранилист** Сок от билката, смесен с мед и вода. Пие се по 1 чаена лъжичка 3-4 пъти на ден.

	Смачкани свежи листа се използват за компреси.
<b>Репей</b>	Използва се репейно масло.
<b>Бутурак</b>	2 супени лъжици корени се варят в 500 мл вода за 5 минути. Пие се по 1 винена чаша 4 пъти на ден.
	<i>Външно за мазане</i> - маслена настойка 1:10.
<b>Дрян</b>	1 супена лъжица плод се вари в 300 мл вода за 5 минути. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден.
<b>Билкова смес:</b>	<i>листа от кестен 20 г, червена калина 10 г, кора Върба 30 г.</i> Сместа се вари в 1 л вода, кисне 10-15 минути. Прецедена се прилага за компреси и клизма.
<b>Билкова смес:</b>	<i>кори от кестен 30 г, лайка 20 г, градински чай 20 г, кори дъб 50 г.</i> 2 супени лъжици от сместа се запарват с 1 л вода. Външно - за бани и компреси.

### ХРЕМА

<b>Червено подгъбиче</b>	2 супени лъжици се запарват с 2 чаши вряща вода. Прецежда се и се изпива за цял ден.
<b>Кромид лук</b>	В ноздрите се поставя тампон памук, напоен със сок от лук.
<b>Ангелика</b>	1 чаена лъжичка нарязан корен се вари в 1 чаша вода за 10 минути. Пие се няколко пъти на ден.
<b>Мехуресто водорасло</b>	1 чаена лъжичка суха билка се запарва с 2 чаши вряща вода. Пие се за един ден. (Препарат Вискулин)
<b>Очанка</b>	2 % запарка от билката. Служи за гаргара и за промиване на очите.

### ЦИРЕИ

<b>Репей</b>	Репейно масло. Приготвя се като маслен извлек в съотношение 1:10
<b>Невен</b>	Компреси от запарка на цветовете.
<b>Тинктура невен</b>	5 г се смесват с 25 г вазелин - за мазане.
<b>Лайка</b>	Запарка за пиене (за успокояване на болките) и отвара за компреси.
<b>Маточина</b>	Запарка за компреси.
<b>Вълча ябълка</b>	Отвара за бани и компреси.

**Сини домати**                      Сок от плода се използва за намазване - 2-3 пъти (има антибиотичен ефект).

### **ЦИСТИТ**

**Бяла мъртва коприва** 4-5 чаени лъжички цвят се запарват в 2 чаши вода. Изпива се за цял ден.

**Черна топола**                      2 чаени лъжички пъпки се заливат с 2 чаши вода. Доза за един ден.

**Царевица (коса)**                    2 чаени лъжички нарязана царевична коса се заливат с чаша вода. Вари се 30 минути. След изстиване се пие по 1 супена лъжица през 3 часа.

### **ЧЕРНОДРОБНИ СТРАДАНИЯ**

**Лепка**                                    2 чаени лъжички се заливат с 400 мл Вряща вода. Изпива се за 1 ден.

**Билкова смес:**                      *мента 30 г, змийско мляко 20 г, корен глухарче 10 г.* 1 чаена лъжичка от сместа се запарва с 1 чаша Вряща вода. Пие се по 1 кафеена чашка 3 пъти на ден.

### **ЯЗВА НА СТОМАХА**

**Жълт кантарион**                    2 супени лъжици се Варят в 500 мл вода за 5 минути. Пие се по 1 винена чаша 3-4 пъти на ден.

**Бяла бреза**                            1-2 супени лъжици нарязани листа се запарват с 500 мл Вряща вода. Пие се на 3-4 порции през деня.

**Зеле**                                      Пие се сок от прясно зеле.

### **Чай на магистър Лачев**

**Приложение:** за лечение на трахеити, фарингити и усложнения. С чая се засилва експекторацията и се облекчава дишането.

**Съдържание:** погбел (*Tussilago farfara*), босилек (*Ocimum basilicum*), шипка-плог (*Rosa canina Fr.*) - в определени пропорции.

**Начин на приготвяне:** Една пълна лъжица от сместа се запарва в 250 мл гореща вода за половин час. Прецедена и охладена, запарката се пие по 1 кафеена чаша 3 пъти на ден.

Подслажда се със захар или мед.

**Приготвя се в Билкова борса - София. Цена 50 лв с пощенските разходи. Телефон за заявки; 368-752**

# За да ОЦЕЛЕЕМ...

Д-р Мария Матева

„Предлагам ви  
да усвоите  
опита  
на ста-  
рите  
приро-  
долечи-  
тели“...





## **„ХРАНАТА ТРЯБВА ДА Е ЛЕКАРСТВО, ЛЕКАРСТВОТО - ХРАНА“**

*„Официалната медицина не е в състояние да задоволи здравните нужди на човечеството, затова трябва да се търси друга, допълнителна, нетрадиционна, алтернативна медицина“ (сп. „Курierer“, 1987г.)*

Морално удовлетворение от лечителската си дейност получих чак когато започнах да прилагам природолечение. При днешната екология и икономика времето на природолечението дойде категорично. Който не иска да го разбере, той е обречен. Той ще си остане безбожник и поклонник на фармахимията. (Ще се оплаква, че заплатата или пенсията му отива за лекарства и то без резултат! Такива неподатливи хора не искат да разберат, че както автомобилният завод твори и програмира употребата на автомобила, така Бог твори и програмира човека и цялата Вселена, че ако изпълняват Божиите изисквания до боледуване няма да се стигне. За щастие има хора, които лесно проумяват, че Природата като Творец е и лечител. Те лесно възприемат природното лечение и стават природолечители. Прилагането на природната медицина и някои методи на официалната медицина трябва взаимно да се допълват.

Що се отнася до профилактиката, природната профилактика е напълно наясно за първопричината на заболяванията - замърсяване на организма - затова и нейните пречистващи методи са безотказни. Ето защо старите природолечители твърдят, че всички заболявания са лечими, но не и всеки човек. Това твърдение бе абсолютното предизвикателство за мене. То ме накара да посветя медицинската си дейност след 1987 г. на природолечението и да го потвърдя с личния си опит. Само болен от СПИН не съм лекувала, защото такива не са ми идвали. Всички други заболявания се оказаха лечими, включително и тези от списъка на нелечимите според официалната медицина.

**СЕГА ВИ ПРЕДЛАГАМ ДА УСВОИТЕ** опита на старите природолечители, потвърден от моя опит като официален лекар, природолечител и радиестезист.

**ПЪРВОПРИЧИНАТА** за заболяванията най-често се поражда в храносмилателния канал, където храната се разпада на нейните съставни части. Една част се усвояват от организма. Друга част не могат да се усвоят и трябва да се изхвърлят като отпадъци

чрез изпразнения, урина, пот, издишан въздух. Но ето, че не всички отпадъци се изхвърлят, ако са много. Останалите циркулират с кръвта в целия организъм и могат някъде да заседнат. В който орган или мозъчен център заседнат, там започват да пречат на правилното му оросяване с кръв и намаляват работоспособността му. В практиката казваме, че този орган е болен по-леко или по-тежко според количеството на натрупаните в него отпадъци и смутената дейност. Такива отпадъци се трупат и в животинския организъм, затова колкото повече животинска храна се яде (млечна, месо, яйца), толкова повече се боледува. Такива отпадъци се образуват и в температурно обработената растителна храна, която на това отгоре е лишена от много витамини и други полезни, необходими на организма вещества. Отпадъци се образуват и когато се приемат големи хапки храна, така, че не могат да се смесят добре със слюнка, за да се смелят докрай. Също като се дъвче недостатъчно. Отпадъци се образуват и когато се яде до насита и пресита, защото стомахът смила първо само една храна. Другите храни чакат редица си и докато го чакат в топлия стомах, вкисват. **Ето защо при едно хранене трябва да се нахранваме само с един вид храна.** Отпадъци се образуват и когато се яде храна смес от растителни и животински продукти. Отпадъци се образуват и когато при хранене вниманието не е съсредоточено в храненето и по този начин отделянето на храносмилателни сокове е непълно. Отпадъци се образуват при най-различни стресови състояния и гняв, защото се затормозява отделянето на храносмилателни сокове. Отпадъци се образуват и от престояла и претопляна храна, от храни със запръжки, от храни, дълго съхранявани в хладилник или в съдове от алпака, защото металаът отнема магнетизма от храната.

**БЕЗАПЕТИТИЕТО** е защитна реакция на организма - да не се приема храна, докато не се изчистят натрупаните в него отпадъци. **РАЗСТРОЙСТВОТО** е също защитна реакция на организма да се изхвърлят натрупани отпадъци. **ПОВРЪЩАНЕТО** също. **ПОВИШЕНАТА ТЕМПЕРАТУРА** е също защитна реакция на организма да намалее обема на натрупаните отпадъци, за да се изхвърлят по-лесно. **СЪРБЕЖЪТ** по кожата подсеца за натрупани отпадъци там и необходимост от изкъпване. Всички болезнени места подсецат за натрупани отпадъци там и необходимост от прочистване, но с природни методи, а не с химикофармацевтични, които са чужди за организма, понеже не химикофармацевтичният завод е сътворил и програмирал човека и Вселената.

Щом говорим за отпадъците като причина за заболяванията,

тук му е мястото да кажа, че именно отпадъците са храна за бактерии и вируси. Колкото повече отпадъци има в даден организъм, толкова повече храна има за тях, толкова по-голяма е възможността в този организъм да се развие заразно заболяване. Официалната медицина дава пример, че ако едно дете, болно например от скарлатина, общува със сто здрави деца, заболяват само едни колко си от децата. И продължава - не е известно защо не заболяват всичките деца!... На природолечението пък е напълно ясно - у децата с по-чиста кръв бактерии и вируси не намират достатъчно отпадъци за храна, растеж и размножаване, затова не се стига до заболяване. Самата аз от няколко години не боледувам от грип, защото преминах на *Хипократовото хранене*, което ще опиша по-долу. Също оплакванията ми от здравето постепенно отзвучаха. Също и пенсията не се стопява за ежедневните нужди, а остава за печатарски и други разходи. Но да продължим за отпадъците като храна за вирусни бактерии. От тази гледна точка може да се обясни защо много вирусноносителни на СПИН са само носители различно дълго време без изявено заболяване. Ами ако с природните прочистващи средства прочистим кръвта както при всички други заболявания... (Цяла папка с молби изпратих до здравните ръководители, че и до президентството и до Министерския съвет накрая, но никой не ми отговори да задоволи професионалното си любопитство и желанието да помогна! Платих обява във в. „Лечител“ на 10.11.1994 г. по този повод, но никой не ми се обади болен от СПИН. Дали тези хора не са чели обявата, или не им се казва, че са вирусноносителни на СПИН, за да не получат морален стрес, остава да се гадае! Преданието говори, че хората от района на чешма „Светица“, Казанлъшко не са боледували от чума и холера, когато е върлувала у нас, защото са пиели вода от тази чешма. Защо пък и при СПИН да не се прочисти кръвта чрез радиестезични проверки кой какво пречистващо лечение понася. Защо толкова дълбоко е внушено на цял свят, че СПИН е нелечимо заболяване и сто процента смъртоносно без да е изпитан арсенала от прочистващите методи и лечебните прийоми на природолечението. Те поне не изискват скъпа медигинска и лабораторна апаратура и лъскави лекарства. Просто съществуващата храна се приготвя по начин да бъде лековита и се използват природни средства. Ако не се помогне, то в никакъв случай няма да навреди и да се оцети бюджета с изразходване на допълнителни средства. Дай Боже да се намери здравен ръководител да сподели моето разбиране и надежда и желание да даде зелена улица за приложение на радиестезичните проверки при всички заболявания, включително и при СПИН, кой

какво понася. Щом по този начин се оказаха лечими всички заболявания (не у всеки човек) от списъка на нелечимите, защо да не се опита и при СПИН!

### **ПРОФИЛАКТИКАТА И ЛЕЧЕНИЕТО СА СЛЕДНИТЕ:**

1. **ХИПОКРАТОВО ХРАНЕНЕ**, за да се предпазим максимално от Внасяне на отпадъци с храната.

2. **ПРОЧИСТВАНЕ** на натрупаните отпадъци в организма с прирудени лечебни методи и средства.

### **ХИПОКРАТОВО ХРАНЕНЕ**

Най-голямото лутане беше докато открия по вълнов (радиестезичен) път Хипократовото хранене. Даже за децата е лесно разбираемо, че щом храната премине през температурна преработка, губи витамини и други ценни, активни биологични вещества, необходими на организма. Ето обаче как храната се превръща в лекарство: Ябълки (свещен плод) сухи или пресни, по-добре диви, измити, нарязани на тънко, заляти с вода двойно повече от тяхното количество, за предпочитане в керамичен съд заради магнетизма му, оставени на хладно. Маже да се разклащат или разбъркват с дървена лъжица от време на време. След 2-3 денонощия водата променя цвета и вкуса си, защото е изсмукала почти всички полезни вещества от ябълките. Този воден извлек е полезен за всички да се пие или да се смеси със сухи хапки хляб или трохи и да се яде. Изкиснатият плод е напълно безвкусен, затова и най-гладното животно, и кокошки дори не го ядат. Кокошките къват изпражнения, защото червата не могат да изсмучат всички полезни вещества, както прави това водата. Недоверчивите да проверяват за да се убедят. По този начин се спестява и жизнената енергия на организма - да не преработва обемиста храна и да не остават много отпадъци за изхвърляне от отделителната система. По същия начин се прави воден извлек от всякакви плодове, от листни храни, от зеленчуци, от билки, като листа от глухарче, лапаг, лобода, щир, люцерневи листа, орехови листа или зелени орехови обелки, коприва, гръмотрън, пукливче, спанак, зеле, репички и др. набрани по време на цъфтежа и то преди обед, защото тогава са най-лековити. Водни извлекци се правят от салати според сезона - без сол, оцет и олио - за смесване със сухи хапки за нахранване. Водни извлекци се правят от плодове и зеленчуци без търговски вид, от обелките на плодове и краставици, от тънките листа на лук, чесън, праз лук, от външните зелени листа, от средата и кората на пъпеши и тикви, от

моркови, от пащарнак, от репички, цвекло, гулия, от зърнени храни, от просо и леблебия, и др. ВЪВ ВОДНИЯ ИЗВЛЕК НЕ МИНАВАТ НИТРАТИТЕ И РАЗНИ ЧЕРНОБИЛСКИ ЗАМЪРСИТЕЛИ. Сокоизстисквачката не изсмуква всички полезни вещества, затова отпадъкът се харесва на животните. От отпадъка може да се направи воден извлек, полезен като другите водни извлеци. За предпочитане са диви, дребни плодове и зеленчуци, дадени от Твореца, а не ашлами и хибриди, въведени от хората. За предпочитане са обикновените, дебелокори тикви. Лимони могат да се прибавят към всеки воден извлек. Други храни - баница с тиква или ябълки, с лапад, с лобода, с лук, с праз лук и съвсем малко олио. Природата е подсладила, посолела и омазнила достатъчно храните, за да поддържа равновесие в организма. Колкото повече прибавяме захар, сол, олио към храната, толкова повече нарушаваме това равновесие. За естествената мазнаина може да се ядат СУРОВИ слънчогледови и тиквени семки, орехи, лешници и фъстъци.

Олиото и захарта се избягват и затова, защото са рафинирани със сода каустик! Същото се отнася и за вносното маслиново и орехово масло. Полезно е нерафинираното олио, което е малко мътно и мирише на печен слънчоглед. Полезни са содена питка, юфка без яйца, булгур, грис, каша от печено брашно, смес от вино и вода по равни части за пиене или за смесване със сухи хапки хляб за нахранване.

Варивата (картофи, боб, леща, грах, бакла, бамя, гъби и др.) се сваряват поотделно да омекнат, махат се от огъня да поизстият, прибавя им се зеленчук и градински подправки като за чорба, преносуват на хладно, за предпочитане в керамичен съд. На следващия ден се взема само водата (бульона), смесва се със сухи хапки и се яде. За болни и за малки деца да се предпочитат сухи трохи, а не хапки. Зеленчукови вариwa и плодове се сушат на слънце. Върху цимента директно най-бързо съхнат. Листни храни (лобода, щир, лапад) и билки се сушат на сянка. Съхраняват се в книжни кесии и отгоре се слагат сухи орехови листа за предпазване от молци. Още по-добре се съхраняват в захлупени буркани.

Зеленчукова консерва се разрежда с вода, прибавят се градински подправки (може и чесън), преносува, само водата се взема и се смесва със сухи хапки хляб. За предпочитане е ръжен хляб или грахан, по-малко добруджа и никога бял, изсушен на хапки или трохи за да изчезне ферментацията на маята и да не създава ферментация в стомаха. Хлебните хапки или трохи да се сушат на слънце или на топъл въздух, а не във фурна, не на скара, защото се рушат витамините.

От всички продукти най-полезно е пресеченото мляко така: в литър врящо прясно мляко се сипва чаша кисело мляко да се пресе-че и се яде заедно суроватка и извара. Не е за предпочитане пресу-чането на млякото с оцет или лимонтозу. Кашкавалът е вреден.

От всички месни продукти най-полезен е бульонът от сварени насечени кости (костен мозък), приготвен като зеленчукова чорба. Полезно е месото от дребни млади животни (агнета, шилета, яре-та, дивеч), опечено с много лук. По-добре е месото да се изостави. Рибата и пилетата от магазина да се изкисват 2-3 часа в хумен разтвор (суспензия) за да се прочистят от замърсителите и тога-ва да се приготвят за ядене. Яйцата са полезни печени или рожки, но по-рядко да се ядат.

Не яжте пържени храни и ястия със запръжка, защото от тях се образуват много отпадъци в организма. Картофът е най-поле-зен печен с обвивката. Водата от сварения картоф да се използва като зеленчуков бульон, защото тя е толкова полезна, колкото и сварения картоф.

Да се избягват всички сладкарски произведения и закуски смеси-ца от животински и растителни продукти, защото образуват много отпадъци в организма. Оставете животинските мазнини, защото са много богати на холестерин, който се натрупва в ста-вите и прешлените. Като последица от това са шипове, артрити, дископатии и др. толкова много разпространени. Да не се пият га-зирани напитки, алкохол, много горещи и много студени храни и пи-тиета. Храните и пиетиетата за консумация са с температурата на тялото. Течните храни, че и водата да се овъртат в устата да се ослончат и тогава да се преглъщат. Това се налага за тежко-болните. Стерилизирайте само тези плодове, които не могат да се сушат, като череши, ягоди, малини, защото при стерилизаци-ята се рушат ценни биологични вещества, необходими за органи-зма. При това стерилизацията е свързана с много разноски за бур-кани, капачки, енергия, че и много място за съхранение на буркани-те. При сушенето на плодове и зеленчуци се правят спестявания, за сушене стават плодове и зеленчуци без търговски вид. **Откак-то стерилизацията навлезе и у нас, постепенно изчезнаха сто-летниците ни**, с каквито България беше водеща страна в света. Е, сега пък водим със срамни здравни показатели според данните на Националния статистически институт.

Впрочем това се вижда и без тези данни по намаляване броя на населението, по препълнените болници и гробища, често с млади хора. Интересно и печално е, че професор Т. Т. при научна експеди-ция установи някога, че столетниците у нас са се хранили предим-

но с растителна храна, готвена в глинени съдове или в сурово състояние, а в същото време с много писания втъпли на народа да се храни предимно с калорична, животинска храна. Много хора вече не зачитат растителната храна и са в паника при днешното поскъпване на животинските продукти. Аз пък с моя дългогодишен, изстрадаан от комунистическото гонение опит като народен лечител, мога да се закълна, че колкото повече се яде животинска храна, колкото тя е при днешната екология, толкова повече се боледува. Опитайте, за да се убедите. Много хора ми опонират, че с храненето, което препоръчвам, ще умрат от глад, че не могат да работят и т. н. Те не проумяват, че сегашната екология и икономика налагат това хранене. По себе си знам, че постепенно се свиква с това хранене, но колкото по-бързо, толкова по-добре и за здравето, и за портфейла. Цял ден се измъчих докато свикна да се храня с дървена лъжица. Българите като цяло не се грижат твърде за здравето си. Вероятно една от причините е, че здравеопазването е безплатно. Но сега вече, когато много медицински услуги се правят срещу разоряващи такси и при масовото обедняване, това мое скромно писание ще трябва да стане настолно като Библията за християните. Само с храненето да започне болят, без конкретно природолечение, пак ще оцелее и ще оздравее, макар и по-бавно, стига да не е претърпял с лекарства, увреден от химиотерапия и дълбока терапия или неудачна операция. Опитайте и ще се убедите. Мнозина ме питат до кога да се хранят по този начин (Хипократово хранене). Отговорът е кратък и категоричен - до когато искат да са здрави, спокойни и работоспособни, да не създават грижи на близките си.

Сутрин при събуждане и между храненията на гладно да се пие вода, пренощувала в керамичен съд, за промивка на стомаха и червата и за пълноценна водна обмяна. От голямо здравно значение е пиенето на вода по 37-38 г на кг телесно тегло, изчислено за едно денонощие. Обмяната на веществата се извършва най-добре във водна среда, защото водата е разтворител, тя също промива организма и с нея се извършват отпадъците.

Програмирането на човека е да консумира около 70 на сто плодова храна, близо 30 на сто зеленчукова и минимален процент животинска - млечна, месна и яйца. Колкото повече се яде животинска храна, толкова повече се боледува, защото от нея са отпадъчните обменни продукти от животните. Налага се често изкъпване или избърсване на тялото с мокра кърпа за прочистване през кожата. Инхалации - за прочистване през белия дроб. Извънредно превожен проблем е тютюнопушенето, защото:

· пушачите и обкръжаващите ги, които вдишват издишвания от тях тютюнев въздух, са изложени много често на боледуване, особено при днешната влошена екология, което струва прекалено скъпо;

- много от бездетните семейства са пушачи;

- често в пушеци семейства се раждат недъгави деца, пълнещи социални домове за недъгави в тежест на данъкоплатците;

- работоспособността на пушачите - умствена и физическа - е под необходимото ниво. В САЩ се заплаща по-малко на пушачи, а в някои щати със закон е забранено пушенето. Техни лекари от български произход при посещение в България с тревога констатираха, че у нас много хора пушат. Цом толкова се мъчат у нас да подражават на САЩ, защо не подражават и на всичките мерки против тютюнопушенето?

- пушачите със семейството силно оцетяват семейния бюджет;

- много астматици умират от недостиг на въздух, защото дишателният им център е блокиран от никотина на пушачите в семейството. Пушенето е наркомания, национална трагедия, която може да се ликвидира само с изчезването на цигарите от пазара. Печалбата от тютюневата търговия е многократно по-малка в сравнение със здравните загуби от тютюнопушенето. Българската нация намалява постепенно, за което голям принос има тютюнопушенето, разпространено вече и сред децата.

Чистият въздух е от голямо здравно значение, както е известно на всички, както и чистата вода, все по-оскъдна при днешната екологическа обстановка.

Да се пазят мислите чисти, като се спазват десетте Божии заповеди, като всеки постъпва с другите така, както би искал да постъпят с него. Съчетаването на чисти мисли и чиста кръв носи мир в душата, физическо и духовно здраве, добро настроение, уравновесеност и работоспособност на високо ниво. Контактването с Всевишните сили чрез молитва усилва жизнената енергия, докато общуването с безбожни и лоши характери намалява жизнената енергия и може да причини главоболие, лошо настроение, което народът нарича урочасване. Хранене, работа и пътуване започвайте и завършвайте с молитва и благодарност към Всевишния. Към растителния и животинския свят сме длъжни да се отнасяме както към Божие творение с право на съществуване, еднакво за всички. Унищожаването на отделни растителни и животински видове (а за позор също и на изхвърлени от неморални стопани кучета) нарушава природното равновесие, което рекушира върху хората (еко-



логична катастрофа). Галенето на животни успокоява нервната система, защото от тях хората приемат полезни вълни и се освобождават от вредните. Само лошите хора мразят животните. Родителите, които не насочват децата си по този здравословен път, вършат грях, равносвален на престъпление.

Не чакайте изпитание, боледуване, за да проумеете, че то идва от потъпкване изискванията на Твореца. Не тревожете близките си с Вашето боледуване, не дезорганизирайте живота им, не тежнете на данъкоплатците с отпуски и пенсии по болест. Не се хумизирайте с лекарства, колкото и да ви успокояват, че те са от билки. При преработката в заводски условия билките губят от биологичната си активност и лековитост. Същото става и при варене на билките. Смесването на различни билки също намалява лековитостта им, поради несъвпадение на вибрациите им.

Не носете грехи от изкуствени влакна, особено бельо, защото техните излъчвания нарушават биоритъма на организма. Да се носи бяло, а не цветно или шарено бельо. Най-полезни са излъчванията на конопа и памука, каквито ризи са носили старите хора (при това по-добър е конопът), и по-малко тези на лена. Не носете метални токи, катарамии, халхи, капси и други метални украшения по грехите, защото те излъчват вредни вълни. Същото се отнася за металните часовникови верижки. Не носете електронни и фосфорни часовници, също заради вредните им излъчвания. Не носете кръгли накити, като обици и катарамии, без някаква гравюра върху тях. Не носете кожени грехи, защото химическата им обработка излъчва вредни вълни и защото при добива на кожа е отнет живот. Нека се заговорим само с кожени обувки. Махайте металната халка на бутилката, преди да започнете да изливате съдържанието ѝ, защото тя излъчва вредни вълни. Не носете тъмни очила от обикновено стъкло, защото в разширената зеница влизат повече вредни лъчи. Колкото и неприемливо да звучи, носенето на панталон от жените не е в синхрон с вибрациите им. Не спете на възглавници, напълнени с перушина, защото те излъчват вредни вибрации. Многократно съм проверявала по вълнов път как действат върху човека дунапенени дюшеци и възглавници. Махалото не показва нито резултат „вредно“, нито „полезно“. Същото се отнася и за съхраняване на вода, вино, ракия, олио и др. В пластмасови туби, но за кратко време, въпреки че много хора се страхуват от пластмасовите съдове. Гримирването - не е полезно, а при някои дори води до вреди. Черната боя за коса причинява главоболие при някои жени. Другите цветове са по-безопасни, но и те не винаги съвпадат с вибрациите на организма. Къносването на косата е полезно, ако

къната е естествена, а не имитация. Лакирането на ноктите е вредно, защото спира дишането през тях. За предпочитане е да се носят чорапи, вместо чорапогащи, за да остава открита кожа, която безпрепятствено да диша. Жени с по-добре запазено природно чувство най-добре усещат това.

Бетонните плочи излъчват вредни биоълни, заради съдържащото се в тях желязо. И хора, и цветя се чувстват по-добре в жилища без бетон. **Животните влизат с неохота в помещение с бетонна плоча и излизат от него настръхнали и неспокойни.** Отоплението е най-добре да бъде водно парно, след това дърва, по-лошо - въглища и най-лошо - с нафта. Отопляването с ток не е нито полезно, нито вредно. Всеки човек понася най-добре някакъв цвят, което може да се провери по вълнов път. Същото важи и за музиката, за благородните метали и скъпоценните камъни. Но тези изисквания на организма се изменят според състоянието на здравето. Спане - с глава на север за болнавите, на изток - за здравите, по-рядко на юг и никога на запад. Проверява се по вълнов път. Здравецът прочиства въздуха около себе си в диаметър 50-60 см, затова поне при спане трябва да има саксия със здравец близо до главата и долу на пода. Най-беден на кислород е въздухът около горяща печка. Работоспособността е най-добра в часовете до обяд. Ползата от лечението е най-добра пак до обяд и докато денят нараства до към края на месец юни. Лекарствеността на растителните храни и билките е най-добра, когато са брани преди обяд и то по време на цъфтежа им. Сънят е най-пълноценен в часовете до полунощ. Измиването с хума е най-полезно, по-малко - с домашен сапун, още по-малко с тоалетен сапун и дори вредно - с прах за пране. Всички тези неща съм доказала по радиоестезичен път многократно и съм ги проверявала на практика, преди да ги препоръчвам с чиста съвет на всички, които ценят здравето си и не искат да го загубят. Но радиоестезист, който не прилага Хипократовото хранене, има по-слабо биополе и при същите проверки ще покаже други резултати. Еталони няма, поносимостта е индивидуална именяща се според здравословното състояние. Затова всеки трябва да усилва собственото си биополе (здравето си) чрез чисти мисли и чиста кръв, за да се отключи вродената дарба за различни радиоестезични проверки на много по-високо ниво и в много по-големи детайли, отколкото се постига чрез съществуващата разорително скъпа медицинска апаратура. По радиоестезичен път много добре се определят характер, памет, разум, лоши или добри мисли и др. у човека, което е от голямо значение при избор на съпруг или съпруга, партньор в работата и др. Това може да се направи и от

разстояние, като се улавят радиовълни дори от далечни континенти. За целта може да се използва чиста снимка или писмо, или гракулки от малки деца, дори и малко по-трудно - само по трите имена на лицето. По този начин може да се осъществи контакт с не-транспортбилни болни.

Радиестезията има ефективно приложение в геологията, биологията, селското стопанство, медицината, криминалистиката и други приложни науки. Такъв институт има в Москва, на името на А. С. Попов. У нас също има радиоестезисти, които са се ориентирали към откриване на водни и петролни запаси, залежи от цветни метали, подземни кухни и др. Тъкмо сега при днешната икономика трябва всички тези хора да бъдат привлечени при възстановяването на България. Дори и златно правителство да бъде намерено, без подкрепата на целия народ няма да се постигне нищо. И... дано вече да е дошъл краят на времето, когато не се даваше зелена улица на можещите и знаещите от завист и страх да не засенчат някого. Радиестезията е отворен прозорец към неизвестното и невидимото. Чрез радиоестезични проверки могат да се предотвратят хранителни отравяния и приемане на неподходяща храна само чрез минутно изследване, докато същите тези проверки по лабораторен път изискват многодневни изследвания, много средства и персонал. Сега прилаганата официална медицина съсипе икономиката ни, а що се отнася до ефективността ѝ, намираме се на най-срамното място.

Като всеки критично настроен човек и аз бях колеблива във Вярата си в Бога. С радиоестезичните изследвания ми се отвориха очите за Неговото съществуване като Творец на цялата Вселена, като програматор на законите, на които тя се подчинява. Неспазването на тези закони се заплаща скъпо от всички чрез боледуване. Винаги при проверки с биотокове биополето ми отслабва, ушите ми частично заглъхват... Но щом отправя молитва към Бога и светиите, бързо се възстановявам. Едва сега ми стана ясно, че по вълнов път Бог вижда делата ни, улавя помислите ни, от него нищо не може да бъде скрито. Преди идването на комунизма хората вярваха в това и затова престъпността беше рядкост. Вълните на бъдещето са хващани от Светиите (пророците) и те са ги описали в Библията, заедно с Божиите изисквания към хората. В тази свещена книга е загатнато дори и това, че земята е кълбо, а също и други научни открития. На нас, простосмъртните, може да ни се отгаде само хващане на вълни от най-близкото бъдеще чрез радиестезия. Никога не е късно да се тръгне по пътя на Божиите изисквания, но по-добре е това да стане още в детска възраст, за

което родителите носят отговорността. Децата трябва да растат с вяра в Бога, да спазват Неговите изисквания, а не да се люшкат като дърво без корен и да залитат към престъпност или секти.

Не употребявайте за съхраняване на хранителни продукти съдове от алпака, защото металаът отнема магнетизма им. Хранете се с дървени лъжици, а също разсипвайте храната с дървена лъжица. Не носете обувки с висок ток, защото се нарушава статиката на тялото. Не носете тесни обувки и дрехи. За предпочитане е раздвижване чрез работа на открито в градината, а не чрез йога-упражнения, защото малко на брой от тях подхождат на нашите хора. Това може да се провери чрез биотокове. Пазете се от стрес. Старите хора казват, че не бива да се разваме прекалено много на хубавото, но не бива и да се плашим твърде много от лошото. Стресът нарушава биоритъма на организма. Едно състезание по надяждане и надпиване е престъпление спрямо организма.

*Българските билки са много търсени в чужбина, заради тяхната лековитост. За съжаление често пъти те са изкупувани евтино почти като сено, а са връщани у нас като прекалено скъпи вносни лекарства, загубили голяма част от лечебните си качества. Но това все още не се взима предвид.* Българските минерални води съперничат по лековитост на чуждестранните, но и те трябва да се проверяват индивидуално - на кого коя вода подхожда за пиене или бани. Не са малко случаите, когато болният отива на крака в една минерална баня, а се връща на носилка, именно защото у нас не е въведена радистезията за проверка на индивидуалната поносимост.

Историята на България познава и много големи умове, станали често пъти жертва на завист. Много срамна черта за българина е чуждопоклонничеството, а в днешно време то стига до крайности. Къде е светият Отец Паусий да призове отново съзнанието на българите? Аз бих го помолила да се обърне към здравните работници и най-вече към техните ръководители с думите: „О! Вие, здравите, поради що се срамувате от народната медицина, с която България е прочута по цял свят! В Италия вече има институт на името на билкаря Иван Раев, гонен и преследван у нас. Кога ще изменените Закона за народното здраве по такъв начин, че да се внедри в ежедневната работа Природолечението на държавни начала в официалните здравни заведения? Не виждате ли, че със сегашната официална медицина България се нареди на едно от най-срамните места в света. До кога ще си затваряте очите пред то-

зи факт? Или трябва народът да тръгне на митинги и за това..."

Природната профилактива прочиства въздуха само чрез саксия здравец на разстояние 50-60 см около главата на лежащия човек, или около работната маса, което не струва почти никакви средства. Природното пречистване на водата чрез съхраняване в керамични съдове също е достъпно. Природната профилактика превръща храната в лекарство при Хипократовото хранене, растителната храна, правилно приготвена, също е достъпна и евтина. Природната диагностика не изисква никаква медицинска апаратура и лаборатории, които са недостъпни при днешния ни хаос.

## **ЛЕЧЕНИЕ С ПРИРОДНИ СРЕДСТВА**

### **1. Хума**

Песъкливата хума е по-малко лековита. За външна употреба може да се използва почти всяка хума, но за прочистване на вода за пиене и лечение добре е тя да бъде проверявана по вълнов път (с биотокове) - на кого коя хума понася. Хумата трябва да се пази от допир с метални повърхности. Когато е изкопана с метален инструмент, тя губи от магнетизма си, но го възстановява при излагане на слънце. Добре е да се съхранява на слънце или поне да е престояла на слънце 1-2 дни преди употреба. Ако времето не е слънчево, да се изсушава на топъл въздух, натрошена на дребни бучки. Но да не се суши в печка. Една водна чаша парчета от хума се изплакват 2-3 пъти с вода. Заливат се с около 1 л вода, за предпочитане - в керамичен съд. Разбърква се с дървена лъжица до разтваряне. Престоява 1 нощ. На сутринта веднага при събуждане се изпива една водна чаша бистра или леко размътена хумена вода с температура като на човешкото тяло. Пие се на глътки, като всяка глътка се задържа в устата преди преглъщане. Лежи се с обръщане на тялото на различни страни, за да се измие стомахът. Останалата хумена вода се изпива през деня на гладно между отделните хранения. Когато състоянието на болния се подобри значително, пиенето на хумена вода може да продължи само сутрин за постоянно прочистване на кръвта. Това се отнася и за хората, които си мислят, че са здрави. Хумена вода може да се дава и на болни деца, но в по-малки дози. Диабетиците могат да пият хумена вода само сутрин около 1 час преди вземане на лекарство или инжектиране на инсулин. Болните с температура трябва да пият повече хумена вода за по-бързо прочистване на кръвта. Същото се отнася и за болните с чревни, разстройства включително и животните. Хумената

Вода предпазва животните от боледуване. Ако чешмяната вода преносува в керамичен съд поне една нощ, става годна за пиене и готвене, защото се намагнетизира и става приятна и по-полезна за пиене. Керамичният съд трябва да е широк, не - стомна, за да може често и добре да се измива утайката по дъното и стените му. Съдът трябва да е от тъмночервена глина, печена при температура около 1000 градуса, или гърнчарски произведен от по-светла глина, печена при по-ниски температури. Утаената хума може да се залее отново с вода за повторно използване, но след това трябва вече да се изхвърли и подмени.

**2. Гаргара с хумена вода и смучене на парче хума, голямо колкото лешник,** при гърлобол, кървящи венци, афти, горчив Вкус В устата, обложен език, пресипнал глас, раздразнен хранопровод поради Вкарване на гастроскоп и др. Същото се препоръчва и на пушачи за намаляване желанието за пушене.

**3. Влагалищни промивки с топла хумена вода сутрин при гинекологични заболявания,** при раничка на шийката на матката, при бяло или ръждиво влагалищно течение, гъбички, сърбеж и др.

**4. Клизми с топла хумена вода при кървящи Вътрешни хемороиди и полипи.**

**5. Промивки с топла хумена вода на рани и екземе,** на ноздрите при хрема и др.

**6. Хума и вода се разбъркват до средно гъста каша, която слабо се затопля.** При силно затопляне хумата губи лечебните си свойства. Болното място и част от тялото около него се налагат с част от кашата с дебелина около 2 см, отгоре се поставя парче тънък найлон за затопляне и платнена превръзка. Компресът се държи 2 часа или по-малко, ако стане неприятен, което е признак, че хумата вече е изсмукала достатъчно Вредни вещества (отпадъци) и трябва да се изхвърли. Хумената каша може да се направи като питка (лапа), да се загее в едностранна марля и така да се наложи върху болното място, но лечебният ефект ще бъде по-слаб, защото марлята е частична преграда. Марля би могла да се използва при налагане на клепаците, за да се замърси окомото, а също и при грапави рани или тумори за по-лесно премахване на хумата след това. Всяко болезнено място е склад от натрупване отпадъчни продукти и налагането с хума по описания начин е идеално средство за извличане на тези отпадъци. За лечение налагането може да се прави 1-2-3 пъти дневно, а при болки и по-често. Не се правят налагания едновременно на две места. Интервалът между две последователни налагания трябва да бъде най-малко половин час. Не се правят налагания, обхващащи едновременно лявата и дясната по-

ловина на тялото. Поотделно се налагат лява и дясна половина на главата, на корема, на гърдите, на крайниците. При крайниците се редуват налагане на външната и вътрешната страна, защото нервите са различни. При оплаквания в крайниците или гръдния кош първопричината може да е двигателният център в мозъка или гръбначно-мозъчните нерви и налагането трябва да се направи там - аз установявам това с биоитокове. При лошо оросяване на зрителния център в мозъка и оттам - нарушения в зрението, налаганията се правят върху главата за прочистване на зрителния център, а не върху очите. При гинекологични смущения от хипофизарен произход налагания се правят на главата (проверявам) за прочистване на хипофизата, а не на гениталиите и не се прави операция. Същото важи и за диабет с хипофизарен произход (проверявам). Туморите в мозъка се оказаха лечими с хумени налагания, но отново след проверка. Цирозата на черния дроб и събирането на вода в корема - също. Хумени налагания се правят върху разширени вени, при тромбозите, хемороиди, младежки пъпки (след това лицето се намазва с мас), върху ухапано от насекомо или животно. Ухапвания от насекоми се успокояват и при налагане с кал, ако няма хумена каша под ръка, защото и тя притежава магнетизъм. С хумена каша се мие главата при всички оплаквания, свързани с главоболие, а също профилактично и лечебно при косопад и пърхут. Бебетата се къпят с хумена каша, вместо със сапун, това е добре и за децата и възрастните. Фистули на ануса се налагат до пълното им изчистване. Циреи, болни венци и зъби са налагат, като се обхваща венеца от външната и вътрешната страна, а хумената каша е увита в марля; държи се само половин час, защото бързо се пропива със слюнка. Гъбички между пръстите също се повлияват от налагане с хума, но често се появяват отново, защото това е един отдушник за организма за изхвърляне на отпадъци; подобен отдушник са и циреите, фистулите, различните обриви и екземе, младежки пъпки и сърбежи, облаганя на езика и храносмилателния канал, лошият дъх от устата и др.

Астмата е заболяване, причинено от лошо оросяване на дихателния център в мозъка, и затова само неговото прочистване с хумени налагания върху лявата половина на главата облекчава състоянието на астматиците. Облекчихме нарушен говор, залитане, зиморничавост, сърцебиене, припадъци и разни психични заболявания със заплашителни диагнози само чрез налагане на съответните половици на главата с хумена каша, или на цялата глава - проверявам. Такива болни пълнят социалните домове и са тежест за данъкоплатците, като за тях самите социалният дом е доживотен зат-

вор, без всякаква светла надежда... Идете и вижте! А колко „излишни“ възрастни хора и родители, набедени за психично болни завършват живота си там в непоносима мъка...

Депутати, ще изковете ли закон, който да въведе на държавни начала природолечението и да помогне на тия нещастници, малки и възрастни, отново да се вляят в потока на здравите, доколкото може да се говори за здрави хора при днешната екологична среда и масово разпространение на пушенето в България? Ще укрепите ли доверието на народа в политиките, след като то вече е толкова разклатено? Мили хора, приберете близките и децата си от социалните домове и нека заедно се опитаме да подобрим здравето им така, както и вие бихте искали, ако бяхте на тяхно място. Всевишният вижда какво правим. Никой не е застрахован от подобна съдба.

Ще помогне дебело намазване с хума последователно на дясната и лявата половина на лицето, покрива се с найлон да не засъхва хумата, а след около час тя се измива и кожата се намазва с мас. Хумата влиза в състава на мехлема на Клеопатра за разкрасяване. Хумата помага и при сърбящи участъци по кожата. Болните копита на животни, след измиване, се поставят в найлонови торбички с хумена каша на няколко пъти до пълното им излекуване. Успешно с хумени налагания се лекува и мастит (възпаление на млечната жлеза) при хора и животни. Хумената лапа винаги трябва да се покрива с найлон, защото изсъхналата хума не изсмуква отпагъците.

