



ФИТОТЕРАПИЯ при заболеваниях органов дыхания

Лавренова Г.В.
г. Санкт-Петербург

Бронхиальная астма

- Бронхиальная астма – инфекционно-аллергическое заболевание, сопровождающееся приступами затрудненного дыхания, кашлем, свистящим дыханием. У больных затруднен выдох, что особенно четко проявляется во время приступа заболевания. Вне приступа всегда есть скрытый бронхоспазм.
- Частота проявлений тех или иных симптомов астмы и их выраженность различны. В некоторых случаях болезнь протекает практически бессимптомно, с кратковременными эпизодами удушья. В других – большую часть времени наблюдаются нерезкий кашель и свистящее дыхание, перемежающиеся тяжелыми обострениями после воздействия аллергенов, вирусных инфекций, физических нагрузок или неспецифических раздражителей (табачный дым, запахи, колебания температуры и влажности воздуха). В качестве провоцирующих факторов могут выступать лекарственные препараты (аспирин, индометацин), пищевые компоненты (консервы, красное вино, пиво).

- Провоцировать приступы могут крик, плач, сильный смех. У детей перед приступом часто отмечается зуд на передней поверхности шеи и верхних отделов грудной клетки, а единственным симптомом приступа является сухой кашель, в основном по ночам или при физической нагрузке. Приступ, как правило, начинается остро, пароксизмом кашля, одышки, свистящего дыхания, а если развивается постепенно, то с нарастающими проявлениями дыхательной недостаточности. В любом случае обычно отмечают одышку, свистящее дыхание, кашель.

- Больной предпочитает сидеть выпрямившись или наклонившись вперед, в дыхании принимает участие дополнительная мускулатура, появляется тревога, человек как бы «хватает воздух» ртом. При более тяжелых приступах больной обычно не может произнести подряд несколько слов из-за необходимости перевести дыхание.



- Об усталости дыхательной мускулатуры и тяжести дыхательных нарушений свидетельствуют частое поверхностное дыхание, появление синюшности кожи и слизистых, отмечается спутанность сознания, сонливость.
- Приступ бронхоспазма требует скорой помощи в условиях стационара! Необходима эффективная и вместе с тем корректная лекарственная терапия.
- В народной медицине есть ряд рецептов, поддерживающих органы дыхания в межприступный период, после стационарного лечения, а также для профилактики осложнений.
- В целом лечение бронхиальной астмы – трудноразрешимая задача. Эффективность фитотерапии не однозначна и зависит от длительности и формы заболевания, проводимого ранее лечения.

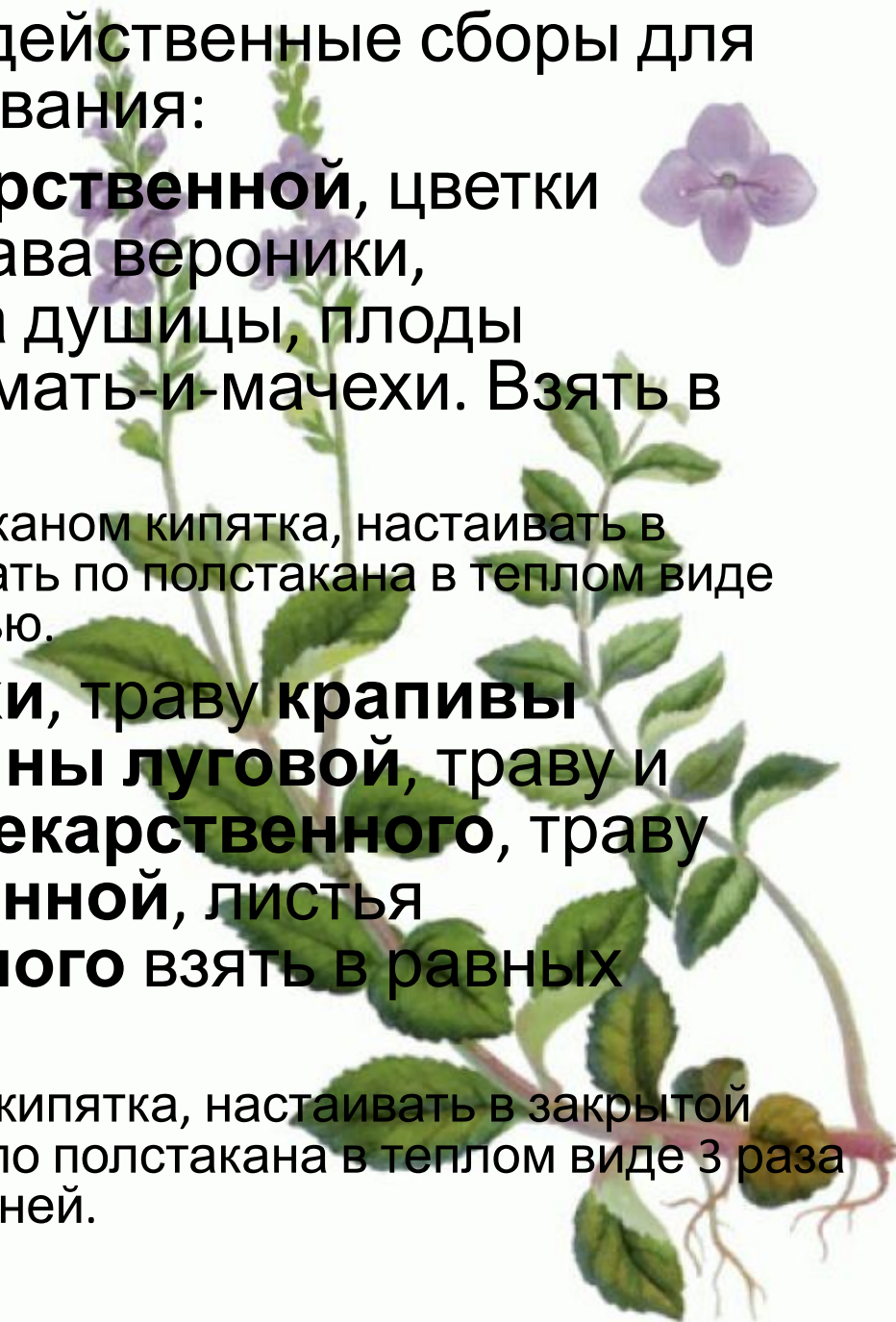
- Приводим наиболее действенные сборы для лечения этого заболевания:

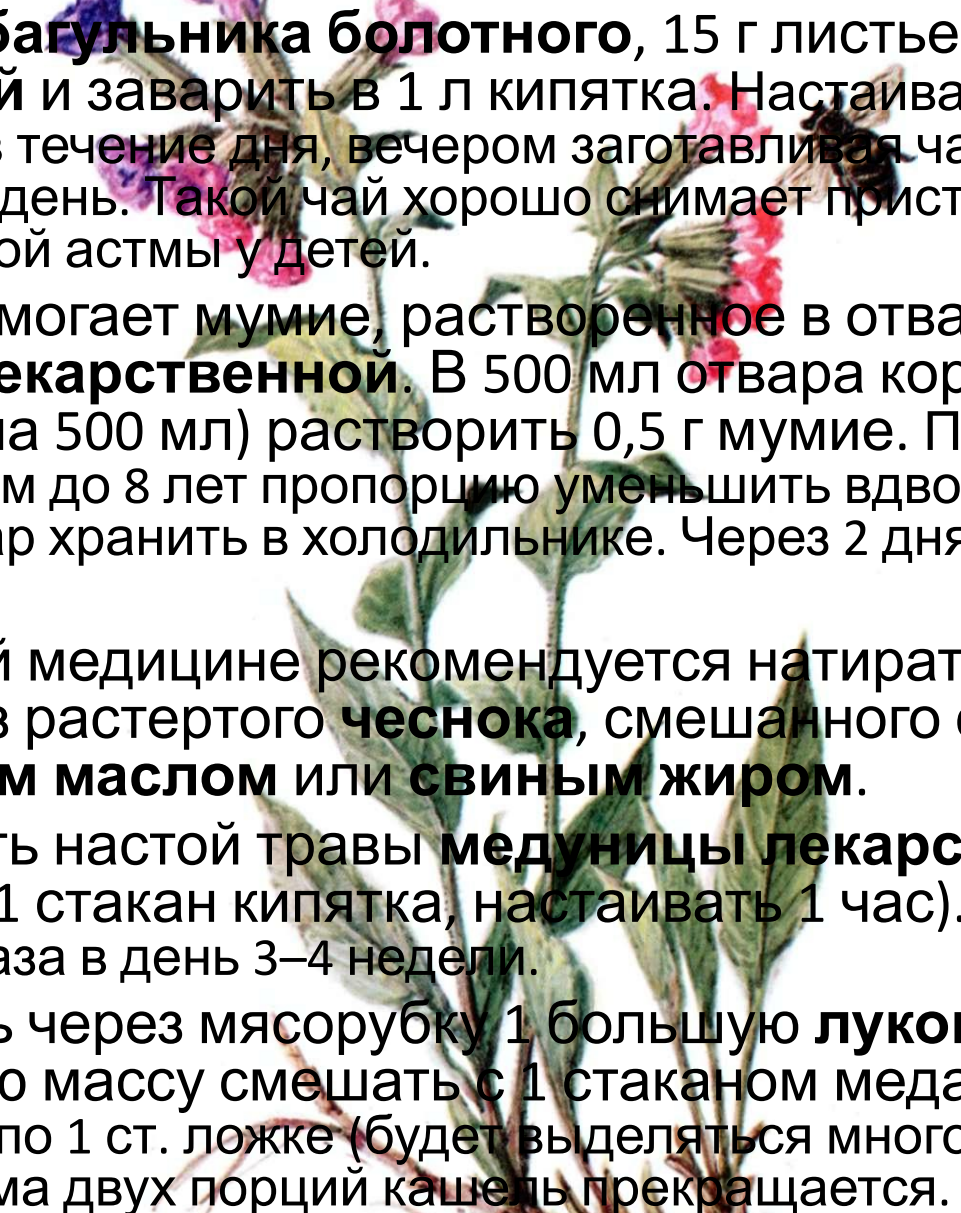
- Трава **буквицы лекарственной**, цветки **клевера лугового**, трава **вероники лекарственной**, трава **душицы**, плоды **боярышника**, листья **мать-и-мачехи**. Взять в равных количествах.

1 ст. ложку сбора залить стаканом кипятка, настаивать в термосе 8–10 часов, принимать по полстакана в теплом виде 5–6 раз в сутки, можно и ночью.

- Листья **мать-и-мачехи**, траву **крапивы двудомной**, траву **чины луговой**, траву и соцветия **донника лекарственного**, траву **вероники лекарственной**, листья **подорожника большого** взять в равных количествах.

1 ст. ложку сбора залить 1 л кипятка, настаивать в закрытой посуде 2–3 часа, принимать по полстакана в теплом виде 3 раза в сутки за час до еды 30–40 дней.



- 
- Взять 15 г **багульника болотного**, 15 г листьев **крапивы двудомной** и заварить в 1 л кипятка. Настаивать 1–1,5 часа, принимать в течение дня, вечером заготавливая чай на следующий день. Такой чай хорошо снимает приступы бронхиальной астмы у детей.
 - Хорошо помогает мумие, растворенное в отваре корня **солодки лекарственной**. В 500 мл отвара корня **солодки голой** (6 г на 500 мл) растворить 0,5 г мумие. Принимать по 200 мл (детям до 8 лет пропорцию уменьшить вдвое) утром 1 раз в день. Отвар хранить в холодильнике. Через 2 дня готовить новый.
 - В народной медицине рекомендуется натирать грудь кашницей из растертого **чеснока**, смешанного со **сливочным маслом** или **свиным жиром**.
 - Приготовить настой травы **медуницы лекарственной** (10 г травы на 1 стакан кипятка, настаивать 1 час). Пить по 1 ст. ложке 3–4 раза в день 3–4 недели.
 - Пропустить через мясорубку 1 большую **луковицу**, полученную массу смешать с 1 стаканом меда. Принимать 3 раза в день по 1 ст. ложке (будет выделяться много мокроты). После приема двух порций кашель прекращается.