**7. Промивка на очите - полезна за всички:** окото се натопява в очна или ракуена чашка, пълна с приятно топла вода, която се сменя. Това трябва да се прави сутрин и вечер всеки ден с профилактична и лечебна цел. Първите промивки са неприятни. Но пък аптекарските капки за очи химизират и гразнят окото.

**8. Три парченца от външно зелено зелево листо,** наложени едно върху друго, се поставят върху дясната страна на челото с гладката, слънчевата страна на листа към кожата, отгоре се слага платнена превръзка и след около час компресът се маха. След почистване от поне половин час нови листа се поставят по същия начин върху лявата страна на челото. Такива ежедневни налагания помагат при всички оплаквания от главоболие. Подобни компреси могат да се правят и върху пъпа, ако там се усеща пулсиране, при сърцебиене, раздразнителност или потиснатост. Бабите казват в такива случаи за някой болен, че му се е „развил пъпа“. Зелени листа се налагат и на очите с редуване при зрителни нарушения; върху сърцето, върху разширени вени, при тромбофлебит, при хемороиди (маясьл), върху щитовидната жлеза, на херния, върху апендикс и др.



При бебета с повишена температура се слага само едно листенце, последователно вдясно или вляво върху челото, при по-големи деца - две листенца, а на всички останали - по три листенца.

**9. Билки** - аз проверявам с биотокове на кого каква билка подхожда, от каква билка се нуждае организмът му. Абсолютно неправилно е шаблонното прилагане на билкови рецепти, описани в книгите и разни вестници и списания. Бих желала да обуча всички привърженици на природолечението как по вълнов път да установяват за кого каква билка или природолечебен метод са подходящи, за да помагат със сигурност на нуждаещите се и да се предпази по този начин природолечението от неуспехи. Същото се отнася и за пиенето и баните с минерални води. В прастари времена Всеки е бил лекар на самия себе си, защото е умел сам да проверява от каква храна и какво природолечение има нужна. Тази способност е заложена у Всеки от нас и може да бъде развита, ако човек се подчини на Божието програмиране, което описах в началото - чисти мисли, чиста кръв и мир в душата. При билките е важно те да са набрани по време на цъфтежа им, при това в часовете преди обяд, да бъдат изсушавани на сянка и да се съхраняват в книжни или платнени торби или стъклени буркани; да бъдат събирани от чисти места и то от добронамерени хора. За повечето билки не са лековити стъблата им, особено дебелите, а също и цветовете им. Билките не бива да се смесват, защото често пъти техните вибрации не съвпадат и взаимно се унищожават. Ако трябва да се приемат повече от една билка, те се редуват. Преди употреба една стиска от билката трябва да се изплакне под струя течеща вода в цедка. После се залива с около 250 г студена или топла (но не гореща) вода за предпочитане - в керамичен съд. Остава се на студено. След 1-2-3 денонощия водата вече е изсмукала полезните вещества. След прецеждане тя може да се остави известно време, за да могат да се утаят евентуални частици от пръст или пясък, и се изпива на глътки със задържане в устата. Това се прави на празен стомах и след това поне 20-30 минути не се яде и пие нищо. Достатъчно е само един път дневно да се пие билков воден извлек, и то не повече от общо 10-15 пъти от всяка нужна билка, защото за това време организмът се насища с техните съставки. В практиката си често се срещам с хора, нуждаещи се от *воден извлек от орехови листа или зелени орехови обелки (пресни и сухи) поради недостиг на йод*, който пък често е причинен от нарушения в самата щитовидна жлеза или под влияние на съответния болен дял от хипофизата. Други болни се нуждаят от *воден извлек от люцернови листа, поради недостиг на витамин Е в кръвта*, или от во-

*ген извлек от цъфнала коприва (листа) - поради недостиг от желязо. Предлаганите в аптеките изкуствено произведени йод, витамин Е и желязо не могат да задоволят организма така пълно, както естествените. Това се отнася и за всички други микроелементи и витамини. При гинекологични и менструални смущения най-често причината са хипофизни нарушения, които трябва наложително да бъдат лекувани. В такива случаи най-често болните се нуждаят от билките овчарска торбичка, петопръстник, листа от невен, маточина, див джоджен, люцернови листа. Приблизително от същите билки се нуждаят и мъжете с полова слабост. Хората, които консумират повече животински храни, а по-малко плодове, рискуват да заболеят от тежки болести от претоварване на галакта и целия лимфен апарат. За тях най-често се подходящи плодове от шипка или аеримония (камшик, чичек), коприва, лайка и др.*

Билките са полезни и за болнави деца, болнави бременни жени и кърмачки. Тъй като при днешното екологично замърсяване няма напълно здрави хора, всеки се нуждае от някаква билка, но, повтарям, трябва да се провери с биотокове каква билка иска организмът му и до кога. Ето защо мисля, че радиоестезичният метод трябва да бъде разяснен на народа чрез многократно показване по телевизията, дано повече млади хора проявят интерес да го възприемат и да обслужват близки и познати. Във всички здравни заведения се предписват лечебни средства, без да се прави такава проверка. А при днешната екологична обстановка рядко съм срещала аптечно лекарство да понася изобщо за когото и да било. Често пъти такива лекарства се оказват дори вредни. Болните, вече претърпани с лекарства, са трудни за лечение, защото тяхното химизиране изисква повече време за прочистването им. Същото важи и за подлаганите на химиотерапия и дълбока рентгенова терапия.

**10. На работното място и в стаята за живеене трябва да има голяма саксия със здравец за прочистване на въздуха.** Според големината на саксията постоянно прочистваното място може да обхваща в диаметър от 50 до 100 см. За да се диша чист въздух поне по време на сън, на пода откъм главата трябва да се поставя саксия със здравец; също и на работната маса или бюро.

**11. В четирите ъгъла на леглото, на стаята, на жилището трябва да се сложат четири буци хума за обезвреждане на вредните земни излъчвания.** Те се обезвреждат и от котките, които предпочитат да лягат на такива места. Такива излъчвания имат и всички болни органи и затова котките лягат върху тях. Със същата цел хумени буци трябва да се поставят в ъглите на

помещения, в които има текстилни, шевни, печатарски и др. машини, ксерокси, компютри и т. н. Буците хума поне веднъж седмично трябва да се излагат на слънце, за да възстановяват магнетизма си.

**12.** *Да се спи с глава на изток, рядко на север, още по-рядко на юг и никога на запад. И това се проверява по вълнов път.*

**13.** *Сухи външни червени люспи от кромид лук или сухи листа от див джоджен, две двойни шепи, завързани в марля, се налагат върху ревматични стави, шипове, дископатия, плеврални сраствания и др. по два часа веднъж дневно. Пекат се на слънце за възстановяване на магнетизма им. Сменят се с нови всяка седмица.*

**14.** Пчелен клей (прополис) се изстудява, за да може да се нареже тънко. *Залива се с олио в двойно по-голямо количество. Разклаща се многократно, докато олиото се оцвети и придобие горчив вкус.* Пие се вместо билков воден извлек по половин или една чаена лъжичка според възрастта. Полезен е при всички случаи, но най-вече при белодробни и стомашно-чревни заболявания и за намазване на болни гърло, при гноящи рани и др. Вместо олио може да се използва силна ракия, но в такъв случай не бива да се дава на деца, на сърдечно и чернодробно болни и тежко болни. И прополисът трябва да се проверява за поносимост от страна на конкретния болен.

**15.** *Билка, две двойни шепи, вързана в марля, се слага край възглавницата за дишане (ароматотерапия). Също трябва да се проверява за кого е подходяща и до кога.* Излага се на слънце за възстановяване на магнетизма ѝ. След едноседмична употреба трябва да се подменя. При безсъние и нервни оплаквания най-често се използват маточина и мащерка - с редуване. При двигателни и хипофизарни смущения най-често е подходящ дивият джоджен.

**16.** *Краката се топят в топла вода около 10 минути при болки в гърлото, синусит, хрема, белодробни и бъбречни заболявания, болести на пикочния мехур и простата, при безсъние и високо кръвно налягане, при мощни напикавания и др.* Да се избягва при ниско кръвно налягане и сърдечни оплаквания.

**17.** *Инхалации се правят при хрема, синусит, болки в гърлото, бронхит, но при условие, че няма сърдечни нарушения.* Инхалацията се прави, като във врящата вода се пусне лъжичка хлебна сода или шепичка борови връхчета или иглички, или надробени маади клончета от свирчовина, лайка или орехови листа, или зелени орехови обелки (пресни или сухи). Не трябва да се смесват, а да се редуват. Според нуждата, инхалациите се правят 1-2 пъти дневно.

**18. Гаргара може да се прави с топла хумена вода** или воден извлек от орехови листа или орехови обелки или лайка при всички оплаквания в гърлото и устата.

**19. При нощни напикавания при деца** (а понякога и при възрастни) се прави хумено налагане на опасната кост, най-често откъм лявата страна. Краката се топят в топла вода и се внимава винаги да са топли и през деня и през нощта.

**20. При висока температура се прави цялостно избърсване на тялото с мокра кърпа**, която трябва често да се изпира, това почиства кожата; пие се повече хумена вода и се налагат зелени зелеви листа въгясно и вляво върху челото, както беше описано по-горе. Въобще при всички болни трябва по-често да се прави избърсване на тялото за почистване на кожата от отпадъците. Като профилактика се препоръчва на всички, защото кожата е много важен отделителен орган. Това особено често трябва да се прави при деца.

## ДРУГИ ЛЕЧЕНИЯ

**Цветолечение** - подходящият цвят се определя с биотокове

**Музиколечение** - също по радиоестезичен път се определя подходящата музика.

**Светолечение** - използва се пълният лъчев спектър.

**Балнеолечение** - трябва да се определи вида на подходящата минерална вода.

**Пиене на минерални води** - проверява се на кого коя вода понася и до кога.

**Зонотерапия, акупунктура, акупресура, масаж** (четков, ръчен, вибрационен).

**Престояване на чист високопланински въздух.**

**Леене на курищ при уплаха, лечение на урочасано и др.**

С биотокове, каквито аз не съм прилагала.

## ЧЕРКОВНИ ЛЕЧЕНИЯ

- Сутрин на гладно се изпиват 7 глътки светена вода след прочитане или произнасяне на молитвата „Отче наш“. Долива се още вода и тя също се осветява. Нова вода от черквата може да се взема веднъж месечно. Светена вода може да се приготви и чрез потапяне в нея за няколко часа на цвете, взето от черква. Със светена вода могат да се напръскат стаята, хората, да се направи водосвет, маслосвет и др. След пости да се прави причестяване.

- Да се прави литургия за здраве.

- В стаята да има икона, може и малка да е.

- До Възглавницата да има църковна книга или поне църковно календарче.

Всичко гореописано излъчва полезни биоълни. Но помага само на вярващите.

Болният трябва да подари един хляб за здраве на човек, който го обича.

Да се пускат за здраве пари в касичката на черквата.

Леченията чрез гладуване или пиене на дестилирана вода изискват по-прецизни проверки за поносимост.

Лечение чрез бани на Луи Куне, Кнайп, с тествени и ленени лапи, чрез морски и слънчеви бани и др. също не бива да се прилагат без проверка на поносимост. Ако всеки следи самочувствието си при тяхното прилагане, то те, дори и да не помогнат, поне няма да навредят.

Пропуск на много природолечители е, че използват само един-два метода, вместо комплексно да помогнат на организма да се пречисти през кожата, белия дроб и отделителната система. Също така те не бива да забравят да забраняват на пациентите си да пушат и да употребяват алкохол и много животинска храна. Грешка е също и съчетаване на природолечението с лекарствено лечение, защото докато едното прочиства, другото химизира организма и не се стига до добър резултат. Но най-голяма грешка правят тези, от които зависи внедряването на природолечението в ежедневието на държавни начала. Сякаш те не виждат колко е лоша действителността с лошите здравни показатели и разорителни цени за медицинска апаратура и лабораторни реактиви и даже за най-обикновени ежедневни консумативи. А липсващите лекарства, а недостъпните и дори рязоряващи цени на лекарствата и някои медицински услуги! А пътните разходи за отиване в друго населено място за медицинска помощ! Ами ако болният е нетранспортабилен!

Дано да намеря разбиране сред повече хора за опита на древните природолечители, който е проверен, потвърден и препоръчван от мене като лекар официален, природолечител и радиоестезист, в старанието ми да бъде полезна.

*Бел.ред. Практически умения относно приложението на теорията на д-р Матева за съхранението на вашето лично здраве можете да придобие в просветителските паралелки за природосъобразна профилактика, ръководени от самата нея и действащи от началото на 1996г. В Дома на билката - Велико Търново (тел. 062/2-06-03), в Килийното училище на Архитектурно - етнографския музей „Етъра“ (тел. за записвания 066/3-40-35) и в Билкова борса - София (тел. 02/368-752).*

**РУСКА  
НАРОДНА  
МЕДИЦИНА  
РЕЦЕПТИ**



## ДОБРЕ ДОШЛИ В ЗЕЛЕНАТА АПТЕКА!

От най-древни времена и неизвестни целители, и всемирно прославените през вековете Хипократ, Гален и Авицена са използвали растения, за да помагат на хората да се избавят от страданията.

Днес обаче никога неугасващият интерес към народната медицина става наистина всеобщ! Създават се специални фондове за нейното развитие, за изучаване способностите и възможностите на самоуките лекари, за тяхното подпомагане и подобряване условията им за работа. Техните достижения стават теми на книги и по такъв начин - достойние на целия народ, и на първо място - на медиците.

Ние, народните лекари, използваме в практиката си стотици видове растения. Тази книга препоръчва част от тях, изпробвани от много поколения привърженици на нетрадиционните, народно-медицински методи за лечение. Проверени са от моя личен опит и преди всичко - от опита на моя учител Василий Йосифович Корчан, чиито постижения са известни.

Корчан е потомствен лечител. И прабаба му, и баба му са избавяли хората от болести. Още като момче той започнал да събира треви и уникални рецепти, да развива природната си лекарска дарба. В началото на века той е пътувал из Европа, Япония, Китай, овладял е тибетската медицина. През целия си живот - цели 90 години - е изучавал трудовете на автори относно приложението на лекарствените растения в народната медицинска практика. Корчан е разработил собствена методика за лекуване на съдови заболявания. Лекувал е гангрена. Отделял е първостепенно внимание на гангрената на краката от облитеирац ендартрит - болести, които продължават да не се поддават на лечение от официалната медицина.

Ще подчертая тук, че грижата за здравето на хората е обща и за официалната медицина, и за нас - нетрадиционните медици; затова е крайно важно да не се разграничаваме един от друге. И лекарят, и медицинската сестра, трябва да могат да дават грамотна консултация по използването на лекарствени-

те растения.

Корчан издълбоко познаваше анатомията и физиологията на човека, беше забележителен психолог и точен диагностик. В далеч непълния списък на заболяванията, които той лекуваше, се включват бронхиалната астма, бъбречните страдания, гастрит, конюнктивит, катаракта, язва на стомаха, холицистит, панкреатит, сърдечни заболявания, полиартрит, остеохондроз, кожни заболявания, включително екземи, изгаряния, импотентност, (трофически) язви.

Работейки заедно с Корчан и под негово ръководство, аз възприех неговия жив практически опит и след смъртта му, изпълнявайки волята му и наследявайки събраните от него безценни материали и лични записки по народна медицина, продължих неговото дело. Това са почти 40 години от моя живот!

И така, добре дошли в зелената аптека! Тя е помогнала за излекуването на много хора. Предлаганите настойки, отвари, мазила и прахове ще помогнат и на вас - трябва само да се спазват препоръките по използването им и режимът на лечение.

К. Б. Кулемза



## **ОБЩИ ПРАВИЛА ЗА ПРИГОТВЯНЕ НА ЛЕЧЕБНИ ПРЕПАРАТИ ОТ ЛЕКАРСТВЕНИ РАСТЕНИЯ**

От лекарствени растения (растителна суровина) можете да пригответе за вашата зелена аптека следните видове лечебни препарати:

1. **ВОДНИ НАСТОЙКИ**
2. **СПИРТНИ НАСТОЙКИ**
3. **ПРАХОВЕ.**
4. **МАЗИЛА.**

**Преди изготвянето добре изсушената суровина трябва да бъде надробена в хаван или мелачна машина.**

Листата и цветовете трябва да бъдат надробени на части, не по-големи от 5 милиметра, стъблата, коренищата, корените и кората - на не повече от 3, а плодовете и семената - да са не по-големи от половин милиметър.

**ВОДНИТЕ НАСТОЙКИ** представляват воден извлек - горещ или студен.

**СПИРТНИТЕ НАСТОЙКИ** са извлек чрез накисване на растителната суровина в алкохол - спирт, ракия, водка.

За приготвяне на **ПРАХОВЕ** добре изсушените растения трябва да се счукат в хаванче или метален съд до получаване на брашноподобна маса. Праховете се използват за посипване на рани, гълтане (вътрешно приемане) и изготвяне на мазила.

**МАЗИЛАТА** обикновено се правят с вазелин или ланолин. В домашни условия може да се използва и топена свинска мас или несолено краве масло. Те се попиват много добре от човешката кожа. Обикновено мазилата се изготвят в съотношение 1:4. Това означава, че към 1 част от лекарствената суровина (прах, екстракт, настойка, сок) се прибавят 4 части мас или краве масло.

### ***ПРИГОТВЯНЕ НА ВОДНИ ИЗВЛЕЦИ***

При студеното изготвяне лекарствената суровина се слага в стъклен съд, залива се с вода със стайна температура, покрива се с капак и се държи 4-6-8 часа според растението. След това сместа се прецежда през марля.

При горещото изготвяне лекарствената суровина, поставена в стъклен съд, се залива с вряла вода, покрива се с капак и се държи

на топло за 15-20 минути. След това съдържанието се прецежда, изстисква и охлажда.

### **ВОДНИ НАСТОЙКИ ЧРЕЗ НАКИСВАНЕ**

Накисването може да бъде продължително или кратко (леко).

При продължителното накисване лекарствената суровина се поставя в стъклен съд, залива се с вода със стайна температура и се държи около едно денонощие. След това се кипва на водна баня, охлажда се, прецежда се през марля, изстисква се. Тъй като първоначалният обем намалява от изпаряването, до пълния обем трябва да се добави преварена вода.

Краткото накисване е подобно на изготвянето на горещ воден извлек.

### **ТЕМПЕРАТУРЕН РЕЖИМ ПРИ ИЗГОТВЯНЕ НА ВОДНИ НАСТОЙКИ**

Точното спазване на температурния режим е много важно за доброто качество на изготвяните настойки.

При нагряването и охлаждането трябва да се спазва точно определено време. Най-добре е нагряването да се прави на водна баня, това гарантира, че няма да се получи загаряне на растителната суровина.

Охлаждането се прави при стайна температура.

Времето за нагряване и охлаждане е следното: за горещи водни настойки без накисване - нагряване 15 минути, охлаждане - 45; за водни настойки след накисване - нагряване 30 минути, охлаждане - 10. Това време може да има и друга продължителност, което е посочено при конкретните рецепти.

### **КАК ДА СЕ ПРИГОТВИ ВОДНА БАНЯ**

Вземат се две тенджери: голяма и по-малка. Лекарствената суровина се поставя в по-малката тенджера. Залива се с вряла вода и се покрива с капак. На гъното на голямата тенджера се поставя обърнатата чиния, за да не се допират гъната на двете тенджери, после малката тенджера се поставя в голямата. В голямата се налива вода до около 3/4 от обема ѝ върху капака на малката се поставя някаква тежест, за да не изплува. След кипване варенето трябва да продължи според посочения в съответната рецепта температурен режим. Ако поради изпарението водата в голямата

менджера намалее, трябва да се долива до първоначалния обем.

### **СПИРТНИ ИЗВЛЕЦИ**

Нагробената суровина се залива със спирт, ракия или водка, съдът се затваря и се слага на тъмно място при стайна температура. Държи се така от 7 до 10 денонощия, като от време на време съдът се разклаща.

След това съдържанието се излива в друг съд, като се прецежда и изстисква през марля. За окончателно премахване на примеси и дребни частици от растителната суровина добре е да се прецеди втори път през марля или памук до получаване на прозрачна течност, която има вкуса и миризмата на растението, от което е приготвена. Тъй като част от първоначалното количество алкохол се е изпарила, трябва да се долее още до първоначалния обем.

### **СЪОТНОШЕНИЯ (ПРОПОРЦИИ) НА МАТЕРИАЛИТЕ ЗА ИЗГОТВЯНЕ НА ВОДНИ И СПИРТНИ НАСТОЙКИ**

При домашни условия най-удобно е да се работи с тегловни части.

### **ВОДНИ НАСТОЙКИ**

Съотношенията са 1:10 или 1:20, където първата цифра (1) означава една тегловна част от лекарствената суровина, а втората (10 или 20) - тегловните части вода.

Пример: ако за приготвяне на настойка сме взели 10 грама суровина (1 част), то количеството вода трябва да е 100 грама (10 части).

Типични съотношения за настойки от брезови пъпки, цветовете от лайка, листа от черна боровинка, цветовете от лечебна ружа, месо грозде са 1:10.

Пропорциите трябва да се съблюдават, както е посочено в съответната рецепта за изготвяне. Например, взели сме 1 част лекарствени растения и 10 части вода. При изготвянето на настойката (студена или гореща) сме получили първоначален обем от 0,5 литра. Но при престоя или нагриването част от водата се е изпарила, значи - трябва да добавим преварена вода, за да получим отново 0,5 литра настойка.

## СПИРТНИ НАСТОЙКИ

При домашни условия типични съотношения са 1:5 и 1:10. Посилни алкохолни настойки се изготвят и използват само по лекарско предписание.

Пропорцията 1:5 се препоръчва при повечето лекарствени средства, 1:10 се прилага при силнодействащи вещества.

Съотношенията 1:5 или 1:10 и т. н. означават, че на 1 тегловна част от суровината се взимат съответно 5 или 10 и т. н. тегловни части спирт или ракия, т. е. 10 грама от суровината се заливат с 50 или 100 грама спирт или ракия.

Ще отбележа, че нито моят учител - В. И. Корчан, нито аз, в продължение на нашата съвместна лечебна практика - почти столетие, не сме използвали спиртни извлекци, а сме предпочитали водни настойки, прахове и мазилă, т. е. най-простите лекарствени форми.

\* \* \*

Трябва да се използват само току-що приготвени водни настойки. Те трябва да се съхраняват на тъмно и прохладно място, в хладилник и то не по-дълго време от едно денонощие. При повече време в тях могат да се развият вредни микроорганизми.

При стриктно спазване на всички правила за изготвяне и съхраняване на лекарствени препарати от растения (включително събирането, сушенето, съхраняването, приготвянето и използването) могат да се постигнат добри лечебни резултати.

\* \* \*

Лекарствените растения са предимно щадящи организма, слабо-токсични или въобще нетоксични, не причиняват странични ефекти. Едно и също растение, което съдържа няколко лекарствени вещества, може да се използва при различни заболявания.

Лечението чрез лекарствени растения е достъпно за широки слоеве от населението, тъй като не се изискват големи усилия за тяхното приготвяне. Освен това тези лекарства са по-евтини и няма опасност от причиняване на вреда.

Продължителността на основния лечебен курс е най-малко 4-5 седмици. След това трябва да последва прекъсване от 15-20 дни. При нужда лечението може да продължи с втори и трети курс.

Продължителността на лечението и бавното проявяване на ре-

зултатите се дължат на бавното действие на активните вещества и тяхното ниско съдържание в лекарствените растения. Но не бива да се съзира някаква опасност в тази продължителност, тъй като все пак се постигат добри резултати, особено при хронични заболявания.

По време на лечението при продължителното приемане на един и същ билков състав може да настъпи привикване на организма. Поради това добре е да се замени билковият състав с друг от препоръчаните за съответното заболяване. Привикването е нежелателно и понякога може да доведе до нежелани резултати.

Приведените в настоящата книга съвети и рецепти на В. И. Корчан и други народни лечители са проверени от многовековната практика на редица поколения, днес народната медицина намира все по-широко разпространение. Все пак настоятелно се препоръчва преди започване на лечение чрез лекарствени треви да се посъветвате с вашия лекуващ лекар. Той ще помогне при правилното определяне на диагнозата на вашето заболяване и при избора на една или друга рецепта за лечение. Това е особено нужно, когато се използват настойки от отровни растения.

## **КАКВО ТРЯБВА ДА СЕ ЗНАЕ ПРИ ЛЕЧЕНИЕ С ЛЕКАРСТВЕНИ РАСТЕНИЯ И ЖИВОТИНСКИ СУРОВИНИ**

Лечението трябва да се съчетава с правилен режим на труд, хранене и почивка, с разходки на чист въздух. По време на лечението настойчиво се препоръчва въздържане от употреба на алкохолни напитки и пушене. Не бива да се носят горни и долни дрехи от синтетични влакна, трябва да се избягва прегряване на слънце, запотяване, а също и премръзване.

Преди да се започне курс на лечение с инжекции, приемане на прахове, хапчета или капки, добре е малко да се погладува. По време на лечението се препоръчват следните храни: овесени супи и каши; картофи (но не пържени); макаронени, рибни, зеленчукови, ечемични и пшенични супи и каши; ястия от овесен грис; прясна или замразена риба (сварена); бяло месо (пуйка, кокошка, заек); ржжен хляб, бели сухари; извара, сметана, мляко от всички видове; зеленчуци, плодове.

*Зеленчуците лекуват. За понижаване на кръвното налягане помагат червеното цвекло и ряпата. А тиквата във всички възможни приготовления е полезна при отоци. Добре е веднъж на два дни да се изяжда чаша настъргани моркови, а на следния ден*

- чаша накълцано зеле. Морковите трябва да са добре измити, но не и обелени. Ето една рецепта за просто и полезно ядене: *белтъците на три твърдо сварени яйца се смесват с чаша накълцано зеле и се заливат с олио на вкус.*

Всичката храна трябва да е абсолютно безсолна и да се готви с краве масло или олио. Първите 5-6 дни безсолната храна ще бъде непривична, но след това организмът привиква.

След завършване на лечебния курс диетата може да бъде променена в зависимост от състоянието на болния. Може да се разреши употребата на сол до 15-20 г за генонощие. Спазването на режим при лечението е залог за успех.

За да си създадете зелена аптека при домашни условия, трябва да знаете основните правила за събиране, сушене, съхраняване и използване на лекарствените растения.

Все още нашите гори, ливади и блатата са богати на лекарствени растения. Всеки може да ги събира. За това, на първо място, трябва да ги познава и да ги различава по външен вид. После трябва да спазва правилата и времето за тяхното бране. От неизброимото множество лекарствени растения ние ви предлагаме за домашната аптека най-разпространените, известни и изпробвани.

По правило активните вещества са натрупват в различни части от растението - пъпки, кора, листа, стъбла, цветове, плодове, семена, коренища. Различно е също така и времето на развитие на всяко растение и съответно - за натрупването на активните вещества.

## **СЪБИРАНЕ НА ЛЕКАРСТВЕНИ РАСТЕНИЯ**

Към събиране на лекарствени растения трябва да се пристъпи едва след добро запознанство с тях по илюстрации и в естествен вид в природата. Трябва също да се знае точното време за събиране на отделните части.

За събирането са необходими следните инструменти: остър нож, секач, ножици, лопатки, а също и подходящи опаковки за пренасяне: кошници, книжни пликкове, чували, мрежи, кутии и сандъчета.

За своята домашна аптека можете да си набавите лекарствени средства и в специализираните магазини и аптеки. Купеното от там трябва да бъде опаковано, снабдено с наименованието на растението и съдържанието на опаковката и срок на трайност.

Лекарственото растение (растителната суровина) може да се

събира не само в естествени условия - в полето, в гората, край блатата - но и да се култивира в домашните градини.

Препоръчвам на всички, които имат землени участъци и градини, да си отделят малко място за отглеждане на лекарствени растения.

От голямо значение е времето на събиране - сезонът, времето през деня. Растенията трябва да се събират в сухо време, светло и слънчево. При събиране на диворастящи растения трябва да се оставят по няколко екземпляра, за да не изчезнат от съответното място.

Особено внимателно трябва да се събират корени и коренища. Те се вадят през есента, след спиране на движението на жизнените сокове в растенията. Или пък през пролетта, преди започване на развитието. Те могат да се изкопават при произволни метеорологични условия. После трябва да се почистят и измият. Предпочитанията за събиране през есента или ранната пролет се обяснява с това, че през това време, като правило, корените и коренищата се по-големи и в тях са натрупани повече лечебни активни вещества. Освен това, през есента семената на растенията окапват върху почвата наоколо, което е много важно за тяхното следващо израстване, а при събиране през пролетта растенията се унищожават изцяло. Ако оставяте по няколко екземпляра, то можете да събирате корени и коренища и през пролетта.

За събиране на надземните части е важно да се запомни, че те трябва да се събират сухи (след изсъхване на дъждовни капки или сутрешна роса и преди появата на вечерната роса). Поради това се препоръчва надземните части да се събират от 9 до 17 часа през деня. Като спазвате тези условия, ще запазите естествените цвят на растенията и ще запазите количеството и качествата на лекарствените вещества.

Избягвайте събиране на билки в замърсени места, а също и от такива, обработени с химически вещества, в близост до заводи, големи електростанции, телерепранслатори, покрай автомобилни пътища с интензивно движение. Неблагоприятната екологична обстановка *въздейства* отрицателно върху растенията, а съответно - и на лекарствата от тях.

Препоръчват се следните периоди за събиране.

### **ПЪПКИ**

Най-често за лекарствени цели се събират пъпки от *френско грозде, бреза, бор* и *топола* - през март и април, в периода на на-

пъпване. Не се препоръчва да се берат вече отворени пъпки за приготвяне на лекарства. Брезови и тополови пъпки се събират с ръка, а боровите връхчета трябва да се срязват с остър нож. Брезовите пъпки се изсушават, а след това се надробяват.

## КОРА

За домашната аптека се събират кора от *дъб*, *раkitник*, *калина*, *зърнастец* и *върба* - през ранна пролет, преди израстване на листата, в периода на раздвижване на соковете. Желателно е кората да се снемат само от срязани и отсечени стволоче на млади дървета и клонки. Снемането на кората става чрез напречни пръстеневидни нарязвания (до дървесината) на разстояние 30-40 см едно от друго. След това с надлъжен разрез по дължина на ствола или клона отгоре надолу кората се откъсва на ръка. Могат да се направят 2 надлъжни разреза от двете части на ствола.

Кора от дъб трябва да се взема само от местата, където е била проведена санитарна сеч.

## ЛИСТА

Събирането на листа се прави обикновено преди цъфтежа. Но може да стане и по време на напъпването и цъфтенето. Листа от подбел трябва да се събират само след цъфтеж, защото те се развиват през този период. Листа от горчив пелин се събират заедно с плочетата.

Листата трябва да се срязват или откъсват с ръка, но така, че да не се попречи на растежа на растението. Листът трябва да е зелен и чист, неповреден. На практика листата понякога се взимат от изцяло откъснати изсушени растения. Не трябва да се обират всички листа от живо растение, трябва да се оставя част от тях за запазването му.

## СТЪБЛА

Събирането на стъбла на лекарствени растения започва от април - в началото или по време на цъфтежа на растенията. Надземните части - стъбла с листа и цветовете, се срязват с нож или ножици на равнището на най-долните листа. Цъфтящите върхове и страничните клончета на *пелина*, *дяволската уста*, *жълтия кантарион* и други растения се срязват или счупват с дължина 10-25 см, без грубите приземни части. Това е особено важно за много-



годишните треви (румянка, жълт кантарион, мащерка, жълт смил, момина сълза и др.)

## **ЦВЕТОВЕ И СЪЦВЕТИЯ**

Събирането на цветове и съцветия се прави само в сухо време и то едва след пълно изсъхване на росата. Само при тези условия може да се запази след изсушаване техният естествен цвят и да се предпазят от samozagryvane и загуба на активно вещество. Цветовете и съцветията се събират поотделно, в зависимост от времето на цъфтеж на всяко растение, за предпочитане е в началото на цъфтежа, преди първите признаци на повяхване. При увяхването цветовете окапват, губят оцветяването си и активните си вещества. Цветовете и съцветията на много растения се откъсват на ръка, като се изчистват от сухите гръжки. Понякога се събират целите съцветия или само цветните кошнички. При събиране на големи количества (от шипка, черна боровинка, лайка) се използват специални приспособления от типа на гребен с гръжка. Оставяйте част от цветовете за последващ посев. Особено важно е това за едногодишните растения.

## **ПЛОДОВЕ**

Плодовете се събират в различно време, при тяхното узряване. Събират се на ръка, без гръжките. Плодовете на шипката и глога се събират заедно с остатъците от плодната чашка, които лесно се отделят след изсушаване. Същото се отнася за офиката, кимона и копъра. Желателно е плодовете да се събират сутрин или вечер, но не и в горещина, когато могат лесно да се повредят. Не трябва да се събират смачкани или повредени плодове.

## **СЕМЕНА**

Събират се само напълно узрели, неповредени семена. След това те трябва да се почистят от различни примеси и прах и да се изсушат на свеж въздух, за да не мухлясат преди окончателното им изсушаване.

## **КОРЕНИ И КОРЕНИЩА**

Напомняме, че е важно да не се повредят корените и коренищата (да не се подрязват и подсичат). За тази цел с лопатка се раз-

копава растението на около 15-30 см около стеблото, след това растението се изтръгва заедно с корените и се изтръсква пръста, изчиства се също така стъблата и изсъхналите части. След това корените трябва да се измият в течаща вода. Дебелите и дълги корени и коренища трябва да се разрежат - дългите на парчета, а дебелите напречно на няколко части. Ямките в земята, останали след откопаване на корените, трябва да се заровят, желателно е на тяхно място да се посеят семена от тези растения.

## **ИЗСУШАВАНЕ НА ЛЕКАРСТВЕНИ РАСТЕНИЯ**

На практика е трудно да се запазят непроменени химическият състав и активните вещества в растенията. За да не се загубят техните лечебни свойства и да не се допусне значителна загуба на активни компоненти, да се запази суровината доброкачествена, нужно е тяхното правилно изсушаване. То е основният процес при използването на лекарствени растения.

Преди изсушаването растенията трябва да се изчистят.

Грижливо се изчистват свежите части на растението. Върху надземните части може да има различни странични замърсявания. Части от корени и коренища се премахват чрез внимателно измиване с вода, желателно - течаща. Ако това не се направи останалите примеси могат да понижат ефективността на суровината, тъй като в тях има много минерални вещества. Дебелата кора на корените и коренищата трябва да се обели. Това улеснява счукването на корените при използване.

След изчистването на растенията веднага трябва да започне сушенето: суровите лекарствени растения бързо се повреждат при ферментация и колкото по-скоро започне сушенето, толкова по-добро е качеството на суровината. За различните суровини е нужна различна температура на сушене, но практиката е показала, че за повечето растения най-подходяща е температура около 50 градуса. При тази температура и добра вентилация не се променя лекарственият състав и се запазват естественият цвят и аромати. Сушенето при домашни условия може да бъде само на въздух, но при това също трябва да се спазва температурен режим.

Растенията се сушат на свеж въздух, в помещения с навеси, на чердаци, предпазени от директна слънчева светлина, при добро проветряване. На слънце могат да се сушат семена, корени, коренища, кора. Зелени листа, цветове и други части от растенията най-добре е да се сушат върху рамки или в други видове сушилки.

Искам да ви предпазя от изсушаване в помещения, непригодни за

тази цел по редица специфични причини: ако в тях пребивават домашни животни, съхраняват се горивни и смазочни материали, химични отрови, минерални торове и други ароматни вещества. Не трябва да се допуска лекарствената суровина да поопие странични миризми.

Какво и как се суши?

### **ПЪПКИ**

Пъпките трябва да се сушат при температура около 25-30 градуса на сянка, като се разстилат на тънък слой. За да не се спарват и мухлясват, от време на време трябва да се разбъркват и разместват. Не се препоръчва да се сушат във фурна или върху печка, защото има опасност от пренагряването да започнат да цъфтят.

### **КОРА**

Пряската, току-що откъсната кора съдържа малко вода, затова тя лесно, за разлика от другите части на растенията, се изсушава на открито сенчесто място или в чисто проветрявано помещение. Кората трябва да се разстеле на тънък слой, без припокриване. От време на време частите от кората трябва да се преобръщат и размесват.

### **ЛИСТА**

Листата се разстилат на тънък слой. Ако те са големи, не трябва да се допират едното до друго. Листата се сушат на сянка и пресен въздух, на чаргази и в добре проветрявани помещения.

### **СТЪБЛА**

Стъблата могат да се изсушават по два начина. Първият, като се вържат на малки снопчета и се закачат в сухо, топло и проветриво помещение. Но този начин не винаги е подходящ, защото листата от вътрешната страна на снопчето потъмняват. Затова има и втори начин: листата се сушат, разстлани на тънък слой, като от време на време се преобръщат и размесват.

## **ЦВЕТОВЕ И СЪЦВЕТИЯ**

За да не увяхват и да не се повреждат трябва да се изсушат още в деня на събирането им - на свеж въздух и сянка или в добре проветрявано помещение. Разстилат се на тънък слой, не се размесват и се внимава да не окапят и да не пресъхнат. Сушенето им се смята за завършено, ако могат да се стрият на прах.

## **ПЛОДОВЕ**

Плодовете могат условно да се разделят на сочни и сухи. Сухите не е нужно да се сушат при специални условия. Изсушените на слънце или в сушилни плодове могат да се държат в проветриви помещения.

Сочните плодове е най-добре да се сушат при домашни условия и то веднага след събиране. За целта на свеж въздух, в слаба фурна или пещ (при температура 50-60 градуса) плодовете се разстилат на тънък слой в тава или сита, върху дървени рамки, покрити с марля или направо върху дървени или метални листове. По време на сушенето плодовете трябва да се разбъркват внимателно, като се внимава да не се слепват един с друг. Сушенето на плодовете се смята за приключено, ако при стискане в длан те не се смачкват и не оцветяват кожата.

## **СЕМЕНА**

Семената мога да се сушат както сухите плодове, защото и те не съдържат много влага. За тяхното изсушаване е достатъчен навес или добре проветрявано помещение. При сушене на слънце семената на тънък слой се разстилат върху чувал и постоянно се размесват.

## **КОРЕНИ И КОРЕНИЦА**

След изчистването им от пръста и измиването им, трябва 1-2 дни да се оставят на открито преди основното им изсушаване - в добре проветрявани топли помещения, под навеси. След разстилане трябва от време на време да се разбъркват и преобръщат. Нарязаните дебели корени и коренища съхнат бавно, затова температурата на сушене трябва да бъде 35-40 градуса и с това да се осигури равномерно изпарение на влагата и добро запазване на активните вещества. Ако корените и коренищата повече не се огъват,

а се чупят с характерен пукот, то сушенето е завършено.

След изсушаването суровината трябва отново да се почисти и сортира. Ако има отделни недоизсъхнали части, трябва да се изсушат допълнително. Това последно почистване е необходимо, за да се отстранят по-рано незабелязани други части от растението, а също и тези части от коренищата, които са загубили естествена си окраска.

\* \* \*

При спазване на посочените правила за сушене на отделните части на растението суровината може да се счита за пълноценна.

### **КАК ДА СЕ СЪХРАНЯВАТ ЛЕКАРСТВЕНИТЕ РАСТЕНИЯ?**

И така, вие вложихте много време и труд при изучаването, събирането и сушенето на лекарствени растения. А сега, за да не отидат напразно тези разходи, важно е получените материали да се съхранят правилно, при спазване на съответните условия. Какви са те?

Първо, нужни се подходящи опаковки и място за съхранение. Ако правилно изсушени материали се държат във влажни, мръсни и непроветриви помещения, без стъкла или земни подове покрития, те ще се навлажнят, ще се разрушат, ще променят цвета си и ще придобият мирис на мухъл. Ще станат непригодни. Помещението за съхранение задължително трябва да бъде сухо, чисто, добре проветрявано. Опаковката на суровината трябва да е хартиени или платнени чували, кутии, сандъци, буркани. Лекарствените материали, съдържащи ароматични вещества (етерни масла) или други летливи компоненти, трябва да се държат в добре затворени стъклени буркани или металически кутии, при това - поотделно. Ароматите не трябва да си влияят взаимно. Всеки чувал, сандък, кутия или буркан трябва да има надпис с името на растението и датата на събиране. Етикетите трябва да се пазят през целия срок на годност на съдържанието на опаковката.

Второто условие е да се познават евентуалните паразити, застрашаващи суровината. Най-често това се кърлежи, пеперуди, молци и други инсекти. Голяма вреда нанасят мишките и плъховете. Нужни са профилактични мерки за унищожаване на гризачите с домашни средства и с помощта на специализираните медицински служби.

## ХИРУРГИЧЕСКИ БОЛЕСТИ И ТРАВМИ

### АБСЦЕС

За ускоряване на процеса на узряване на абсцесите (циреи, нагноявания) в народната медицина се използват:

1. КАШИЦА ОТ ЛУК И МЛЯКО.

2. ПЕЧЕН ЛУК.

3. ЗЕЛЕВИ ЛИСТА.

Препаратът се налага върху гнойника, покрива се с восъчна хартия и се закрепва с бинт.