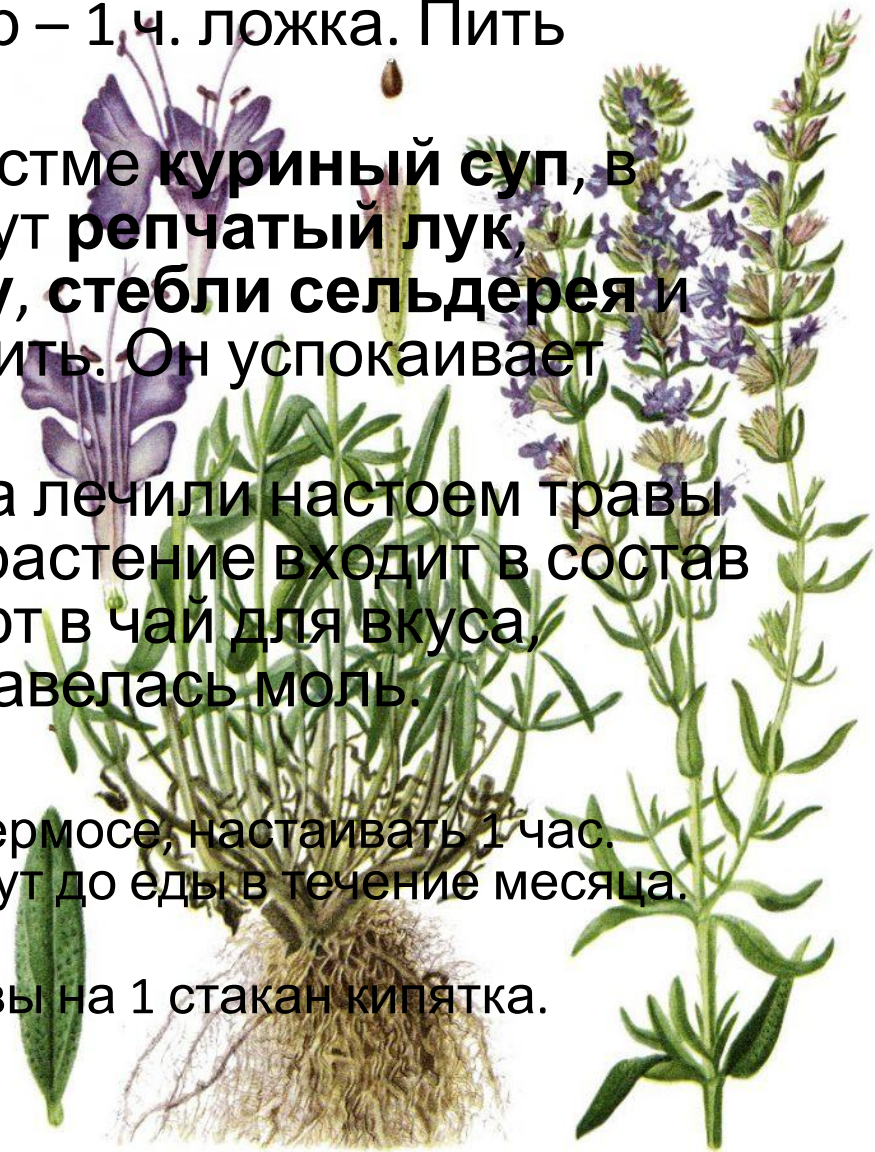
- 250 г **молотого кофе** тщательно размешать с 0,5 кг **меда**, принимать понемногу перед едой. Эта порция рассчитана на 20 дней. Если будет улучшение, приготовить еще одну порцию и продолжить лечение.
- **Будра плющевидная** (трава),
буквица лекарственная (трава),
полевой хвощ (трава),
донник лекарственный (трава),
клевер луговой,
мать-и-мачеха (листья),
земляника лесная (листья),
вероника лекарственная (трава)
взять в равных количествах. 2 ст. ложки сбора залить 0,5 л воды, кипятить на слабом огне 7–8 минут, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по полстакана в теплом виде (медленно, глотками, одновременно съедая по 1–2 ч. ложки меда) 3 раза в день в течение 25–30 дней.
- **китайский рецепт**: 400 г **репчатого лука** измельчить на мясорубке, добавить 400 г **сливочного масла**, 400 г **сахара**, 150 г **натурального меда**, 150 г **сока алоэ**.
Все тщательно перемешать и томить в печи или плотно закрытой духовке 3 часа. После полного охлаждения принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день после еды и на ночь. Хранить в холодильнике!



- Натереть на крупной терке 500 г **тыквы**, добавить **лепестки 5 роз**, 100 г нарезанных свежих листьев **подорожника большого**, 2 ст. ложки **меда** и все залить 1 л **вина**. Довести смесь до кипения. Дать постоять 24 часа, процедить и принимать по 1 ст. ложке 4 раза в день и на ночь. Курс лечения 2 недели.
- **Мед, сливочное масло, смалец и сахар** – смешать, поставить на медленный огонь и сильно нагреть, но не кипятить. Перед употреблением добавить спирт, вино «Кагор», минеральную воду. Пить нужно в теплом виде 2 раза в день перед завтраком и ужином. Непосредственно перед употреблением добавить полови



- На одну порцию нужно: спирт – 1 ст. ложка, мед – 1 ч. ложка, сливочное масло – 1 ч. ложка, сахар – 1 ч. ложка, вино «Кагор» - 50 мл, минеральная вода – 50 мл, смалец – 2 ч. ложки, сахар – 1 ч. ложка. Пить месяц.
- Полезен при бронхиальной астме **куриный суп**, в который, кроме курицы, кладут **репчатый лук, картофель, пастернак, репу, стебли сельдерея и петрушки**. Суп лучше не солить. Он успокаивает кашель.
- Бронхиальную астму издавна лечили настоем травы **иссопа**. Это лекарственное растение входит в состав грудного сбора, его добавляют в чай для вкуса, держат в шкафах, чтобы не завелась моль.
- Горсть травы залить 1 л кипятка в термосе, настаивать 1 час. Принимать по полстакана за 20 минут до еды в течение месяца. Не допускать перерывов.
- Для ингаляций берут 1 ч. ложку травы на 1 стакан кипятка.