4. Компрес от настойка от стъбла на жълта комунига - 1 супена лъжица на чаша кипяща вода престоява 15 минути, след това се охлажда 45 минути. Компресът се слага върху гнойника.

5. Маз от две супени лъжици цветове от жълта комунига, разприти заедно с три лъжици прясно краве масло - налага се върху гнойника и се бинтова.

6. Цветове от лайка, стъбла и листа на жълта комунига и листа от медицинска ружа - в равни части се смесват, след това 2 супени лъжици от сместа се огъват в марля и се заливат с вряла вода. Марленият компрес се поставя още горещ върху болното място.

7. Компрес от следната смес: цветове от лайка и стъбла от жълта комунига - по 1 част, ленено семе - 3 части. Попарва се за 15 минути, охлажда се 45 минути. Върху гнойника се налага като компрес.

8. Облекчаващ компрес: цветове от лайка, стъбла от жълта комунига, взети в равни части и огънати в марля. Залива се с вряла вода и се налага върху болното място горещ.

9. Маз от 2 части цветове от жълт кантарион и 4 части слънчогледово олио. Престоява 15-20 дни. Гнойниците се намазват с получената смес.

10. Маз. 15 грама листа от орех се заливат със 100 грама слънчогледово олио. Престоява 7 денонощия. После се слага във водна баня да закипи в продължение на 3-5 минути и се прецежда през гвуслойна марля. След прецеждането отново се вари 1/2 час на водна баня и в още горещата смес се пуска 15 г восък, след което се бърка до пълно охлаждане. Гнойникът се намазва със сместа и се превързва.

## **ВАРИКОЗНО РАЗШИРЕНИЕ НА ВЕНИТЕ**

1. В началния стадий варикозното разширение на вените може да се лекува, като под краката се поставя сгънато на няколко катмата като валяк одеало. Преди заспиване, лежейки по гръб, трябва да се правят упражнения за краката. Едно от най-подходящите е „каране на велосипед“.

2. Прави се смес от *седефче* и *бял равнец* в равни части. Приготвя се настойка от 1 супена лъжица от сместа, залята с чаена чаша кипяща вода. След охлаждане се прецежда. Пие се по една чаша сутрин и вечер.

3. Прави се настойка от *листата на обикновена коприва*. Сутрин и вечер се изпива по една чаша, като при това се съблюдава млечно-растителна диета.

4. Спиртен извлек от *цветове на бяла акация* в съотношение 1 част цветове и 3 части спирт или ракия. Сместа се намачква добре и с нея се разтриват болните места.

5. Смес от равни количества *листа от медицинска ружа, цветове от лайка, кора от конски кестен, корени от черен оман*. Приготвя се студена настойка от 1 супена лъжица от сместа и чаша вода. Прилага се външно, като компрес.

7. Смесват се *кора от конски кестен* - 10 г, *кора от бяла върба* - 25 г, *стъбла и листа от бял равнец* - 15 г, *цветове от седефче* - 15 г, *стъбла от пача трева* - 15 г. Една супена лъжица от сместа се накисва в чаша вода. Пие се по една чаша 2-3 пъти дневно.

8. Смесват се *цветове от конски кестен* - 20 г, *кора от обикновена калина* - 30 г, *кора от бяла върба* - 50 г. Сместа се сварява в 1 литър вода. Престоява 10 минути. Използва се за компреси.

## **ТРОМБОФЛЕБИТ**

1. За премахване на възпаление се препоръчва през нощта краката да се огъват със свежи листа от люляк.

2. Добре действа разтриването на краката със спиртна настойка от цветовете на бяла акация. Полезно е преди лягане да се правят горещи вани на краката с добавяне във водата на кори от конски кестен, цвят от лайка и обикновена коприва.

## **ХЕМОРОИДИ**

1. Три лъжици *стъбла от димянка (росопас)* се заливат с две чаши вряла вода. Престоява 4 часа и се прецежда. Пие се по една

сулена лъжица 3-5 пъти дневно.

2. От голям суров картоф се изрязва пръчица с дължина 6 см и дебелина, колкото пръст. Всяка вечер преди лягане пръчицата изцяло се пъха в ануса. Когато се изхвърли с изпражненията, за препоръчване е да се замени с нова. Този прост начин за лекуване на хемороиди е разпространен сред народа като много надежден.

3. Престоял хлебен квасец, на върха на ножа, се разтваря в чаша топла вода. С него се намокря тампон (парче памук, загънато в марля) и се намазва ануса. При силно парене да се намазва с глицерин.

4. 400 г. стъбла и листа от водно пипериче се заливат с два литра вода. Вари се 15 мин и престоява още 20 минути. Прецежда се. После се натрошават 400 г хляб в две чаши несварено мляко, сместа се кипва и се прецежда. Двата състава се изливат в леген и се сядат в него така че хемороидалните подутини да са потопени. Преди такива ванни да се правят очистителни клизми, след това анусът да се измие с топла вода. Ваните да се правят ежедневно или през ден в продължение на 1-2 месеца.

5. При остри болки се използва следното средство: смес от листа от коприва и кора от зърнастец - по 8 г - се залива с 1 литър кипляща вода и се оставя да се запари. След това се прецежда и охлажда. Пие се сутрин и вечер на гладно по една чаша.

6. Прави се отвара от стъбла и листа на маясьличе (пипериче) в съотношение 1:20. Прецежда се и се охлажда. Пие се по половин чаша 3 пъти дневно след ядене.

7. Смесват се по 1 част - стъбла от блатен бял смил, цветовете от лайка, кора от зърнастец, листа от жиловлек широколистен, стъбла от полски хвощ; по 1 1/2 част - стъбла от гръмотрън и жълт кантарион. 10 г от сместа се заливат с чаша вряла вода. Приготвя се настойка. Охлажда се и се прецежда. Пие се по 1/3 чаша 3 пъти на ден.

8. Смесват се равни части от стъбла на водно пипериче, цветовете от луличка и кора от дъб. В чаша сгорещена свинска мас се сипват 3 супени лъжици от сместа, като от време на време се разбърква. Сместа престоява 12 часа, след което отново сгорещената мас се прецежда. Средство за лекуване на хемороидални издатини. При сърбеж и болни в ануса да се пъхне за 4-5 часа марля, добре напоена с тази маз.

9. При болки, съпроводжани от кръвотечения и запек, полезно е да се пие затоплена зелева чорба - до две чаши наведнъж.

10. Масаж. Приготвят се отделно студена и топла вода. След измиване, в ануса се поставя накрайника на иригатор за клизма и се правят промивки последователно с топла и студена вода. С това



се цели съкращаване и пулсация на кръвоносните съдове. Разширяването се причинява от топлата вода, а от студената съдовете се свиват и задвижват кръвта. Масажът трябва да завърши със студена вода. След няколко такива промивки състоянието на болния се подобрява. За поддържане на състоянието масажът трябва да продължи само със студена вода.

11. Чаена лъжичка корени и стъбла от глухарче, изсушени и нарязани, се заливат с чаша вряла вода и престояват 1 час. Прецежда се и се охлажда. Пие се по четвърт чаша 4 пъти на ден преди ядене.

12. Приготвя се настойка от стъбла на овчарска торбичка в съотношение 1:10. Прецежда се през марля. Това е кръвоспиращо средство. Пие се по една супена лъжица 3-5 пъти на ден след ядене.

13. Смесват се по една супена лъжица стъбла от бял равнец, водно пипериче, кора от дъб и листа от коприва. В сместа се добавя 1 1/2 лъжица стъбла от хмел. Накисва се в литър вода. Прецежда се. Използва се за седящи вани.

14. Приготвя се сок от пресни плодове на офика. Пие се по една ракиена чашка 3 пъти на ден. За подобряване на вкуса се добавя мед или захар и отделно се пие вода. Трябва да се пие продължително време като профилактично средство против външни и вътрешни хемороиди.

## **ГНОЙНИ РАНИ**

Растенията могат да премахват възпаления, да прочистват, да дезинфекцират и да заздравяват рани.

1. В равни части се взимат листа подбел и стъбла от бял пелин. Залива се 1 супена лъжица от сместа с 2 чаши вода. С настойката се мокри раната два пъти на ден.

2. Смесват се сок от корени и листа на репей и растително масло. Раната се маже до заздравяването ѝ.

3. В равни части се смесват стъбла от бял равнец, стъбла от водно пипериче, кора от дъб, листа от бял хмел и коприва. Една супена лъжица от сместа се пуска в литър вряща вода и се прави настойка. Използва се за компреси.

4. Супена лъжица от листата на седефче се залива с литър кюпца вода. Използва се като настойка за рани.

5. Като дезинфекциращо средство за рани може да се използва сок от бял пелин или настойка от лайка.

6. Регенериращо действие върху раните оказват намачкани пре-

сни листа от ранилист.

7. Свежи листа от жълт кантарион - 10 г - се заливат със 100 г олио. Съдът се разклаща в продължение на две седмици. Раните се намазват.

8. Народната медицина за лекуване на рани широко използва листата на жиловлека, заради тяхното обезболяващо и противовъзпалително действие. За получаване на сок чисто измитите пресни листа се прекарват през мелачна машина или се намачкват добре. Полученият сок се смесва с мед и се вари около половин час. Намазват се раните с получения състав.

9. Върху раната се слага кашица от листа на кромиг лук и се държи около 10-15 минути.

10. Дълго незарастващи рани се посипват с въглища от бреза, счукани на прах.

11. Загнояването на рани се избягва с налагане със смес от сушени цветове и плодове от къпина.

12. Слuz от накуснато Във Вода ленено семе се използва за компреси и топли лапи. Пропорцията е: 1 част семе към 30 части вода (в тегловно измерение).

13. Супена лъжица изсушени и счукани корени от коприва се заливат с 2 чаши вода и се варят 10 минути. Пие се по една чаша 4 пъти на ден.

## ИЗМРЪЗВАНИЯ

1. За бързо оздравяване на измръзнали участъци от кожата те трябва да се мажат с масло от ракутник или кашица от лук.

## ИЗГАРЯНИЯ

1. 100 г несолено краве масло се разтапя в емайлиран съд до кипване, охлажда се до 50-60 градуса и към него се добавят 10 г предварително изчистен и раздробен прополис (пчелен клей). Съдът плътно се покрива с капак и се загрява при температура 70-80 градуса за 8-10 минути, като се бърка непрекъснато. След снемане от огъня сместа се прецежда през двуслойна марля. Охлажда се при непрекъснато разбъркване. Намазват се изгарянията. Сместа трябва да се съхранява в плътно затворен съд в тъмно и прохладно място.

2. Върху плътна тъкан се намазва яйчен белтък и се поставя върху изгореното място до изсъхване. Повтаря се процедурата.

3. Супена лъжица от цветове на жълт кантарион се заливат с

чаша олио и сместа се държи 2 седмици, като от време навреме се разклаца. Прецежда се и с получения състав се мажат изгарянията.

4. Смесват се олио и нагробени корени от планински очиболец. Прецежда се и се намазват изгорените места.

5. Изгорените места е добре да се налагат с попарени листа и цветове от висок лопен.

6. Смесват се в равни части цветове от невен и стъбла от бластен бял смил, добавя се несолена топена свинска мас и се намазват изгарянията.

7. Сварява се необелена голяма глава кромид лук, обелва се и се смачква. С получената каша се налага изгореното място.

8. През пролетта, когато зимната ръж вече е поникнала, но още не са се втвърдили класовете ѝ, рано сутрин се откъсват стъбла заедно с листата и се намачкват. Разтапя се 400 г несолена свинска мас до закипяване и в нея се пускат нагробените листа. Вари се, но не чак до пожълтяване на листата. Сместа се сменя от огъня, прецежда се и се охлажда. Изгарянията се мажат 2 пъти дневно до пълното им зарастване.

9. При много големи изгаряния се взимат 3 пресни кокоши яйца, отделят се белтъците и се разбиват на обилна пяна. В друг съд се наливат 3 супени лъжици зехтин и също се разбиват до бяло. Смесват се двата състава и се бие още 15 минути. С получената пяна се мажат изгарянията до изсъхване. Преди лягане отново се намазва обилно и се превързва.

## СЧУПВАНИЯ

1. 2 супени лъжици корени от черен оман се разбъркват с 2 лъжици несолена свинска мас. Маже се мястото на счупване.

2. 2 супени лъжици листа от жиловлек се заливат с чаша вряла вода и още 1/2 час се загряват на водна баня. После настойката се охлажда, прецежда и се долива вода до напълване на чашата. Използва се във вид на компрес като дезинфекциращо и противовъзпалително средство.

4. Компрес от пресен сок от сурови картофи върху счупеното място оказва болкоусполяващо действие.

5. Счупеното място се мокри с настойка от една супена лъжица стъбла от горски енчец в чаша вода.

6. Супена лъжица стъбла от бабичева трева (бръшлянова самобайка) се заливат с чаша вряла вода. Използва се за компреси.

7. При външни отоци се прави превръзка с извлек от 50 г цве-

тове (или надробени плодове) от конски кестен в 2 чаши ракия.

8. Добро противовъзпалително средство е смес от натрошена кора от полски бряст и затоплено олио: 10 г кори на 100 г олио.

### **РАНИ ОТ ЗАЛЕЖАВАНЕ**

1. Препоръчват се компреси от розово масло.

2. Изтриване и компреси с тампони, намокрени в отвара от кора на дъб или топола.

3. Болните места да се разтриват със спиртов извлек от брезови пъпки.

4. Сокият от листата на алое е стимулиращо и заздравяващо средство.

5. Препоръчват се намокрянния и компреси със смес от равни части цветовете от невен, дъбова кора, стъбла от горска теменуза, стъбла от полски хвош, цветовете от лайка, стъбла от жълт кантарион и стъбла от бял равнец. Да се правят промивки или компреси няколко дни.

### **НАПУКВАНИЯ ПО ГРЪДНИТЕ ЗЪРНА**

1. Добър лечебен ефект оказва намазване с прополис.

2. Зърната се намазват с надробени корени от пачи очибелец.

3. За заздравяване на напукванията се използва налагане с прах от цветовете на мечо грозде.

4. Зърната се намазват с намачкани плодове от шипки.

5. Външно се мокри със студена настойка от невен 2-3 пъти дневно.

### **ФУРУНКУЛОЗА**

1. Слагат се компреси от настойка от стъбла на риган и корени от монголски чай.

2. Да се пие настойка от плодове на калина.

3. Супена лъжица кора от зърнастец се залива с чаша вода и след кипване се вари още 20 минути. Използва се за компреси.

4. Топла баня от кофа вода и 100 г камшик.

5. Лицето се мие с отвара от исландски лишей - 2 чаени лъжички лишей в чаша вода. Да се вари след кипване 5 минути.

6. Болните части да се намазват със сок от глухарче.

7. Болните места да се мокрят с настойка от: стъбла на трицветна теменуза (градинска) - 5 части, цветовете от невен - 3 части,

корени от репей - 2 части. Супена лъжица от сместа се накусва в чаша студена вода.

8. В продължение на една седмица върху болните места да се налагат смачкани прясно откъснати листа от жиловлек.

9. Шест чаени лъжички ситно нарязани цветове и листа от маргаритка да се киснат в продължение на 8 часа в чаша студена вода. Да се използват за намокряне и компреси.

## **ЗАБОЛЯВАНИЯ НА СЪРДЕЧНО-СЪДОВАТА СИСТЕМА**

### **СЪРДЕЧНА АСТМА**

1. Взимат се по 1 част от: великденче, червен кантарион, бял пелин, бръшлян, седефче, жълт кантарион, очиблец; по 2 части корени от див анасон и плодове от хвойна. Една супена лъжица от сместа се залива с 2 чаши кипяща вода. По 3/4 чаша от настойката се пие с мляко три пъти на ден.

2. Приготвя се настойка от змиийско мляко и вода в съотношение 1:10. Взима се по една супена лъжица три пъти на ден.

### **АТЕРОСКЛЕРОЗА**

*(Склероза на аортата, шум в ушите)*

1. Смесват се 5 части цветове от арника, 4 части стъбла от бял равнец, 4 части жълт кантарион. Една супена лъжица от сместа се залива с чаша вряла вода. Настойката се изпива на малки глътки за един ден.

2. Смесват се 3 части стъбла от седефче, 3 части стъбла от дива мащерка, 4 части листа от маточина. Супена лъжица от сместа се залива с чаша студена вода и се остава да престои 3 часа. След това се кипва 15 минути. Остава се да престои 15 минути. Прецежда се и се охлажда. Пие се на глътки по 2 чаши дневно.

3. Вземат се 2 супени лъжици стъбла от полски хвоц на чаша вряла вода. Приготвя се настойка. Пие се 1/4 чаша 4 пъти на ден.

5. С чаша гореща вода се заливат 20 шипки и се варят 10 минути. Настойката престоява едно денонощие. Пие се по половин чаша два пъти дневно.

6. Една част млади хвойнови клончета се накисват в 10 части вода. Пие се по половин чаша дневно.

7. Приготвя се „фитонциген сандвич“: в слънчогледово олио се замесват счукани орехи и подсолан счукан чесън. Получената паста се маже на хляб и се яде.

8. Смесват се 2 части стъбла от бял равнец и по 1 част стъбла от бял имел, полски хвоц, листа от зимзелен, цветовете от глог. Приготвя се водна настойка. Пие се на гълтки през деня.

9. 250 г чесън се изчиства и се настъргва на неметално ренде (или се счуква в дървен хапан). Получената каша се слага в стъклен буркан, залива се с 200 г алкохол (ракия), затваря се плътно и се оставя в хладилника в продължение на 10 дни. След това се прецежда през двуслойна марля и отново се държи за 3 дни в хладилника. Три пъти на ден половин час преди ядене се пие следната смес: в 50 г мляко се капват определен брой капки, според следната схема:

1-ви ден: сутрин - 1, през деня - 2, вечер - 3;

2-и ден: сутрин - 4, през деня - 5, вечер - 6.

И така до достигане на 25 капки дневно. С това количество се дозипва алкохолната настойка от чесъна. Лечението може да се повтори след 3-5 месеца.

Важното тук е да не се допуска настойката да влиза в съприкосновение с метални съдове.

10. Чаена лъжица от млади стъбла от куче грозде, заедно с листата и цветовете, се накисват в 2 чаши вряла вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

11. Чаена лъжица от счукани луковици на див чесън се заливат с чаша вода и престояват 1 час. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден преди ядене.

12. Смесват се по 3 части: плодове от офика и глог, корени от дялянка и по 2 части: семена от морков, копър, стръкове от хвоц, цветовете от синчец. Приготвя се настойка и се пие по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

## ХИПЕРТОНИЯ

1. Две супени лъжици от цветовете или листа от глог се заливат с 2 чаши вряла вода. Настойката престоява 2 часа. Охлажда се и се прецежда. Пие се половин час преди ядене по 1/4 чаша 3 пъти дневно.

2. Смесват се 30 г цветове и листа от глог, 15 г стъбла от полски хвощ, 30 г стъбла от бял имел, 30 г цветове от черен бъз, 5 г морско зеле, 5 г листа от маточина, 5 г мента, 10 г корени от диланка. Сместа се залива с чаша вряла вода и се вари 5 минути. Охлажда се и се прецежда. Отварата се пие 3 пъти на ден по 2 супени лъжици след ядене.

3. С чаша вода се залива 1 чаена лъжица от стъбла на бял имел и се оставя да престои 3-5 дни. Прецежда се. Пие се 2-3 пъти на ден по 2 супени лъжици след ядене.

4. С чаша вряла вода се заливат 20 г стъбла от полски площ. Остава се да престои 20 минути. Охлажда се и се прецежда. Пие се по 1/3 чаша 3 пъти на ден след ядене.

5. Заливат се с две чаша вода 3-4 чаени лъжички ситно нарязани листа от червена боровинка. Престоява 20 минути. Прецежда се. Пие се по половин чаша 3-4 пъти на ден.

6. С чаша вряла вода се заливат 5 г сухи листа от черно френско грозде. Престоява 20 минути. Охлажда се и се прецежда. Пие се по половин чаша 2 пъти дневно.

7. Супена лъжица от счукани корени на бял оман се заливат с чаша вряла вода. Приготвената настойка се охлажда, прецежда и изстискава. Пие се леко затоплена по половин чаша 2-3 пъти дневно 1 час преди ядене.

8. Счукват се плодове от градински копър и 1 чаена лъжица от тях се залива с 1,5 чаши вряла вода. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

9. За целия цикъл на лечението са нужни 6 лимона за приготвяне на настойката. Първите 2 от тях (а после и останалите) се нарязват на дребно, поставят се в съд и се посипват с 1,5 чаши захар. Престояват 6 дни. Настойката се прецежда и се изпива за един ден. След 2 дни се нарязват и посипват със захар следващите 2 лимона, които също престояват 6 дни. Същото се прави и с последните два лимона. В дните, когато се пие настойката, не се яде друго. В края на лечението в 0,5 л мляко се пускат 5-8 бучки захар, млякото се сварява и в него се изстискава половин лимон, с леко разбъркване. Веднага щом млякото се пресече, трябва да се изпие все още топло, на малки глътки. Да се пие постоянно, до стабилно понижение на кръвното налягане.

10. Взимат се 200 г мед, 200 г сок от морков, 100 г оксикокус, 100 г спирт. Сместа престоява 3 дни на тъмно. Размесва се, прецежда се и се пие по 3 пъти на ден по супена лъжица.

11. Счукват се 2 големи глави чесън и се заливат с чаша ракия. Сместа престоява 15 дни. Прецежда се и се пие по 20 капки 3 пъти

дневно, 15 минути преди ядене. Курсът на лечение е 3 седмици.

### **ХИПОТОНИЯ**

1. От корени на високостъблена аралия се приготвя спиртна настойка от 70 градусов алкохол в съотношение 1:5. Прецежда се през марля. Пие се по 30-40 капки 2-3 пъти дневно.

2. С две чаши вода се заливат 30 г корени от гръмопрън. Вари се 5 минути и се приготвя настойка. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден преди ядене в продължение на 3 седмици.

3. 10 г стъбла от жълт кантарион се заливат с чаша вряла вода. Приготвя се настойка. Пие се по 1/3 чаша половин час преди ядене.

4. Взима се горчив пелин (бял пелин). Приготвя се настойка в 70 градусов спирт в съотношение 1:5. Прецежда се през марля. Налива се в шише. Пие се 30 капки 3 пъти на ден преди ядене.

5. Една супена лъжица от пресни или изсушени плодове от китайски лимонник се залива с чаша кипяща вода. Престоява 2 часа. Пие се по 2 супени лъжици 4 пъти на ден.

### **ГЛАВОБОЛИЕ, СВЕТОВЪРТЕЖ**

1. При постоянно главоболие да се пие пресен сок от картофи по 1/4 чаша дневно.

2. Да се измият главата с настойка от стъбла на кимион. 15 г кимион се сваряват с чаша вода.

3. Приготвя се настойка от 1 чаена лъжица бял пелин и 2 чаши гореща вода. Подходяща е за компреси.

4. Приготвя се смес от: бял оман и полски хвощ - по 1 част, стъбла от бял равнец - 3 части, стъбла от зимзелен - 5 части. Супена лъжица от сместа се накусва в чаша вода за около 3 часа, после се вари 5 минути. Пие се по 1 чаша през деня преди ядене.

5. Настойка от плодове от черен бъз се пие с мед по 1/4 чаша 3 пъти на ден 15 минути преди ядене.

6. Ако причината за световъртежа е малокръвие (анемия), то полезна е смес от равни части сок от черна ряпа, моркови и цвекло. След смесването, сокът им да се вари във фурната в неплътно покрит съд. Пие се в течение на 2-3 месеца по супена лъжица преди ядене.

7. Прави се настойка от добре надробени корени и коренища от иглика, добавя се захар. Пие се по супена лъжица 3 пъти дневно.

8. Смесват се равни части цветове на глог и стъбла от бял ра-



внец. Супена лъжица от сместа се залива с чаша гореща вода. Настойката се пие по 1/4 чаша 3 пъти на ден преди ядене.

10. Болкоуспокояващ ефект оказва отвара от цветовете и листа на жълта комунига - 2 чаени лъжици от надробената суровина се заливат с две чаши вряла вода, варят се още в течение на 5 минути. Пие се по 1/4 чаша преди ядене, само при главоболие.

11. Приготвя се настойка от 20 цвята от Вратига на чаша гореща вода. Пие се по една супена лъжица 3 пъти на ден.

12. Като бързодействащо средство за външно приложение при главоболие - на челото да се слагат пресни листа от мента.

### **ИНФАРКТ НА МИОКАРДА**

1. Разтваря се 1 чаена лъжичка пчелен мед в 50 г топла преварена вода. Пие се на глътки сутрин нагладно и на обед 1,5-2 часа преди ядене.

2. Вземат се 2 супени лъжици изсушени цветовете от глог, заливат се с 2 чаши вода и се оставят да престоят в продължение на 2 часа. Пие се 1/4 чаша от настойката 3 пъти на ден половин час преди ядене.

3. Прави се настойка от 1 чаена лъжица листа от люляк и 2,5 чаши вряла вода. Престоява 2 часа. Пие се по супена лъжица по 3 пъти на ден.

4. Приготвя се гореща настойка от сивобяла боянка: 2 г стъбла на 1,5 чаши вода, прецежда се и се пият по 3-4 супени лъжици на ден. Растението изисква внимателно използване!

5. Да се ядат плодове от глог, а също и да се пие сок от тях.

6. Приготвя се настойка от 15 г изсушени накълцани стъбла от дяволска уста на чаша вряла вода, престоява половин час. Пие се по супена лъжица 3 пъти на ден след ядене.

7. Вземат се 15 г пресни млади листа от бреза на чаша гореща вода. Престоява 5 часа. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден.

8. Приготвя се смес от: стъбла от бял равнец, плодове от анасон - по 2 части, листа от дяволска уста, корени от дялянка - по 3 части. Настойка от сместа се пие по 1/4 чаши 2-3 пъти на ден при болки в сърцето.

### **СЛАБО КРЪВООБРАЩЕНИЕ**

1. 20 г стъбла от боянка се заливат със 100 г спирт. Приготвя се настойка и се прецежда. Пие се по 10 капки 3 пъти на ден.

2. Супена лъжица от стъбла на разклонена боянка се заливат с 2,5 чаши Вряла вода. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по една супена лъжица 3 пъти на ден.

3. Взимат се равни части стъбла от бял равнец и цветове от глог. Смесват се. Супена лъжица от сместа се залива с чаша вряла вода. Приготвя се настойка, охлажда се и се прецежда. Пият се по 2 супени лъжици 3 пъти на ден.

## НАРУШЕНИЯ НА СЪРДЕЧНИЯ РИТЪМ

(тахикардия, екстрасистолия, прекъсвания в работата на сърцето)

1. Приготвя се настойка с гореща вода от стъбла на горска ягода в съотношение 1:10. Пие се като чай.

2. Смесват се равни части от стъбла на мента и бял равнец. От сместа се приготвя настойка с вряла вода в съотношение 1:10. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене.

3. Смесват се в равни части стъбла от маточина и дяволска уста, заливат се с гореща вода в съотношение 1:10. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене.

4. Смесват се равни части от стъбла на дяволска уста и корени от дялянка. От сместа се приготвя гореща настойка в съотношение 1:10. Пие се по една чаша 3 пъти на ден преди ядене.

5. Приготвя се гореща настойка от листа на момина сълза в пропорция 1:30. Пие се по една чаша 3 пъти на ден преди ядене.

6. Супена лъжица от хмелови шишарки се заливат с чаша вряла вода. Пие се по 1/3 чаша 4 пъти на ден при екстрасистолия.

7. Два пъти на ден да се пие настойка от невен.

8. Супена лъжица от цветове на зимзелен се нарязват на дребно, заливат се с чаша вода и се вари в продължение на 20 минути. Получената настойка се изпива през деня на 3-4 пъти.

9. Смесват се равни части листа от блатен храст и жълт кантарион. От сместа се приготвя гореща настойка в съотношение 1:10. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден. При ядене всекидневно да се изяждат 2-4 скилидки чесън, а също моркови и лук без ограничение.

10. Заливат се 2 чаени лъжици семена от копър с две чаши вряла вода. Настойката престоява 10 минути, охлажда се и се прецежда. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене.

### **СЪРДЕЧНА НЕДОСТАТЪЧНОСТ**

1. Приготвя се настойка от 20 г стъбла от горицвет и чаша вода. Пие се по супена лъжица 3 пъти на ден.
2. Залива се 1 супена лъжица от стъбла на дяволска уста с чаша вряла вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.
3. Смесват се равни части от стъбла на горицвет и боянка, кора от калина и стъбла от горски енчец. Приготвя се настойка. Пие се по супена лъжица 3 пъти на ден.
4. Смесват се цветовете от момина сълза, плодове от копър, листа от мента, корени от гулянка, съответно по 1, 2, 3 и 4 части. Приготвя се настойка. Приема се по 1/4 чаша 3 пъти на ден.
5. Смесват се по 1 част: цветовете от невен, стъбла от камшик, плодове от офика, листа от жиловлек и по 3 части: корени от аралия, левзeya, плодове от глог и шипка. Приготвя се настойка. Пие се по 1/4 чаши 3 пъти на ден като тонизиращо средство.
6. 3 супени лъжици жълт кантарион се заливат с чаша вряла вода и се оставят да престоят не повече от 2 часа. Пие се по 1/3 чаша 3 пъти на ден.
7. Смесват се равни части плодове от шипка и малина, листа от френско грозде и от червени боровинки. Заварява се като чай. Пие се по половин чаша 2 пъти на ден като общоукрепващо средство.
8. Пие се витаминозен чай от шипка, офика и червена боровинка - по половин чаша 3 пъти на ден.

### **СПАЗМИ НА КРЪВОНОСНИТЕ СЪДОВЕ НА ГЛАВНИЯ МОЗЪК**

1. 200 г офика се заливат с чаша вода и се оставят да престоят 2 часа. Пие се по супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.
2. Пие се в неограничени количества настойка от змийско мляко в пропорция 20 г стъбла на чаша вода.
3. Супена лъжица ситно нарязани листа зимзелен се заливат с чаша вода и се варят 20 минути. Изпива се през деня на 4 пъти.
4. Приготвя се настойка от: 2 супени лъжици изсушени цветове или листа от глог на 2 чаши вряла вода. Остава се да престои 2 часа. Прецежда се и се пие по 1/4 чаша 3 пъти на ден преди ядене.

### **СТЕНОКАРДИЯ**

1. С чаша гореща вода се заливат 20 г стъбла от бял оман. Пие

се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

2. В трилитров буркан се заливат със студена вода 300 г лозови листа, престояват 3 дни. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

3. Заливат се с 1 литър студена вода 3 супени лъжици корени от селим и се оставят да киснат през нощта. Варят се в продължение на 7 минути и киснат още 20 минути. Пие се по една чаша 3 пъти на ден.

4. Смесват се равни части стъбла от риган и листа от горска ягода. Една супена лъжица от сместа се залива с чаша вряла вода. Прецежда се. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене.

### **СРЕДСТВА ЗА ПОНИЖАВАНЕ СЪДЪРЖАНИЕТО НА ХОЛЕСТЕРИНА В КРЪВТА**

1. Заливат се с чаша вода 20 г шипки, варят се 10 минути. Престояват в продължение на едно денонощие. Пие се по половин чаша 2 пъти на ден.

2. Да се ядат в неограничени количества морско зеле, коприва, градински ягоди, лук, копър, моркови, френско грозде, тикви.

3. С чаша вряла вода се заливат 10 г царевична коса. Пие се по супена лъжица 3 пъти на ден.

4. В продължение на 3 седмици да се пие по 1 супена лъжица 3 пъти на ден царевично масло.

5. С чаша вряла вода се залива 1 чаена лъжица корени и стъбла от глухарче. Да престои 1 час. Пие се преди хранене по 1/4 чаша.

6. Да се ядат орехи и да се пие брезов сок.

## ЗАБОЛЯВАНИЯ НА ДИХАТЕЛНИТЕ ОРГАНИ

### БРОНХИАЛНА АСТМА

1. С чаша Вряла вода се заливат 15 г сладък корен. Съдът се покрива с капак и се загрева 15 минути на водна баня при непрекъснато разбъркване. Пие се по една супена лъжица 4 пъти на ден.

2. С чаша гореща вода се заливат 35 г клончета от блатен ледум. Съдът се покрива с капак, слага се за 15 минути в кипяща водна баня и непрекъснато се разбърква. След това се охлажда за 45 минути при стайна температура. Пие се по половин чаша 5 пъти дневно. Лечението продължава 2 седмици.

3. С чаша мляко или Вряла вода се заливат 10 г счукани семена от коноп. Покрива се съдът с капак и се нагрива 15 минути на кипяща водна баня, при непрекъснато разбъркване. Охлажда се 45 минути при стайна температура. Изпива се на три пъти през деня.

4. С две чаши Вряла вода се заливат 50 г корени от малина. Сместа се покрива с капак и се вари 30 минути. Изпива се за един ден на 4-5 пъти вместо чай.

5. Смесват се по 1 част корени от трицветна теменуга (градинска) и гол сладник (сладък корен) и 4 части стъбла от дива мащерка. Приготвя се настойка: 10 г от сместа (2 чаени лъжички) се заливат с чаша вода със стайна температура, загреват се на кипяща водна баня за 15 минути, охлаждаат се 45 минути. Прецежда се и се пие по 1/4 чаша 4 пъти на ден.

6. Взимат се равни части плодове от дива мащерка, листа от мента, корени от диланка, семена от копър (аптечно резене), цветове от лайка. Приготвя се настойка: 10 г от сместа се заливат с чаша вода със стайна температура, загреват се на кипяща водна баня 15 минути. Охлажда се 45 минути, прецежда се и се пие по половин чаша 2 пъти на ден. Преди лягане - цяла чаша.

7. Смесват се равни части борови връхчета, плодове от анасон, сладък корен, стъбла от дива мащерка, семена от копър. Супена лъжица от сместа се залива с чаша вряла вода. След престояване се прецежда и се пие по 1/4 чаша 4 пъти на ден.

8. Смесват се: по 20 г ленено семе и стъбла от дива мащерка, и по 30 г плодове от анасон и семена от копър. Една пълна супена лъжица от сместа се залива с чаша вода със стайна температура и се оставя да кисне 2 часа, вари се 5 минути, прецежда се и се пие в

топло състояние по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

9. Вземат се равни части от стъбла на градинска теменуга, стъбла от блатна росянка и листа от жиловлек. Приготвя се настойка от супена лъжица от сместа и чаша вряла вода. Пие се по една супена лъжица 3-4 пъти на ден.

## ОСТЪР БРОНХИТ

При лекуване на бронхит се използват лечебни растения с потогонно, температуропонижаващо и отхрачващо действие, а също и за дезинфекция на слузта.

1. Смесват се сокът на 1 глава лук, 1 ябълка и 1 супена лъжица мед. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден като температуропонижаващо средство.

2. Смесват се равни части от цветовете на черен бъз и стъбла от пача трева. Една супена лъжица от сместа се залива с 2 чаши вряла вода. Престоява 10 минути и се изпива за един ден.

3. Накисват се във вода борови връхчета в съотношение 1:10. Една супена лъжица от сместа се залива с чаша вряла вода, престоява 8-10 часа, може да се остави в термос за през нощта. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

4. Заливат се с 1 чаша студена вода 2 чаени лъжички ситно надробени корени от пирей. След 12 часа се прецежда. Корените се заливат повторно с чаша вряла вода за 10 минути и двете чаши се смесват. Настойката се изпива за едно денонощие.

5. Приготвя се смес от стъбла на горска теменуга, изсушени цветовете от боб, царевична коса и брезови пъпки в равни части. Взимат се 20 г от тази смес на 1 чаша вряла вода. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

6. Добро противовъзпалително действие оказва черното френско грозде, прясно или изсушено. С 1 чаша вряла вода се запарват 5 г сухи листа. Пие се по 1 чаша 2-3 пъти на ден.

7. Да се употребяват във всякакъв вид плодове от шипка, малина, кална, корени от хрян, зеле, цвекло, моркови.

8. Смесват се: по 2 части листа от подбел и стъбла от градинска теменуга, по 3 части листа от жиловлек и сладък корен. Заливат се 10 г от сместа с чаша вода със стайна температура, загряват се на кипяща водна баня за 15 минути, настойката се охлажда 45 минути и се прецежда. При кашлица се пие затоплена, като успокояващо и отхрачващо средство, - по 1/4 чаша 3 пъти на ден преди ядене.

9. Супена лъжица от евкалиптови листа се залива с 2 чаши вря-

ла вода и настойката се пие гореща 3 пъти на ден по 1/4 чаша преди ядене.

10. Попарват се 10 г сладък корен с 1 чаша вряла вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

### **БОЛЕСТИ НА ГЪРЛОТО** *(ангина, тонзилит, катар)*

1. Приготвя се смес от равни части изсушени и надробени стъбла от риган и листа от горска ягода. Заливат се с 1 чаша вряла вода 2 супени лъжици от сместа, престоява 15-20 минути. С настойката се прави гаргара.

2. Накисват се в 2 чаши вода 2 супени лъжици изсушени надробени листа от къпина, престояват 12 часа, после се варят 3 минути. Охлаждат се при стайна температура. Пие се нагладно по 3/4 чаши 3 пъти на ден.

3. В 2,5 литра вода се накисват 100 г борови връхчета. Сместа се вари, докато водата се изпари до 0,5 литра. Прецежда се и се изстисква. Смесва се с 250 г захар. След изстиване се добавят 250 г мед. Взема се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

4. Взимат се 2 части липов цвят, 3 части кори от бяла върба и се смесват. 2 супени лъжици от сместа се заливат с 1 чаша вряла вода. Престоява 15 минути и се прецежда през марля. С настойката се промиват устата и гърлото няколко пъти на ден.

5. Супена лъжица от листа на градински чай се залива с 1 чаша вряла вода, престоява 20 минути, прецежда се през марля. Гърлото се промива няколко пъти на ден.

6. Заливат се с 1 чаша вряла вода 2 чаени лъжици счукани плодове от черна боровинка. Престоява 30 минути. Приемат се по 2-3 супени лъжици 3 пъти на ден.

7. Взимат се в равни части цветовете от липа и лайка. Смесва се, приготвя се настойка 1:10. Загарява се на кипяща водна баня за 15 минути. Охлажда се, прецежда се и се изстисква. Прави се гаргара няколко пъти на ден.

8. Вземат се 15 г листа от подбел на 1 чаша вряла вода. Приготвя се настойка. При възпаление гърлото се промива 4-5 пъти на ден.

9. Смесват се 2 части цветовете от липа, 3 части цветовете от лайка. Една супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода, престоява 30 минути и се прецежда. Използва се за изплакване на устата и гърлото при възпалителни процеси.

10. Смесват се 1 част корен от медуцинска ружа, 4 части риган,

5 части кора от дъб. Приготвя се настойка: 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша Вряла вода, престоява 30-40 минути и се прецежда. Използва се за промиване на гърлото и устата.

11. Накисват се 2 супени лъжици коренища от лечебна гинка В чаша вода. При ангина гърлото да се промива 2-4 пъти на ден.

12. Супена лъжица от стъбла на жълт кантарион се залива с 1 чаша Вряла вода, прави се отвара. При ангина се пие по 1 супена лъжица 3 пъти на ден след ядене.

13. Приготвя се настойка от цветовете на дребнолистна липа: 1,5 супени лъжици от ситно нарязани листа се варят в чаша гореща вода. Използва се като потогонно средство.

14. Смесват се: 1 част корени от бластен аир, по 2 части корени от медицинска ружа, лайка, жълта комунига, 3 части ленено семе. Приготвя се настойка от 1 супена лъжица от сместа и 1 чаша Вряла вода, престоява 30 минути и се прецежда. Използва се топло за гаргара като болкооблеждаващо средство.

15. За инхалации при възпаления на гърлото се използва смес от равни части цветовете от лайка, липа, невен, листа от жиловлек и градински чай. Варят се 10 г от сместа в 1 чаша вода 10-15 минути.

16. Една супена лъжица евкалиптови листа се заливат с 1/2 чаша Вряла вода. Настойката се пие гореща преди ядене по 1/4 чаша.

## **БОЛЕСТИ НА БЕЛИТЕ ДРОБОВЕ**

1. Като отхрачващо и потогонно средство се използва настойка от стъбла на риган - 2 чаени лъжици на 1 чаша Вряла вода. Пие се по половин чаша 3-4 пъти на ден, топло, 15-20 минути преди ядене.

2. Стъбла от риган се комбинират с други лечебни растения. Смесва се 1 част стъбла от риган с по 2 части листа от подбел и корени от ружа. 1 супена лъжица от сместа се запарва с 1 чаша вода. Пие се по половин чаша 4 пъти на ден при възпаление на белите дробове.

3. Смесват се равни части от борови и брезови връхчета и липов цвят. 15 г от сместа се заливат с 1 чаша Вряла вода. Настойката се пие по половин чаша 3 пъти на ден.

4. Смесват се 1 част семена от копър, по 2 части сладък корен и корени от медицинска ружа. Приготвя се настойка 1:10. В 1 чаша студена вода се накисва 1 супена лъжица от сместа, държи се не по-малко от 2 часа, кипва се 15 минути на водна баня, охлажда се за



45 минути и се прецежда. Пие се по 1/4 чаша на всеки 3 часа като температуропонижаващо средство.

5. Приготовя се настойка от копитник: 2 чаени лъжици прясно счукана суровина се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се изпива за 1 ден.

6. Заливат се с 1 литър вода със стайна температура 400 г ситно нарязани листа от алое, кипват се 20 минути на слаб огън, престояват 8 часа, после се изстискава сокът и се поставя на студено (в хладилник) за 4 часа. В трилитров буркан се налива 1/2 литър бяло силно вино (може и коняк), добавя се към него сокът от алое и 500 г мед. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

7. Смесват се равни части от цвят на черен бъз и стъбла на пача трева. 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Настойката се изпива през деня като потогонно средство при възпаление на белите дробове.

8. При сухи хрипове и кашлица помагат накиснати във вода коренища от бял оман и ангелика (лечебна пищялка) в равни части. 30 г от сместа се киснат в 1 литър вода. Пие се вместо чай.

9. Вместо чай може да се пие още:

а) настойка от равни части стъбла от горска ягода, стръкове от бял равнец и стъбла от жълт кантарион;

б) настойка от цветовете на гребнолистна липа и стъбла от мащерка - в равни части;

в) стъбла от жълт кантарион и стъбла от червена боровинка в равни части.

10. Приготовя се смес от равни части листа от градински чай, плодове от анасон, борови връхчета, корени от ружа и сладък корен. Сварява се 1 супена лъжица в 1 чаша вода. Пие се топло, като гръден чай по половин чаша на всеки 3 часа.

11. За лекуване на белодробни болести се използват накиснати във вода корени и коренища от иулика. Взима се 1 супена лъжица от счукани корени на 2 чаши вода. Пие се по половин чаша 3-4 пъти на ден.

12. При обилни влажни хрипове и лошо отхрачване 20 г корени от телчарка се накисват в 1 чаша вода. Може да се добавят 2 г сода бикарбонат и 3 г анасонови капки. Пие се по 1 супена лъжица 5 пъти на ден 1 час преди ядене.

13. Смесват се стъбла от бластен бял смил - 2 части, листа от жоловлек широколистен - 3 части, стъбла от градинска теменуца - 4 части, стъбла от мащерка - 5 части. Приготовя се настойка и се пие топла, по 1/4 чаша 4-5 пъти дневно преди ядене.

## КАШЛИЦА

1. Залива се с 1 чаша студена вода 1 супена лъжица от корени на медицинска ружа и се кисне 4 часа. Прецежда се и се пие по 1-2 супени лъжици 3-4 пъти на ден. Децата да пият по 1 чаена лъжица 4-6 пъти на ден.

2. Заливат се с 2 чаши вряла вода 1 супена лъжица стъбла от риган. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3-4 пъти на ден.

3. Средно голяма глава лук се нарязва на тънки кръгчета и се посипва с 300 г захар. Държи се до появяването на сок, който се отлива в съд. Пие си преди пристъп от кашлица по 1 супена лъжица.

4. Вземат се равни части от стъбла на погбел и червен кантарион, липов цвят и волски език. 2 супени лъжици от сместа се заливат с 2 чаши вряла вода, добавя се 1 чаена лъжица ленено семе. Настойката се прецежда и охлажда. Изпива се през деня на равни части.

5. 3 чаени лъжици стъбла от дотелина се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1/4 чаша 20 минути преди ядене 4 пъти на ден.

6. Настързва се черна ряпа, загъва се в марля и се изстиска сокът. Добавят се 400 г течен мед. Разбърква се добре. Взимат се по 2 супени лъжици преди ядене и вечер преди лягане.

7. Взимат се 40 г елда и се заливат с 1 литър вряла вода. Настойката се пие като чай.

8. 2 супени лъжици листа от погбел се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се пие по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

## КАТАР НА ГОРНИТЕ ДИХАТЕЛНИ ПЪТИЦА

1. 2 супени лъжици корени от босилек се заливат с 1 чаша вряла вода. Охлажда се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3-5 пъти на ден след ядене като отхрачващо средство.

2. 4 супени лъжици цвят от лайка се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по половин чаша 2 пъти на ден, за деца - по 1 чаена лъжица 2-3 пъти на ден.

3. Взимат се равни части стъбла от погбел, полски хвощ и листа от жиловлек. Смесват се и се приготвя настойка с гореща вода 1:10. Прецежда се и се охлажда. Пие се по 1 супена лъжица 3-4 пъти на ден след ядене.

4. 20 г стъбла от дяволска уста се заливат с 1 чаша вряла вода.

Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден половин час преди ядене.

5. 1 супена лъжица листа от погребел се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се прецежда и охлажда. Добавя се лъжица мед. Пие се топла, по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене.

7. Смесват се равни части: цветове от черен бъз и стъбла от пача трева. 1 супена лъжица от сместа се залива с 2 чаши вряла вода. Вари се 10 минути. Настойката се охлажда и прецежда. При плеврит трябва в продължение на 7-10 дни, ежедневно, да се изпиват на равни части по 2 чаши от настойката.

8. В отвара от грис се варят 10 минути 2 чаени лъжици погребел. Прецежда се, добавя се мед на вкус. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

9. 1 чаена лъжица стъбла от градински чай се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се използва, още топла, за гаргара.

### **ЗАДУХ**

1. 1 чаена лъжица стъбла от бластен легум се заливат с две чаши изстудена преварена вода и се оставя да престои 8 часа. Прецежда се и се пие по половин чаша 3 пъти на ден.

2. Заливат се с 1 чаша изстудена преварена вода 3 чаени чаши стъбла от горицвет и се оставят 8 часа. Прецеждат се и се варят 10-15 минути. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

3. Заливат се с 1 чаша вряла вода 15 г листа от погребел. Настойката се прецежда и охлажда. Пие се по 1 супена лъжица на всеки 3 часа.

4. Заливат се с 2 чаши вряла вода 3 чаени лъжички стъбла от маточина. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по половин чаша 4 пъти на ден преди ядене.

5. С 1 чаша вряла вода се заливат 15 г стъбла от дяволска уста. Остава се да престои 2 часа, охлажда се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

6. Смесват се равни части стъбла от полски хвощ и овчарска торбичка. 2 супени лъжици от сместа се заливат с 1 чаша вряла вода. Изстудява се и се прецежда. Пие се по 1/4 чаша 4 пъти на ден.

## ЗАБОЛЯВАНИЯ НА ХРАНОСМИЛАТЕЛНАТА СИСТЕМА

### БОЛКИ В СТОМАХА И ЧЕРВАТА

1. Заливат се с 1 чаша Вряла Вода 3 супени лъжици стъбла от жълт кантарион. Престоява 2 часа, охлажда се и се прецежда. Пие се по 1/3 чаша от настойката 3 пъти на ден след ядене.

2. В продължение на 20 минути да се вари 1 супена лъжица кора от зърнастец в 1 чаша вода. Охлажда се и се прецежда. Пие се по половин чаша преди лягане и след ставане.

3. Смесват се 1 част корени от бластен аир и 3 части цветове и плодове от офика. 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша студена вода и се оставя за 1 час. След това се кипва, охлажда се и се прецежда. Настойката се пие 3 пъти на ден преди ядене по половин чаша, затоплена.

4. Вземат се листа от погреб. Приготвя се настойка. Пие се 3 пъти на ден преди ядене по 1 супена лъжица.

5. 1 супена лъжица листа от водна детелина се заливат с 1,5 чаши Вряла Вода. Оставя се 1 час, после се прецежда. Настойката се пие гореща 3 пъти на ден преди ядене, около 1 чаша.

6. Смесват се 4 части маточина, 6 части жълт кантарион, 10 части стъбла от пача трева. Приготвя се настойка. Пие се по 2-3 чаши дневно.

7. Приготвя се настойка от 2 чаени лъжици плодове от кимион и 1 чаша Вряла Вода. Прецежда се и се охлажда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

9. Взема се 1 супена лъжица семена от копър и лъжица мед. С 1 чаша Вряла Вода се прави настойка. Прецежда се и се охлажда. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

10. Налива се в чаша 60 мл обикновен чай. В него се разтварят 40 г захар. Налива се 100 г пресен гроздов кисел сок (от неузрели плодове). Ако се изпие 1 чаша от получената смес, може след два часа болките да изчезнат.

11. За болни с повишена киселинност на стомаха е полезно редовното пиене, 1,5-2 часа преди ядене, на 1 супена лъжица мед, разтворен в топла вода. За болни с понижена киселинност - преди ядене лъжица мед в студена вода. Курсът на лечение е 1,5-2 месеца.

12. Смесват се равни части от цвят от лайка и стъбла от бял равнец. Заливат се с 1 чаша Вряла Вода 2 лъжици от сместа. Нас-

тойката се прецежда и охлажда. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

13. При болки в стомаха, подуване и парене се вземат равни части от стъбла на жълт и червен кантарион и бял смил; 3 супени лъжици от сместа се заливат с 1 литър вряла вода. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

14. Смесват се равни части от: корени от гулянка, цветовете от черен бъз, липа и мента. 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Престоява 4 часа. Пие се по 1/4 чаша 4 пъти на ден.

15. Супена лъжица от съцветия от жълт смил се заливат с 2 чаши студена вода. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

## **ГАСТРИТИ**

### **(повишена и понижена киселинност на стомаха)**

1. Изсушена брезова чага (гъба, растяща по кората на дървото) се промива в преварена топла вода, налива се в съд изстудена преварена вода и в нея се пуска гъбата. Размекнатата гъба се прекарва през месомелачка или се настъргва на ренде. Водата, в която е киснала, се оставя за настойка. След това 1 част от надробената гъба се залива с 5 части вода, загрята до 50 градуса, и се оставя 2 денонощия. След това течността се прецежда и се налива в съд. Остатъкът от гъбата се изстиска във водата, където е била кисната. Тази течност се добавя към получената настойка до пълния обем. Всичко да се охлади и прецеди. Пие се по 1 чаша 3 пъти на ден половин час преди ядене. Настойката е годна за използване в течение на 3-4 дни при повишена киселинност на стомаха.

2. С 1 чаша вряла вода се заливат 3 супени лъжици стъбла от жълт кантарион. Настойката престоява 2 часа, охлажда се и се прецежда. Пие се по 1/3 чаша на ден след ядене при повишена киселинност на стомаха.

3. Залива се с 2 чаши вряла вода 1 супена лъжица корени от репей. Престоява 2 часа. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден при понижена киселинност на стомаха.

4. Взимат се равни части листа от водна дотелина, семена от копър, листа от мента, стъбла от бял равнец и червен кантарион. 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Настойката се прецежда и изстудява. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене при повишена киселинност на стомаха.

6. Супена лъжица мед се разтваря в 1 чаша топла вода. Пие се

1,5-2 часа преди ядене при повишена киселинност. Курсът на лечение е 2 месеца.

7. Приготвя се смес от стъбла на: 2 части хвойна, 3 части червен кантарион и по 4 части жълт кантарион и кора от зърнастец. 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 литър вода. Постава се за 6 часа в слаба фурна. Пие се по половин чаша 4 пъти на ден след ядене като стягащо противовъзпалително средство.

8. 1 супена лъжица от нагробени цветове на камшик (агримония) се залива с 1 чаша вряла вода. Прецежда се и се пие по 1 чаша в течение на два дни като противовъзпалително средство.

9. Изготвя се смес: по 2 равни части листа от водна детелина и стъбла от пчелник, по 4 части исландски лишей и корени от лечебна ружа; 1 супена лъжица от сместа се залива с чаша вода. Настойката се изпива за едно генонощие.

10. Взимат се равни части липов цвят, ленено себе, сладък корен, коренища от блатен аир, листа от мента, семена от копър. Приготвя се настойка. Пие се по 2 чаши 1 час преди ядене.

### **ПРИ ХИПОЦИДЕН ГАСТРИТ**

1. 1 супена лъжица коренища от блатен аир се накисват в чаша студена вода за 8 часа. Прецежда се и се пие по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

2. 1 супена лъжица цветове от лайка се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се прецежда и охлажда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

3. 20 г стъбла от мента се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

4. 2 чаени лъжици стъбла от горчив пелин (бял пелин) се заливат с 1 чаша вряла вода. Пие се по 3 пъти на ден половин час преди ядене по 1 чаена лъжичка.

5. За подобряване на апетита се препоръчва смес от равни части стъбла от бял пелин, коренища от блатен аир, листа от водна детелина, семена от кимион. Приготвя се настойка. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден половин час преди ядене.

6. Смесват се: по 2 части - стъбла от червен кантарион, жълт кантарион, бял равнец, цикория, корени от синя тинтява и 4 части димянка. Сместа престоява 12 часа в 1 литър вода. Кипва се за 5 минути. Пие се по половин чаша 4 пъти дневно.

## **РАЗСТРОИСТВА НА ДЕБЕЛОТО ЧЕРВО**

### **Колит**

1. Смесват се: корени от глухарче и плодове от черен бъз - по 1 част, листа от къпина и листа от коприва - по 2 части. 1 супена лъжица от сместа се залива с 0,5 литра Вряла Вода. Престоява 8-10 часа (най-добре в термос), прецежда се. Пие се по 2-3 чаши на ден като противовъзпалително средство.

2. Сварява се 1 чаена лъжица стъбла от бял пелин в 1 чаша вода. Престоява 20 минути и се прецежда. Пие се по 2 супени лъжици 3 пъти на ден преди ядене. За отстраняване на горчивия вкус на настойката може да се добави мед.

### **Запек**

1. Смесват се 1 част бял равнец, 2 части листа от коприва, 3 части кора от зърнастец, престояла 1-2 години; 1 супена лъжица от сместа се попарва с 1 чаша Вряла Вода, престоява 20 минути, прецежда се. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

2. Вземат се 4 супени лъжици сухи счукани коренища от пълзящ пирей на 1 литър вода със стайна температура, кипва се до намаляване на обема до 1/4 и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

3. Приготвя се студен извлек от листа на сена (касия, майчин лист): 1 супена лъжица листа се заливат за през нощта с 1 чаша вода със стайна температура. На сутринта се прецежда. Пие се най-добре вечер - действа 5-10 часа след изпиването.

4. Взимат се 10 г сухи надробени стъбла от маясьлче, заливат се с 1 чаша Вряла Вода, запарват се половин час и се прецеждат. Пие се по 2 супени лъжици 2 пъти на ден.

5. Да се добавя към храната кисело зеле, плодове от смокиня, сини сливи и ленено семе.

6. Вземат се по 1 част стъбла от жълта комунига, листа от коприва и 3 части кора от зърнастец; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша Вряла Вода, престоява 20 минути и се прецежда. Пие се по половин чаша преди лягане.

### **Диарии**

1. 1 супена лъжица плодове от зърнастец се заливат с 1 чаша Вряла Вода. Престоява 2 часа и се прецежда. Пие се по половин чаша преди лягане.

2. Взима се 1 чаена лъжица корени от божур и се запарва с 1 чаша вряла вода. Престоява не по-малко от 2 чаша. Прецежда се и се пие по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене. Укрепващо и противовъзпалително средство.

3. Заливат се с 1 чаша вряла вода 2 супени лъжици стъбла от полски хвощ, остава се. Пие се по 2 супени лъжици 4 пъти на ден.

4. Заливат се 10 г борови връхчета с 1 чаша вряла вода, оставят се известно време и се прецежда. Пие се 3 пъти на ден по 2 супена лъжица преди ядене.

5. Да се добавят към храната плодове от зърнастец, дива череша и черна боровинка.

6. Залива се 1 супена лъжица стъбла от овчарска торбичка с 1 чаша вряла вода След известно време се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

7. Смесват се равни части от корени от киселец и кървавиче. Приготвя се настойка 1:10 и се прецежда. Пие се по 1/4 чаша 4 пъти на ден.

8. Смесват се равни части корени от върба, плодове от калина, цветовете от лопен. Приготвя се настойка: 2 супени лъжици от сместа в 1 чаша вряла вода. Вари се на слаб огън 20 минути и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене - като укрепващо средство.

### Метеоризъм

1. Смесват се 2 части плодове от черна боровинка и 3 части плодове от дива череша и се накисват във вода в съотношение 1:10. Прецеждат се и се пие по половин чаша 2 пъти на ден. Този състав усилва отделянето на газове при подуване на стомаха, а също така е противовъзпалително средство при разстройство на дебелото черво.

2. Смесват се 1 част семена от кимион, 4 части корени от дялянка, 5 части цветовете от лайка. Приготвя се настойка 1:10 и се прецежда. Пие се по половин чаша сутрин и вечер.

3. Чаена лъжица луличка се залива с 1 чаша вряла вода и се сварява като чай. Изпива се през деня.

4. При натрупване на газове в дебелото черво се смесват 1 част кимион, 4 части корени от дялянка, 6 части лайка; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода и се запарва в течение на половин час, после се прецежда. Пие се по 1 чаша сутрин и вечер.

5. Смесват се равни части от лайка и стъбла от риган. Вземат



се 2 чаени лъжички от сместа на 1 чаша вряла вода. След известно време се прецежда. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

6. Смесват се равни части стъбла от червен и жълт кантарион; 1 чаена лъжичка от сместа се залива с 1 чаша вряла вода, след известно време се прецежда. Пие се по 1 чаша преди ядене.

7. Смесват се равни части от стъбла на маточина, цветовете от лайка и исландски лишей; 1 супена лъжичка от сместа се попарва с 1 чаша вода. След известно време се прецежда. Пие се три пъти на ден по 1 чаша.

8. Смесват се по 1 част плодове от ананас, семена от копър, семена от кимион, 2 части листа от мента. Приготвя се настойка 1:10. Прецежда се. Пие се по 1/4 чаша на глътки половин час преди ядене.

### **КАТАР НА СТОМАХА**

1. 15 г стъбла от дяволска уста се заливат с 1 чаша вряла вода. Пие се по 1 супена лъжичка 3 пъти на ден преди ядене.

2. Приготвя се смес от листа на водна дотелина и плодове на хвойна - по 1 част, стъбла от бял равнец - 3 части; 1 супена лъжичка от сместа се залива с 2 чаши вряла вода. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене.

3. Вземат се 15 г корени и стъбла от глухарче и се попарват с 1 чаша вода. Престоива 1 час. Пият се по 2 супени лъжички 4 пъти на ден преди ядене.

4. Смесват се: стъбла от мащерка - 1 част, стъбла от маточина - 4 части, лазаркиня - 5 части, листа от горска ягода - 10 части; 1 супена лъжичка от сместа се залива с 2 чаши вряла вода. Пие се по 1 чаша 3 пъти на ден.

5. Взимат се равни части цвят от лайка и стъбла от пачи очиболоц. 1 чаена лъжичка от сместа се залива с 1 чаша вряла вода и се оставя за 10 минути. Пие се по 1 чаша няколко пъти на ден като противовъзпалително средство.

6. Смесват се равни части листа от водна дотелина, семена от копър, стъбла от мента, бял равнец, червен кантарион, корени от синя тинтява; 1 супена лъжичка от сместа се залива с 3 чаши вода и се остава да престои 1 час. След това се вари 10 минути. Пие се по половин чаша 4 пъти на ден преди ядене.

7. Взимат се равни части листа от маточина, цветовете от лайка, исландски лишей и се надробяват; 1 супена лъжичка се запарва с 1 чаша вряла вода. Пие се по 1 чаша 3 пъти на ден.

8. Приготвя се смес от равни части от: семена от копър, листа от мента, листа от маточина, коренища на блатен аур. Приготвя се настойка от 1 чаена лъжица от сместа и 1 чаша вода. Пие се топла по 2-3 чаши на ден.

### **ИЗЧИСТВАНЕ НА ДЕБЕЛОТО ЧЕРВО**

1. 20 г корени от бял оман се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

2. В 100 г спирт се сипват 40 г изчистен чесън. Настойката се прецежда. За вкус се добавят капки от мента. Приемат се по 10 капки 3 пъти на ден преди ядене.

3. Да се пие зелена чорба.

### **БОЛЕСТИ НА ЧЕРНИЯ ДРОБ И ЖЛЪЧНИТЕ ПЪТИЩА**

1. 2 чаена лъжица стъбла от червен кантарион се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се съхранява на хладно не повече от 2 денонощия. Да се пие затоплена по половин чаша половин час преди ядене.

2. С 1 чаша вряла вода се заливат 3 супени лъжици стъбла от жълт кантарион. Настойката се пие по 1/4 чаша 3 пъти на ден след ядене.

3. 1 супена лъжица от кора на зърнастец се залива с чаша вода. Пие се по половин чаша сутрин и вечер.

4. 1 чаена лъжица стъбла от риган се запарват с 1 чаша вряла вода. Настойката се пие по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

5. Приготвя се настойка от 1 чаена лъжица стъбла от бял пелин и 1 чаша вряла вода. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден преди ядене.

6. Вземат се 1 част хмелови шишарки, по 2 части листа от мента, стъбла от бял пелин и корени от гулянка, 3 части стъбла от жълт кантарион. Смесва се, приготвя се настойка. Пие се по 1-2 чаши 3 пъти на ден половин час преди ядене.

7. Заливат се с 1 чаша вряла вода 3 чаени лъжици стъбла от бял равнец. Настойката се пие по 1 супена лъжица по 3 пъти на ден.

8. Смесват се равни части от стъбла на жълт кантарион и плодове от трънка; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Пие се по 1/4 чаша преди лягане.

9. 40 г цветове от невен се попарват в 1 литър вряла вода. Всичко се изпива на 3 пъти при възпаление на черния дроб.

10. За профилактика на образуването на камъни в черния дроб и жлъчката в продължение на 1,5 месеца трябва да се яде горска (не градинска) офика с чай, хляб и др. На ден да се изяждат до 2 чаши плодове.

11. 1 супена лъжица царевична коса се залива с 1 чаша Вряла вода, Вари се още половин час, без да се оставя да закипи. Пие се 40 дни по 3 пъти на ден, по 2 супени лъжици един час преди ядене.

12. Приготвя се настойка от половин литър Вряла вода и 1 супена лъжица пъпки от бяла бреза и 2 супени лъжици брезови листа. Добавя се малко сода за пиене и се прецежда. Пие се по половин чаша 4 пъти на ден преди ядене.

13. Изсушени и добре счукани плодове от шипка се заливат с Вряла вода - 2 супени лъжици плодове на 2 чаши вода. Настойката се пие по 1 чаша 2 пъти на ден.

14. Добре се смесват 0,5 кг мед и 0,5 кг настъргани плодове от калина. Взима се от сместа по 1 чаена лъжичка 3 пъти на ден. 1 час след ядене.

15. Да се изяжда сутрин и вечер по 1 чаена лъжичка ленено семе. След това да се пие вода, мляко или компот. Може да се приготви, слуз чрез накисване на 1-3 чаени лъжици семе в чаша студена вода. Да престои 2-3 часа. Да се изпива преди лягане.

16. Като жлъчогонно средство се използва пресен сок от жиловлек - 1-2 супени лъжици по 3 пъти на ден, 20 минути преди ядене. Пие се настойка от сухи раздробени листа от жиловлек по половин чаша 3-4 пъти на ден преди ядене.

17. 2 супени лъжици сухи плодове от хвойна се запарват в 4 чаши Вряла вода. Пие се на няколко пъти през деня при възпалителни процеси.

18. Приготвя се смес от 1 част стъбла от бял пелин и 5 части стъбла от градински чай. Раздробява се на прах. Гълта се по една шипка 3 пъти на ден.

19. Да се включи в храната сурова черна ряпа. Да се пие пресен сок от нея - 50 мл по няколко пъти на ден. Да се направи следната смес: ряпата се изгълбава, гупката се запълва с мед и се покрива с парче ряпа; оставя се за 4 часа на топло. След това сокът се излива и се пие 3-4 пъти на ден.

20. Приготвя се настойка от 5 г сухи съцветия от Вратига с 1 литър Вряла вода. Пие се по 1 супена лъжица 2-3 пъти на ден преди ядене.

21. Да се ядат във всякакъв вид плодове от червена боровинка, а от листата ѝ да се приготвя настойка: 1 супена лъжица изсушени и надробени листа се заливат с чаша Вряла вода. Пият се по 2

супени лъжици 3 пъти на ден.

## ХОЛЕЦИСТИТ

1. Заливат се 10 г царевична коса с 1 чаша вряла вода. Остава се половин час. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден преди ядене.

2. Смесват се равни части корени от цикория (синя жлъчка), стъбла от полски хвощ, бял равнец, жълт кантарион; 2 чаени лъжици от сместа се заливат с 1 чаша вряла вода. Пие се по 1 чаша сутрин и вечер.

3. Смесват се равни части стъбла от червен кантарион, корени от бластен аир, цветовете от жълт смил; 3 чаени лъжици от сместа се заливат с 2 чаши студена вода и се оставят да киснат една нощ. На сутринта се варят 7 минути. Пие се по 1 чаша преди ядене.

4. Смесват се равни части стъбла от бял пелин, корени от глухарче, стъбла от бял равнец, корени от дулянка, корени от цикория; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Пие се на гладно и вечер преди лягане.

5. Смесват се равни части от листа на мента, коренища на бластен аир, кора от зърнастец, цветовете от слънчоглед; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Пие се сутрин и вечер преди лягане.

## ЖЪЛЧНОКАМЕННА БОЛЕСТ

1. Приготвя се смес от 1 част корени и 10 части стъбла от глухарче. Приготвя се настойка от 20 г от сместа на 1 чаша вряла вода. Пие се по 1/4 чаша 4 пъти на ден преди ядене.

2. Надробява се 1 супена лъжица сухи листа от червена боровинка и се залива с 1 чаша вряла вода. Остава се половин час. Пие се по 2 супени лъжици от настойката 3 пъти на ден.

3. Като жлъчогонно и успокояващо средство се използва настойка от смес от равни части листа от градински чай, корени от медицинска ружа, семена от кимион, кора от зърнастец. Настойката се пие по 1 чаша вечер.

4. Приготвя се настойка от 2 чаши вряла вода и 2 супени лъжици смес от: листа от мента и плодове на кориандър - по 2 части, листа от водна дотелина - 3 части. Пие се като жлъчогонно средство - по половин чаша 4 пъти на ден преди ядене.

5. Заливат се с 1,5 чаши вряла вода 1 супена лъжица листа от водна дотелина. Остава се 1 час. Пие се по половин чаша 3 пъти

на ген преди ядене.

6. Приготвя се настойка от 2 части корени от ревен, 3 части цветовете на жълт смил и 5 части стъбла на бял равнец. Пие се по една чаша вечер преди лягане.

7. Приготвя се настойка от 20 г сухи счукани стъбла на пача трева и 1 чаша вряла вода. Престоява 2 часа. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

8. 1 супена лъжица цветовете от вероника (великденче) се залива със 150 мл вряла вода и престояват 2 часа. Пие се по 1 супена лъжица преди ядене като тонизиращо средство.

9. 1 супена лъжица листа от градински чай се залива с 1 чаша вряла вода. Престоява 20 минути. Пие се 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

10. Пресен сок от глухарче да се пие ежедневно, в продължение на 1 месец, по 2-3 супени лъжици.

11. Приготвя се настойка от 1 чаена лъжица счукани корени от цикория и 1 чаша вода. Изпива се за един ден. Подпомага отделянето на жлъчен сок.

12. За премахване на спазми се препоръчва настойка от 2 чаени лъжици стъбла от димянка (росопас) и 2 чаши вода. Накисва се за 4 часа. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден.

13. Смесват се стъбла от горицвет и стъбла от бял равнец - по 2 части, стъбла от змийско мляко и полски хвощ - по 3 части. Сместа се накисва във вода. Пие се по половин чаша 2 пъти на ден половин час преди ядене.

### **ЯЗВЕНА БОЛЕСТ НА СТОМАХА**

1. Взимат се 20 г стъбла от бял равнец на 1 чаша вряла вода, оставят се 15 минути на водна баня, след което извлекът се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден преди ядене.

2. Смесват се по 1 част цветовете от лайка, семена от копър, корен от лечебна ружа, сладък корен и 2 части листа от мента. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

3. Вместо чай да се пие настойка от стъбла на горски ягоди и плодове от калина.

4. Отвара от корени на бял оман се пие по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

5. Да се ядат плодове и масло от ракутник (сибирски ананас).

6. Полезно е да се ядат сурови картофи.

7. Три пъти дневно преди ядене да се изпива по 1 супена лъжица стъбен извлек от коренища на кървавиче, смесен поравно със слуз от ленено семе.

## ПРОТИВ ЛОШ ЛЪХ ОТ УСТАТА

1. Заливат се с 1 чаша вряла вода 1-2 чаени лъжици бял пелин. Престоява 20 минути. Прецежда се и се охлажда. Средство за промиване на устата - по 4-6 пъти на ден.

2. Супена лъжица от мента се залива с 0,5 литра вряла вода. Престоява 1 час. Охлажда се и се прецежда. Ежедневно за 4-6 пъти изплакване на устата.

3. Взимат се 20 г листа от бяла ела и се заливат с 0,5 л вряла вода. Приготвя се настойка, охлажда се и се прецежда. Устата се промива 4-6 пъти на ден.

4. С 1 чаша вряла вода се заливат 15 г семена от кимион. Получената настойка се охлажда и прецежда. За промиване на устата 4-6 пъти на ден.

## БОЛЕСТИ НА БЪБРЕЦИТЕ И ПИКОЧНИТЕ ПЪТИЩА

1. 1 супена лъжица от корени на репей се залива с 2 чаши вряла вода. Престоява 2 часа. Прецежда се. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

2. Накисва се 1 супена лъжица листа от черен бъз. Прецежда се и се пие по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

3. Взимат се листа от подбел и се приготвя настойка 1:10. Охлажда се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден.

4. Пие се сок от моркови - по 1 супена лъжица 3 пъти на ден, 4-5 месеца.

5. При камъни в бъбреците се взема 1 супена лъжица семена от морков на 1 чаша вряла вода. Приготвя се настойка. През нощта се оставя в слаба фурна. Пие се горещо по 1 чаша 3 пъти на ден.

6. Приготвя се настойка от стъбла на овчарска торбичка - 1:10. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

7. Смесват се равни части от листа на мечо грозде, сладък корен, цветовете от метличина (синчец); 1 супена лъжица от сместа се заливат с 1 чаша вряла вода. Пие се по 1 супена лъжица от настойката по 3-4 пъти на ден.

8. Смесват се: стъбла от птиче грозде (бабино временце) и маточина - по 2 части, стъбла от жълт кантарион - 3 части и 5 части змийско мляко; 1 супена лъжица от сместа се залива с 2 чаши вряла вода. Престоява 1 час. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

9. Приготвя се прах от корени на гръмотрън и се пие с вода по 1-2 г 4 пъти на ден.

10. 1 супена лъжица счукани корени от гръмотрън се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се 3 пъти на ден.

11. Заливат се с 1 чаша вряла вода 2 чаени лъжици брезови пъпки. Пият се по 2-3 супени лъжици 3-4 пъти на ден.

12. Взимат се 30 брезови пъпки и се накисват в 1 чаша вода. Пият се по 2 супени лъжици 3 пъти на ден.

13. Стъбла от полски хвощ се накисват във вода в съотношение 1:10. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден като пикочогонно средство.

14. С 1 чаша вряла вода се заливат 20 г дяволска уста. Допълнително се минава на водна баня 15 минути. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден преди ядене.

15. Няколко глави цвекло се измиват, изчистват и сваряват за получаване на сироп, който се пие по 3/4 чаша няколко пъти на ден.

16. 1 супена лъжица сухи цветове и листа от трънка се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се пие по 1 чаша сутрин и вечер.

17. С 1 чаша вряла вода се залива 1 чаена лъжица листа от черна боровинка. Настойката се пие по 1/3 чаша 3 пъти на ден.

18. Смесват се равни части стъбла от горска теменуга, пача трева, царевична коса, бобови шушулки, и 2 супени лъжици от сместа се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се пие топла по 1/4 чаша 4 пъти на ден един час след ядене.

19. Смесват се 100 г брезови пъпки и 100 г счукани семена от копър; 1 чаена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Държи се 1,5 часа. Охлажда се и се прецежда. Изпива се през деня на глътки през половин час.

20. Заливат се 20 г брезови листа с 0,5 л вряла вода. Настойката се изпива на 3-4 пъти през деня.

### **ВЪЗПАЛЕНИЕ НА ПИКОЧНИЯ МЕХУР (цистит)**

1. Взимат се 20 г корени от телчарка и се заливат с 1 чаша вряла вода. Прецежда се и се охлажда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

2. Заливат се с 1 чаша вряла вода 2 г прах от корени на платантера. Да се разбърква достатъчно дълго време до получаване на гъста слуз. Да се пие по 1 чаена лъжица 2-3 пъти на ден.

3. Смесват се равни части от цветове и листа на гръмотрън.,

1 чаена лъжичка от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Да се пие като чай - по 1 чаша на ден на малки порции.

4. Смесват се коренища от блатен аир, брезови пъпки - по 1 част, стъбла от бял равнец, листа от мечо грозде - по 2 части; 2 супени лъжици от сместа се заливат с 0,5 л вода. Вари се 7-10 минути. Охлажда се 30 минути, прецежда се. Да се изпие всичко за 1 ден на 4 пъти.

5. Смесват се равни части от стъбла на горска теменуга, камшик, листа от грах и стъбла от блатен бял смил; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 литър вряла вода. Пие се по половин чаша 5 пъти на ден.

6. Заливат се с 1 чаша вряла вода 20 г стъбла от полски хвош. Настойката се прецежда и охлажда. Пие се по 1/4 чаша 3-4 пъти на ден 1 час след ядене.

7. Вземат се 2 супени лъжици стъбла от маясълче и се попарват с 1 чаша вряла вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

8. Смесват се равни части от сладък корен, шипки, стъбла от мащерка, пача трева, корени на цикория; 1 супена лъжица от сместа се залива с 2 чаши вряла вода. Настойката се прецежда и охлажда. Пие се по 1/4 чаша 2 пъти на ден.

9. Взимат се равни части жиловлек, мечо грозде, изсипливче, жълт смил, пача трева, брезови пъпки и се смесват. Приготвя се настойка, която се пие по 1/4 чаша 4 пъти на ден след ядене.

10. При чести позиви към уриниране помага смес от равни части царевична коса, бобови шушулки, листа от мечо грозде, 40 г от сместа се заливат с 1 литър вода. Настойката се охлажда и прецежда. Изпива се за 1 ден на 6 пъти.

11. При белтъчини в урината се счуква в хаванче 1 чаена лъжичка семе от магданоз и се залива с 1 чаша вряла вода, остава се да престои 2 часа, охлажда се, прецежда се и се изпива за един ден.

12. Динята е силно пикочогонно средство. Сокът от диня помага при разтварянето на камъни в пикочния мехур.

13. За да се премахне слуз от урината, се взимат 50 г градински чай, нарязват се на ситно и се разбъркват добре. Залива се 1 чаена лъжичка с 1 чаша вряла вода и се слага за 2 часа в слаба фурна. Пие се студено по 1/4 чаша 3 пъти на ден преди ядене в продължение на 2 седмици.

14. ДИЕТА: при болести на бъбреците и пикочните пътища не се употребява алкохол. Поради това, че при консумация на месна храна се увеличава количеството пикочни киселини, желателно е през цялото време на лечение да се премине на млечно-растителна диета. Полезни са различни млечни продукти, млечни каши, а също



зеле във всякакъв вид, градински ягоди, френско грозде, моркови, различни плодове. Нужно е предпазване от простуда и преохлаждане.

### **ХЕМАТУРИЯ** **(поява на кръв в урината)**

1. Заливат се с 2 чаши студена вода 6 чаени лъжици стъбла от горски енчец. Престоява 8 часа, след това се прецежда. Тази дневна доза се изпива на глътки.

2. Смесват се брезови пъпки, кореница от блатен аир - по 1 част, листа от мечо грозде, стъбла от бял равнец - по 2 части; 2 супени лъжици от сместа се заливат с 2 чаши вода. Вари се 7-10 минути. Престоява половин час, охлажда се и се прецежда. Всичко се изпива за 1 ден на 4 пъти.

3. С 1 чаша вряла вода се заливат 2 супени лъжици листа от обикновена коприва. Настойката се пие по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

4. Взимат се по 15 г прах от изсушени листа на бял равнец и листа от коприва и се размесват. По 3 пъти на ден преди ядене се гълта по 5 г от праха.

5. Взимат се цветовете от лайка - 1 част (1 чаена лъжица); ленено и конопено семе, неизчистени, но нарязани семена от тиква, листа от къпина, липов цвят, цветовете от черен бъз, стъбла от жълт кантарион - всичко по 2 части (2 чаени лъжици). Смесват се. Заливат се с 2 чаши вряла вода 4 супени лъжици от сместа. Остава се за през нощта във фурната на печката. На сутринта се прецежда през марля и се изстискава. Настойката се пие топла по 1/4 чаша на ден 1 час преди ядене.

### **ЗАДЪРЖАНЕ НА УРИНАТА**

1. Приготвя се смес от цветовете на метличина, сладък корен - по 1 част и 3 части листа от мечо грозде; 1 супена лъжица от сместа се сипва в чаша врява вода. Настойката се пие 3 пъти на ден по 1 супена лъжица.

2. Приготвя се настойка от 10 г изсушени и счукани стъбла от медуница и 1 чаша врява вода, държи се 20 минути. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

3. С 2 чаши вряла вода се заливат 2 супени лъжици от смес от равни части плодове от хвойна, стъбла и корени от пирей. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

4. При аденем на простатната жлеза се препоръчва настойка от кора на обикновена леска: 1 супена лъжица от изсушена и счука-

на кора се залива с 1 чаша Вряла вода. Пият се по 2 супена лъжици 4-5 пъти на ден.

5. Вземат се 2 супени лъжици смес от равни части изсипливче и листа от мечо грозде на 1,5 чаши Вряла вода. Вари се още 10 минути. Изпива се за 1 ден на няколко пъти.

6. Приготвя се запарка от 1 супена лъжица цветовете от горска теменуга и 1 чаша Вряла вода. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

7. Чаена лъжица от счукани корени от сапунче се вари в 2 чаши вода около 5 минути. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

8. В 1 чаша вода се варят 30 г млади филизи от бор. Пият се по 2 супени лъжици 4-5 пъти на ден.

### **КАТАР НА ПИКОЧНИЯ МЕХУР**

1. Взимат се 4 супени лъжици стъбла от полски хвоц на 2 чаши Вряла вода. Приготвя се настойка. Пие се топла, на глътки, за 1 ден.

2. Вземат се 2 чаени лъжици счукани плодове от хвойна и се заливат с 2 чаши Вряла вода. Настойката се прецежда, добавя се захар и се минава на водна баня до получаване на сироп. Пие се по 1 чаена лъжица 3 пъти на ден.

3. Приготвя се настойка от изсушени счукани пъпки от черна тополя: 2 чаени лъжици пъпки се заливат с 1 чаша Вряла вода за 15 минути. Изпива се за 1 ден.

4. Препоръчва се да се яде салатата от магданоз и да се пие брезов сок в неограничени количества.

5. Ситно нарязани листа от червена боровинка - 3 чаени лъжици на 2 чаши вода - се варят 10 минути. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

6. Взимат се плодове от черен бъз - 1 част; стъбла от полски хвоц и жълт кантарион - по 2 части; цветовете от слез и висок лопен - по 3 части; 2 супени лъжици от сместа се заливат с 2 чаши Вряла вода. Пие се 2 пъти на ден: сутрин на гладно, преди обед като пикочогонно и противовъзпалително средство.

7. Смесват се равни части корени от глухарче, брезови листа и плодове от хвойна. Супена лъжица от сместа се залива с чаша Вряла вода, изстудява се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3-4 пъти на ден преди ядене като пикочогонно средство.

### **НЕЗАДЪРЖАНЕ НА УРИНАТА**

1. Смесват се равни части стъбла от полски хвоц и стъбла от жълт кантарион; 2 супени лъжици от сместа се заливат с 1 чаша

Вряла вода. Настойката се прецежда и охлажда. Пие се по 1/4 чаша 4 пъти на ден.

2. Смесват се равни части стъбла от червен и жълт кантарион; 2 супени лъжици от сместа се заливат с 1 чаша Вряла вода. Настойката се пие като чай.

3. Приготвя се настойка от стъбла на бял равнец в съотношение 1:10. Охлажда се и се прецежда. Пие се по 1/3 чаша 3 пъти на ден.

4. С 1 литър Вряла вода се заливат 50 г стъбла от жълт кантарион. Настойката се изстудява и прецежда. Пие се като чай.

5. Залива се с 1 чаша Вряла вода 1 супена лъжица семена от градински копър. Държи се на топло място. Изпива се за 1 ден. Курсът на лечение е 1 седмица.

## ОТОЦИ

1. Приготвя се настойка 1:10 от брезови листа. Добавя се малко сол, охлажда се и се прецежда. Пие се по 1/3 чаша 3 пъти на ден.

2. С 1 чаша Вряла вода се заливат 2 чаени лъжици листа от водна детелина. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1/3 чаша 3-4 пъти на ден.

3. Залива се с 1 чаша Вряла вода 1 супена лъжица плодове от зърника. Остава се да престои 8 часа. Прецежда се. Пие се по половин чаша вечер преди лягане или 3-4 пъти на ден по 2 супени лъжици.

4. Заливат се с 1 чаша Вряла вода 6 г стъбла от лечебна ружа. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3-4 пъти на ден.

5. Заливат се с 1 чаша вода 10 г борови връхчета. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

6. Взимат се цветове от блатен тъжник и синя метличина, стъбла от изсипливче, пача трева и полски хвощ - по 2 части от всяко; стъбла от мечо грозде, царевична коса, сухи бобови шушулки, брезови пъпки - по 3 части. Смесват се и 4 супени лъжици от сместа се накисват за 12 часа в 1 л вода. След това се варят 15 минути и се държат още половин час. Охлажда се и се прецежда. Пие се по половин чаша 4 пъти на ден.

7. Залива се с 1 чаша Вряла вода 1 супена лъжица от цветове от жълт смил; настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1/4 чаша 4 пъти на ден.