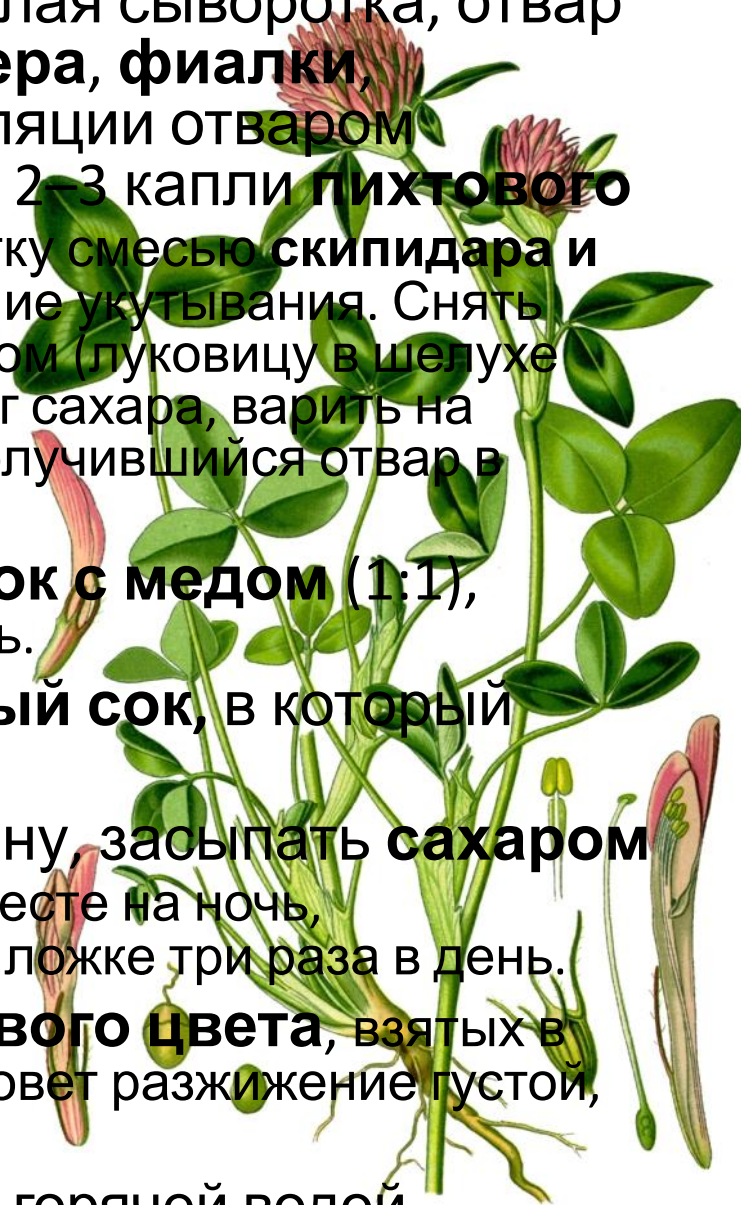
- «Усмирить» астму помогает и такое средство. 200 г **ржаной соломы** залить 2 л кипятка, туда же добавить 2 ст. ложки **спирта** и 20 капель **настойки валерианы**. Накрывшись одеялом, дышать над паром. Хрипы пропадают после первой процедуры. Нужно сделать не менее пяти ингаляций. После лечь в постель.
- Антиастматический отвар: взять по 2 ст. ложки измельченного **корня лопуха, корня сельдерея, корня пырея, корня ревеня** и 3 г травы **иссопа**. Кипятить все в 1 л воды 5 минут, настаивать, процедить и пить в течение дня без дозировки. Курс лечения месяц.



Бронхиты

- Это весьма распространенные заболевания. Они разделяются на первичные и вторичные. **Первичным** считается бронхит при самостоятельном воспалении бронхиального дерева. **Вторичные** бронхиты наблюдаются при инфекционных заболеваниях (грипп, корь, брюшной тиф и др.), заболеваниях легких (воспалении легких, опухолях, туберкулезе, абсцессе легкого и др.). Бронхит может быть при заболеваниях сердца (**застойный**) и почек (**уремический**).
- Основными симптомами заболевания являются кашель с мокротой или без нее, одышка, ухудшение общего состояния.
- Лечение бронхита зависит от клинических проявлений заболевания. В зависимости от тяжести заболевания назначают домашний режим, при высокой температуре – постельный режим. Необходимо прекратить курение, увлажнять воздух в комнате, развешивая, например, мокрые простыни. Рекомендуется обильное питье горячих настоев трав. Вопрос о назначении антибиотиков должен решить врач.

- При сильном кашле помогают теплая сыворотка, отвар **девясила, мяты, красного клевера, фиалки, подорожника, горчичники**, ингаляции отваром **картофеля**, в который добавлено 2–3 капли **пихтового масла**. Можно растирать грудную клетку смесью **скипидара и касторового масла (1:20)**, делать горячие укутывания. Снять кашель поможет луковый отвар с сахаром (луковицу в шелухе помыть, залить водой, добавить 70–100 г сахара, варить на медленном огне 30–40 минут, выпить получившийся отвар в течение дня).
- Приготовить смесь из тертых **яблок с медом (1:1)**, принимать по 1 ст. ложке 3–4 раза в день.
- Эффективен при кашле **березовый сок**, в который можно добавить **жженный сахар**.
- Можно вырезать у **редьки** середину, засыпать **сахаром** или **медом**, оставить в прохладном месте на ночь, образовавшийся сок принимать по 1 ст. ложке три раза в день.
- Настой из **корня солодки и липового цвета**, взятых в соотношении 2:1, успокоит кашель, вызовет разжижение густой, вязкой мокроты.
- Сделать пюре из **бананов**, залив их горячей водой, добавить **сахар**. На 1 банан полстакана воды и 1 ст. ложка сахара. Принимать по 1 ст. ложке 3-4 раза в день и на ночь.



Trifolium pratense L.

- **Инжир** сварить на медленном огне в **молоке**, есть и пить горячим.
- Рекомендуется при кашле на ночь растирать грудь **свиным, нутряным** или **гусиным жиром**; потом надеть шерстяное белье, выпить стакан горячего молока или чая с медом или малиной.
- **Тысячелистник**, трава **горицвета кукушкиного**, **листья мать-и-мачехи**, **цветки клевера лугового**, взятые в соотношении 2:1:2:1, перемешать и 1 ст. ложку сбора залить стаканом воды. Довести до кипения, настаивать 2–3 часа, процедить и пить по полстакана 3 раза в день перед едой.

- Кисель из **исландского мха** обладает выраженной противомикробной активностью, легко усваивается организмом и повышает иммунитет. Хорошо известный в русской народной медицине **исландский мох** (или **цетрария исландская**) вымачивают в холодной воде с добавлением древесной золы в течение суток, чтобы избавиться от излишней горечи. Затем его надо кипятить 2–3 часа, причем воды должно быть втрое больше, чем сырья. Отвар процедить и дать застыть. Получается прозрачный, безвкусный кисель. Он дает силы больному и помогает быстро вылечить бронхит.



Цетрария исландская

- Взять **сухие груши** (100 г на 1 л), залить холодной водой, настаивать 1 час, затем варить на медленном огне еще 1 час, слегка остудить, добавить мед (1 ст. ложку на 1 л) и непосредственно перед употреблением (отвар должен быть теплым). Принимать настой после обеда и перед сном. Этот настой особенно полезен при бронхите ку





- Приготовить молочно-ореховый коктейль, для чего взять 1 л **молока** и стакан неочищенных, нежареных **кедровых орехов**. Кипятить орехи в молоке на маленьком огне 20 минут, процедить (орехи можно съесть). стакан орехового молока выпить утром натощак, а второй — вечером перед сном. Остальное допить на следующий день.
- Чтобы уменьшить кашель при бронхите и для общего укрепления и оздоровления организма народная медицина использует следующее средство: 100 г **зерен пшеницы** залить в термосе 750 мл кипятка, настаивать 8–10 часов. Процедить и принимать по полстакана 3 раза в день. Настой благотворно действует на легкие, уменьшает кашель, способствует отделению мокроты. Этот настой обладает противовоспалительным и сосудорасширяющим действием. Его рекомендуют принимать также при хронических запорах и для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.

- Помогает при кашле и домашняя жвачка. Надо взять 100 г пчелиного **воска**, 3 капли **мятного масла**, 50 г меда, 10 капель свежего **лимонного сока**. Растопить на медленном огне воск, не снимая с огня, добавить мятное масло, мед и лимонный сок. Перемешать до получения однородной массы, снять с огня и остудить. Из полученной массы слепить небольшие шарики, которые нужно жевать 3–4 раза в день. Кашель через 1–2 недели проходит.
- 150 г плодов **калины** протереть через сито, 100 г меда, варить 5 минут и принимать по 1 ч. ложке 3–4 раза в день, запивая теплой водой.
- Пропустить через мясорубку 1 кг **подорожника** и отжать сок, добавить 1 л воды и 1,5 кг меда. Полученную массу варить на слабом огне до загустения, разлить в стеклянные банки и принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день при обострении хронич



- При хроническом бронхите с астматическим компонентом можно применять сборы:

- 1. **Мать-и-мачеха** — 10 г,
цветки ромашки — 2 г,
трава шлемника байкальского — 5 г,
листья ряски малой — 5 г.
1 ст. ложку сбора залить стаканом кипятка,
настоять 6–8 часов в термосе,
принимать по 2 ст. ложки 5–6 раз в сутки и ночью.

- 2. Трава **фиалки трехцветной** — 5 г,
трава **донника лекарственного** — 10 г,
листья **подорожника большого** — 10 г,
трава **хвоща полевого** — 3 г.
Применение, как в предыдущем рецепте.

- **Желток свежего куриного яйца**
размешать с 1 ст. ложкой свежего **меда**.
Вскипятить стакан свежего молока и тонкой струей
влить в него яйцо с медом, помешивая, чтобы получился
однородный напиток. Полученный состав выпить в один
прием. Повторить через 3–4 часа.

- При развитии эмфиземы легких: 1 ч. ложку травы
чины луговой залить стаканом кипятка,
настаивать 10–15 минут, процедить и добавить
2–3 капли сока из листьев **золотого уса**. Пить чай
горячим, можно с **медом** или **сухофруктами**, особенно с
курагой.



- Бальзам из **листьев алоэ** (столетника). Перед срезанием листьев растение нельзя поливать в течение двух недель; растение должно быть не моложе трехлетнего возраста
- 250 г листьев алоэ мелко нарезать, поместить в стеклянную посуду, залить 0,5 л **кагора**, добавить 350 г **меда** и тщательно перемешать состав. Настаивать в течение 9 дней в прохладном месте, затем отжать (процедить) и принимать. Первые два дня принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день до еды; в последующие дни – по десертной ложке 3 раза в день до еды.
- Небольшой **лимон** залить водой и кипятить на слабом огне 10 минут, остудить. Лимон разрезать пополам и выжать сок в стакан. К соку лимона добавить 2 ст. ложки **глицерина**, до краев стакана налить **мед** и все тщательно перемешать. При сильном кашле принимать по 2 ч. ложки смеси 3 раза в день перед едой, а также на ночь. В тех случаях, когда кашель сильный, но редкий и сухой, рекомендуется принимать по 1 ч. ложке смеси до и после еды и обязательно перед сном.

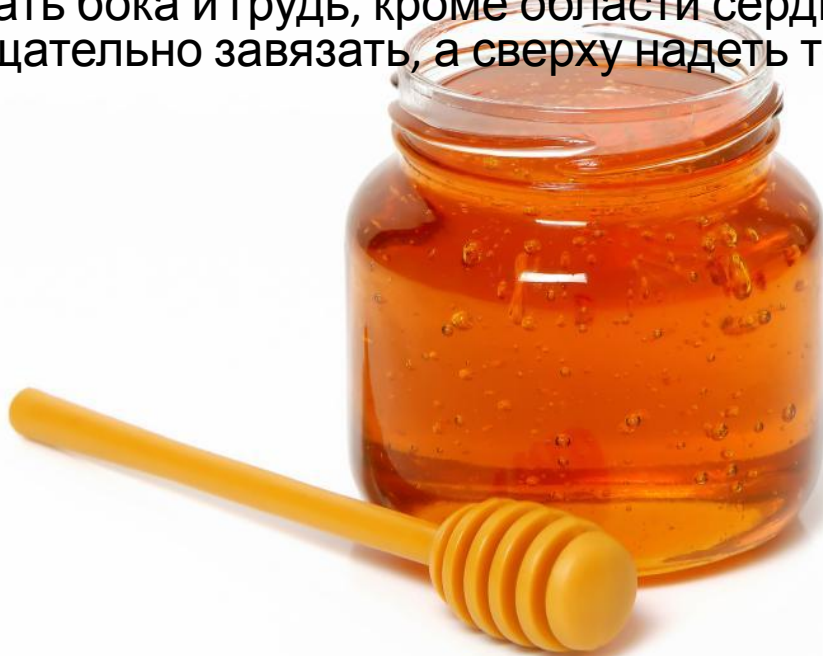
- Для грудных детей рекомендуется следующий способ лечения кашля. К чайной ложке **меда** добавить 2 ст. ложки **семян аниса** и щепотку поваренной соли. Все залить стаканом воды, довести до кипения, процедить и давать ребенку по чайной ложке каждые 2 часа. По мере стихания кашля уменьшать дозу.
- Противопоказания: все средства, содержащие мед, нельзя давать детям, страдающим диатезом.
- Компрессы при кашле назначают детям и взрослым. Делать их трудоемко, но они эффективны.
- Масляный компресс: намочить кухонное полотенце из суровой ткани в теплом **подсолнечном масле**. Масло нельзя греть на огне, делать это только на «водяной бане». Отжать ткань и обернуть грудь и спину ребенка так, чтобы область сердца на груди не были открыты, сверху положить компрессную бумагу или кальку. Полиэтиленом или клеенкой пользоваться нельзя ни в коем случае! Поверх компрессной бумаги наверхнуть старый шерстяной платок или шарф, а потом надеть ночную рубашку, свитер и хорошо укутать. Держать компресс всю ночь, утром снять, протереть кожу и надеть теплое сухое белье.