8. Да се яде каша от 2 лимона и 150 г хрян.

9. С 2 чаши Вряла вода се заливат 3 чаени лъжици счукани клончета и листа от изсипливче. Настойката се охлажда и прецежда. Изпива се за 1 ден на гълтки.

10. Заливат се с 2 чаши изстудена преварена вода 6 чаени лъжици от стъбла на горски енчец. Престоява 8 часа. Пият се по 2 чаши на ден на равни порции.

### **БЪБРЕЧНО-КАМЕННА БОЛЕСТ**

1. Смесват се в равни части плодове от хвойна, листа от розмарин и стъбла от полски хвоц; 1 супена лъжица от сместа се запарва с 1 чаша вряла вода. Пие се вечер преди лягане по 2 чаши топла настойка.

2. Смесват се листа от бреза и корени от гръмотрън - по 1 част; стъбла от пирей и плодове от хвойна - по 2 части; 1 супена лъжица от сместа се залива с чаша вряла вода. Настойката се пие по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

3. При предразположение към образуване на фосфатни камъни се препоръчва гореща настойка от 4 супени лъжици от следната смес: плодове от хвойна и стъбла от дива мащерка - по 2 части, стъбла от полски хвоц, листа от мента, стъбла от изсипливче и бобови шушулки - по 3 части; 6 части царевична коса. Сместа се залива с 1 литър вода. Изпива се за 1 ден на 4 пъти.

4. Смесват се 2 части корени от гръмотрън, 3 части корени от бояджийски брош, 5 части ленено семе. Приготвя се настойка. Пие се по 1 чаша топло, вечер, преди лягане.

5. При образуване на оксалати (камъни) се препоръчва да се пие настойка от следната смес: мента и стъбла от изсипливче - по 2 части; стъбла от горски енчец и стъбла от змийско мляко - по 3 части; стъбла от пача трева - 8 части; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Държи се 10-12 часа. Прецежда се и се изпива за 1 ден.

6. Смесват се равни части от стъбла на змийско мляко, плодове от хвойна, корени от гръмотрън, стъбла от очиболец и брезови листа. Приготвя се настойка. Пие се вечер преди лягане, топло - по 1 чаша.

7. Взима се 1 супена лъжица от сместа: плодове от хвойна, листа от мечо грозде, стъбла от изсипливче - по 1 част; бояджийски брой - 4 части. Сместа се вари 15 минути в 1,5 чаши вода. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

8. Взимат се по 1 част корени от зърнастец, по 2 части плодове от копър, цветовете от жълт смил, стъбла от мента, бял равнец и пелин; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода и се оставя известно време. Пият се по 3 супени лъжици 3 пъти на ден преди ядене.

## **ГИНЕКОЛОГИЧНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ**

### **АМЕНОРЕЯ**

*(отсъствие на менструация, редки менструации или редовни, но оскъдни)*

1. Стъбла от жълт кантарион и цветове от трънка, взети в равни части, се смесват. 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Престоява 30 минути. Пие се ежедневно, вечер, преди лягане, по 3/4 чаша.

2. Смесват се по 3 части стъбла от овчарска торбичка, стъбла от птиче грозде, 4 части стъбла от бял имел; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода, приготвя се настойка. Пие се ежедневно по 3/4 чаша.

3. Вземат се корени от бял оман, приготвя се водна настойка в съотношение 1:10. Престоява 30 минути. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

4. Смесват се 1 част стъбла от седефче и 2 части стъбла от магданоз; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Настойката се приема по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

5. 1 част стъбла от риган се накисва в 10 части спирт или ракия. Държи се на топло място 8-10 дни, като от време на време се разклаща. Прецежда се през марля. Пие се по 30 капки 3 пъти на ден.

6. Кипват се 300 г вода и в нея се сипват 4 г сухи листа от седефче. Сместа се вари 15 минути, като се внимава да не закипи. Охлажда се, прецежда се през марля. Пие се нагладно. След това не бива да се яде 6 часа.

При климакс. Залива се с 1 л вряла вода следната смес (пропорциите са в супени лъжици): цветове от глог - 2, блатен бял смил - 3, лазаркиня и дяволска уста - по 4, къпина - 5, Престоява 1 час. Пие се 3 пъти на ден по половин чаша след ядене.

### **БЕЗПЛОДИЕ**

1. Заливат се с 2 чаши вряла вода 3 чаени лъжици пресни стъбла от пача трева. Престоява 4 часа, охлажда се и се прецежда. Пие се по половин чаша 4 пъти на ден преди ядене.

2. Заливат се с 2 чаши вряла вода 2 супени лъжици коренища

от пълзящ пирей. Пие се по половин чаша 4 пъти на ден преди ядене.

3. Заливат се с две чаши Вряла вода 2 супени лъжици плодове или цветове от глог. Настойката се пие по половин чаша 3 пъти на ден.

4. Залива се с 1 чаша вода 1 супена лъжица семена от широколистен жиловлек. Държи се на топло място 15-20 минути. След това се вари още 5 минути. Охлажда се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден в продължение на 1-2 месеца.

5. С 1 чаша Вряла вода се заливат 2 супени лъжици стъбла от лайка. Настойката се пие по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

6. Заливат се с 1 чаша Вряла вода 15 г стъбла от дяволска уста. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден преди ядене.

### **ВЪЗПАЛЕНИЕ НА ЯЙЧНИЦИТЕ**

1. Приема се вътрешно сок от пресни листа на алое - по 1 чаена лъжица 2-3 пъти на ден преди ядене.

2. Настойка от цветове на невен се пие топла по 2 супени лъжици 3 пъти на ден.

3. Като дезинфекциращо средство се пие отвара от лайка - по половин чаша 3 пъти на ден след ядене.

4. Приготвя се смес от равни части шипки и плодове от черно френско грозде (касис). Изготвя се настойка - 20 г от тази смес на чаша вода. Добавя се захар. Пие се по половин чаша 3-4 пъти на ден.

5. Желателно е да се ядат, във всякакъв вид, плодове от боровинки, офика, къпина.

6. Взимат се 1 част стъбла от жълта комунига и 10 части стъбла от погбел. Приготвя се настойка от тази смес. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

7. Заливат се с 1 чаша Вряла вода 2 супени лъжици счукани корени от зайча стъпка (омайниче). Настойката се изпива за един ден.

8. 1 супена лъжица от изсушени и счукани листа от орех се залива с 1 чаша Вряла вода. Изпива се за един ден.

### **ОБИЛНИ МЕНСТРУАЦИИ**

1. Приготвя се настойка от корени на кървавице в съотношение 1:10. Вари се 30 минути на водна баня. Прецежда се. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

2. Заливат се с 1 чаша Вряла вода 10 г плодове от калина. Варят

се 30 минути, охлажда се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

3. Взимат се 20 г корени от лечебна динка, заливат се с 1 чаша вряла вода. Вари се още 30 минути. Охлажда се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден преди ядене.

4. Вземат се плодове от зърнастец, събрани преди 1-2 години, и се счукват. Взима се от прала на върха на ножа и се изпива с вода, 3 пъти на ден.

5. Взимат се 3 супени лъжици корени от лечебен селим и се заливат с 1 л студена вода. На сутринта се варят 7 минути. Киснат 30 минути. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1 чаша 3 пъти на ден.

6. С 1 чаша вряла вода се заливат 15 г стъбла от дяволска уста. Приготвя се настойка, прецежда се и се охлажда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

7. Заливат се 1 чаша вряла вода стъбла от полски хвоц и овчарска торбичка, взети в равни части. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1/4 чаша 4 пъти на ден.

8. Взимат се по 3 части - кора от зърнастец, брезови листа, корени от дяланка; по 4 части - цветовете от хвойна; по 10 части - лайка и листа от мента. Сместват се. 1 супена лъжица от сместа се залива с 1,5 л вряла вода. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 2 чаши гореща течност при болезнени менструации.

9. Взима се 1 част бяла мъртва коприва; листа от обикновено цариче (шапиче) и стъбла от лайка - по 2 части; водно пипериче - 5 части; 2 супени лъжици от сместа се пускат в съд с три литра вода и се варят, докато не останат само 2 чаши течност. Охлажда се и се прецежда. Пие се топло по 3/4 чаша 2 пъти на ден.

### **ПРОТИВОЗАЧАТЪЧНИ СРЕДСТВА**

Приготвя се настойка от 1 супена лъжица цветовете от офика и 1 чаша вряла вода. Пие се по 1/2 чаша 3 пъти на ден.

## ИНФЕКЦИОЗНИ БОЛЕСТИ

### ГРИП

1. Приготвя се настойка от 1 чаена лъжица стъбла от червен кантарион и 1 чаша Вряла вода. Прецежда се. Пие се по 1 чаша преди ядене. Действа общоукрепващо.

2. Приготвя се настойка от кори на бяла върба (20 г кори на 1 чаша Вряла вода). Пие се по 1 супена лъжица 5-6 пъти на ден.

3. Настойка от 2 чаени лъжици стъбла от риган на 1 чаша Вряла вода. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене.

4. Вечер преди лягане да се пие следното потогонно и температуропонижаващо средство: 1 чаша гореща настойка от пресни или изсушени плодове от малина. После болният да се завие добре за през нощта.

5. Приготвя се смес от равни части корени на върба, плодове от анасон, листа от подбел, липов цвят, плодове от малина; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вода и се вари 5 минути. Пие се горещо по една чаша преди лягане.

6. Като общоукрепващо средство да се пие настойка от листа на иглика - по 1/4 чаша 4 пъти на ден.

7. Приготвя се настойка от изсушени и счукани корени от глухарче, като с 2 чаши Вряла вода се заливат 12 г корени, варят се 10 минути и престояват половин час. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден. Противоалергично средство.

9. При грип е възможна интоксикация на организма, съпроводена от главоболие, гадене, повръщане, слабост. В такъв случай се препоръчва настойка от брезови пъпки: 10 г в 1 чаша вода да се варят 15 минути. Пие се по 1 супена лъжица 5 пъти на ден.

10. Във всякакъв вид да се употребяват като храна растения, съдържащи аскорбинова киселина (витамин С): лук, киселец, чесън, шипки, боровинки.

11. За избягване на усложнения и инфекции да се пие настойка от 10 г сухи листа от мечо грозде в 1 чаша вода. Вари се 15 минути и престоява половин час. Пие се по 1 супена лъжица 5 пъти на ден.

12. За промиване на гърлото се приготвя настойка от сухи счукани стъбла от жълт риган (10 г стъбла на 1 чаша Вряла вода). Прави се гаргара 3-4 пъти на ден.

13. 1 супена лъжица смес от равни части кора от бяла върба,



стъбла от риган и листа от погребел да се попари с 1 чаша вряла вода. Пие се горещо.

14. Против кашлица и като отхрачващо средство се употребяват лук и мед, сварени в мляко.

15. Изчистват се 250 г чесън и се заливат с 1 л ракия. Държат се 2 седмици на топло (30 градуса). След това се прецежда. При грип се взимат преди ядене 15-20 капки.

16. Приготвя се смес от равни части от погребел, стъбла от червен кантарион, липов цвят, добавя се 1 чаена лъжица ленено семе; 150 г от сместа се заливат с 2 чаши вряла вода. Вари се 10 минути. Прецежда се. Пие се като отхрачващо средство по 1 супена лъжица 4-5 пъти на ден.

## **ДИЗЕНТЕРИЯ**

1. Приготвя се настойка от стъбла от бял равнец. Взимат се 20 г сухи счукани стъбла на 1 чаша вряла вода. Вари се 15 минути и се оставя за 1 час. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

2. Пие се отвара от плодове и листа на черна боровинка.

3. С 1 чаша вряла вода се попарва 1 чаена лъжица листа от бял пелин. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден преди ядене.

4. При кървави диарии: приготвя се смес от 1 част коренища от очибелец и 4 части корени от кървавиче. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

5. Още едно средство против кървави диарии: приготвя се смес от стъбла на планински очибелец, стъбла от кървавиче - по 1 част; стъбла от жиловлек - 2 части. Приготвя се настойка и се пие по половин чаша 3 пъти на ден половин час преди ядене.

6. Прави се настойка от изсушени плодове от трънка. На ден се пие по 1 чаша.

7. Взимат се 10 г сухи счукани корени и коренища от бял оман на 1 чаша вода. Вари се 30 минути. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене като укрепващо средство.

8. Приготвя се настойка от следната смес: семена от копър и плодове от анасон - по 1 част; листа от мента - 2 части; лайка и кора от зърнастец - по 3 части. Пие се 3 пъти на ден след ядене - при болки и колики в дебелото черво.

9. На етапа на оздравяване да се пие настойка от сместа: по 1 част - корени от глухарче, корени от блатен аир и диланка; 2 части - листа от коприва и мента. Да се пие по половин чаша сутрин и вечер преди лягане.

## ЖЪЛТЕНИЦА

### (болест на Боткин, инфекциозен хепатит)

1. Приготвя се отвара от 10 г сухи цветове от кимион, запарени с 1 чаша вода. Пият се по 2 супени лъжици 3 пъти на ден половин час преди ядене в продължение на 3 седмици. Жлъчогонно.

2. Приготвя се отвара от овесена слама. Пие се по 1 чаша 3 пъти на ден.

3. Приготвя се настойка от хмелови шишарки. На 1 чаша вряла вода се взимат 10 г шишарки. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

4. Приготвя се смес от листа на мента, семена от копър, стъбла от бял пелин и стъбла от бял равнец - всичко по 2 части; жълт смил - 3 части. Приготвя се настойка от 2 чаени лъжици от сместа на 2 чаши вода. Държи се 8 часа. Изпива се за един ден.

5. Смесват се в равни части листа от мента, цвят от лайка, стъбла от бял равнец и кора от зърнастец; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода, оставя се половин час. Приемат се вечер преди лягане и сутрин на гладно по половин чаша.

6. Смесват се равни части от стъбла от пчелник, листа от мента и корени от глухарче. Вземат се 2 чаени лъжици от сместа на 1 чаша вряла вода. Изпива се за 1 ден на няколко пъти.

7. Смесват се стъбла от полски площ, корени от коприва, борови връхчета - по 1 част; стъбла от червен кантарион - 4 части; корени от черен оман - 8 части. Варят се 2 супени лъжици от сместа в 2 чаши вода в продължение на 10 минути. Пие се по 1/4 чаша 4 пъти на ден.

8. Жлъчогонно и общоукрепващо средство: отвара от царевична коса - по 1 супена лъжица на всеки 3 часа.

## КОКЛЮШ

1. 1 супена лъжица (препълнена) сладък корен се залива с 1 чаша вряла вода. Приготвя се настойка, охлажда се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден. Вместо вода може да се залее с мляко. Пие се топло.

2. Изчистват се слънчогледови семки, изпичат се и се счукват. Към 2 чаши вода се добавят 1 супена лъжица мед и 2 супени лъжици счукани семена. Слага се на бавен огън и се вари, докато от течността остане 400 г; изстудява се и се прецежда. Пие се 15-20 дни по 1-2 супени лъжици на ден.

3. 1 чаена лъжица семена от копър се заливат с 1 чаша вряла во-

да. Приготвя се настойка, добавят се и 2 супени лъжици мед. Изстудява се и се прецежда. Пие се топло по 1/2 чаша на ден.

4. 1 супена лъжица корени от медицинска ружа се залива с 1 чаша вода със стайна температура. Престоява 1 час и се прецежда. Пие се топло по 1 супена лъжица на всеки 2 часа.

5. Изстиска се сок от ряпа, смесва се с мед в съотношение 1:2. Взема се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

6. Заливат се с 1 чаша вряла вода 2 супени лъжици стъбла от бластен ледум. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се топло по 1/4 чаши 2-3 пъти на ден.

7. Заливат се с 2 чаши вряла вода 2 супени лъжици стъбла от дива мащерка. Престоява 2 часа и се прецежда. Пие се по половин чаша преди ядене 4 пъти на ден.

8. Взимат се 4 части листа от погбел, 4 части листа от жило-влек, 3 части сладък корен; 1 супена лъжица от сместа се залива с 2 чаши вряла вода. Настойката се прецежда и се пие 4 пъти на ден по половин чаша преди ядене.

9. Смесват се 1 част семена от копър и по 2 части сладък корен и корени от медицинска ружа; 1 супена лъжица от сместа се залива с 2 чаши вряла вода. Настойката се пие по 2 супени лъжици на всеки 3 часа.

10. Заливат се с 1 чаша вряла вода 2 супени лъжици стъбла от риган. Настойката се изцежда и охлажда. Пие се топла по половин чаша 2 пъти на ден 15 минути преди ядене.

11. Заливат се с 1 чаша вряла вода 2 чаени лъжици листа от висок лопен. Настойката се прецежда и охлажда. Изпива се за един ден.

12. Заливат се с 1 чаша изстудена преварена вода 2 супени лъжици счукани стъбла от горска теменуга. Остава се да кисне 8 часа, после се прецежда. Пие се по 1/4 чаша 4 пъти на ден.

## **МАЛАРИЯ** **(треска)**

1. Взима се сладък корен, приготвя се настойка в съотношение 1:10, охлажда се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица по 3 пъти на ден.

2. Взимат се 2 части цветове от невен, 3 части стъбла от бял пелин, 5 части цветове от слънчоглед, 10 части от стъбла на червен кантарион; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1/4 чаша 4 пъти на ден преди ядене.

3. 1 супена лъжица от стъбла на пача трева се залива с 2 чаши Вряла вода. Престоява 10 минути, изстудява се и се прецежда. Пие се затоплено по 2 чаши на ден.

4. Лечебно действие оказва жлъчен мехур от шаран. Да се изядва по 1 на ден.

5. 1 чаена лъжица тютюн се слага под езика 1 път на ден.

### **ТУБЕРКУЛОЗА НА БЕЛИТЕ ДРОБОВЕ**

1. Взимат се 20 г корени от лечебна динка на 1 чаша вода. Вари се половин час. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден преди ядене.

2. Минава се на водна баня, около 15 минути, настойка от 20 г камшик на 1 чаша вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

3. Няколко пъти на ден да се пие мляко - с мед или сланина от язовец, мечка или куче.

4. Пресен сок от листа на подбел се пие с добавяне на захарен сироп на вкус.

5. 1 чаена лъжица семена от дюля се заливат с 1 чаша Вряла вода. Престоява 1 час. Пие се със захар по 1/4 чаша по 4 пъти на ден.

6. 1 супена лъжица от евкалиптов лист се залива с 2 чаши Вряла вода. Горещата настойка се пие по 1/3 чаша 3 пъти на ден преди ядене като противовъзпалително средство.

7. Отхрачващо свойство има гореща настойка от цветове на черен бър: 2 чаени лъжички цветове се заливат с две чаши Вряла вода и се оставят около 1 час. Пие се по 2 супени лъжици 3 пъти на ден.

8. Да се включват в ежедневната храна растения, съдържащи витамини: зеле, моркови, лук, калина, оксикокус, френско грозде.

9. Смесват се в равни части стъбла от дива мащерка, подбел, горска теменуга, корени от бял оман, плодове от ананас. Приготвената настойка се пие топла по 1/4 чаша 3 пъти на ден.

## **КОЖНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ**

### **БРАДАВИЦИ**

За отстраняване на брадавици се използва сок от лечебни растения. С него многократно се намазват брадавиците, посредством дълбоко втриване, до пълното им изчезване.

1. Да се натриват брадавиците 1-2 пъти на ден със сок от стъбла на глухарче. Да се прави и компрес от този сок,

2. Със сок от росянка се намазват брадавиците, веднъж на ден, в продължение на 1 седмица.

3. Приготвя се кашица от настърган кромид лук и се нанася върху брадавиците по веднъж на ден до пълно оздравяване.

### **МАЗОЛИ**

1. 1 прясно яйце се покрива напълно с 1 чаша силен оцет. След 6 дни яйцето се разтваря. Крайникът с мазола се накисва добре в гореща вода, намазва се с получената гъста смес и се покрива с лепенка; после крайникът се завива с топло одеяло. След две такива намазвания мазолът изчезва.

2. Разбъркват се, до образуване на пастообразна маса. 10 г сок от пресни стъбла от змийско мляко и 100 г топена свинска мас. Със сместа се намазват мазолите 2-3 пъти на ден до пълното им изчезване.

3. За премахване на мазоли се използва смес от счукан чесън и сапун. Сместа се налага върху мазола до неговото изчезване. Да не се режат мазолите!

### **ОКАПВАНЕ НА КОСИТЕ**

При окапване на косите трябва да се има предвид причината на заболяването.

1. При бързо окапване се използват растения, тонизиращи кожата. Местно се прилага кашица от прясно счукан чесън или счукани пресни листа от зелен лук.

2. Пресен сок от кромид лук се втрива в корените на космите, главата се завива с кърпа за 1 час, после се измива със сапун.

3. Приготвя се настойка от смес от равни части корени от репей и корени от лечебен селим - 1 супена лъжица на 1 л вряла вода.

С настойката да се измива главата 3 пъти седмично.

4. Приготвя се настойка от 20 г изсушени счукани стъбла от медуница и 1 чаша вряла вода. Използва се външно за втривания или компреси.

5. Заливат се с 1 чаша вода 20 г сухи счукани корени от червен божур и се варят 20 минути. Настойката се използва местно за втриване и компреси.

6. Смесват се в равни части листа от здравец и коприва; 2 супени лъжици от сместа се заливат с 6 чаши вряла вода и престояват 4 часа. Използва се за изплакване на косата след измиване.

7. Косата се намазва с касторово масло, като едновременно с втриването се масажират и кожата.

8. Взимат се 3 супени лъжици счукани коренища от блатен аир и се варят 15 минути в 2 чаши винен оцет. Сместа се втрива в косите чрез леко масажиране всяка вечер в продължение на 2 седмици.

9. Ако причината за окаяването на косите има бактериален или вирусен характер, препоръчва се да си използва пресен сок от хрян - за намазване и втриване до зачервяване на кожата на главата.

10. Взима се смес от равни части кора от дъб, кора от бяла върба и стъбла от мащерка. Приготвя се настойка - 4 супени лъжици от сместа на 1 л вряла вода. Ежедневно сместа се втрива в оголените участъци на главата - при гнездови оплешивявания.

11. При себорейно окаяване на косата за измиване на главата се използват билкови състави, включващи лайка, невен и жоловлек.

12. Смесват се корени от блатен аир и хмелови шишарки - по 1 част, корени от репей - 4 части. Заливат се с 1 л вода 6 супени лъжици от тази смес. Настойката се втрива в оголените участъци на главата. Курсът на лечение е 2 седмици.

13. Намокря се главата с гореща вода и силно се втрива разтворено във вода яйце. После главата се измива с гореща вода над леган и със събраната вода отново се измива главата. Втрива се яйчен жълтък, главата се връзва с хавлиена кърпа, а след 10 минути се изплаква с вода с разтворен в нея оцет или изстискан лимон.

14. В корените на косите се втрива настойка от плодове на ракитник или репейно масло.

15. За изплакване на главата се използва настойка от 4 супени лъжици смес от равни части от кора на върба и корени на репей в 1 л вряла вода.

## ЛИШЕИ И ПЕТНА

1. Приготвя се настойка от хмелови шишарки в съотношение 1:10. После съгът с настойката се покрива плътно с капак (замазан по края с тесто) и се слага в слаба фурна, докато обемът на течността намалее наполовина. Съгъстената настойка се прецежда и изстискава. Приготвя се мазило в съотношение 1:4, като към горещата прецедена утайка се добавя вазелин, мас или краве масло и се бърка до съгъстяване. Използва се за намазване на лишеи и петна.

2. За намазвания и компреси се приготвя настойка от цветовете на лайка. Охлажда се и се прецежда.

3. Взимат се стъбла в следното съотношение: градински чай - 1 част, бял пелин, жълт кантарион, жиловлек, червен кантарион, плодове от хвойна - по 2 части, коприва, хвоц - по 3 части. 2 супени лъжици от сместа се заливат с 1 л вряла вода. Слага се в слаба фурна за 12 часа. После се прецежда и охлажда. Пие се при лишеи и петна - по половин чаша 5 пъти на ден.

4. Взимат се растения в следното съотношение: листа от коприва, цветовете от невен, великденче, полски хвоц, листа от орех - по 2 части; цветовете от синя метличина, стъбла от камшик и градинска теменуга - по 3 части. 4 супени лъжици от сместа се заливат с 1 л вода. Настойката престоява 12 часа и после се вари 5 минути. В течение на 1 седмица се изпива по половин чаша 4 пъти на ден.

5. Взимат се равни части от листа на коприва и глухарче. С 2 чаши вряла вода се заливат 2 супени лъжици от сместа. После съгът с настойката се слага в слаба фурна за 4 часа. След това се прецежда и охлажда. Пие се 1 седмица по половин чаша на ден.

6. Взимат се растения в следното съотношение: стъбла от камшик, градинска теменуга, френско грозде, горска ягода, бял равнец - по 2 части; корени от репей, цветовете от бяла мъртва коприва - по 3 части; листа от орех - 4 части. 20 г от сместа се заливат с 1 л вода. Вари се 10 минути. Пие се по 1 супена лъжица 5-6 пъти на ден.

7. Взимат се равни части от стъбла от лайка, стъбла от полско червеноглавче, корени от репей, листа от орех; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 л вода. Вари се 5 минути. Изстудява се и се прецежда. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

8. Взимат се чист лист от тетрадка, сгъва се на фуния, слага се с широката си основа върху плоска чиния и се запалва. Когато изгори до 1/3, остатъците от хартията се махат от чинията. На

гъното остава жълтеникава утайка. Докато не е изстинала, тя трябва да се обере с памук и да се нанесе върху поразеното място. Повтаря се до изчезване на лишея.\*

9. Взимат се равни части от стъбла от полско червоглавче и стъбла от великденче. 2 супени лъжици от сместа се заливат с 6 чаши Вряла вода и се варят още 5 минути. След това настойката се прецежда и охлажда, и с нея се измива главата при болки и налени по кожата.

10. Вземат се 100 г прополис и 200 г растително масло. Прополисът се изчиства от примесите и се надробява. В чист емайлиран съд се излива маслото и се кипва. Съдът се сменя от огъня и се охлажда до 50 градуса. В охладеното масло се пуска надробеният прополис. Сместа се нагрива 8-10 минути с постоянно разбъркване в плътно затворен съд - до 70 градуса. Горещата смес се прецежда през марля. Охлажда се също при постоянно разбъркване. Върху поразените места се нанася дебел слой от получената маз. Използва се при напреднал стадий на лишеи по окосмената част на главата. Изчезването на гъбичките-причинители настъпва след 15-20 дни.

11. Взимат се стъбла от росопас, листа от копитник, стъбла от блатен ледум, филизи от червено кучешко грозде (разводник) - по 1 част; стъбла от градинска теменуза и червен кантарион - по 2 части; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша Вряла вода и се приготвя гореща настойка. Охлажда се и се прецежда. При люспести лишеи се пие по 1/3 чаша 3 пъти на ден.

## ИЗПОТЯВАНЕ

При нарушения в потоотделянето се препоръчва местно лечение и вътрешно приемане на препарати от лечебни растения.

1. 1 чаена лъжица от листа и цветовете от медицинска ружа се залива с 1 чаша Вряла вода. Настойката се използва за компреси.

2. Правят се компреси от прясно счукани стъбла от цариче 1 път дневно в продължение на две седмици.

3. Пие се сок от листа на градински чай - вечер преди лягане по 1 чаена лъжица.

---

\* Това е рецепта, препоръчвана и от българския лечител Петър Димков - т. нар. „жълт катран“ - за същите случаи на кожни нарушения. П. Димков препоръчва още хартията да бъде колкото може по-недоброкачествена (вестникарска), но без мастило върху нея. Освен това, вместо хартия може да се изгорят царевични зърна. (Бел. прев.)



4. Приготвя се смес от корени на диланка, стъбла от полски хвош - по 1 част, листа от градински чай - 8 части; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Пие се по половин чаша 2 пъти на ден.

5. Заливат се с 1 чаша вряла вода 2 чаени лъжици надробени листа от лечебен исоп. Охладената и прецедена настойка се изпива на равни части в продължение на едно денонощие. Курсът на лечение е 2-3 седмици при повишена потливост.

6. Приготвя се настойка от 1 чаена лъжица счукана кора от бяла върба и 2 чаши студена вода. Държи се 8 часа. Използва се за вани.

7. Вани за краката: на 1 чаша вряла вода се взимат 3 супени лъжици смес от равни части дъбова кора и корени от лудо биле (беладона).

8. Приготвя се настойка от смес от равни части цветовете от лайка и листа от мента. Взимат се 3 супени лъжици от сместа на 1 чаша вряла вода. Използва се за компреси.

### **ОБРИВИ**

1. Взимат се 4 супени лъжици стъбла от змийско мляко на 6 чаши вода. Вари се 5 минути. Престоява 8 часа. Използва се за измиване на кожата.

2. Приготвя се настойка, като 1 супена лъжица листа от зимзелен се заливат с 1 чаша вода и се варят 20 минути. Използва се външно за компреси.

3. В 1 л вода се варят 250 г орехови листа. Използва се за вани и обтривания.

4. Външно за компреси се използва пресен сок от целина.

### **ПЪПКИ**

1. Заливат се с 2 чаши вода 2 супени лъжици смес от равни части стъбла от великденче и бабичева трева (бръшлянова самобайка). Престоява 4 часа и се прецежда. Използва се за измиване и намокряния.

2. Кожата се намазва със сок от плодове на калина.

3. Правят се компреси от настойка от стъбла от бял равнец.

4. Кожата се намокря със сок от стъбла на глухарче.

5. Вътрешно се приема гореща настойка от смес на равни части от сладък корен, глухарче, репей, кора от зърнастец, семена от копей. Пие се по половин чаша половин час преди ядене.

6. На ден се изпиват по 2 чаши настойка от сместа: корени от бял оман, корени от репей - по 3 части, стъбла от жълт кантарион - 4 части.

### **ПРЕМАХВАНЕ НА КОСМИ**

1. Изгаря се черупката на един орех, пепелта се разтрива във вода и с тази смес се намазват окосмените места.

2. Прави се гъста настойка от 3 супени лъжици стъбла от тапул и 1 чаша вода. Намазват се окосмените участъци по тялото.

3. Вътрешно се приема спиртна настойка от Вътрешната преградна черупка на орех - по 1 супена лъжица на ден.

### **ПРЕМАХВАНЕ НА ЛУНИЧКИ**

1. Ежедневно лицето се разтрива със сок от лимон.

2. Вземат се равни части цветове от бяла лилия, мед и синапено брашно. Приготвя се отвара и с нея се намазва лицето вечер.

3. Лицето да се предпазва от слънчево изгаряне.

4. Ежедневно да се намокря лицето със силна настойка от корени от магданоз с лимонов сок.

5. Приготвя се смес от пресен краставичен сок и лимонов сок - по 1 част; водка (ракия) - 2 части; настойка от розови листа - 3 части. Лицето се изтрива с тази смес 2 пъти на ден.

### **ГРИЖИ ЗА КОЖАТА**

1. Преди лягане лицето да се намокря с краставичен сок - най-добре от стари краставици.

2. Смесват се равни части семена от копър, сладък корен, корени от зърнастец, корени от репей, корени от глухарче. Приготвя се гореца настойка. Пие се по 1/2 чаша половин час преди ядене. Подобрява работата на храносмилателните органи.

3. Шена липов цвят се залива с 2 чаши вряла вода и престоява 15 минути. Добавя се мед на върха на чаена лъжичка. Вечер с настойката се изтрива кожата на лицето.

4. Смесват се сладък корен, кора от зърнастец - по 3 части; стъбла от горска теменуза - 4 части. Настойката се пие по 2 чаши на ден при диатеза.

5. Да се правят топли вани с разтворен във водата 250 г мед.

6. Компреси от настойка от стъбла на репей, жълт кантарион и риган.

7. За почистване на кожата от малки гнойници да се правят компреси от настойка от плодове на хвойна, борови връхчета и корени от релей.

### **ЕКЗЕМИ**

1. Пие се настойка от корени на глухарче и релей, взети в равни части, по 1/4 чаша 4 пъти на ден преди ядене.

2. Настойка от орехови листа се използва външно за компреси.

3. Смесват се равни части листа от розмарин, листа от лайка, лавангула, стъбла от дива мащерка; 3 супени лъжици от сместа се варят в 2 чаши вода. Поразените участъци от кожата се намазват с марля, намокрена в тази смес, по 3 пъти на ден в продължение на 3 седмици.

4. Половин час се варят 200 г борови връхчета в 1 чаша вода. Използва се за местни компреси.

5. Да се пие топъл чай от стъбла на градинска теменуга.

6. Болните места се намокрят с настойка от 15 г сладък корен на 1 чаша вряла вода.

7. Вътрешно и външно се приема настойка от брезови пъпки.

### **КОЖНА ТУБЕРКУЛОЗА (скрофулоза, живеница)**

1. Приготвя се смес от: плодове от касис - 1 част; стъбла от горска теменуга и стъбла от камшик - по 4 части; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

2. Върху поразените участъци от кожата се слагат пресни листа от водна детелина.

3. Кожата се измива с настойка от листа на седефче. Взима се 1 супена лъжица листа на 5 чаши вода.

4. Взимат се 100 г камшик на кофа вода. Правят се вани или болните места се мокрят с настойката.

5. Залива се с 3 чаши вряла вода 1 супена лъжица от исландски мъх и се вари 30 минути. Използва се външно.

6. Поразените кожни участъци се намазват със сок от змийско мляко.

7. 1 супена лъжица от смес от листа от мента се залива с 2,5 чаши вряла вода, престоява 1 час. Пие се по половин чаша на ден. Може да се използва за компреси.

8. Взимат се 10 г сухи цветове от детелина на 1 чаша вода, за-

парва се половин час. Използва се за намокряне на болните места.

9. Приготвя се смес от бабичева трева и върбинка - по 1 част; цветовете от горска теменуга - 2 части. Вари се 10 минути 20 г от сместа в 100 г слънчогледово олио. Престоява 8 часа, прецежда се. Намазват се поразените места.

## **НАРУШЕНИЯ В ОБМЯНАТА НА ВЕЩЕСТВАТА**

### **НИСЪК РЪСТ**

1. 1 супена лъжица от стъбла от цикория (синя жлъчка) се залива с 1 чаша вряла вода. Горещата настойка се пие по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене. Може да се добави мед.

2. Корени от пълзящ пирей (2 супени лъжици) се заливат с 0,5 л вряла вода. Престоява на топло място 8 часа. Пие се по половин чаша 4-5 пъти на ден преди ядене.

3. Взимат се 2 чаени лъжици стъбла от лазаркиня, заливат се с чаша изстудена преварена вода. Престоява 4 часа и се прецежда. Пие се по половин чаша 2 пъти на ден.

4. С 1 чаша вряла вода се заливат 10 г брезови листа, приготвя се гореща настойка. Пие се по половин чаша 2 пъти на ден преди ядене.

5. Към храната да се добавят: обикновен хрян, брезов сок, пресен сок от листа от коприва.

### **ЗАТЪСТЯВАНЕ**

1. Пие се по половин чаша марината от кисели краставици с добавена 1 супена лъжица оцет. Курсът на лечение е 1 седмица при спазване на млечно-растителна диета. Прави се прекъсване и курсът се повтаря.

2. Взема се 1 супена лъжица кора от крехък върнастец, събрана една година по-рано, счуква се, залива се с 1 чаша вряла вода, престоява 20 минути на топло място. Охлажда се и се прецежда. Пие се по половин чаша сутрин и вечер.

3. Вземат се равни части стъбла от коприва, мокреш (поточарка) и целина; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла

Вода. Приготвената настойка се охлажда и прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

4. Заливат се с 1 чаша вода със стайна температура 2 чаени лъжици листа от глухарче. Престоява 8 часа, след това 5-8 минути се вари, прецежда се и се охлажда. Изпива се на глътки на няколко пъти.

5. Швейцарска дневна диета: 300 г нетлъсто месо или риба, 2 чаши обезмаслено мляко, 20 г захар, 2 яйца, 50 г обезмаслена извара, 150 г хляб от едрозърнесто брашно, 100 г картофи, 20 г краве масло. Плодове и зеленчуци - без ограничение. За 1 седмица излишното тегло намалява. Да се повтори след 2 седмици.

6. Взимат се 60 г кора от елшовиден зърнастец и по 10 г стъбла от градинска теменуца, близалца от женските цветове на царевича изпод обвивките на мамулитите, стъбла от бял равнец и цветове от трънка; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода и се вари 20 минути. Охлажда се и се прецежда. Пие се по 2 чаши на ден - сутрин и вечер.

### **ОТЛАГАНЕ НА СОЛИ (Шипове)**

1. Взимат се 3 части мухлясъл ябълков сок и 1 част мед. Сместа се пие по 1 супена лъжица 3-4 пъти на ден 1 час преди ядене, и вечер 3 часа преди лягане.

2. Приготвя се настойка от листа от червена боровинка, охлажда се и се прецежда. Пие се без ограничения.

3. Взимат се корени от блатно прозорче. Приготвя се спиртна настойка в съотношение 1:3. Пие се по 1 ракиена чаша 3 пъти на ден.

4. Взимат се корени от шипка и се приготвя спиртна настойка в съотношение 1:5. Пие се по 1 ракиена чаша 3 пъти на ден.

5. Взимат се цветове от бяла акация. Приготвя се спиртна настойка в съотношение 1:3. С нея се намазват отоци и шипови израстъци.

### **ПОДАГРА**

1. Взима се на 1 л вода 40 г смес от равни части от: корени от репей, стъбла от пирей, стъбла от камшик и градинска теменуца. Вари се 5 минути. Пие се по 1 чаша на 3 пъти през деня като болкоуспокояващо и противовъзпалително средство.

2. Външно за намаляване на отоци се използва настойка от хрян;

1 супена лъжица настързан корен от хрян се залива с 2 чаши вряла вода и се оставя за 1 час.

3. В 1 кофа вода се сваряват 200 г цвят от лайка. Използва се за вани при 38 градуса - 20 минути.

4. Накисват се за 12 часа в 1 чаша студена вода 2 чаени лъжици счукани корени от пълзящ пирей, прецежда се и отново се залива с 1 чаша студена вода. След 10 минути двете настойки се смесват. Изпива се за 1 ден. Подпомага изхвърлянето на пикочната киселина от организма.

5. 1 супена лъжица надробени корени и коренища от иглика се заливат с 1 чаша вряла вода и се прецеждат. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден преди ядене.

6. Варят се 10 минути 2 чаени лъжици надробени листа от червена боровинка в 1 чаша вода. Настойката се прецежда и се пие по 1/2 чаша 2-3 пъти на ден.

7. С 3 чаши вода се заливат 2 супени лъжици счукани бобови шушулки. Настойката се пие по 1/4 чаша 4 пъти на ден преди ядене.

8. Приготвя се настойка от кора на бяла върба. Пие се по 1 супена лъжица на всеки 2 часа.

10. Настойка от шипки, заедно с настойка от бял пелин и хвойна, се използва за подобряване обмена на веществата при подагра.

### **СКОРБУТ**

1. Препоръчва се неограничена консумация на шипки, френско грозде, цариградско грозде, а също - лимони и зеле.

2. С 1 л вряла вода се заливат 30 г пресни листа от мокреш (поточарка). Настойката се пие по 1 чаша 3 пъти на ден.

3. В равни части се смесват плодове от шипки и червени боровинки и листа от коприва; 1 супена лъжица от сместа се залива с 2 чаши вряла вода. Кипва се за 10 минути и след това престоява 4 часа. Прецежда се. Пие се по половин чаша 2-3 пъти на ден.

4. Да се пие топъл чай от настойка от шипки и черно френско грозде (касис).

## **БОЛЕСТИ В НАПРЕДНАЛА ВЪЗРАСТ**

### **ВЪЗСТАНОВИТЕЛНИ СРЕДСТВА**

1. Стимулиращо действие върху работата на мозъчните центрове оказват корени от женшен. Спиртна настойка се пие по 10-15 капки 3 пъти на ден преди ядене в продължение на 1 месец. Провеждат се 2-3 курса на лечение.

2. За стимулация на централната нервна система 2-3 пъти дневно преди ядене да се пие сок от пресни корени на глухарче и целина - по 2 чаени лъжички.

3. За подобряване на сърдечната дейност се използва настойка от цветове на невен. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

4. Като общоукрепващо средство се използва слюз от грудките на петнист салеп. Нагробяват се и се взимат 5 г на 1 чаша вода, след това се долива вряла вода до обем 2 чаши, при постоянно размесване до образуване на слюз. Пие се не повече от 1/2 чаша 3 пъти на ден преди ядене. Съхранява се на прохладно място 2-3 дни.

5. Приготвя се настойка от 10 г сухи счукани стъбла от дяволска уста на 1 чаша вряла вода. Пие се вечер преди лягане в продължение на 1 месец. Общоукрепващо и успокояващо средство.

6. Укрепващо и успокояващо средство е настойка от плодове на целина. Пие се като чай.

7. Смесват се 1 част счукани корени от черен оман и 2 части пчелен мед. Взема се по 1 чаена лъжичка 3 пъти на ден преди ядене в продължение на 7 дни. Ускорява заздравяването на рани и образуването на съединителна тъкан.

8. От луквици на бяла лилия се изготвя настойка и се прилага външно - при продължително незаздравяващи рани и язви.

9. Настойка от изсушени стъбла на жълт равнец се пие по 1/4 чаша 4 пъти на ден преди ядене. Регенеративно средство.

10. При безсъние се препоръчва да се пие сок от прясно зеле - по половин чаша 1 час преди сън.