- Компресс из сока **редьки**: натереть на мелкой терке 2–3 черные редьки, положить получившуюся массу в марлю и выжать сок. Сначала намочить льняное полотенце в теплом подсолнечном масле, выжать и смочить соком **черной редьки**, опять слегка отжать, обернуть грудь и спину больного, поверх – компрессная бумага, шерстяной платок. Так оставить на полчаса-час, пока компресс не начнет жечь кожу, а на лбу больного не выступит испарина. Раскутать, обтереть теплым полотенцем. Если кожа покраснела, можно осторожно растереть ее вазелином. Надеть шерстяное белье, дополнить лечение чаем из трав, способствующих отхаркиванию



- **Компресс из меда:**
на ночь намазать верхнюю половину туловища жидким медом,
осторожно втирая его в кожу. Сверху положить льняное полотенце, затем компрессную бумагу, шерстяной платок. Выпить на ночь **потогонный чай**.
- Если врач обнаружил у больного влажные хрипы, можно сделать аппликацию: **мед, муку** и холодную **воду** в **равных количествах** перемешать и выложить тонким слоем на льняную или холщовую ткань, под которой должна лежать компрессная бумага, под ней – еще одно полотнище ткани или полотенце и шерстяной платок, т. е. компресс получается четырехслойным. Нужно лечь голый спиной на аппликацию, а оставшейся смесью меда с мукой и водой намазать бока и грудь, кроме области сердца. Все слои компресса тщательно завязать, а сверху надеть теплую рубашку.



- Компресс из **творога**: слегка подогреть **творог** и смешать с **медом** (1 ст. ложка на 100 г творога). На суровое полотенце намазать его творожно-медовой массой и приложить к телу намазанной стороной. Затем накрыть компрессной бумагой, еще одним полотенцем (махровым), затем поверх компресса плотно завязать шерстяной платок. Компресс держать всю ночь. Очень хорошо подкрепить его действие потогонным чаем с травами.

Утром раскутать компресс в хорошо нагретой комнате и сразу принять теплый душ, растереться и тепло одеться. Внимательно осмотреть остатки творога на полотенце. Если он спекшийся, но не желтый – значит, воспаления легких нет. При этом тяжелом заболевании на твороге будут желтовато-зеленоватые пятна.

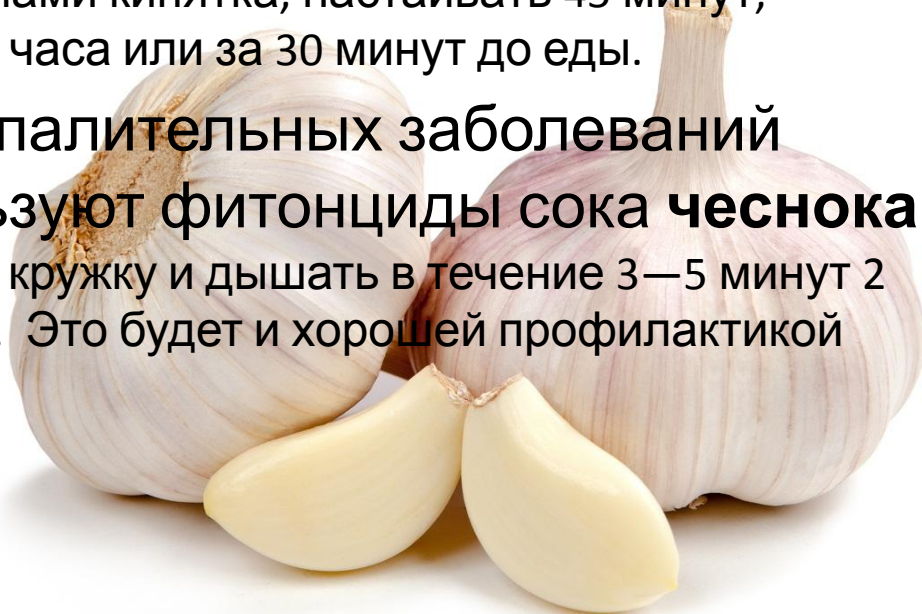
Кстати говоря, творог можно заменить теплым размятым картофелем, испеченным в кожуре в духовке.



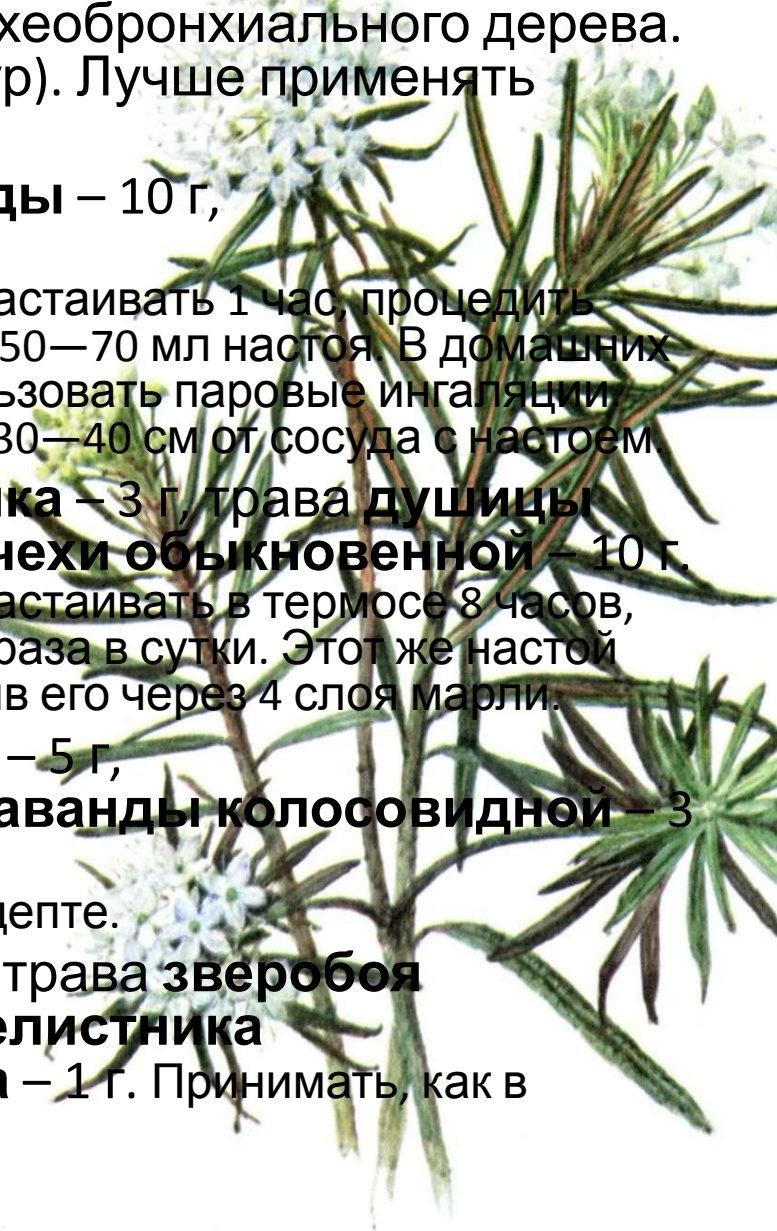
Острый трахеобронхит

- Острый трахеобронхит – воспаление слизистой оболочки трахеи и крупных бронхов, возникающее чаще всего на фоне острой респираторной инфекции. Заболевание сопровождается мучительным, длительным кашлем, болью за грудиной, слабостью.
- Острый трахеобронхит может быть как самостоятельным, так и сопутствующим ряду других заболеваний.
- Для лечения острого трахеобронхита довольно широко используют лекарственные растения. Народная медицина при трахеитах рекомендует **капусту огородную, картофель, листья вишни обыкновенной, абрикос**. В качестве отхаркивающего средства применяют также **можжевельник обыкновенный, яснотку белую, клевер луговой, синюху голубую** и другие растения. Кроме того, используют водные настои из расчета 20 г таких сборов лекарственных растений на 200 мл. Принимать по полстакана 2–3 раза в сутки. Также используют сбор из **земляники лесной, листьев брусники, цветков сирени белой, корневища змеевика, мать-и-мачехи, корня окопника лекарственного, цветков липы мелколистной, чабреца обыкновенного**, взятых в равных долях.

- В качестве отхаркивающего средства хорошо действуют **листья мать-и-мачехи** и трава **крапивы двудомной**, взятые в равных количествах (1 ст. ложку сбора залить стаканом кипятка, настаивать 1 час и принимать по 2 ст. ложки 4–5 раз в сутки перед едой).
- Часто применяют такую смесь лекарственных растений: **корень алтея лекарственного** – 2 части, **корневища солодки голой** – 2 части, **плоды фенхеля обыкновенного** – 1 часть.
1 ст. ложку смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 45 минут, принимать по 2 ст. ложки через 3 часа или за 30 минут до еды.
- При лечении острых воспалительных заболеваний трахеи и бронхов используют фитонциды сока **чеснока** (чеснок измельчить, поместить в кружку и дышать в течение 3—5 минут 2 раза в день в течение 5—7 дней). Это будет и хорошей профилактикой пневмонии.



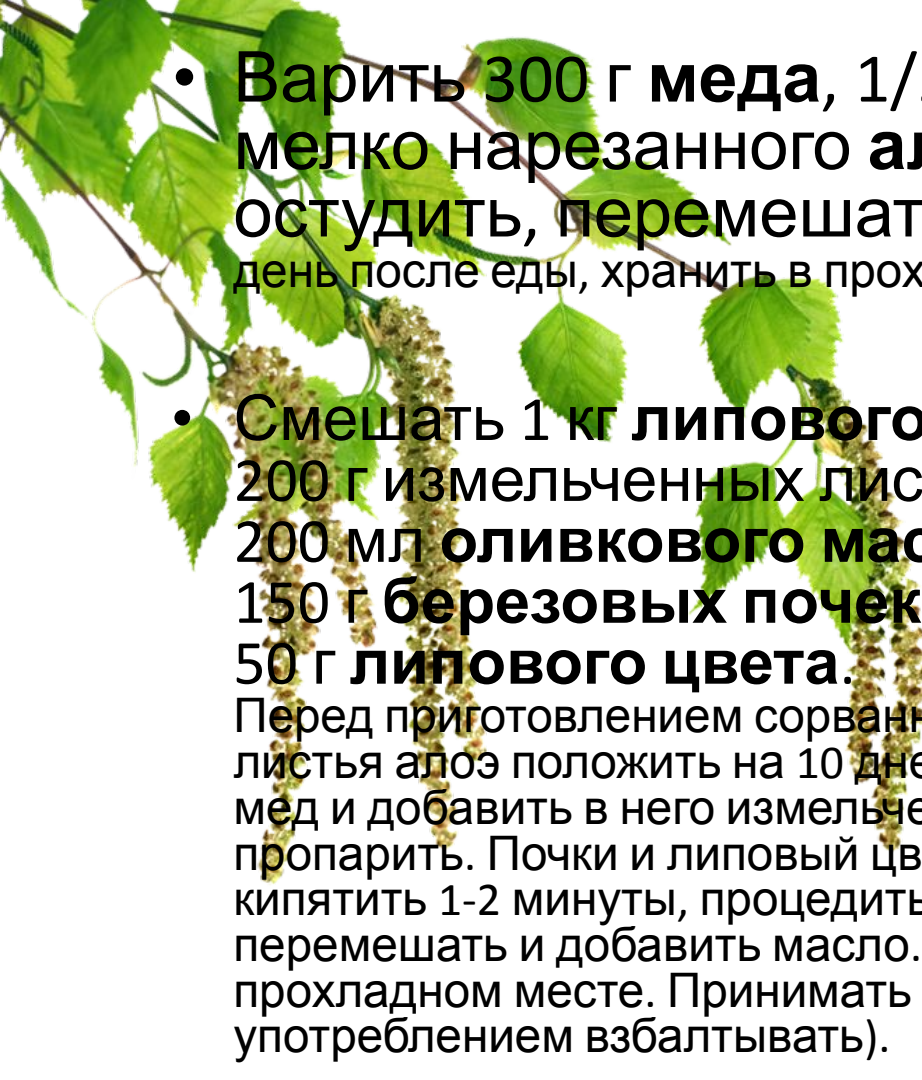
- При развившемся трахеобронхите, когда появляется кашель с большим количеством вязкой мокроты, пользуются средствами, оказывающими смягчительное и бактерицидное действие, а также улучшающие дренажную функцию трахеобронхиального дерева. Для ингаляций (по 5 минут 6–8 процедур). Лучше применять следующие сборы:
- **1. Цветки коровяка – 15 г, трава череды – 10 г, листья подорожника – 10 г.**
1 ст. ложку сбора залить стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить через 3–4 слоя марли. На 1 ингаляцию брать 50–70 мл настоя. В домашних условиях, если нет ингалятора, можно использовать паровые ингаляции. Вдыхать пар надо осторожно на расстоянии 30–40 см от сосуда с настоем.
- **2. Листья и молодые веточки багульника – 3 г, трава душицы обыкновенной – 5 г, трава мать-и-мачехи обыкновенной – 10 г.**
1 ст. ложку сбора залить стаканом кипятка, настаивать в термосе 8 часов, принимать в теплом виде по полстакана 1–2 раза в сутки. Этот же настой можно использовать для ингаляций, процедив его через 4 слоя марли.
- **3. Цветки коровяка скипетровидного – 5 г, цветки бузины черной – 10 г, цветки лаванды колосовидной – 3 г.**
Готовить и принимать, как в предыдущем рецепте.
- **4. Корень алтея лекарственного – 3 г, трава зверобоя продырявленного – 2 г, трава тысячелистника обыкновенного – 2 г, листья чабреца – 1 г.** Принимать, как в предыдущем рецепте.