11. Настойка от семена на копър действа като леко сънотворно. Да се пие по една супена лъжица вечер преди лягане.

12. В 2 чаши изстудена преварена вода се накисва 1 лъжица семена от целина. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене. На ден да се изядат и 2-3 скилидки чесън.

13. Сваряват се в чаша вряла вода 2 супени лъжички пресни или сухи плодове от дрян и се намачкват. Пие се неподсладено по поло-

вин чаша на ден.

14. Приготвя се настойка от 10 г стъбла от пача трева на 1 чаша вода. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

15. В продължение на 2 седмици да се изготви спиртна настойка в 1 л водка (ракия) на 200 г изсушени счукани корени от елеуте-рокок. Сместа да се разбърква често. Настойката се пие по 1/2 чаена лъжица 2-3 пъти на ден.

### **ОТСЛАБВАНЕ НА ПОЛОВИТЕ ФУНКЦИИ**

1. Приготвя се настойка от 10 г стъбла от жълт кантарион и 1 чаша вряла вода. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

2. Приемат се с храната колкото е възможно повече растителни продукти.

3. От плодовете на китайски лимонник се изготвя гореща настойка; 1 супена лъжица сухи плодове се заливат с 1 чаша вряла вода. Пие се по 1 супена лъжица 2 пъти на ден като общоукрепващо и тонизиращо средство.

5. С храната да се приемат изпечени посолени семена от коноп.

6. Приготвя се настойка от 10 г корени от бластен аир и половин чаша вода. С тази настойка се заливат 10 г счукани корени от платантера. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден.

7. Взимат се 2 чаени лъжици стъбла от дяволска уста на 2 чаши охладена преварена вода. Престоява 8 часа. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене.

8. Спиртна смес от 200 г изсушени и счукани корени от елеуте-рокок и 1 л ракия се оставя да престои в продължение на 2 седмици при често разбъркване. Пие се по 1/2 чаена лъжица 2-3 пъти на ден като стимулиращо средство.

### **ВЛОШАВАНЕ НА ЗРЕНИЕТО**

1. С чаша вряла вода се заливат 2 супени лъжици смес от плодове на дива череша и черна боровинка. Пие се по 1/2 чаша 3 пъти на ден.

2. С храната се приемат неограничено моркови, домати, кайсии и череша.

### **ВЛОШАВАНЕ НА СЛУХА**

В продължение на 1 седмица ежедневно да се изяжда по 1/4 лимон с кората.



## **ЕНДОКРИННИ ЗАБОЛЯВАНИЯ**

### **ЗАХАРЕН ДИАБЕТ**

При заболявания на ендокринната система трябва всички лечебни растения да се приемат в съчетание със съответната диета.

1. Като общоукрепващо средство се използва настойка от изсушени счукани корени от репей - по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

2. Приготвя се настойка от 10 г стъбла от мечо грозде и 1 чаша вряла вода. Пие се по 1 супена лъжица 5 пъти на ден.

3. 1 чаена лъжица от листа на черна боровинка се запарва с 1 чаша вряла вода. Пие се по 1/3 чаша 3 пъти на ден.

4. Препоръчва се да се употребяват с храната колкото може повече коприва, грах, фасул, по 3-4 скилидки чесън на ден.

5. Взимат се 100 г корени от рогозола (златовръх) и се накисват в 1 л вода. Пие се по 20 капки по 3 пъти на ден.

6. Приготвя се смес от равни части от корени на репей, бобови шушулки и листа от черна боровинка. В продължение на 12 часа 2 супени лъжици от сместа се киснат в 2 л вода. После се вари 5 минути. Пие се по 3/4 чаша 5 пъти на ден.

7. Ползена е настойка от листа на черна боровинка, овесена слама и бобови шушулки - по 2 части и 1 част ленено семе; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Пие се по 3 супени лъжици 3 пъти на ден.

8. В съчетаване с диетата се пие пресен сок от черни и червени боровинки, къпини и горски ягоди.

9. Взимат се по 2 части стъбла от горска ягода, стъбла от полски хвощ и стъбла от пача трева. Заливат се с 1 л вода. Настойката се приема по 1 чаша 2 пъти на ден.

10. Приготвя се настойка от 1 супена лъжица изсушени люлякови пъпки и 1 л вряла вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

11. Съдържанието на кръвната захар се нормализира от настойка от равни части от стъбла на жълт и червен кантарион, пача трева и липов цвят. Пие се като чай.

12. Приготвя се настойка от смес от равни части корени от глухарче, листа от обикновена коприва и листа от черна боровинка. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

## **ПОВИШЕНО ФУНКЦИОНИРАНЕ НА ЖЛЕЗИТЕ**

1. При повишена функция на потните жлези се прилага външно настойка от цветовете на лайка или слънчоглед.

2. Заливат се с 1 л вода 3 супени лъжици кора от дъб, вари се 15 минути. Няколко седмици се правят намокрянния.

## **ПОНИЖЕНО ФУНКЦИОНИРАНЕ НА ЖЛЕЗИТЕ**

1. С храната се приема коприва във вид на настойки и отвари в неограничени количества.

2. Приемат се лечебни растения, оказващи стимулиращо действие върху организма: китайски лимонник, левзея, аралия и елеутерокок.

## **БОЛЕСТИ НА СТАВИТЕ**

### **АРТРИТ**

1. В съд се слагат 2 чаени лъжици сухи корени от синя тинтява, наливат се 3 чаши вода и сместа се вари 10 минути. Престоява 1 час. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене.

2. Заливат се с 1 чаша вода 6 г сухи счукани стъбла и корени от глухарче. Вари се 10 минути. Сместа престоява още половин час. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

3. С 1 чаша вряла вода се залива 1 супена лъжица изсушени счукани стъбла от жълт кантарион. Престоява 30 минути. Приемат се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

4. Смесват се в равни части цветовете от черен бяз, корени от магданоз, листа от коприва и кора от върба. От сместа се приготвя настойка и се пие по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене.

5. Взимат се в равни части листа от бреза и коприва, стъбла от горска теменуга. Приготвя се настойка. Пие се по половин чаша 4-5 пъти на ден преди ядене.

6. Заливат се с 1 чаша вода със стайна температура 10 г сухи счукани корени от репей. Вари се половин час. Охлажда се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3-4 пъти на ден.

7. Взимат се 10 г сухи счукани стъбла от коприва, заливат се с 1 чаша вряла вода, съдът плътно се затваря с капак и сместа се запарва за 15-20 минути. Настойката се пие по 1 супена лъжица 3 пъти

ти на ден преди ядене.

8. Заливат се с 1 чаша вряла вода 2 супени лъжици киселец. Съгът се покрива с капак и се поставя на водна баня за 30 минути. Охлажда се в продължение на 10 минути. Прецежда се и се изстиска през марля. Тъй като обемът на течността е намалял, трябва да се долее преварена вода до първоначалното количество. Пие се по 1/3 чаша 3 пъти на ден половин час преди ядене.

### **Лечение с мравчена киселина**

Взема се еднолитрова бутилка. Смесват се по 1 супена лъжица мед и вода. Сместа се налива в бутилката, а след това тя се заравя до ръба на гърлото в мравуняк. Когато се напълни с мравки, затваря се със запушалка. Бутилката се слага в тенджерата със студена вода, така че водата да стига до гърлото на бутилката. Тенджерата се поставя на бавен огън и се нагрива в продължение на 4 часа, без да кипва. Изстудява се, без да се изважда бутилката от водата. После съдържанието се прецежда и се налива в друга бутилка. Използва се за разтрянване на болните места. През нощта те да се озъват в топли дрехи.

### **Разтрянки**

Отлива се в дланта средството за разтрянване. Болното място внимателно се поглажда отдолу нагоре в продължение на 10-20 минути, а при силни болки са достатъчни 5 минути. В никакъв случай да не се пипа болното място със суха ръка. След завършване на разтрянването да се погладят болните участъци. Разтрянващите ръце трябва да са топли. След това болните места се загъват добре с топли дрехи. Да се избягва изстудяване.

### **БОЛКИ В ОБЛАСТТА НА КРЪСТА**

1. Размачкани пресни плодове от дрян се загъват в марля и се налагат върху болното място.
2. Настъргват се на ренде корени от хрян. Получената каша се натрива в областта на кръста.
3. Заливат се с 1 л вода 20 г сухи бобови шушулки. Приготвя се отвара. Пие се по половин чаша 4 пъти на ден.
4. Ако болките в кръста са вследствие на простуда, трябва да се приготви маз от брезови пъпки.
5. Приготвят се: ръжено тесто, пергамент, чист терпентин;

5 г терпентин се сипват в гланта и се натриват в кръста до почервяване и поява на усещане за топлина в мястото на втриване.

Върху хартия се слага слой от ръженото тесто, покрива се с два слоя марля и се слага на кръста. Отгоре изцяло се покрива с памук. Компресът се държи на кръста не по-малко от 1 час, но ако паренето е нетърпимо, може да се махне и по-рано, за да не се получи изгаряне. Лечението се провежда 3 дни поред. Останалото върху тялото тесто в никакъв случай да не се измива с вода и да не се намазва с вазелин, може само внимателно да се обере с памук. След всяка процедура да се изпиват 1/2 чаша топло преварено мляко с 2-3 грама сода за пиене.

6. Рибарите от Далечния север, геолозите и ловците лекуват болките си в кръста с разтвор от яйце и оцетна есенция. За целта трябва в съд да се пусне прясно и измито неразбито яйце и да се залее с със силен. Престоява 3 геноноция. През това време черупката на яйцето трябва напълно да се разтвори. После оголеното яйце се изважда, маха се кожицата му и останалата маса се разтрива на каша. Доливат се 1-2 лъжици слънчогледово олио и отново се разбърква. Получената маса се налива в съд, заедно с оцета, в който е била разтворена черупката. Всичко се разбърква грижливо и се запушва с тапа. Преди разтриването трябва отново да се разбърка. Кръстът се разтрива със сместа вечер преди лягане. След това се загъва с вълнен шал и върху него се слага грейка.

7. Циганите лекуват болки в кръста с червена глина. Взима се 1 кофа чиста червена глина, без примеси, налива се малко вода, нагрява се и добре се размесва. В получената гъста гореща маса се налива 1 чаша затоплена гас и отново грижливо се разбърква. От глината се прави питка и с нея изцяло се покрива кръста. Да се внимава да не се получи изгаряне. Кръстът да се огъне с топъл шал до изстиване на питката. При нужда процедурата да се повтори.

### ЛУМБАГО

1. Смесват се равни части цветове от лайка и жълта комунига; 2 супени лъжици от сместа се заливат с 1 чаша вряла вода. Охлажда се и се прецежда. Използва се за компреси и намокрянния.

2. С храната да се приемат сок от целина и брезов сок. На болното място да се налага смачкано грозде.

3. Заливат се с 5 супени лъжици олио 2 супени лъжици стъбла от блатен ледум. Съгът плътно се затваря с капак и се държи 12 часа на гореща печка. Охлажда се и се прецежда. Използва се външно за натриване.

### **РАДИКУЛИТ**

1. Вътрешно да се приема настойка от корени на бял оман - по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.
2. Да се налагат върху болното място вечер преди лягане листе от репей с мъхнатата страна към кожата.
3. За вана се попарват 50 г дива мащерка на 1 кофа вода.
4. Разтрива се болното място със спиртна настойка от корени на блатно прозорче (съотношение 1:5).
5. Да се налагат топли лапи с отвара от смес на равни части цветове от лайка и стъбла от жълта комунига.
6. Вечер, преди лягане, да се налагат горещи компреси с настойка от стъбла на мащерка, лайка, жълт кантарион и цветове от черен бъз - в равни части.
7. Болните места да се разтриват със спиртна настойка от пелин в съотношение 1:5.

### **РЕВМАТИЗЪМ**

1. С 1 чаша студена вода се заливат 2 чаени лъжици надробени корени от пирей. Престоява 12 часа и се прецежда. Утайката се залива с 1 чаша вряла вода. След 10 минути се смесват двете чаши. Настойката се изпива в продължение на едно денонощие.
2. Правят се компреси с настойка от кореница на монголски чай. Взимат се 2 супени лъжици корени на 1 чаша вряла вода.
3. Приготвя се отвара от 2 чаени лъжици листа от бяла бреза на 1 чаша вряла вода. Пият се по 2 супени лъжици 3 пъти на ден.
4. Приготвя се настойка от стъбла на жълта комунига - 1 супена лъжица стъбла на 1 чаша вряла вода. Прецежда се и се използва за компреси.
5. Прави се мазило от 2 супени лъжици цветове на жълта комунига с 3 лъжици краве масло и с него се разтриват ставите.
6. За вани:
  - а) 5 г стъбла от полски хвощ на 1 л вряла вода;
  - б) 100 г стъбла от камшик на кофа вряла вода;
  - в) 200 г брезови пъпки на кофа вряла вода.Приготвените смеси се добавят към водата във ваната.
7. Вземат се 100 г борови връхчета на 2,5 л вода, вари се до получаване на обем 0,5 л. Прецежда се, добавя се чаша захар, а след изстигане и чаша мед. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден преди ядене.
8. Смесват се равни части подбел, червен кантарион, липов

цвят и Волски език. Взимат се 2 супени лъжици от сместа, добавя се 1 чаена лъжица ленено семе и се заливат с 2 чаши Вряла Вода. Вари се още 10 минути и се прецежда. Горещата настойка се използва външно за компреси.

9. Чаена лъжица корени от бяла черница се залива с 1 чаша Вряла Вода. Настойката се пие преди ядене по 2 супени лъжици.

10. Супена лъжица стъбла от блатен тъжник се залива с 1 чаша Вряла Вода и престоява 1 час. Пият се по 3 супени лъжици 4 пъти на ден преди ядене.

11. 1 супена лъжица счукани корени от бяла Върба се залива с 2 чаши Вряла Вода. Вари се 5 минути и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 5-6 пъти на ден.

12. Супена лъжица от плодове на офика се залива с чаша Вода, вари се 5 минути и престоява още 4 часа. Пие се по 3 пъти на ден по 2 супени лъжици.

## **БОЛЕСТИ НА КРЪВОТВОРНИТЕ ОРГАНИ**

### **БОЛЕСТИ НА ДАЛАКА**

1. Смесват се равни части цветовете от невен и стъбла от бял равнец; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша Вряла Вода. Настойката се пие по половин чаша на ден 4 пъти след ядене при възпалителни процеси.

2. Настъргват се ряпа, моркови и цвекло в равни части, изстискват се и сокът се слага в бутилка от тъмно стъкло. Запушва се не много плътно, за да може течността да се изпарява. Бутилката се поставя в слаба фурна за 3 часа. Пие се в продължение на 2-3 месеца по 1 супена лъжица 3 пъти на ден. Подобрява кръвосъздаването.

3. Приготвя се спиртна настойка от хмелови шишарки. Взимат се 1 част шишарки и 4 части 40-градусов спирт или ракия. Приемат се по 40 капки 3 пъти на ден - при болки и възпаления.

4. Приготвя се настойка от изсушени счукани стъбла от овчарска торбичка, като се взимат 10 г на 1 чаша Вода. Пие се по 1 супена лъжица 4-5 пъти на ден при заболявания на далака за профилактика на кръвотечения.

5. Приемат се заедно с Вода прах от счукани листа от жиловлек,

коприва и лапад в равни части - на върха на ножа. Подобрява процесите на кръвосъздаване.

6. В емайлиран съд се слагат 2 супени лъжици корени и коренища от лечебна гинка, заливат се с 1 чаша вряла вода, покриват се с капак и още половин час се загряват на кипяща водна баня. Настойката се съхранява на прохладно място, но не повече от 2 генонощия. Пие се по 1 супена лъжица 5-6 пъти на ден след ядене.;

7. Приготвя се смес от равни части от корени на лечебно сапунче и корени от върба; 40 г от сместа се варят 10 минути в 1 л вода. Настойката се пие по 1 супена лъжица 2 пъти на ден през втората половина от деня.

9. Във всякакъв вид да се ядат плодове от офика, оксикокус и калина.

10. Приготвя се настойка от 1 чаена лъжица стъбла от горчив пелин и 1 чаша вряла вода. Престоява и след това се добавя още 1 чаша вряла вода. Пие се по 1/4 чаша с мед или захар 3 пъти на ден преди ядене.

### **ЛЕВКЕМИЯ (БЕЛОКРЪВИЕ)**

1. Взимат се равни части от жълта комунига и черен оман; 1 чаена лъжица от сместа се залива с чаша студена вода. Кисне 8 часа, и се пият по 1/3 чаша 4 пъти на ден преди ядене.

2. В 0,5 л мляко се сваряват 15 г борови връхчета. Престоява 2 часа. Изпива се на 3 пъти през деня.

3. Взимат се равни части стъбла от бял равнец, млади листа от горска ягода, събрани по време на цъфтежа; 1 супена лъжица от сместа се залива с чаша вряла вода. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден преди ядене.

4. С храната да се приемат моркови и коприва във всякакъв вид.

### **РАЗЛИЧНИ КРЪВОТЕЧЕНИЯ**

#### ***Белогробни кръвотечения***

1. От стъбла на овчарска торбичка се приготвя настойка 1:10, прецежда се и се охлажда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

2. 1 супена лъжица стъбла от пача трева се залива с 2 чаши вряла вода, престоява 10 минути, охлажда се и се прецежда. Настойката се пие затоплена по 2 чаши дневно.

3. 1 супена лъжица стъбла от витошки еделвайс се залива с 1

чаша вода, настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1 супена лъжица на всеки 2-3 часа. Настойката може да се пие и при кръвотечения от носа, следродови кръвотечения и обилни менструации.

### Маточни кръвотечения

1. Заливат се с 1 чаша Вряла вода 20 г коренища от планински очиболец. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

2. Смесват се стъбла от бял оман и бял равнец - по 1 част; зимзелен и полски хвощ - по 5 част; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша Вряла вода, приготвя се слаба настойка, охлажда се и се прецежда. Използва се за промивки.

3. Взимат се стъбла от бял равнец, водно пипериче, кора от дъб, листа от коприва - по 1 супена лъжица; стъбла от бял имел - 1,5 супени лъжици. Всичко се смесва и се залива с 1 л вода със стайна температура, вари се още 20 минути, охлажда се и се прецежда. Използва се за промивки.

4. Приготвя се слаба настойка от корени на златовръх в съотношение 1:10, охлажда се и се прецежда. Използва се за промивки.

5. С 1 чаша вода със стайна температура се заливат 6 г корени от метличина (синчец), минават се на водна баня 30 минути; охлажда се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

6. Приготвя се спиртна настойка в съотношение 1:10 от стъбла на блатен бял смил. Пият се по 2 чаени лъжици 4 пъти на ден преди ядене.

7. С 1 чаша вода със стайна температура се заливат 10 г стъбла от камшик, минава се на водна баня 15 минути, прецежда се и се охлажда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден - при кръвотечения и възпаление на женските полови органи.

8. Приготвя се настойка от корени на киселец в съотношение 1:10, охлажда се и се прецежда. Използва се за промивки.

9. Приготвя се настойка от стъбла на бял равнец в съотношение 1:10, охлажда се и се прецежда. Използва се за промивки.

10. Заливат се с 1 л вода 100 краставични стъбла, откъснати през есента. Настойката се пие по половин чаша 3 пъти на ден. Режим на легло в продължение на 3 дни.

11. Взимат се по 2 чаени лъжици стъбла от овчарска торбичка и полски хвощ. Сместа се залива с 3 чаши вода със стайна температура. Престоява 8 часа и се прецежда. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.



### **Кръвотечения от носа**

1. Приготвя се настойка от обикновена коприва в съотношение 1:5; прецежда се и се охлажда. Правят се компреси на носа.
2. Приготвя се настойка от стъбла на бял равнец в съотношение 1:5, прецежда се и се охлажда. Правят се компреси на носа.
3. Заливат се с 1 л вряла вода 60 г стъбла от полски хвощ. Настойката се охлажда и прецежда. Правят се компреси на носа.
4. В 1 чаша вода със стайна температура се накисват 10 г плодове от калина. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

### **Малокръвие**

1. Взимат се 2 чаени лъжици листа от водна дотелина и се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1 чаша преди ядене.
3. Взима се 1 чаена лъжица стъбла или семена от лечебен селим и се залива с 1 чаша вода. Вари се 5 минути. Изстудява се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.
4. Взима се 1 чаена лъжица листа от пелин, залива се с 1 чаша вряла вода. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1/4 чаша 3 пъти на ден преди ядене.
5. Взимат се 2 чаени лъжици плодове от кимион и се заливат с 1 чаша вряла вода. Настойката се охлажда и прецежда. Пие се по 1/3 чаша 3 пъти на ден преди ядене.
6. Взимат се 20 г стъбла от камшик и се заливат с 1 чаша вода. Минава се на водна баня 15 минути. Охлажда се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.
7. Приготвя се отвара от плодове на черна боровинка в съотношение 1:10. Охлажда се и се прецежда. Пие се по 1/4 чаша 4-5 пъти на ден.
8. Да се употребяват като храна плодове на зърнастец, дива шипка и листа от коприва в пресен или изсушен вид.
9. За обновяване на кръвта помага добавянето към храната на неограничени количества стъбла от целина, глухарче, листа от коприва; сок от цвекло и моркови; плодове от калина, оксикокус и френско грозде.

## РАЗЛИЧНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ

### АЛКОХОЛИЗЪМ

1. Смесва се 1 част стъбла от горчив пелин с 4 части стъбла от червен кантарион; 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода. Престоява 30 минути. Охлажда се и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

2. Сухи брезови цепеници (1-2 кг) се посипват обилно със захар и се запалват. Угасява се разгорелият се огън. Болният трябва да погдиша дима, след това да пише водка (ракия).

3. Взимат се стъбла от червен кантарион и пелин - по 1 част и 4 части стъбла от дива мащерка. Приготвя се отвара, пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден. Курсът на лечение е 2-3 месеца, според резултатите.

### ГЛИСТИ И ТЕНИИ

1. Залива се 1 чаена лъжица семена от селим. Вари се 5 минути, престоява 20 минути. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

2. Смесва се прах от листа на бял оман - 1 част, корени от гулянка - 2 части. Пие се по 1 чаена лъжица ежедневно, в продължение на 3 дни. Заедно с това да се ядат пресни моркови в голямо количество.

3. Приготвя се отвара от семена на морков в съотношение 1:1. Приема се ежедневно заедно с храната.

4. Заливат се с 1 чаша вряла вода 20 г хмелови шишарки и престояват 15 минути. След охлаждане, настойката се пие по 1/3 чаша 3 пъти на ден.

5. Заливат се с 1 чаша вода със стайна температура 6 г стъбла от термосис. Загрива се на водна баня 15 минути. Охлажда се 45 минути. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден преди ядене.

6. Взимат се 15 г кимион, заливат се с 1 чаша вряла вода, съдът се покрива с капак. Нагриват се на водна баня 15 минути. Охлаждат се 45 минути. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

7. Взимат се счукани корени от ясен и се приготвя гъста настойка в съотношение 1:5. Пие се по 1 чаена лъжица 2 пъти на ден преди ядене.

8. При тения се взимат кора от зърнастец и цвят от лайка в равни части и се приготвя настойка. Пие се по 3/4 3 дни на гладно

сутрин и вечер.

9. 1 супена лъжица прах от вратига и 2 скилидки чесън се заливат с 2 чаши мляко и се покриват с капак. Вари се на слаб огън 10 минути. След това се прецежда и топлата настойка се използва за клизма, като се прави опит за възможно по-дълго задържане в дебелото черво. Процедурата може да се повтори.

10. Смесват се в равни части цветовете от вратига, стъбла от пелин, цвят от лайка. Приготвя се гореща настойка в съотношение 8 г на 1 чаша вряла вода. Охлажда се и се прецежда. Със затоплената настойка се прави клизма.

### **ПЕРДЕ НА ОКОТО**

1. За премахване на пердето без операция, в окото всеки ден се капва слуз от елови иглички. Усеца се силно парене, но пердето постепенно се разнася.

2. Може да се преустанови развитието на пердето с намокряния със сок от кромид лук с мед.

### **ВЪЗПАЛЕНИЕ НА ВЕНЦИТЕ**

1. При слаби венци и кръвотечение устата се изплаква с настойка от дъбова кора: 1 супена лъжица счукана кора се залива с 1 чаша вода, вари се около 1 час и се прецежда.

2. 1 супена лъжица изсушени счукани стъбла от теснолистна върбовка се взимат на 1 чаша вряла вода. За изплакване на устата.

3. Заливат се с 1 чаша вряла вода 20 г сухи цветовете от лайка и престояват 20 минути. За изплакване на устата като дезинфекциращо и противовъзпалително средство.

4. Парче памук се намокря със спиртов разтвор от прополис - 5 г прополис на 100 г 70-градусов спирт. В продължение на 1 седмица ежедневно да се прави компрес на възпалените венци за 5-10 минути.

5. Устата да се изплаква с настойка от дива череша - 20 г плодове или сухи листа и цветовете на 1 чаша вряла вода.

6. Приготвя се смес от: липов цвят - 2 части, кора от върба - 3 части; 2 супени лъжици от сместа се заливат с 1 чаша вряла вода. Изплаква се устата и гърлото по няколко пъти на ден.

7. При възпаление на венците се използва отвара от босилек; 1 супена лъжица от растението, заедно със семената, се залива с 1 чаша вряла вода. Изплакват се венците няколко пъти на ден.

8. Препоръчва се изплакване на венците с настойка от калина и

киселец.

9. Възпалените венци могат да се лекуват с кашица от суров картоф.

10. Да се изплаква устата с настойка от счукани корени на лечебна ружа.

## **ЗЪБОБОЛ**

Долуописаните средства имат противовъзпалително и болкоуспокояващо действие.

1. Изплакване на устата с настойка от равни части от стъбла на маточина, листа от широколистнен жилувек и корени от бялтен аир.

2. Изплакване на устата с настойка от градински чай.

3. В дупката с разваления зъб да се поставя парченце от корен на двулистна платантера.

4. Върху зъба да се слага настързан хрян.

5. Да се изплаква устата с настойка от лайка.

6. Да се изплаква устата и настойка от 100 г черен блян на 100 г водка или 40-градусов спирт.

7. За изплакване на устата да се използва настойка от черупки от върбинка. Взима се 1 супена лъжица черупки, заливат се с 1 чаша вода и се варят 5 минути. Охлажда се и се прецежда.

8. Устата се изплаква с настойка от зимзелен; 1 супена лъжица от изсушени счукани листа се залива с 1 чаша вода и се варят 20 минути.

9. Заливат се с 1 л вода 30 г надробени стъбла от риган и с настойката се изплаква устата.

10. Взимат се 20 г изсушени стъбла от мащерка на 1 чаша вряла вода. Запарват се 20 минути. Настойката се използва за изплакване на устата.

## **СРЕДСТВА СРЕЩУ ТЮТЮНОПУШЕНЕ**

1. 1 супена лъжица овесени зърна се заливат вечерта с 2 чаши вода. На сутринта се варят 5-10 минути. Пие се като чай. Потиска пристрастието към никотин и опиум.

2. За едно денонощие тютюнът да се постави близо до гас. При пушенето ще предизвика отвращение.

3. Изсушава се на сянка черупка от рак и се счукува на прах; 10 г от праха се смесват с пакет махорка или тютюн за цигари. Желанието за пушене трябва да изчезне за дълго време.

## **ТРАХОМА**

1. Да се пие настойка от златовръх - по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.
2. Взимат се 20 г шипки на 1 чаша вода, 10 минути се варят и престояват 1 денонощие. Пие се по половин чаша 2 пъти на ден.
3. Приготвя се настойка от 3 чаени лъжици очанка и 2 чаши вода. С настойката се правят топли промивки за очите.
4. Смесват се равни части от стъбла на луличка, цветовете от метличина и черен бъз; 3 супени лъжици от сместа се заливат с 2 чаши Вряла вода, престоява 8 часа. Прецежда се. Прилага се външно - за промивки на очите.
5. На очите да се слагат компреси от седефче, шипка и цветовете от дива череша.

## **УХАПВАНЕ ОТ ЗМИИ**

1. На мястото на ухапване да се сложи тампон, намокрен с пресен сок от корени и листа на репей, примесен с олио. Или да се намаже със сок от жилувек.
2. На ухапаното място да се сложат смачкани пресни листа от киселец.
3. 1 супена лъжица стъбла от бял оман се варят за 5 минути в съд с чаша вода. С настойката да се мокри ухапаното място.
4. Да се маже с гъст екстракт от плодове на черен бъз.

## **УХАПВАНЕ ОТ ПЧЕЛИ, ОСИ И КОМАРИ**

1. Ухапаното място да се мокри с настойка от листа на мента, жълт кантарион и кора от дъб. Намалява сърбежа и отичането. Взимат се 2 супени лъжици смес от равни части от тези растения на 2 чаши Вряла вода. Да се загрява половин час на водна баня и да се прецеди.
2. Ухапаното място да се натрие с чисто слънчогледово олио.
3. За избягване на ухапването откритите части от тялото да се мажат със сок от лимон.
4. Ухапаните места се натриват с разтвор от амоняк. Може да се сложи и компрес от настърган суров картоф.
5. При ужилване от пчела или оса, трябва да се махне жилото и мястото да се натрие със скилидка чесън или суров картоф.

## УХАПВАНЕ ОТ БЕСНИ ЖИВОТНИ

1. На ухапаното място да се слагат компреси с настойка от жълта комунига. Взимат се 2 чаени лъжички стъбла и се заливат с 2 чаши вода за 10-12 часа. Пие се по 2 чаши 3 пъти на ден.

2. Взимат се 15 г стъбла от карамфил и се заливат с 1 чаша вряла вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

3. Взимат се 2 чаени лъжички цветове от жълт смил, заливат се с чаша вряла вода. Пие се по 1 супена лъжица 3 пъти на ден.

## РЕЦЕПТИ (ЧАЙОВЕ)

Приготвят се от няколко вида изсушени, ситно надробени растения.

В текста цифрите показват колко тегловни части трябва да се вземат в една или друга рецепта.

Готовите смеси трябва грижливо да се размесват и да се съхраняват в стъклени буркани или книжни пакети. От тях могат да се приготвят настойки, отвари и запарки.

Голяма част от растителните смеси (чайове) се предлага в готов вид и се продава в аптеките и специализираните магазини. Но могат да се приготвят и в домашни условия за вашата зелена аптека.

При лечение на хронически болести с лекарствени средства основният курс продължава 25-35 дни. Ако той се окаже недостатъчен, след 10-15 дневно прекъсване може да се повтори и погрети.

## РЕЦЕПТИ, ИЗПОЛЗВАНИ ПРИ ПОВИШЕНА НЕРВНА ВЪЗБУДИМОСТ И БЕЗСЪНИЕ

### Рецепта № 1

Корени от диланка	- 1
Стръкове от дяволска уста	- 3
Стръкове от блатен бял смил	- 3
Стръкове от хвойна	- 4

4 супени лъжички от сместа са заливат с 1 л вряла вода и се оставят в слаба фурна 12 часа. Прецежда се. Пие се по 1 супена лъжица 4 пъти на ден.

**Рецепта № 2**  
**(при повишена нервна възбудимост и истерични припадъци)**

Стръкове от мащерка	- 2
Стръкове от бластен бял смил	- 3
Стръкове от лазаркиня	- 4
Стръкове от дяволска уста	- 4
Листа от къпина	- 5

4 супени лъжици от сместа се заливат в 1 л Вряла вода и престояват 2-3 часа. Пие се по половин чаша 4 пъти на ден 1 час след ядене.

**Рецепта №3**  
**(успокояваща)**

Листа от водна детелина	- 2
Листа от мента	- 2
Корени от ангелика	- 3
Коренища от гулянка	- 3

1 супена лъжица от сместа се запарва в 1 чаша Вряла вода, престоява 1 час и се прецежда. Пие се топло по 1/2 чаша 3 пъти на ден, последния път вечер преди лягане.

**Рецепта №4**  
**(успокоителна - за деца)**

Семена от резене	- 1
Цветове от лайка	- 1
Корени от лечебна ружа	- 2
Сладък корен	- 2
Корени от пълзящ пирей	- 2

2 супени лъжици от сместа се заливат с чаша Вряла вода, варят се 10 минути и се прецеждат. Пие се топло по 1 супена лъжица 2 пъти на ден.

**РЕЦЕПТИ, ИЗПОЛЗВАНИ ПРИ**  
**СЪРДЕЧНО-СЪДОВИ ЗАБОЛЯВАНИЯ**

**Рецепта № 1**  
**(при сърдечни неврози и силно сърцебиене)**

Корени от гулянка	- 2
Листа от маточина	- 2
Стръкове от бял равнец	- 3
Стръкове от жълта кантарион	- 3

1 супена лъжица от сместа се запарва с 2 чаши Вряла Вода, престоява няколко часа и се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 1 пъти на ден на гълтки.

### *Рецепта № 2*

Цветове от момина сълза	- 1
Семена от резене	- 2
Листа от мента	- 3
Корени от гулянка	- 4

1 супена лъжица от сместа се запарва с 2 чаши Вряла Вода, престоява 1 час и се прецежда. Пие се по 1/4 чаша 1-2 пъти на ден.

### *РЕЦЕПТА ЗА СЪРДЕЧНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ, ЗАДУХ, СВЕТОВЪРТЕЖ И НЕРВНИ РАЗСТРОЙСТВА*

Цветове от лайка	- 1
Стръкове от дяволска уста	- 3
Стръкове от бластен бял смил	- 3
Цветове от глоз	- 3

1 супена лъжица от сместа се накисва за 8 часа в 1 чаша Вряла Вода, после се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 3 пъти на ден след ядене.

### *РЕЦЕПТА ПРОТИВ АСТМА*

Стръкове от великденче	- 1
Стръкове от червен кантарион	- 1
Плодове от хвойна	- 1
Стръкове от горчив пелин	- 1
Листа от бръшлян	- 2
Листа от седефче	- 2
Стръкове от лечебна иглика	- 2
Стръкове от жълт кантарион	- 2
Корени от див анасон	- 3
Стръкове от пачи очиболоц	- 4

1 супена лъжица от сместа се запарват с 2 чаши Вряла Вода,



престояват няколко часа и се прецеждат. Пие се по 3/4 чаша с мляко 2-3 пъти на ден.

### **РЕЦЕПТА, ПРЕПОРЪЧВАНА ПРИ АРТЕРИОСКЛЕРОЗА**

Корени от глухарче	- 1
Корени от пълзящ пирей	- 1
Корени от лечебно сапунче	- 1
Стръкове от бял равнец	- 1

1 супена лъжица от сместа се запарва с 1 чаша Вряла Вода. Престоява 1-2 часа. Пие се по 3/4 чаша сутрин на гладно.

### **РЕЦЕПТИ, ИЗПОЛЗВАНИ ПРИ ПОВИШЕНО КРЪВНО НАЛЯГАНЕ (ХИПЕРТОНИЯ)**

#### **Рецепта № 1**

Настойка от стръкове на дяволска уста	- 1
Стръкове от бял смил	- 1
Цветове от глог	- 1
Стръкове от бял имел	- 1

4 супени лъжици от сместа са киснат 8 часа в 1 л Вряла Вода и се прецеждат. Пие се по 1/2 чаши 3 пъти на ден.

#### **Рецепта № 2**

Настойка от цветовете на арника	- 1
Цветове от глог	- 3
Плодове от глог	- 3
Стръкове от хвощ	- 3
Стръкове от бял имел	- 3
Скилдки чесън	- 3
Стръкове от бял равнец	- 4

1 супена лъжица от сместа се накисва в 1 чаша Вряла Вода и се прецежда. Пие се по 1/4 чаша 4 пъти на ден преди ядене.

**РЕЦЕПТИ, ИЗПОЛЗВАНИ ПРИ ЗАБОЛЯВАНЕ  
НА ДИХАТЕЛНИТЕ ОРГАНИ (ПРИ КАШЛИЦА)**

**Рецепта № 1 (гръден чай)**

Листа и цветове от погбел	- 1
Цветове от лопен	- 1
Цветове от черен бъз	- 1
Липов цвят	- 1
Корени от пирей	- 1
Корени от черен оман	- 1

1 супена лъжица от сместа се залива за 8 часа в 1 чаша вряла вода. Пие се по 1/4 чаша 4 пъти на ден.

**Рецепта № 2**

**(гръден чай, облекчаващ отхрачването)**

Цветове от погбел	- 2
Цветове от черен бъз	- 2
Липов цвят	- 2
Цветове от посевна елда	- 2
Цветове от лопен	- 3
Стръкове от медуница	- 3
Цветове от лекарствена ружа	- 3
Чашчелистчета от макови цветове	- 3

Заливат се с 1 л вряла вода 40 г от сместа, оставят се 12 часа в слаба фурна и се прецеждат. Пие се по 1/4 чаша през 2 часа.

**Рецепта № 3**

**(гръден чай, облекчаващ отхрачването при кашлица)**

Листа от погбел	- 1
Семена от анасон	- 1
Корени от лекарствена ружа	- 1
Сладък корен	- 1

1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода, престоива 1/2 час и се прецежда. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден след ядене.

**Рецепта № 4 (гръден чай)**

Цветове от лопен	- 2
Листа от градински чай	- 3
Сладък корен	- 3
Борови връхчета	- 4
Семена от анасон	- 4
Корени от лекарствена ружа	- 4

1 супена лъжица от сместа се накисва за 3 часа в 1 чаша вряла вода в затворен съд, след това се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 2-3 пъти на ден след ядене.

**РЕЦЕПТИ ЗА ИЗПЛАКВАНЕ НА ГЪРЛОТО**

**Рецепта № 1**

Липов цвят	- 2
Цвят от лайка	- 3

**Рецепта № 2**

Липов цвят	- 1
Кора от гъб	- 2

Начин на използване на рецепти 1 и 2: 1 чаена лъжица от сместа се запарва в 1 чаша вода, прецежда се и се охлажда. Използва се топло.

**Рецепта № 3**

Корени от лекарствена ружа	- 1
Стръкове от риган	- 2
Кора от гъб	- 7

**Рецепта № 4**

Листа от лекарствена ружа	- 2
Стръкове от риган	- 4
Кора от гъб	- 5

Начин на използване на рецепти 3 и 4: 2 супени лъжици от сместа се заливат с 1 чаша вряла вода, престояват 20 минути, прецеждат се и се охлаждат. Употребяват се по няколко пъти на ден като стягащо и облекчаващо средство.

### СТОМАШНО-ЧРЕВНИ РЕЦЕПТИ

#### Рецепта № 1 (при силни болки в стомаха и спазми)

Цветове от лайка - 1

Стръкове от бял равнец - 1

В 1 чаша вряла вода се добавят 2 супени лъжици от сместа. Прецежда се. Пие се по 1/2 чаша 3-4 пъти на ден.

#### Рецепта № 2

##### (при болки в стомаха с подуване и парене)

Стръкове от жълт кантарион - 1

Стръкове от бял смил - 1

Стръкове от червен кантарион - 1

3 супени лъжици от сместа се заливат с 1 л вряла вода. Пие се по 1/2 чаши 4-5 пъти на ден.

#### Рецепта № 3 (при чревни спазми и метеоризъм)

Корени от гулянка - 1

Листа от мента - 1

Цветове от лайка - 1

Семена от кимион - 1

Семена от резене - 1

С 1 чаша вряла вода се заливат 2 чаени лъжици от сместа, престоява 20 минути. Приема се топло по 1/2 чаша сутрин и вечер.

#### Рецепта № 4

##### (при катар на стомаха и понижена киселинност)

Стръкове от червен кантарион - 2

Стръкове от жълт кантарион - 2

Стръкове от бял равнец - 2

Корени от синя минтаява - 2

Стръкове от цикория - 3

Стръкове от росопас - 4

В 1 л вода се киснат 15 г от сместа в продължение на 12 часа, след това се вари 5 минути. Престоява 1/2 час и се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 4 пъти на ден.

### **Рецепта № 5**

*(при катар на стомаха и липса на апетит)*

Стръкове от бял равнец	- 1
Стръкове от червен кантарион	- 1
Корени от синя тинтява	- 1

1 супена лъжица от сместа се залива за 1 час с 3 чаши вода, след това се вари 10 минути и се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 4-5 пъти на ден преди ядене.

### **Рецепта № 6 (при стомашно-чревен катар с болести на черния дроб)**

Семена от резене	- 2
Цветове от лайка	- 2
Липов цвят	- 3
Листа от маточина	- 3
Цветове от черен бъз	- 4
Листа от мента	- 6

1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша вряла вода, престоива 2 часа и се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 3-4 пъти на ден 1 час след ядене.

### **Рецепта № 7**

*(при катар на стомаха, при повишена киселинност)*

Семена от кимион	- 6
Листа от мента	- 10
Коренца от бластен аир	- 10
Цветове от бял равнец	- 15
Стръкове от червен кантарион	- 20
Стръкове от пача трева	- 20
Листа от жиловлек	- 40
Стръкове от жълт кантарион	- 40
Стръкове от бял смил	- 40

С 1 л вряла вода се заливат 40 г от сместа, след това се прецеждат. Пие се по 1/2 чаша 4 пъти на ден 1 час след ядене.

**Рецепта № 8 (при повишена киселинност на стомашния сок с парене и запек)**

Стръкове от жълт кантарион	- 1
Стръкове от водна детелина	- 1
Стръкове от бял смил	- 1
Стръкове от вратига	- 1
Корени от гулянка	- 1
Корени от синя тинтява	- 1
Коренца от бластен аур	- 1
Портокалови кори	- 1

40 г от сместа се заливат с 1/2 л вода и се оставят на светло да престоят 21 ден, след това се прецеждат. Пият се по 2 супени лъжици на гладно сутрин и вечер.

**Рецепта № 9 (за подобряване на храносмилането)**

Корени от гулянка	- 1
Коренца от бластен аур	- 1
Листа от мента	- 2
Кора от зърнастец	- 3
Листа от коприва	- 3

1 супена лъжица от сместа се залива за 4 часа с 1,5 чаша Вряла вода. Прецежда се и се пие по 1/2 чаша 3 пъти на ден половин час преди ядене.

**Рецепта № 10 (при склонност към спазми на стомашно-чревния тракт)**

Корени от гулянка	- 1
Цветове от черен бъз	- 1
Липов цвят	- 1
Листа от мента	- 1

1 супена лъжица от сместа се залива за 3-4 часа с 2 чаша Вряла вода, след това се прецежда. Пие се по 1/4 чаша 3-4 пъти на ден.

### **СЛАБИТЕЛНИ ЧАЙОВЕ**

#### **Рецепта № 1**

Плодове от анасон	- 1
Сладък корен	- 1
Кора от крехък зърнастец	- 2
Плодове зърника	- 2
Листа от касия (майчин лист)	- 3

#### **Рецепта № 2**

Стръкове от бял равнец	- 1
Листа от коприва	- 2
Кора от крехък зърнастец	- 3

Начин на използване на слабителни чайове 1 и 2: 1 супена лъжица от сместа се запарва с 1 чаша Вряла Вода, престоява няколко часа и се прецежда. Пие се по 1/4 чаша 3-4 пъти на ден.

#### **Рецепта № 3**

Стръкове от жълта комунига	- 1
Листа от коприва	- 1
Кора от зърнастец	- 3

#### **Рецепта № 4**

Сладък корен	- 1
Семена от кимион	- 1
Плод от кориандър	- 1
Кора от зърнастец	- 8

#### **Рецепта № 5**

Семена от кимион	- 1
Листа от водна детелина	- 2
Стръкове от жълта комунига	- 2
Кора от зърнастец	- 5

Начин на използване на слабителни чайове 3, 4 и 5: 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша Вряла Вода, престоява 1/2 часа, прецежда се. Пие се вечер преди лягане по 1/2 чаша.

## РЕЦЕПТИ, ПРЕПОРЪЧВАНИ ПРИ ДИАРИИ

### Рецепта № 1

Коренца от планински очиболец	- 1
Кора от гъб	- 1

### Рецепта № 2

Стръкове от пача трева	- 1
Стръкове от пачи очиболец	- 2
Листа от жиловлек	- 2

Начин на използване на затягащи чайове 1 и 2: 1 супена лъжица от сместа се запарва в 1,5 чаша Вряла Вода, престоява 1/2 час, след това се прецежда. Пие се по 1/4 часа 3-4 пъти на ден.

## РЕЦЕПТИ ЗА ПОВИШАВАНЕ НА АПЕТИТА

### Рецепта № 1

Стръкове от горчив пелин	- 1
Коренца от блатен аир	- 1
Листа от водна дотелина	- 1
Семена от кимион	- 1

### Рецепта № 2

Листа от водна дотелина	- 1
Стръкове от червен кантарион	- 1
Стръкове от горчив пелин	- 1

Начин на използване на рецептите за повишаване на апетита № 1 и 2: 1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша Вряла Вода, престоява 20 минути и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 2-3 пъти на ден 15 минути преди ядене.

## РЕЦЕПТА ПРОТИВ ПОВРЪЩАНЕ

Листа от маточина	- 3
Листа от мента	- 3
Плодове от лайка	- 4

1 супена лъжица от сместа се залива с 1 чаша Вряла Вода, престоява 1/2 час и се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 2-3 пъти на ден.



### **ЧАЙ ПРОТИВ ХЕМОРОИДИ**

Листа от касия (майчин лист)	- 1
Стръкове от бял завнец	- 1
Кора от зърнастец	- 1
Сладък корен	- 1
Семена от кориангър	- 1

1 супена лъжица от сместа се запарва с 1 чаша Вряла вода, престоява 1 час, прецежда се. Пие се по 1/4 чаша 3-4 пъти на ден.

### **ВИТАМИНЕН ЧАЙ**

Плодове от шипка	- 1
Листа от малина	- 1
Листа от черно френско грозде	- 1
Листа от червени боровинки	- 2

1 супена лъжица от сместа се попарва с чаша Вряла вода, вари се 10 минути, престоява 4 часа. Пие се по 1/2 чаша 2-3 пъти на ден.

### **РЕЦЕПТИ ПРИ ЗАХАРНА БОЛЕСТ (ДИАБЕТ)**

#### **Рецепта № 1**

Листа от черни боровинки	- 1
Сухи бобови шушулки	- 1
Ленено семе	- 1
Овесена слама	- 1

В 3 чаши вода се варят 3 супени лъжици от сместа в продължение на 10 минути, след това престоява в слаба фурна 20 минути. Пие се по 1/4 чаша 6-8 пъти на ден.

#### **Рецепта № 2**

Корени от реней	- 1
Сухи бобови шушулки	- 1
Листа от черна боровинка	- 1

В 1 л вода се накисват 60 г от сместа, вари се 5 минути, престоява 1 час и се прецежда. Пие се по 3/4 чаша 5 пъти на ден 1 час след ядене.

## РЕЦЕПТИ, ИЗПОЛЗВАНИ ПРИ БОЛЕСТИ НА ЧЕРНИЯ ДРОБ

### Рецепта № 1

Цветове от лайка	- 1
Стръкове от пача трева	- 2
Стръкове от синя жлъчка	- 3
Кора от крехък зърнастец	- 3
Стръкове от жълт кантарион	- 4
Цветове от пясъчен жълт смил	- 4
Цветове от невен	- 4

20 г от сместа се накисват с 3 чаши вода и престояват 12 часа. След това се варят 5 минути, настойката престоява още 1/2 часа и се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 4 пъти на ден 1 час след ядене.

### Рецепта № 2

Стръкове от жълт кантарион	- 2
Стръкове от пясъчен жълт смил	- 3

С 1 л вода се заливат 4 супени лъжици от сместа, престоява 12 часа. После се вари 5-10 минути и се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 4 пъти на ден 1 час след ядене.

### Рецепта № 3

Стръкове от змийско мляко	- 1
Цветове от лайка	- 1
Листа от водна детелина	- 1

1 супена лъжица от сместа се попарва с чаша Вряла вода, престоява 1 час и се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 1 час след ядене - сутрин и вечер.

### Рецепта № 4 (при чернодробни и бъбречни болести и жълтеница)

Царевична коса	- 3.
Цветове от пясъчен жълт смил	- 3
Стръкове от луличка	- 3

40 г от сместа се заливат в 1 л Вряла вода и се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 4 пъти на ден 1 час след ядене.

## **ЖЛЪЧОГОННИ ЧАЙОВЕ**

### **Рецепта № 1**

Листа от мента	- 2
Семена от кориандр	- 2
Листа от водна гетелина	- 3
Цветове от пясъчен жълт смил	- 4

Заливат се 2 супени лъжици от сместа с 2 чаши вряла вода, престоява 1/2 час и се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 3 пъти на ден 20 минути преди ядене.

### **Рецепта № 2**

Цветове от пясъчен жълт смил	- 1
Стръкове от бял равнец	- 2
Стръкове от горчив пелин	- 2
Листа от мента	- 2

Накисват се 2 чаени лъжици от сместа с 2 чаши изстудена преварена вода в продължение на 8 часа. Пие се по 1/2 чаша 4 пъти на ден 20 минути преди ядене.

### **Рецепта № 3**

Корени от ревен	- 2
Цветове от пясъчен жълт смил	- 3
Стръкове от бял равнец	- 5

1 супена лъжица от сместа се запарва с чаша вряла вода, престоява 1/2 час, прецежда се и се охлажда. Пие се вечер при жлъчно-каменна болест.

## **РЕЦЕПТИ, ИЗПОЛЗВАНИ ПРИ ВОДЯНКА, РЕВМАТИЗЪМ И ПОДАГРА**

### **Рецепта № 1**

Цветове от блатен тъжник	- 2
Стръкове от изсилвиче	- 2
Стръкове от пача трева	- 2
Стръкове от хвоц	- 2
Цветове от синя метличина	- 2
Царевична коса	- 2

Листа от мечо грозде	- 3
Сухи бобови шушулки	- 3
Брезови пъпки	- 3

За 12 часа се накисват 4 супени лъжици от сместа в 1 л вода, после се вари 5 минути, отново престоява 1/2 час и се прецежда. Пие се топло по 1/2 чаша 4 пъти на ден 1 час след ядене.

### Рецепта № 2

Коренища от пълзящ пурей	- 4
Стръкове от великденче	- 4
Корени от репей	- 6
Стръкове от арагинска теменуга	- 6

Варят се 15 минути 40 г от сместа в 1 л вода. Пие се по 1/2 чаша 5 пъти на ден 1 час след ядене.

## ЧАЙОВЕ, ИЗПОЛЗВАНИ ПРИ ОСТРО И ХРОНИЧНО ВЪЗПАЛЕНИЕ НА БЪБРЕЦИТЕ

### Рецепта № 1

Цветове от лайка	- 3
Царевична коса	- 4
Стръкове от пача трева	- 4
Стръкове от изсипливче	- 4
Цветове от риган	- 4
Стръкове от хвоц	- 6
Брезови пъпки	- 6
Стръкове от жълт кантарион	- 8
Листа от мечо грозде	- 8

4 супени лъжици от сместа се накисват за 12 часа с 1 л вода, след това се варят 10 минути и се прецеждат. Пие се по 1/2 чаша 4 пъти на ден 1 час след ядене.

### Рецепта № 2

Стръкове от хвоц	- 2
Брезови пъпки	- 3
Стръкове от горицвет	- 4
Листа от мечо грозде	- 5

14 г от сместа се заливат с 2 чаши вряла вода и се оставят в слаба фурна. Пие се по 1 супена лъжица 6-8 пъти на ден. Да се спазва млечна безсолна диета.

## **ЧАЙОВЕ, ИЗПОЛЗВАНИ ПРИ ВЪЗПАЛЕНИЕ НА БЪБРЕЦИТЕ И ПИКОЧНИЯ МЕХУР**

### **Рецепта № 1**

Стръкове от изсипливче	- 1
Липов цвят	- 1
Цветове от лайка	- 1
Цветове от пясъчен жълт смил	- 2
Брезови пъпки	- 2
Стръкове от жълт кантарион	- 2
Стръкове от плавун	- 2

На 11 супени лъжици от сместа се добавят по 50 плода от глог, офика или неузрели къпини; 4 супени лъжици от надробената смес се заливат с 1 л вода и се държи в слаба фурна в продължение на 12 часа, вари се 15 минути, добавят се 100 счукани шипки, още 4 часа се държи в затворен съд в гореща фурна в продължение на 4 часа. Сместа се разтрива и прецежда. Настойката се приема по 1/4 чаша на всеки час, но не повече от 2-2,5 чаши в денонощие.

### **Рецепта № 2 (при заболяване на пикочния мехур)**

Слама от зелен овес	- 1
Шипки	- 1
Стръкове от мащерка	- 1
Стръкове от пача трева	- 1
Стръкове и корени от цикория	- 1

1 супена лъжица от сместа се попарва с 2 чаши вряла вода, престоява 4 часа и се прецежда. Пие се по 3/4 чаша 1-2 пъти на ден.

### **Рецепта № 3 (при болести на пикочния мехур)**

Цветове от пясъчен жълт смил	- 3
Стръкове от пача трева	- 3
Брезови пъпки	- 3
Млади филизи от тую	- 3
Листа от жиловлек	- 4
Листа от мечо грозде	- 4
Стръкове от изсипливче	- 4

40 г от сместа се накисват за 12 часа в 1 л вода, варят се 10 минути. Отварата се пие по 1/2 чаша 4 пъти на ден 1 час след ядене.

## **ПИКОЧОГОННИ ЧАЙОВЕ**

### **Рецепта № 1**

Брезови листа - 1

Стръкове от хвош - 1

2 супени лъжици от сместа се заливат с 2 чаши Вряла вода. Престоява 1/2 час и се прецежда. Изпива се на три пъти през деня.

### **Рецепта № 2**

Стръкове от изсипливче - 1

Листа от мечо грозде - 1

2 супени лъжици от сместа се заливат с 1,5 чаши Вряла вода, вари се още 10 минути, престоява 1/2 час и се прецежда. Изпива се на няколко пъти през деня.

## **ПОТОГОННИ ЧАЙОВЕ, ИЗПОЛЗВАНИ ПРИ ПРОСТУДНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ**

### **Рецепта № 1**

Стръкове от риган - 1

Плодове от малина - 2

Листа от погребел - 2

### **Рецепта № 2**

Лилов цвят - 3

Цветове от лопен - 3

Цветове от черен бъз - 4

Начин на приложение на потогонни чайове 1 и 2: 1 супена лъжица от сместа се запарва с 1 чаша Вряла вода, после се прецежда. Пие се горещо по 1/2 чаша 3-4 пъти на ден.

### **Рецепта № 3**

Листа от мента - 1

Цветове от черен бъз - 1

Лилов цвят - 1

### *Рецепта № 4*

Липов цвят	- 1
Цветове от черен бъз	- 1

Начин на приложение на потогонни чайове 3 е 4: 1 супена лъжица от сместа се попарва с 1 чаша вряла вода, още 10 минути се вари и се прецежда. Пие се горещо, като чай, на 2 пъти.

### *Рецепта № 5 (при ревматизъм и грипозни състояния)*

Кора от върба	- 1
Семена от анасон	- 1
Листа от подбел	- 1
Липов цвят	- 1
Плодове от малина	- 1

1 супена лъжица от сместа се запарва с 1,5 чаша вряла вода, вари се още 5 минути и се прецежда. Пие се по 1 чаша горещо, като чай, вечер преди лягане.

### **РЕЦЕПТА ЗА НАМАЛЯВАНЕ И ПРЕКРАТЯВАНЕ НА ИЗПОТЯВАНЕТО**

Корени от гуля-ка	- 1
Стръкове от хвоц	- 1
Листа от градински чай	- 8

1 супена лъжица от сместа се запарва с 2,5 чаши вряла вода, престоява 2 часа и се прецежда. Пие се студено по 1/2 чаша на глътки - 1-2 пъти на ден.

### **РЕЦЕПТИ, ИЗПОЛЗВАНИ ПРИ БЪБРЕЧНОКАМЕННА БОЛЕСТ**

#### *Рецепта № 1*

Листа от черен пелин	- 2
Стръкове от хвоц	- 2
Семена от копър	- 2
Листа от мечо грозде	- 3
Семена от морков	- 3

В слаба фурна се поставят за 12 часа 12 г от сместа, залети с 2 чаши вода, после настойката се вари още 5 минути. Пие се по 1/2 чаша 4 пъти на ден 1 час след ядене.

### Рецепта № 2

Листа от мечо грозде	- 1
Стръкове от изципливче	- 1
Стръкове от пача трева	- 1
Царевична коса	- 1
Сухи бобови шушулки	- 1

В чаша Вряла Вода се пускат 15 г от сместа и се оставят 8 часа. Пие се топло по 1/4 чаша 4 пъти на ден 1 час след ядене.

### Рецепта № 3 (при болки от бъбречнокаменна болест)

Брезови листа	- 1
Корени от гръмогрън	- 1
Плодове от хвойна	- 1
Стръкове от мащерка	- 1
Листа от пачи очиболец	- 2

### Рецепта № 4 (при заболявания, свързани с отделянето на пикочна киселина)

Плодове от хвойна	- 1
Сухи бобови шушулки	- 2
Листа от черна боровинка	- 2

Начин на използване на чайове 3 и 4: 1 супена лъжица от сместа се запарва с 1 чаша Вряла Вода, престоява в продължение на няколко часа и се прецежда. Пие се по 1/4 чаша 3-4 пъти на ден.

### ЧАЙОВЕ, ВЛИЯЕЩИ ВЪРХУ ОТДЕЛЯНЕТО НА МЛЯКО ПРИ КЪРМАЧКИ

#### Рецепта № 1 (за увеличаване на млякото)

Семена от анасон	- 1
Семена от копър	- 1
Семена от резене	- 1

1 супена лъжица от сместа се попарва в 1 чаша Вряла Вода, престоява 1/2 час и се прецежда. Пие се по 3/4 чаша 2 пъти на ден.



### **Рецепта № 2 (за намаляване на млякото)**

Листа от орех	- 1
Хмелови шишарки	- 2
Листа от градински чай	- 2

1 супена лъжица от сместа се запарва с 2 чаши вряла вода, престоява 1 час и се прецежда. Пие се по 3/4 чаша 2 пъти на ден.

### **ЧЪЙОВЕ, ИЗПОЛЗВАНИ ПРИ МЕНСТРУАЦИЯ**

#### **Рецепта № 1 (при болезнени менструации)**

Кора от крехък зърнастец	- 3
Брезови листа	- 3
Цъфнали свежи клончета от хвойна	- 4
Цветове от лайка	- 10
Листа от мента	- 10
Корени от гулянка	- 10

1 супена лъжица от сместа се запарва с 1/4 чаща вряла вода. Пие се горещо по 1/4 чаша на ден - на няколко пъти.

#### **Рецепти № 2 (при болезнени менструации)**

Цветове от бяла мъртва коприва	- 1
Листа от цариче	- 2
Стръкове от лайка	- 2
Стръкове от водно пипериче	- 5

2 супени лъжици от сместа се заливат с 3 чаши вода и се варят докато обемът на течността намалее до 2 чаши. Пие се топло по 3/4 чаши 2 пъти на ден.

#### **Рецепта № 3 (за засилване на менструацията)**

Стръкове от жълт кантарион	- 1
Цветове от трънка	- 1

#### **Рецепта № 4 (за спиране на менструацията)**

Стръкове от овчарска торбичка	- 3
Стръкове от пача трева	- 3
Стръкове от бял имел	- 4

Начин на приложение на смеси 3 и 4: 1 супена лъжица от сместа се запарва с 1 чаша вряла вода, престоява 1/2 час и се прецежда. Пие се по 3/4 чаша всеки ден вечер.

**РЕЦЕПТА, ПРЕПОРЪЧВАНА ЗА КЛИМАКТЕРИУМА  
(ПРИ ПРЕКРАТЯВАНЕ НА МЕНСТРУАЦИЯТА)**

Цветове от глог	- 2
Стръкове от бластен бял смисъл	- 3
Стръкове от миризлива лазаркия	- 4
Стръкове от дяволска уста	- 4
Листа от къпина	- 5

С 1 л Вряла вода се заливат 4 супени лъжици от сместа, после се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 3-4 пъти на ден 1 час след ядене.

**КРЪВОСПИРАЩА РЕЦЕПТА**

Стръкове от овчарска торбичка	- 1
Стръкове от хвоц	- 1

2 чаени лъжици от сместа се заливат с 2 чаши охладена преварена вода, престояват 8 часа, после се прецеждат и към извлека се добавя 1 чаша Вряла вода. Пие се по 1/2 супена лъжица през ден, при бърбечни кръвотечения - 2 пъти на ден.

**РЕЦЕПТИ ЗА КОЖНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ  
(КРЪВООЧИСТИТЕЛНИ)**

**Рецепта № 1**

Листа от коприва	- 2
Цветове от невен	- 2
Стръкове от великденче	- 2
Стръкове от хвоц	- 2
Листа от орех	- 2
Листа от камшик	- 3
Цветове от синя метличина	- 3
Стръкове от градинска теменуга	- 4

С 1 л вода се заливат 4 супени лъжици от сместа и се оставят 12 часа; после се вари 5 минути и се прецежда. Пие се по 1/2 чаша 4-5 пъти на ден в продължение на 6 седмици

### *Рецепта № 2*

Орехови листа	- 1
Стръкове от камшик	- 2
Листа от черно френско грозде	- 2
Цветове от бяла мъртва коприва	- 2
Цветове от бял равнец	- 2
Листа от градинска ягода	- 3
Корени от репей	- 3
Стръкове от градинска теменуза	- 4

В 1 л Вода се пускат 20 г от сместа и се вари 10 минути, престоява 1 час и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица през 1 час - 5-6 пъти на ден.

### *Рецепта № 3 (при предразположение към кожни заболявания)*

Орехови листа	- 1
Стръкове от миризлива лазаркия	- 4
Липов цвят	- 5

1 супена лъжица от сместа се залива с 1,5 чаши Вряла Вода, престоява 4 часа и се прецежда. Пие се по 1 чаша сутрин нагладно.

### *Рецепта № 4 (Външно при скрофулозни обриви)*

Стръкове от бабичева трева	- 1
Стръкове от върбинка	- 1
Цветове от градинска теменуза	- 2

20 г от сместа се варят 10 минути в 100 г слънчогледово олио, престоява 8 часа и се прецежда. Поразените места се намазват по няколко пъти на ден.

### *Рецепта № 5 (Външно за премахване на скрофулозни лунички)*

Сок от корени на магданоз	- 1
Лимонов сок	- 1

Със сместа се намазва лицето вечер преди лягане.

### *Рецепта № 6 (Аверин чай - против скрофулоза)*

Стръкове от сладко куче грозде	- 1
Стръкове от полска теменуга	- 4
Стръкове от камшик	- 4

1 супена лъжица от сместа се запарва с 1 чаша вряла вода, престоява 1-2 часа и се прецежда. Пие се по 1 супена лъжица 3-4 пъти на ден.

### *Чай от червени боровинки*

За приготвяне на 1 л, чай 3 супени лъжици изсушени листа от червена боровинка са заливат с вряла вода. Престоява 10-20 минути, добавят се 3 супени лъжици захар (може и мед). Чаят е готов.

Той подобрява дейността на стомаха, особено при понижена киселинност, помага при диарии и други разстройства на храносмилането. Безвреден е и в големи количества.

### *Напитка на дългожителите*

В съд се слага 1 супена лъжица изсушени плодове от черен бъз, налива се и половин литър вода. Отварата се прецежда и се добавят 2 супени лъжици мед. Пие се горещо.

### *Чай от хвойна*

Смесват се по 1 част от изсушени цветове на хвойна и листа от цветове на шипка и 2 части изсушени листа от горска ягода. Сместа се съхранява в сухо и тъмно място в затворен стъклен или металически съд. Чаят се запарва на малки порции.

Чаят от хвойна има успокояващо и сънотворно действие.

### *Комбиниран чай от риган*

Взимат се по 1 част плодове от черен бъз, листа от цветове и плод от шипка и по 3 части стръкове от: риган, жълт кантарион и мента. Всичко се смесва; 2 супени лъжици от сместа се заливат с 1 л вряла вода. Престоява. Чаят трябва да се приготвя непосредствено преди употреба. Пие се при душевни страдания, мъка и конвулсии.

### ***Чай от жълт кантарион***

Взема се половин чаша шипки, чаша счукан жълт кантарион (тревя против 99 болести, казва народът за жълтия кантарион!), 2,5 чаши изсушен риган. Сместа се използва за чайове. Прилага се при грип, ангина, ревматизъм, главоболие, болести на черния дроб. При деца чаят предпазва от неволно напикаване през нощта по време на сън.

### ***Чай от жълт кантарион и листа от френско грозде***

Смесват се равни части изсушени листа от френско грозде и жълт кантарион. Използва се като запарка за чай. Съхранява се в стъклен или метален съд, покрит с капак.

### ***Комбиниран чай от дотелина***

Взимат се стръкове от жълт кантарион и листа от френско грозде, изсушени при стайна температура на сянка - по 1 част, главички от дотелина - 2 части. Сместа се използва за запарки. Пие се при простуда, малокръвие, при загуба на тегло, треска, белодробни заболявания.

### ***Чай от цветове на лопен***

Смесват се по 2 части сухи цветове от лопен и листенца от цвят на шипка. Сместа се съхранява в сухо и тъмно място в плътно затворени съдове. Запарва се като обикновен чай. Служи като облекчаващо и отхрачващо средство при всички видове катарни на гърлото и белите дробове, при кашлица, бронхит и белодробна астма.

### ***Чай от лечебна динка и жълт кантарион***

Смесват се равни части от изсушени стръкове на жълт кантарион и лечебна динка. Сместа се съхранява с затворен съд. Заварява се като обикновен чай. Действа като противовъзпалително, кръвоспиращо и затягащо средство.

### **Студен малинов чай**

Взимат се 120 г малинов сок и 80 г мляко и се добавят в чаши с не-подсладен силен чай. Охлажда се в хладилник. Напитката е готова за употреба. В народната медицина малината е потогонно средство при грип, простуда и т.н.

### **Комбиниран чай с маточина**

Смесват се равни части стръкове от жълт кантарион, стръкове от изсушена маточина и липов цвят. Съхранява се в съд, на сухо и тъмно място. Сместа се използва като запарка за чай.

Успокояващо средство, помага при световъртеж и припадъци.

### **Чай от блатен тъжник**

Взимат се 200 г цветове от блатен тъжник (брястнолистно орехче) и 20 г листенца от цветове на шипка. Изсушените цветове и листа (на сянка при стайна температура) се смесват. Употребява се при нефрити, подагра, болки в стомаха и пикочния мехур.

### **Комбиниран чай от мента, риган и жълт кантарион**

Взимат се по 100 г мента, риган и жълт кантарион. Изсушените на въздух компоненти се смесват и се съхраняват в затворен стъклен, дървен или иглен съд на сухо място.

Запарва се непосредствено преди употреба за запазване аромата на ментата и ригана. Пие се при простуди, като успокоително, при обща слабост, при душевни заболявания, за повишаване на общия тонус на организма.

### **Чай от офика**

Смесват се 25 г изсушени листа от френско грозда, 50 г плодове от малина, 300 г изсушени плодове от офика. Използва се като запарка за чай. Пие се при простудни заболявания.

### **Ароматен чай от офика**

Смесват се 30 г цветове от офика и по 100 г мента и изсушени плодове от офика. Използва се за запарка - 1-2 супени лъжици на чаша вряла вода. Захар на вкус.

### ***Чай от дива мащерка***

Взимат се изсушени: 20 г листа от червена боровинка, листа от дива мащерка, стръкове от жълт кантарион - по 100 г. Сместа се използва за приготвяне на чай, който се пие при лошо храносмилане, подуване на корема при бъбречни оплаквания, а също и като кръвопречистващо, пикочогонно и укрепващо стомаха средство.

### ***Витаминен чай с плодове от шипка***

Взима се 1/2 чаша изсушени плодове от черно френско грозде, сухи листа от горска ягода и по 1 чаша - сухи плодове от шипка, офика и изсушени моркови.

Сместа се използва за чай: 2 супени лъжици от сместа се заливат с 2 чаши вряла вода и престояват 5-7 минути.



# СИБИРСКИ ЛЕЧЕБНИК

ТОЗИ ЛЕЧЕБНИК  
СЪДЪРЖА ОКОЛО  
300 ИЗПИТАНИ  
РЕЦЕПТИ НА РУСКИ  
ЗНАХАРИ, ЛЕКАРИ-  
ГЕОБАЛИСТИ ОТ  
РАЗЛИЧНИ СТРАНИ,  
ЛЕКАРИ-НАТУРОПАТИ  
И ДРУГИ  
СПЕЦИАЛИСТИ.



## РЕВМАТИЗЪМ

### СРЕДСТВО ПРОТИВ ВСИЧКИ ВИДОВЕ РЕВМАТИЗМИ, ВКЛЮЧИТЕЛНО СТАВЕН:

800 г ситно накълцано сено (трици) се слагат в памучна торбичка и се кипват в тенджерата с 2 литра вода в продължение на 30 мин. Получената отвара се налива във вана и се добавя гореща вода до половината на ваната. Болният сяга във ваната и отгоре се покрива с брезент или голям найлонов лист така, че краищата му да висят извън ваната. В средата на брезента или найлона се прави дупка, по-голяма от размерите на главата и в изреза се зашива ластик с дължина малко по-малка от размерите на главата. По време на седенето във ваната главата се пъха в отвора. Сеното съдържа много *етерично масло*, което е силно лечебно средство против ревматизъм. Ако ваната не бъде покрита, етеричното масло ще се изпари заедно с водните пари. Водата трябва да бъде толкова гореща, колкото болният може да понесе. Веднага щом тя започне да изстива се добавя още гореща вода. Трябва да се спомне, че сеното трябва непременно да е във вид на трици. Най-добре е ваните да се правят късно вечер, след което болният веднага да легне в леглото. За лечение на застарял мускулен ревматизъм трябва да се направят поне 30 вани. Продължителността на една баня е от 45 минути до 1 час. При застарял ревматизъм всеки ден трябва да се прави вана, а в по-леки случаи - през ден.

Знахарите също така съветват да се ходи на *руска баня* всяка седмица и удрянето с метличка да бъде силно и много продължително. Това средство се препоръчва на хора със здраво сърце. При болно сърце ваните трябва да продължават не повече от 10 минути. По време на такава лечение болният трябва да се пази от простуда и течение.

Знаменитите знахари са на мнение, че основна причина за **ревматизма** е употребата на месо в храната. Месото предизвиква отделяне на много пикочна киселина в организма, която образува кристалчета. Тези кристалчета са остри като стъкло, наслагат се в мускулите и причиняват остри болки. Препоръчва се да се прекрати яденето на месо и да се премине на *вегетарианска храна*, повече да се употребяват сурови зеленчуци и плодове. Освен месото, по-малко да се яде риба, кашкавал и яйца.

По време на лечението е много нужно да се спазва диетата, иначе резултатът няма да бъде добър. Пет или шест седмици в годината вегетарианска храна ще ви предпази от много други болести.

Освен диетата, се препоръчва веднъж седмично пълно гладуване.

### **СТАРИНЕН НАЧИН ЗА ЛЕКУВАНЕ НА РЕВМАТИЗЪМ**

Взимат се 200 г сол и 100 г горчица на прах. Към тях се добавя газ за горене (керосин) в такова количество, че получената смес на напомня по гъстота на сметана. (Газта трябва да бъде добре изчистена).

Начин на лечение: вечер преди лягане сместа се втрива в болното място до пълно попиване (до сухо).

### **СТАРИННО СРЕДСТВО ПРОТИВ РЕВМАТИЗЪМ**

Взема се малко водна гъба (сунгер, бодяга). Прави се каша с една чаена лъжица краве масло. С нея се натриват болните места вечер преди лягане и отгоре се завързват с топла фланелена дреха. Ако от еднократно намазване болките не изчезнат, след 1 седмица процедурата се повтаря. При натриване кожата „ламва“.

### **СРЕДСТВО ЗА ОБЛЕКЧАВАНЕ НА РЕВМАТИЗЪМ В КРАКАТА**

Ушиват се торбички с размера на краката. Накъсват се брезови листа и с тях се пълнят торбичките. Вечер преди лягане болният пъха краката си в торбичките по такъв начин, че краката му от всички страни да се обвити с дебел слой листа. Краката силно ще се изпотяват, също като в парна баня. Понякога през нощта листата трябва да се подменят, ако са станали съвсем мокри. Няколко такива процедури ще доведат до пълно излекуване.

### **СРЕДСТВО СРЕЩУ ВСЯКАКЪВ РЕВМАТИЗЪМ**

Всички изследователи без изключение утвърждават, че навсякъде из необятната Русия с постоянен успех се използват брезовите пъпки като лечебно средство. Те помагат и при всички случаи на ревматизъм.

Пъпките се накисват във водка или спирт, и получената настойка се използва за втривания. Понякога такава настойка се използва и вътрешно, като се пие в малки дози. Брезовите пъпки понякога се заливат с вряла вода, престояват известно време в чайник и болният ги пие като чай за предизвикване на изпотяване. Но при ревматизъм за най-силно средство се счита мазило от брезови пъпки.

Лечебната смес се приготвя по следния начин: Взимат се 800 г съвсем прясно краве масло и се поставят в глинен съд заедно с брезови пъпки - един слой масло с дебелина 2 см, един слой брезови пъпки

ки и т. н. почти до напълване на съда. След това съдът се покрива с капак, замазва се с тесто, и се поставя за 24 часа в добре затоплена руска зидана печка. После сместа се намачкава и прецежда и към нея се добавят 2 г камфор, ситно счукан на прах. Получената маз се пази в прохладно място в добре затворен съд. С тази маз се натриват всички болни от ревматизъм места не по-рядко от веднъж на ден - вечер преди лягане.

Това средство помага при болки в кръста, опашната кост, гърба, лопатките и раменете.

### **ОЩЕ ЕДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ РЕВМАТИЗЪМ**

В голяма стъклена бутилка (напр. от шампанско) с плътно прилепваща тапа се наливат 200 г **зехтин**. Добавят се от 10 до 20 стръка **червен пипер** (в зависимост от желаната сила на разтвора) и още - 200 г чиста **газ** за горене. Бутилката се раздрусва, за да може всичко това да се размеси добре. Остава се на топло място 9 дни, като ежедневно бутилката трябва да се разтърсва. С получената смес се правят натривания вечер преди лягане. На сутринта се облича топло вълнено бельо и вълнени чорапи.

### **НАЧИН ЗА ЛЕКУВАНЕ НА ХЕМОРОИДИ**

Кипват се в тенджерата 3 литра вода. След това в нея се разтварят 200 г **хлебна мая**, тенджерата се похлупва за предпочитане с дървен капак. Сместа се излива в кофа и болният сяда върху нея. **Парната баня** на ануса продължава, докато от кофата се отдели пара. После анусът трябва да се намаже (отвътре и отвън) с **Вазелин** и да се изпие някакво слабително лекарство. Такива парни бани трябва да се правят не по-често от веднъж седмично. Две или три такива бани са напълно достатъчни.

### **ДРУГ НАЧИН ЗА ЛЕКУВАНЕ НА ХЕМОРОИДИ**

**Листа от трепетлика** се налагат върху болното място (фистулите) за 2 часа време. Ако болният започне да се безпокои, листата се махат и внимателно се измива болното място. След ден-два отново може да се повтори налагането с листа. С намаляване на големината на фистулите това трябва се прави все по-рядко, докато се стигне само до измиване със **студена вода**. След всяко холене по нужда анусът непременно трябва да се мие със студена вода.

При хемороиди много помага и пресен сок от плодове на **офика**. Този сок трябва да се пие три пъти дневно по 2 ракиени чашки с

малко добавена захар и после да се изпива чаша вода. Този сок действа по-добре от всякакво друго слабително средство.

### СРЕДСТВА ПРОТИВ МАЛАРИЯ

В малка торбичка се слагат около 10 г хинин, болният ляга и слага торбичката на гърдите си. Лежи така 3-4 часа. Когато в торбичката няма повече хинин (той се просмуква от порите на кожата), болният става. В Близкия изток този начин на лечение се счита за най-надежден.

При приемането на хинина **вътрешно** има една малка тайна: той трябва да се пие само при **изгрев слънце**, 5 дни наред. След това 2 дни се почива, т. е. не се приема лекарството, а след това 2 дни наред отново се пие. След изпиването на хинина задължително трябва да се заспи отново.

Два последователни дни се пие сутрин на гладно чай от **кора от върбови клончета** - 1 щипка счукани кори са сварява с 1,5 чаша вода, докато водата изври и остане в количество 1 чаша. Може да се добави мед, защото настойката е много горчива. Препоръчва се също под чаршафа на леглото да се сложат много листа от върба и върху тях да се спи.

Взима се 1 л вода и 300 г малки клончета със зелени листа от **люляк**. Сместа се вари в продължение на 20 минути, след това престоява 2 часа и се прецежда. Пие се по половин чаша 3 пъти на ден.

### СРЕДСТВО ПРОТИВ МАЛОКРЪВИЕ И ИЗТОЩЕНИЕ

В алуминиева тенджерата се смесват по 200 г **какао** на прах, чиста топена **свинска мас** и **краве масло**. Тенджерата се слага на слаб огън и от време навреме се разбърква с лъжица, да не заgorи. Разбърква се докато сместа изцяло се разтвори и започне да кипи. Тенджерата се сваля от огъня и се оставя да изстине, после се излива в стъклен буркан и се съхранява на хладно и тъмно място.

**Начин на употреба:** 1 чаена лъжица от сместа се слага в чаша горещо **мляко**, разбърква се и се пие възможно най-горещо. Това помага много особено на слаби деца при малокръвие и изтощение.

Взимат се 400 г **сланина** и 6 големи **зелени ябълки**. Ябълките не се обелват, само се нарязват на малки късчета, както и сланината. Сместа се поставя в слаба фурна (за да не заgorи). След това се взимат 12 **жълтъка** и се разбиват до бяло с една чаша захар. Добавя се 400 г **настърган шоколад**. Стопената, поизстинала и прецедена смес от мас и ябълки се смесва с другата (захар, жълтъци и шоколад). След изстиване получената смес се намазва върху

филия хляб и се изяжда заедно с другата храна (3-4 лъти на ден), като при това задължително трябва да се изпива и 1 чаша почти горещо **мляко**. Това средство помага за увеличаване на телесното тегло с 1 до 2,5 кг седмично.

### **СРЕДСТВО ПРОТИВ АНГИНА**

Това е 30% разтвор от **лимонена киселина** (лимонтузу), с който се промива гърлото на всеки час. Този разтвор чудесно помага при всички болести на гърлото, ако болестта е все още в началото си. Вместо лимонена киселина могат да се вземат при парченца **лимон**, предварително обелени, и да се държат в устата, по възможност близо до гърлото. Лимонът се смуче и сокът се гълта. Това трябва да се прави на всеки час, докато болният не усети облекчение.

### **ТРИ СРЕДСТВА ПРОТИВ ЗЪБОБОЛ**

Колкото и мъчителна да е болката в зъбите, не винаги болният може веднага да отиде при зъболекар. Тогава на помощ могат да се притекат домашни средства, които спасяват болния от мъчителната болка.

1. Почти във всички къщи има **градински чай** (салвия). От него се прави топла отвара и се промива болното място в устата, като течността се държи върху болния участък от венците. Поemanето на нова отвара в устата трябва да се прави от 3 до 5 пъти в течение на половин час, след което болката стихва.

2. Взима се парче **сланина** (прясна или солена). Ако е солена, солта трябва да се изстърже. Парчето се слага в устата, между бузата и болния венец и се държи там 10-15 минути, докато болката не изчезне. След това болният се отървава от мъките си за доста дълго време.

3. В **ухото**, откъм страната на болния зъб се пъха коренче от **жиловлек** и се държи там до изчезване на болката. Това става много бързо.

### **ОРИГИНАЛНО СРЕДСТВО ПРОТИВ ЗЪБОБОЛ**

Знахарите лекуват зъбобол по много особен начин. Преди всичко натриват вътрешната страна на **китката с чесън**. После привързват към нея (в мястото, където се усеща пулса) счукан чесън, силно стягат превръзката, за да може чесънът плътно да прилепне към китката и особено към мястото на пулса. Когато зъбната болка е от **дясната** страна - превръзката с чесън се прави откъм **лявата** страна, и обратно. Под чесъна трябва да се постави па-

мучно парче.

### **НАРОДЕН НАЧИН ЗА ЛЕКУВАНЕ НА ПОДУТ И НАБЪБНАЛ ВЕНЕЦ (ЗАБРАЛ)**

На гъното на малка тенджерка се сипва 1/4 чаша течен **липов мед**. Взима се много стар и много **ръждясал гвоздеи**, нагрява се на огън до червено и се пуска в меда. При това около гвоздея ще се образува гъсто черно вещество, подобно на катран. С това черно вещество трябва да се намаже болният венец, преди всичко вечер преди лягане. Отокът върху венеца много бързо се пробива, знойта изтича, отокът спада и болният бързо получава облекчение. Гвоздеят непременно трябва да бъде стар и силно ръждясал. Точно ръждатата тук играе важна роля.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ МАЛОКРЪВИЕ И СКЛЕРОЗА**

Много руски знахари подкрепят мнението, че **чесънят** е най-доброто средство против склероза и малокръвие. Но не всеки може да яде чесън. На такъв болен се препоръчва **настойка** от чесън.

Изчистват се и се измиват 300 г **чесън** и се поставят в 2-литрова бутилка,; заливат се с 1 л чист **спирт** и се оставят да престоят 3 седмици.

Доза: 20 г от настойката в 1/2 чаша **мляко** 3 пъти на ден.

Трябва да се отбележи, обаче, че все пак **настойката** от чесън действа по-слабо, отколкото самият чесън.

### **ЗА ЛЕЧЕБНИТЕ СВОЙСТВА НА ЧЕСЪНА**

В народната медицина **чесънят** се употребява твърде много. Той е особено добър за подобряване на **храносмилането**. Чесънят възбужда апетита, засилва отделянето на храносмилателни ферменти, подпомага доброто усвояване на храната. Той има **болкоуспокояващо** въздействие върху червата, засилва отделянето на урина и усилва дейността на половите жлези. Употребява се при лекуване на **хипертонична болест** и **атеросклероза**. **Настойка** от чесън в народната медицина е лечебно средство при **камъни** в бъбреците и пикочния мехур, а също и при **ревматизъм** и **подагра**. Чесънят често се използва при **авитаминози**, болести на **дишателните органи**, **кожата**, **червата** и някои **инфекциозни** заболявания.

Не по-малко разнообразно е **външното** приложение на чесъна. При **простудни** заболявания, **bronхиална астма** и **коклюш** гърдите се натриват с **кашица** от чесън, счукан и примесен с **краве масло** или **свинска мас**. А за бързо узряване на **циреи** и **размекване** на **болезнени мазоли** се приготвя **кашица** от **печен чесън** и **краве масло**

или чесън, **сварен в мляко**. Брадавици, лишеи, екземе и други кожни се лекуват с кашлица от прясно мляко, счукан чесън или сок от чесън. За укрепване на *косата* - в корените върху кожата на главата се натрива сок от чесън. Кашлица от прясно **счукан** чесън, наложен върху марля, лекува гноини и бавно зарастващи *рани*. Същата кашлица се използва и в *гинекологичната* практика за лечение на трихомонадни колити.

Много разпространено е и използването на чесън като *противоглистно* средство, особено при деца. В такива случаи кашлица или цяла скилидка чесън се пъха в ануса или се прави *клизма* с топла отвара от чесън.

### **СИБИРСКО СРЕДСТВО ПРОТИВ БРОНХИТ И КАШЛИЦА**

*(Полезно е също при лекуване на черен гроб и бърбеци)*

На ренде се настъргва **черна ряпа** и сокът се изстиска през марля. Добре е 1 литър такъв сок да се смеси с 400 г **печен мед** и да се пият по 2 супени лъжици преди ядене и вечер преди заспиване.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ ЖЕСТОКА НАСТИНКА**

20 г **бял пелин** се накисва в 1/2 л **водка**. Колкото повече престои, толкова по-добре, но да не е по-кратко от 24 часа. Дозата зависи от човека, но приблизително трябва да се изпиват от 50 до 100 г 3 пъти на ден, 15 минути преди ядене, и преди лягане.

**Вълнено парче** са намокря добре със смес от равни части **оцет**, **зехтин** и **камфор**, слага се върху гърдите вечер преди лягане. Отзад на врата се поставя компрес от настърган **хрян**. На краката се обуват чорапи, в които е насипана **горчица на прах**. Това средство е просто, народно.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ СИЛНА КАШЛИЦА**

В 1 л вода се варят на слаб огън в продължение на 3 часа 500 г изчистен и нарязан на ситно **кромид лук**, 50 г **мед**, и 400 г **захар**. Сместа се изстудява и налива в плътно затваряща се бутилка. При силна кашлица се пие по 1 супена лъжица 4-5 пъти на ден.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ АСТМАТИЧЕН БРОНХИТ (БРОНХИАЛНА АСТМА)**

Изчиства се и се нарязва на ситно 1 кг **кромид лук**, изцежда се

сокът и към него се добавя 1 кг захар. Сместа се държи на слънце 2 седмици. Пие се на гладно по 1 супена лъжица.

### НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ ХРЕМА

**Тютюн** за смъркане се вдишва толкова силно, че да премине през носоглътката чак до устата. След няколко такива вдишвания хремата минава. Добре помага при хрема и промиването на носа с **чиста вода**. Вода със стайна температура се налива в шепата и се всмуква последователно през едната и другата ноздра, така че да стигне до устата.

При всички начини на лечение на хрема не бива да се забравя, че тя винаги е проявление на инфекциозна болест - грип. Затова при лечението ѝ по който и да било начин винаги трябва да се взима друга **чиста носна кърпа**, за да се избегне самозаразяването.

Върху горещата печка се поставя пшеничен или ръжен сухар и когато той почне да гори и дими, трябва да се вдишва **димът** през ноздрите в продължение на 2-3 минути. Това може да се повтори няколко пъти през деня. Хремата ще мине много бързо.

### СРЕДСТВО ПРИ ДЕТСКИ КОКАЮШ

5 средно големи скилигки **чесън** се нарязват на малки парченца или се счукват, сваряват се добре в чаша **мляко** и се дават на децата да пият по няколко пъти на ден.

### СРЕДСТВО ПРОТИВ КАШЛИЦА

Кипва се чаша **мляко** с две зърна **грозде**. Пие се 2 пъти на ден след ядене по една чаша горещо.

### РУСКО И БРАЗИЛСКО СРЕДСТВО ПРОТИВ КАШЛИЦА

Нарязват се на тънки резенчета 6-8 глави **ряпа**. Всяко резенче се поръсва обилно със **захар**. След половин ден се отделя сок.

Доза: 1 супена лъжица на всеки час. Това средство бързо лекува и най-тежката кашлица.

В Бразилия взимат зрели **банани** и ги настъргват с ренде, после ги слагат в тенджерата с гореща вода в следната пропорция: 2 банана на 1 чаша вода със **захар**, загряват и пият тази смес.

Напитката „*еволь-м еволь*“ се приготвя от яйчни **жълтъци**, разбити със **захар** и **ром**; много добре прочиства гласа, също помага при кашлица, ако се пие на гладно.

Напролет при кашлица много помага пиенето на **брезов** или **кленов сок**, примесени с **мляко**.



При суха кашлица полезно е натриването на гърдния кош със смес от 2 части зехтин и 1 част нишагърен спирт.

За облекчаване на отхрачването е полезно да се пие сироп от червени боровинки със захар или мед.

### **СРЕДСТВО ПРОТИВ ЗАПЕК**

Знахарите съветват тези, които страдат от запек, да пият вода, в която дълго са били варени сливи или овес. Сок от ряпа, топъл зелен сок, кисело мляко и чай от изсушени вишни и изсушени ябълки, който трябва да се пие 4-5 пъти на ден.

Като слабително на болния трябва да се дават по 2-3 чаши на ден сок от кисели краставици (те трябва да са държани в солена вода в продължение на един месец.)

Пие се чай от кора на **крехък зърнастец**.

Много полезни са сварени **цвекло** и **моркови**.

### **СРЕДСТВО ПРОТИВ ТРЕСКИ В ПРЪСТИТЕ**

Трябва мястото около забитата треска (или трънче) да се намаже обилно с **катран** (смола). Или пък пръстът, ръката или друго място от тялото да се увият с парцал, пропит с катран. Това средство е много бързо действащо, дори когато тресчицата се е забила преди повече от 2 дни. След 15-20 минути краят ѝ се показва навън дотолкова, че може да бъде хванат с пинсета и целата да бъде извадена, колкото и да е голяма.

### **ЗНАХАРСКИ СРЕДСТВА ПРОТИВ РАНИ И ПОРЯЗВАНИЯ**

Взема се парче от бодливо алое, разрязва се на две и едната част се поставя върху раната или порязаното място. След 5-6 часа, раната се „затваря“, както казват знахарите.

След промиване на раната, планинските жители поставят върху нея компрес от настойка на **листа от коприва в спирт**. Настойката се приготвя, като еднolitрова бутилка се натъпква с листа почти догоре, налива се спирт, запушва се плътно с тапа и се държи на слънце 2 седмици. Слънчевите лъчи проникват през стъклото на бутилката и действат благоприятно върху настойката. Тя може да бъде приготвена предварително.

### **ЗА ЛЕЧЕБНИТЕ СВОЙСТВА НА ЛУКА**

Много народи по света използват лука широко за медицински цели. Пресният лук възбужда **апетита**, усилва отделянето на храносмилателни сокове, подобрява **храносмилането** и усвояването на

хранителни вещества от организма. Понякога лукът се използва за лекуване на воднянка, което обаче не бива да се прави при сърдечни и чернодробни заболявания. Лукът е добро противоскорбутно средство и се прилага също и профилактично при *недостиг на витамини*. Лукът още е средство *против глисти*.

При кашлица и за подобряване на отхрачването помагат *лук* и *мед* или *пък лук* - изпържен в *краве масло* или *сварен в мляко*. Лукът се употребява широко при лекуване на *атеросклероза*. Кашица от лук се използва при сърбящи *кожни обриви* или за лекуване на *пъпки*, *лунички* и *брадавици*. Кашица от *мляко* и *печен лук* ускоряват *съзряването на циреи*, *облекчават болката при хемороиди*, *лучената кашлица лекува измръзвания* и *пресни изгаряния*. Пресен *луков сок* се използва за лечение на *язвички* по *лигавицата на устната кухина*. Прясно приготвена *кашица от лук*, *наложена върху марля*, *изчиства гнойни рани* и *помага за тяхното зарастване*.

От древността се е запазил начин за укрепване на *косите* при *изобилен косопад* - чрез *втриване в кожата на главата на пресен сок или кашлица от лук*. Понякога за укрепване на *космите*, а също и *против пърхот* се използва *настойка от люспи на кромид лук*. Тя се *приготвя от 24 г люспи и 0,5 л вряла вода*, след *престояване с нея се изплаква главата след миене*.

*С лук лекуват хрема* при *грип*, *както в ноздрите се пъхат парчета памук*, *напоени със сок от лук*. При *гнойни възпалителни процеси в ушите*, в тях *пъхат също такива памучни тампони*. *Фитонцидите на лука лекуват колити*. При *ангина* *помага инхалация (вдишване) с прясно приготвена кашлица от лук*.

### **МЕДНО-ЛУЧЕНА СМЕС ПРОТИВ МОЗЪЧНА СКЛЕРОЗА**

Смесват се *чаша сок от лук* и *чаша мед*. Лекарството се *взема по 1 супена лъжица 3 пъти на ден 1 час преди ядене или 2-3 часа след хранене*. *Курсът на лечение е 2 месеца*. *После се прави почивка от 2 седмици и може да се повтори за още 2 месеца*.

### **СРЕДСТВО ЗА РАЗТВАРЯНЕ НА КАМЪНИ В ЖЛЪЧКАТА И ПИКОЧНИЯ МЕХУР**

*Взимат се няколко глави цвекло*, *изчистват се*, *измиват се и се сваряват*. *Сместа се вари готогоава*, *докато стане гъста като сироп*. *Пият се по 3-4 чаши 3 пъти на ден*. *Опитните хора твърдят, че камъните в жлъчката много скоро се разтварят*.

*Препоръчва се също пиенето на суров сок от цвекло*. *Камъните се разтварят безболезнено*.

*Някои руски знахари препоръчват на пациентите си за разтваря-*

ряне на камъни да пият чай от полски хвоц.

### **СРЕДСТВО ЗА ОЧИСТВАНЕ НА БЪБРЕЦИТЕ**

Чаена лъжичка ленено семе в чаша вода. Сместа трябва да се кипне.

Доза: половин чаша на всеки 2 часа в продължение на 2 дни. Тъй като сместа е доста гъста, преди изпиване трябва да се разрежи с преварена вода. Ако при пиене е неприятна на вкус, може да се добави лимонов сок.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРИ БОЛЕСТИ НА ЧЕРНИЯ ДРОБ**

1. Царевичната коса, която се намира под листата, обвиняващи царевичния кочан, се запарва в чайник и се пие като чай. Времето за лечение понякога продължава до половин година. За да бъде лечението успешно, косата трябва да е събрана от зрели кочани. Тази от незрели плодове няма лечебна сила.

2. Смесват се половин чаша **зелев сок** и половин чаша сок от пресни **домати** и се пие по 3 пъти на ден след ядене. Това средство е по-слабо действащо от царевичната коса, но е сигурно.

### **ЗНАХАРСКО СРЕДСТВО ПРОТИВ БОЛКИ В ЧЕРНИЯ ДРОБ**

При болки и цироза на черния дроб 1/4 чаша **зехтин** се смесва с 1/4 чаша сок от **грейпфрут**. Трябва да се изпие вечер преди лягане, но не по-малко от 2 часа след хранене. След това се ляга на дясната страна. Желателно е на сутринта да се направят клизма. При необходимост процедурата може да се повтори след 4-5 дни.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ РАЗДРАЗНЕНИЕ НА ПИКОЧНИЯ МЕХУР**

При раздразнение на пикочния мехур и често позиви към уриниране трябва да се изпие (най-добре на гладно) чашка чай от **царевични коса** или **гръжки** от плодове на череша или вишна. Може да се добави мед на вкус. При необходимост това се повтаря няколко пъти на ден. Царевичната коса и гръжките могат да се съхраняват изсушени.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ НЕЗАДЪРЖАНЕ НА УРИНАТА**

Според руските народни лекари най-надеждното средство е смес от два вида стъбла: на **жълт** и **червен кантарион**. Взимат се в еднакви части, запарват се като чай и се пият.

*Забележка:* При често позиви от гуетата трябва да се

изключат: целина, дину, много зряло грозде и аспержи, докато не премине усложнението с пикочния мехур.

### **ЗНАХАРСКО СРЕДСТВО ПРОТИВ КАМЪНИ В ЧЕРНИЯ ДРОБ И БЪБРЕЦИТЕ**

През мелачна машина се прекарва 1 чаша **копопено семе**. Смесва се с 3 чаши сурово **мляко**, вари се, докато от течността остане само 1 чаша, горещо се прецежда и се пие на гладно по 1 чаша на ден в продължение на 5 дни. След десет дни процедурата се повтаря. Да не се яде нищо лютиво. Възможни са болки в черния дроб, но трябва да бъдат изтърпени. Лечението се повтаря систематично, докато камъните се разтворят и престанат да безпокоят пациента.

### **СРЕДСТВО ПРОТИВ БОЛЕСТ НА БЪБРЕЦИТЕ**

Сушени стъбла от *мечо грозде* се запарва и пие като чай. Изпитано народно средство от камъни в жлъчния мехур.

Половин час преди ядене се пие **зехтин**. Започва се с половин чаена лъжичка и се стига до чаена чаша с постепенно увеличаване на дозата. Лечението обикновено продължава от 2 до 3 седмици. Според наблюденията на знахарите, с това лечение се намалява отделянето на жлъчен сок. Това средство изхвърля камъните от жлъчния мехур без операция.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ ЛИШЕИ ОТ КОТКИ И КУЧЕТА**

1. От незапомнени времена знахарите са избавяли пострадалите от тази гадост по следния начин: натривали са лишеите с разрязани **стафили**. Лишеите изчезват още след първото натриване.

2. Нагрятая **сяра** се сипва във **вазелин** и се приготвя гъста смес. Измитите части от тялото се намазват с дебел слой от тази смес и мястото не се мие с вода 3 дни. Ако след това се окаже, че са останали някакви следи, средството да се приложи още веднъж.

### **СРЕДСТВО ПРОТИВ БРАДАВИЦИ**

Трябва всяка вечер преди лягане да се капне - непременно с пипета - по една капка оцетна **киселина** върху всяка брадавица, като се внимава да не се засегне мястото около нея. След няколко дни брадавиците падат.

Един знахар е лекувал брадавици с натриване със **суров картоф**, разрязан на две, който след това е закопавал в земята.

### **СРЕДСТВО ПРОТИВ ЧЕРНИ ТОЧКИ ПО КОЖАТА**

Сутрин и вечер точките се намазват със сок от **лук**. След известно време точките ще изчезнат. Вместо лук може да се използва **чесън**.

### **СРЕДСТВО ПРОТИВ КАТАР НА СТОМАХА**

Изчистват се 2 **ябълки** (непременно зелени) и се настъргват на ренде. Кашицата трябва да се изяде веднага. При остър и застарял катар в продължение на 5 часа преди и след изяждането на ябълките не трябва да се яде нищо. Ако катарът не е толкова остър и застарял, то въздържането от ядене и пиене може да се съкрати до 4 часа преди и след изяждането. В края на лечението въздържането от храна може да се съкрати до 3 часа. Ябълките трябва да се ядат само сутрин, тъй като вечерно време те ще предизвикат подуване на корема.

Ако стомахът на болния е слаб, отначало ще помогне клизма с вода, а ако червата са раздразнени, клизмата трябва да е с растително масло. Маслени клизми се препоръчват при застарял запек - от 6 до 12 супени лъжици масло. Като резултат от лечението с ябълки при болния се появява апетит и се изчиства езикът. Това лечение възстановява киселинността в стомаха.

**Забележка:** Само хора с много силна воля могат да се заемат със самолечение с ябълки, защото ако болният не може да се въздържи от приемане на храна в посоченото време и нещо изяде или изпие, то в стомаха му ще се образуват газове, които само ще влошат болестта и ще му причинят болка.

Лечението с ябълки се прави ежедневно в продължение на 1 месец. През втория месец ябълки трябва да се ядат 3 пъти седмично, на третия месец - само 1 път седмично, но винаги трябва да се спазват гореизложените правила.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ КОЛИТ**

Както е известно, при колита мастната обвивка на червата изчезва и затова киселините от стомаха действат непосредствено върху стените на червата. Следното народно средство лекува тази жестока болест.

В чаша вряла вода се попарват по 1 чаена лъжичка **червен кантарион**, **градински чай** (салвия) и **лайка**. Пие се по една супена лъжица на всеки два часа, около 7-8 пъти на ден. След известно време (обикновено месец) дозата се намалява, а времето между взимането на лекарството се увеличава. Това лекарство се счита без-

вредно и затова може да се употребява дълго време. При това тази болест е твърде сериозна и изисква продължително време за лечение. Това средство се препоръчва от много руски народни лечители не само при колит, но и при други стомашни заболявания.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРИ ПОВРЪЩАНЕ И ОТРАВЯНЕ**

При продължително повръщане руските народни лечители използват **водка със сол**. Във водката се сипва малко сол, размесва се и се пие. Това се счита сигурно средство за спиране на повръщането. Дълго повръщане понякога се появява при отравяне с консерви, отровни плодове и др. Най-добър резултат се постига, ако пиенето на водка със сол се редува с пиене на **портокалов сок** на всеки 15 минути (по 1 портокал наведнъж). При силно отравяне следва незабавно да се потърси лекар.

### **СРЕДСТВО ЗА ПОДОБРЯВАНЕ ОБМЯНАТА НА ВЕЩЕСТВАТА**

На много места по крайбрежието на руския Далечен изток се срещат **водорасли**, наречени „морско зеле“. Лечебните им свойства са били известни на китайците още от древността. Те често са употребявали морското зеле в свеж и изсушен вид. Ситно нарязаното морско зеле е добра подправка към яденето. Морското зеле се отличава с богато съдържание на **йод**. Това е прекрасно средство, подпомагащо обмяната на веществата при човека. Морското зеле е съставна част на много лекарства, приготвени от фармацевтите.

### **СРЕДСТВА ЗА ИЗЧИСТВАНЕ НА ОРГАНИЗМА**

За прочистване на организма руските народни лечители съветват болните да пият отвара от **полски хвощ**. Изсушените и ситно нарязани стъбла се запарват с вряла вода и отварата се пие като чай.

### **СРЕДСТВА ПРОТИВ ЗАЕКВАНЕ**

1. Пият се 10-15 капки смес от **лавровишня** и топла вода. (**Бел. рег. Лавровишният е силнодействащ!**)

2. 2 капки спиртна настойка от **чемерика** се разтварят в чаена лъжичка вода и се изпиват. (**Бел. рег. Чемериката е отровна!**)

3. Изпиват се няколко глътки **студена вода**. Нерядко заекването се прекратява след 1-2 минути.

4. Взима се малко **горчица** в чаена лъжичка и се смесва с **оцет**. С получената кашица се намазва езика на около една трета от по-

върхността му. Усещането е неприятно, затова накарая устата се изплаква с топла вода. Заекването изчезва мигновено.

5. Веднага след започване на заекването, трябва да се задържи дишането и да се допрат краищата на *малките пръсти* с тези на *палците* и така да се направи по един пръстен във всяка ръка - заекването веднага минава. Тези старинни средства не бива да се забравят.

### **НАРОДЕН НАЧИН НА ЛЕЧЕНИЕ НА ГАНГРЕНА И ЦИРЕИ**

Руските народни лечители са спасили от ампутация (при гангрена) десетки хиляди ръце и крака, стотици хиляди пръсти на ръцете и краката. При гангрена хирургите почти винаги прибегват до ампутация. А руската народна медицина при гангрена и циреи използва следното средство:

1. Старателно се сдъвква **посолен, черен, прясно изпечен**, за предпочитане ръжен, **хляб**. Болното място внимателно се обгързва със слой сдъвкан хляб със сол и се превързва. Това средство е силно и сигурно. При дъвченето хлябът и солта се смесват със слюнка, и явно тя играе важна роля при лекуване на гангрена и циреи.

2. На мястото на гангрена се поставя парче овнешки или говежди **черен дроб** от прясно заклано животно. Парчето трябва да се държи един или два часа, докато под него не се появят мехурчета или гнойници, които се пробиват със стерилизирана игла. После отново се поставя кърваво парче черен дроб и това се повтаря, докато все още продължават да се появяват гнойници, които непрекъснато да бъдат изчиствани с иглата. Важно правило е, че разрезните драскотини или рани трябва да са отворени преди започване на процедурата.

#### **Средство против външен или вътрешен кръвоизлив**

4 пресни и добре измити корена от **здравец** се пускат в 1 литър вряща вода и се варят 20 минути. При вътрешен кръвоизлив се пие по една чаша от отварата на всеки 20 минути, по-добре топло. При външен кръвоизлив раната трябва да се промие с този топъл разтвор и да се привърже с парцалче, напоено обилно с отвара от пресни корени от **здравец**. Раната се промива 3 пъти на ден и превръзката се сменя.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ КОКОША СЛЕПОТА**

Сварява се голямо количество **черен дроб** (говежди или овчи), като някои знахари са лекували и с черен дроб от кокошка. При снемане на теножерата с току-що сварения черен дроб от огъня, бол-

ният се навежда над нея. Главата му трябва да бъде покрита с голям и плътен пешкир, така че краищата му да покриват тенджерата от всички страни. Това е нужно, за да се ограничи парата да отива единствено в лицето и очите на болния, а не да отлита. Често е достатъчно само едно такова нагриване, понякога 2, рядко 3. Болният започва да вижда. Освен това той трябва да яде варен черен дроб в продължение на две седмици.

### ЛЕЧЕНИЕ НА ТРАХОМА

Взема се лимон, кибритена клечка и парче хигроскопичен памук. Върхът на лимона се отрязва и сокът се изцежда в чаша. След това на клечката се намотава памукът, полученият тампон се намокря със сок и се мажат *клепачите*. Отначало - само външно по 1 път на ден 2-3 дни наред. На третия ден се намазват и вътрешните страни на клепачите, като внимателно се повдигат и обръщат навън. При това болният трябва да премига. Мигането улеснява по-добре намазването. Обикновено за излекуване на тази неприятна болест е достатъчна една седмица.

### СРЕДСТВО ПРОТИВ ДИАРИЯ

1. Взимат се около 200 г **орехи**, счупват се и се взима не ядката, а *вътрешните преградки*, които се пускат в 1/2 бутилка спирт и престояват 2-3 дни. Пие се по 3-4 пъти на ден от 6 до 10 капки в ракиена чаша топла вода. Още щом диарията започне да отслабва, трябва да се прекрати взимането на капки, тъй като това средство е много силно и може да създаде запек. Настойката може да се приготви и предварително.

2. При много силна диария при възрастни се изяжда половин чаша лъжичка от надробена *вътрешна обвивка* от **кокоши стомах**. Преди това тази обвивка трябва внимателно да се отдели, да се измие и да се изсуши на слънце. При необходимост тя трябва да бъде силно смляна, пресята и да се взима заедно с храната по 1 или 2 пъти на ден. Разстройството веднага преминава.

3. При обикновена диария добре помага отвара от **черна боровинка**. Пие се като чай.

### СТАРИННО СРЕДСТВО ПРОТИВ ДИЗЕНТЕРИЯ

Знахарите препоръчват на болните **сурови яйца** в голямо количество. Всеки болен трябва да изяжда по 12 яйца на ден. 2 яйца през първите 2 дни, по 8 яйца - през 3-тия и 4-тия ден (4 пъти по 2 яйца, на всеки 3 часа). На 5-тия и 6-тия ден - по 4 яйца (2 сут-



рин и 2 вечер). Яйцата трябва да са съвсем пресни. Старите яйца не са пригодни.

Същите лечители препоръчват да се пие настойка от черешу, особено по време на епидемия. Взимат се 100 г пресни плодове от череша в 3/4 л силно **червено вино** от грозде. Сместа престоява на слънце или на топло място не по-малко от 2 дни, след това се прецежда, без да се изхвърлят плодовете. За възрастни дозата е 1 ракиена чаша наведнъж, а за деца - 1 напръстник 3 пъти на ден.

#### **Средство против косопад и за порастване на коса**

В корените на косата се втрива смес от сок от **лук**, коняк и отвара от корени на **камшик** (агримония). На 1 част коняк трябва да се вземат 4 части сок от лук и 5 части отвара от камшик. Добре е също кожата на главата да се натрива с разрязана **луковица** или добре пречистена газ за горене (керосин).

#### **УНИВЕРСАЛНО СРЕДСТВО ПРОТИВ ОПАДАНЕ НА КОСАТА**

1 супена лъжица **рициново масло** се смесва с 1 ампула **Витамин Д**. Тази смес се втрива в кожата на главата до почервяване на кожата. Това се прави 3 дни наред. На четвъртия ден главата се измива с яйчен жълтък. Два жълтъка са напълно достатъчни за измиване на главата също така добре, както с най-добрия сапун. Почива се 1 ден и процедурата се повтаря. Много често след 3-та процедура дори и върху застаряла плешивина се появяха мъх. Косите стават по-гъсти, укрепват, подобрява се външният им вид.

#### **НАРОДНО СРЕДСТВО ЗА СМЕКЧАВАНЕ НА КОЖАТА НА ЛИЦЕТО**

**Краставици** се нарязват на парченца, поставят се в бутилка и се заливат с добре пречистена **водка**. Трябва да престои две седмици на слънце, след което краставичната вода е готова. Използва се без разреждане. С нея се намокря кърпа и се изтрива лицето. Краставичната вода се смята за най-доброто средство за омекване на кожата на лицето.

#### **МАСКА ЗА ЛИЦЕ**

Смесват се 1 суров яйчен **жълтък**, 1 чаена лъжица **мед** и 1 чаена лъжица **глицерин** (може да бъде заменен от рициново масло). Лицето се намазва през деня за около 2 часа, после се измива. Лицето се освежава и бръчките се разглаждат. Останалата смес може да се съхранява в хладилник в продължение на няколко дни. Маската да се прави 2-3 пъти седмично.

За подхранване добре е кожата на лицето да се намазва за няколко минути с различни сокове от плодове, зеленчуци, сметана. След няколко минути лицето се измива.

### СРЕДСТВО ПРОТИВ БЕЗСЪНИЕ

1. Лук, изяден в достатъчно голямо количество преди сън, причинява дълбок и здрав сън.

2. Знахарите от Кавказ съветват страдащите от безсъние да пият по 2 чаши козе и краве мляко преди сън.

3. Сутрин, на обед и преди сън върху челото се налага смес от пшеничен или ръжен хляб, ситно нарязани, пресни или солени, краставици, кисело мляко и глина.

4. Да се пие маково мляко по 6 пъти на ден по 1 Винена чаша.

5. Преди лягане да се направи топла вана на краката до коляното, но за не повече от 5 минути.

### СРЕДСТВО ПРОТИВ БОЛКИ В УШИТЕ И ГЛУХОТА

Често при простуда се появява силна болка в едното ухо, а понякога и в двете заедно. Тази болка често се съпровожда от глухота.

1. Много силно се нагрява тухла или голям камък, загъва се в парцал, слага се върху болното ухо и се държи в продължение на 2 часа. При това се препоръчва на болния да се даде да пие нещо за предизвикване на изпотяване като продължение на процедурата.

2. Варят се в продължение на 10 минути 100 г мляко и 7 неузрели (зелени) макови главички, след това сместа се изстудява, налива се в пулверизатор и се промива ухото с тази все още топличка течност.

3. Взима се ленено парче, намокря се с разтопен восък или восъкът се намазва тънко, парчето се навива на фуния, тънкия край на която се пъха в ухото, а широкият се запалва. Когато фунията изгори почти до края, с леко движение на ръката се изважда и гаси. По този начин от ухото се извличат всички замърсявания и гной.

4. Промивки на ухото с топло мляко с добавено конопено масло помагат за спиране на болката в ушите.

### КАК СЕ ИЗВАЖДА НАСЕКОМО ОТ УХОТО

Ухото се напълва капка по капка със зехтин и насекомото, живо или мъртво, изплува отгоре. Болният трябва да е легнал настрана с болното ухо нагоре. При обръщане на главата ще изтече и масло от ухото.

### **ОРИГИНАЛНО ЗНАХАРСКО СРЕДСТВО ПРОТИВ ГЛАЗОВОЛИЕ**

Взема се прясна **кора от лимон** с диаметър 2 см, изчиства се от бялото вещество, поставя се върху слепоочие то откъм влажната страна и се държи известно време. Скоро мястото под кората ще почервене, ще започне да пари и да сърби. Глазоболието бързо ще изчезне.

### **СИБИРСКО ЗНАХАРСКО СРЕДСТВО ПРОТИВ МАЗОЛИ**

В **оцет** се накисват сухи **лукови люспи** за време около 2 седмици. После мазолът се налага със слой 1/3 см и се оставя за през нощта. Повтаря се няколко пъти до изчезване на мазолите.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ МАЗОЛИ**

Преди лягане кракът се накисва в гореща вода, след това се избърсва до сухо и към мазола се привързва **кора от лимон** малко от вътрешността на плода. Най-добре е да се отреже от върха на лимона и да се сложи върху мазола. След 4-5 дни мазолът ще изчезне напълно.

### **СРЕДСТВО ПРОТИВ ВРАСАМИ НОКТИ**

Случва се нокътят на болен пръст да врасне в околната тъкан и остриите му краища да причиняват силна болка. Тогава трябва да се вземе кожена торбичка за пръста, каквато често се навява върху превързан пръст на ръката. Торбичката се напълва с **краве масло** и преди лягане да се навява на пръста на крака. Това се прави в продължение на 1-2 седмици. Нокътят се размеква и болките спират. С върха на остър нож трябва леко да се повдига врастащият нокът и под него да се пъхне парче марля или попивателна хартия. Да предотвратяване на повторението на враставането на ноктите трябва да се носят свободни обувки.

### **ЛЕЧЕНИЕ С ГОРЕЩИ ВАНИ С ПРИМЕС ОТ ОТВАРА НА РАЗЛИЧНИ ТРЕВИ**

#### **1. Добавяне на лайка**

Цветове от лайка се заливат с 0,5 л студена вода и се кипват в добре затворен съд за 10 мин. Поради съдържащото се в лайката етерично масло такива вани оказват лечебно влияние при вътрешни и външни възпаления.

Отварата се добавя към пълна вана.

#### **2. Екстракт от борови иглички**

Борови иглички, клончета и шишарки се заливат със студена во-

да и се варят половин час, след което се покриват добре и прес-  
тояват 12 часа. Добре приготвеният екстракт е кафяв на цвят.  
За пълна вана са нужни 1,5 л екстракт. Вани с такъв екстракт  
действат твърде успокоително, укрепват нервите и сърцето, по-  
магат при безсъние, повишена нервна възбудимост, тумори и въз-  
палени стави, гнойници и т. н.

### **ВАЛЕРИАНА ЗА ДОБАВЯНЕ КЪМ ВАНИ**

Ваните с добавена отвара от валериана успокояват сърцето  
спазми и цялата нервна система, повишават възбудимостта на  
гърбначния мозък и се препоръчват особени при нервно безсъние,  
при спазматични състояния на сърцето, гърлото, нервите на  
стомаха, при астма и газове. Такива вани регулират и намаляват  
броя на сърдечните удари и понижават кръвното налягане. За една  
пълна вана е нужен 0,5 кг валериана.

### **СОЛ ЗА ДОБАВЯНЕ КЪМ ВАНИ**

За една пълна вана са нужни 2 кг сол. Тя просто се пуска във во-  
дата до пълно разтваряне. Такива вани дразнят кожата, засилват  
потоотделянето. Предизвиканото от солените вани усилено хра-  
нене на кожата с кръв оказва благотворно влияние при разстройст-  
тво на обмяната на веществата, при ревматични състояния и  
скрофулоза.

### **ВАНА С НИШАДЪРЕН СПИРТ**

Във вана с не много гореща вода се добавят няколко лъжици ни-  
шадърен спирт и болният ляга в нея за не повече от 20 минути.  
Това прекрасно изчиства кожата.

### **ГЛИЦЕРИНОВА ВАНА**

Ако към топлата вода се добавят 50 г глицерин и се полежи в  
нея 20 мин, кожата ви ще бъде мека и гладка.

### **ВАНА, ПОДПОМАГАЩА ОТСЛАБВАНЕТО**

Полежете 20-30 минути във вана, като във водата предварител-  
но са добавени 125 г сода бикарбонат, 150 г морска сол, а след то-  
ва веднага легнете за 12 мин в леглото, като се завиете добре.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ ЦИРЕИ**

Опица се една средно голяма глава лук, разрязва се на две части  
и едната половина се слага върху подутината, още докато лукът е

горещ. Превързва се. Превръзката се подменя на всеки 4 часа.

### **БАЛСАМЕН ПЛАСТИР ПРОТИВ ГНОЙНИЦИ И ЦИРЕИ**

Жълт восък - 25 г

Вазелин - 1 супена лъжица

Ментолово моливче - 1 парче

Зехтин или царевично олио - 0,5 чаша

Невен (спиртна настойка) - 1 супена лъжица

Начин на приготвяне: Восъкът, ментоловото моливче и царевичното масло се разтапят на много слаб огън. Когато сместа започне да кипи, сменя се от огъня и се прелива във фаянсов съд, оставя се малко да изстине, добавят се вазелина и настойката от невен и се разбива добре. Налага се върху гнойника.

### **ЕПИЛЕПСИЯ**

При започване на епилептичен припадък **лявата ръка** на болния се поставя на пода и с крак се настъпва **малкото пръстче**. Припадъкът скоро ще се прекрати.

### **СРЕДСТВА ПРОТИВ ИЗГАРЯНЕ**

1. Попарената част от тялото се облива със студена вода, после обилно се посипва със сода за хляб.

2. Изгореното място се намазва обилно с топена говежда или овча мас или с някакво растително масло.

3. Ако гърлото е изгорено, трябва да се пият маслени вещества (растителни масла) или вода с белтък от сурово яйце.

4. Белтък и жълтък от кокоше яйце се разбиват и се намазва изгорялото място.

### **РУСКО НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ МЕНИНГИТ**

В Русия знахарите повсеместно лекуват тази болест с **пиявици**. Слагат много пиявици върху носа и **ануса** на болния. След много кратко време болният ще усети облекчение.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ ЖЪЛТИ И СИВИ ПЕТНА ПО ЛИЦЕТО**

Приготвя се разтвор от 3 части прясно издоено **мляко** и 1 част неразреден чист медицински **спирт**. Тази смес всяка вечер се втрива в кожата на лицето. Също така могат да се вземе 1/2 ракиена чашка **кислородна вода** и да се смеси с 2 капки **нишагърен спирт**. Ако болестта не е от вътрешен произход, знахарите препоръчват

Втриване на затоплен зехтин вечер преди ягане.

### **ДВЕ НАРОДНИ СРЕДСТВА ЗА ОТРЕЗВЯВАНЕ НА МЪРТВО ПИЯН ЧОВЕК**

1. В чаша студена вода се капват 5 до 7 капки **нишагърен спирт** и се дава на болния да я изпие. Ако той не желае, насила да му се отвори устата и да се излее в нея лекарството.

2. Да се хване главата на болния, който лежи по гръб, с длани на ушите. Бързо и силно да се разтрият **двете уши**. Приливът на кръв в главата ще доведе пияния в пълно съзнание и той ще бъде в състояние да си каже адреса. Това е много бързо средство за изтрезняване.

### **СРЕДСТВО, КОЕТО ВЕДНАГА ЛИКВИДИРА ВСИЧКИ НЕПРИЯТНИ УСЕЩАНИЯ СЛЕД ВЧЕРАШНИЯ ГУЛЯЙ**

След голямо пиене често на следващия ден се явява страшно главоболие и тежест, ужасно неприятно усещане в стомаха. Наливат се 20 капки **ментолов спирт** в чаша студена вода и веднага се изпива. След 1-2 минути настъпва пълно отърване от всички последствия от вчерашния гуляй.

### **СИБИРСКО НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ ПЪПКИ И ЧЕРНИ ТОЧКИ**

Вътрешно се приемат от 2 до 4 чаени лъжички **бирена мая** всяка сутрин преди ягане. (Бирената мая може да се намери в бирените заводи.)

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ПРОТИВ КИСЕЛИНИ В СТОМАХА**

Това средство е **сокът от моркови**. Колкото повече са стомашните киселини, толкова повече трябва да се пие сок от моркови. Това средство е много древно и повсеместно се употребява в Сибир.

### **ОКАЗВАНЕ ПОМОЩ НА УДАРЕН ОТ МЪЛНИЯ**

Разрязват се дрехите и внимателно се махат. С кратки и силни удари по гръдния кош (в областта на сърцето) удареният от мълния се застава да диша (**изкуствено дишане**). Крайниците трябва да се разтъриват с **вода**. На пострадалия се дават възбуждащи средства (алкохол). Не трябва да се заравя в земята.

### **СРЕДСТВО ПРОТИВ ИЗПОТЯВАНЕ НА КРАКАТА**

Счукват се на прах кристали от **борна киселина**. С този прах всяка сутрин обилно се посипват стъпалата, особено между пръстите и по долната част. Вечер прахът се измива с вода, чиято температура не бива да надвишава 35-40° С. През двете седмици на лечението трябва всяка сутрин да се обуват чисти чорапи. След този период неприятната миризма на пот от краката изчезва.

Взема се **дъбова кора**, счуква се на прах и с него обилно се посипват чорапите. Те се сменят ежедневно до тогава, докато изпотяването намалее наполовина. Не се препоръчва постигане на цялостно прекратяване на изпотяването, тъй като то е нужно на организма.

Да се мият краката всяка вечер със *студена вода*.

### **НАРОДНО СРЕДСТВО ЗА ЛЕКУВАНЕ НА НЕВРАЛГИЯ**

При невралгичен пристъп добре е да се вземе 1 твърдо сварено **яйце**, да се разреже на две и половинките да се наложат върху мястото, където болката се усеща най-силно. Когато яйцето изстине, и болката изчезва и след това доста дълго време няма да безпокои болния. Това средство е проверено.

### **ДВЕ СРЕДСТВА ПРОТИВ КРЪВОТЕЧЕНИЕ ОТ НОСА**

1. Да се държи главата изправена, болният да се успокои и да смърка през носа **студена вода**, в която е разтворен **оцет** или **малко хлебна мая**. След това ноздрите да се стиснат с пръсти и едната или двете да се запушат с памук.

2. Описаното по-долу средство е чудновато и предизвиква смях. Но известно е, че най-добре се смее този, който се смее последен, и този последен ще бъде човекът, изпитал това средство върху самия себе си.

Взема се малък **железен ключ** и се окачва на врата така, че ключът да лежи върху **гърба**, между двете лопатки. Това е най-доброто знахарско средство за бързо спиране на кръвта.

### **ЕСТЕСТВЕНО СРЕДСТВО ПРОТИВ СЛЪНЧЕВО ИЗГАРЯНЕ И СИЛНО ОБВЕТРИЯНЕ**

Взема се малко **суров жълтък** от прясно кокоше яйце върху дланта и обилно се намазва лицето. Когато жълтъкът изсъхне, измива се с **топла вода** и сапун. Резултатът винаги е великолепен.

## ТИБЕТСКИ БАЛСАМ ПРОТИВ НАВЯХВАНИЯ И РАЗТЯГАНЕ НА СУХОЖИЛИЯ

Взема се **белтък** от кокоше яйце. Добавя се непълна чаена лъжичка **брашно** и сместа се разбърква добре. Добавя се чаена лъжичка **чист спирт**. Добре разбърканата кашлица се нанася на памучно парче, което се поставя върху болната става и стегнато се превързва.

### АСТМА И ПОЛЕЗНИ СВЕДЕНИЯ ЗА АСТМАТИЦИ

Астмата е следствие от натрупване на твърде голямо количество слюз в организма. Затова най-първото средство за лекуване на астмата е смес от сокове на **хрян** и **лимон** в равни части. Обаче за успешна борба с астмата болният трябва веднъж и завинаги да стане **вегетарианец**. В храната трябва да се употребяват повече сурови зеленчуци и плодове. Известни са много случаи, когато астматици са се излекували напълно с помощта на сурова вегетарианска храна. Астмата не ги е безпокоила отново, докато не са минавали отново на готвена храна и месо, особено към продукти, съдържащи скорбяла, мляко и захар. Тогава те отново са се разболявали.

Ето един знахарски начин за оказване на помощ на астматиците при пристъп: при внезапен пристъп (обикновено през нощта) трябва да се гълтат **ечемично кафе**, **парчета лег**, да се вдишва **нишагърен спирт**, върху прасците на краката се налагат **синапни** листчета, а тялото се разтрива с ръце. В стаята на болния от астма **въздухът** трябва винаги да е чист и в нея не бива да се пуши. Близко до възглавницата на болния трябва да се постави чинийка с **нишагърен спирт**.



## Как да се снабдите с поредицата?

Общата цена на поредицата до тук - I, II, III и IV том е 350 лв. с пощенските разходи. Можете да си я заявите като изпратите сумата на един от следните адреси:

София 1220,  
жк. „Толостой“ бл. 32, Билкова борса  
тел. 02/ 368-752, 806-801, 369-504

Габрово 5300,  
ул. „Аврам Гачев“ 33, Билкова аптека,  
тел. 066/ 3-40-35

Велико Търново 5000,  
Ул. „Иван Асен II“ 22, Дом на билката,  
тел. 062/ 2-06-03

Трявна  
Билкова аптека  
тел. 0677/ 20-71

---

*Бележка на издателството:* Много лекари, биолози, билкари и етнографи пожелаха да добавят своето към Синонимния речник на билките в България. Обемът на ръкописа се увеличи толкова, че стана невъзможно да се побере в рамките на този том. Очаквайте го в пета книга от поредицата заедно с „Малка билкова енциклопедия“.

### Книгоиздателство „Емил Г. Елмазов“

София 1000  
пл. „Славейков“ 11, етаж 5, тел. 806-801

Формат: 16/60 x 84  
Печатни коли 12.5

Предпечатна подготовка „ Вестник-книга“  
Росица Бакалова

Печат ПОЛИПРИНТ, Враца