Пневмония (воспаление легких)

- Это серьезное и опасное для жизни заболевание. Пневмония ведет к гибели легочных пузырьков – альвеол, в которых происходит обогащение крови кислородом и удаление из организма углекислого газа. А раз так, то и все органы начинают испытывать кислородное голодание, у больного появляется одышка, общая слабость, сонливость, зачастую снижается аппетит. Пневмония усиливает проявления сердечных заболеваний, способствует повышению давления. И поэтому пневмония особенно опасна для пожилых и ослабленных людей. При пневмонии страдает и нервная система: болеющие пневмонией становятся вспыльчивыми и раздражительными. Или, напротив, впадают в депрессивное состояние.
- Первыми признаками пневмонии являются: кашель, при котором отходит прозрачная либо зеленоватая мокрота, боли в груди при кашле, одышка, не связанная с физической нагрузкой, повышение температуры до высоких цифр, а также, как отмечалось, общая слабость и недомогание. Поскольку пневмония – болезнь серьезная, то бороться с ней надо при первых проявлениях перечисленных симптомов. Необходимо лечение в стационаре с использованием антибактериальной терапией.

- Народные способы лечения пневмонии могут облегчить симптомы заболеваний – кашель, боли в груди, снизить температуру.
- Заварить 1 стаканом кипятка 15 г травы **иван-чая** и настаивать 1 час. Пить по трети стакана 3 раза в день за 20 минут до еды в течение 10-12 дней.
- Чтобы избавиться от кашля после воспаления легких, следует вскипятить стакан свежего **непастеризованного молока** с двумя сушеными плодами белого **инжира**. Пить горячим два раза в день по стакану после еды в течение 10-15 дней.
- Смешать 10 г **сосновых почек**, 20 г корня **фиалки душистой** и 40 г **исландского мха**. Залить смесь стаканом холодной воды, взяв 4 ч. ложки смеси, настаивать 2 часа, кипятить 4 минуты, остудить и процедить. Пить теплым 3 раза в день после еды, желательно с медом.
- Втирать в грудь или спину мазь следующего состава: 1 часть **воска** и 4 части **гусиного жира** (можно заменить его куриным жиром или **овечьим салом**) смешать и растереть до получения густой массы.



- Варить **300 г меда**, $1/2$ стакана воды и лист мелко нарезанного **алоэ** на слабом огне 2 часа, остудить, **перемешать**. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день после еды, хранить в прохладном месте.

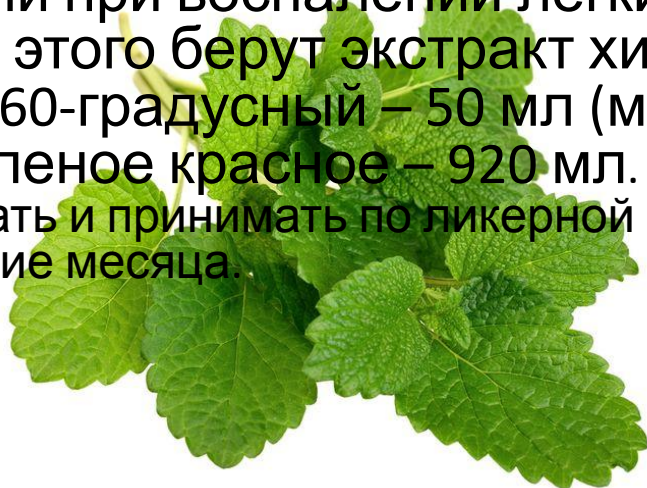
- Смешать **1 кг липового меда**, **200 г измельченных листьев алоэ**, **200 мл оливкового масла**, **150 г березовых почек**, **50 г липового цвета**.

Перед приготовлением сорванные и промытые кипяченой водой листья алоэ положить на 10 дней в холодное темное место. Растопить мед и добавить в него измельченные листья алоэ. Смесь хорошо пропарить. Почки и липовый цвет заварить отдельно в 0,5 л воды, кипятить 1-2 минуты, процедить. Этот отвар влить в смесь меда и алоэ, перемешать и добавить масло. Разлить в бутылки и хранить в прохладном месте. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день (перед употреблением взбалтывать).

- Для очищения легких от мокроты полезно есть **мед** с ядрами **лесных орехов** (особенно при длительном кашле).

Если **кедровые орехи** отварить в сладком **вине**, то они принесут большую пользу (на 0,5 л вина – 50 г орехов, варить 20 минут).

- Взять 1 стакан красного **вина**, добавить 2 ст. ложки сахара, по щепотке трав **мелиссы** и **чабреца**, подогреть до 80-90° С, профильтровать и охладить. Пить теплым по трети стакана 2-3 раза в день. Это средство является хорошим натуральным адаптогеном и способствует восстановлению легочной ткани после воспаления. Рецепт нельзя использовать для детей и подростков, беременных и кормящих женщин.
- Во Франции при воспалении легких используют **хинное вино**. Для этого берут экстракт хины красной – 30 г, спирт этиловый 60-градусный – 50 мл (можно заменить водкой), вино крепленое красное – 920 мл. Смесь настаивать 5 дней, отфильтровать и принимать по ликерной рюмке 3 раза в день перед едой в течение месяца.



- Еще один рецепт. Взять 125 г **хины желтой**, 15 г **коры галилеи**, 250 мл этилового 96-градусного спирта, 1 л **белого бургундского вина**.

Измельчить кору и хину, залить спиртом и оставить на сутки, затем добавить вино и поместить в прохладное место на месяц, профильтровать, хранить в холодильнике. Принимать по 1-2 ст. ложки в день в течение месяца.

- Пневмония может осложняться плевритом. В этом случае хороший эффект дают такие напитки.
- Взять красное **сухое вино** – 300 мл, **мед пчелиный** – 200 г (предварительно подогреть на водяной бане), смешать и настаивать 3 дня на солнце или в теплом месте. Принимать по 2 ст. ложки 3 раза в день за 20 минут до еды в течение 7-10 дней.
- Взять **лук репчатый** – 200 г, **вино сухое красное** – 600 мл, **мед пчелиный** – 200 г.
К мелко нарезанному луку добавить красное вино и мед, предварительно нагретые на водяной бане. Затем смесь поставить на трое суток в теплое место. Процедить и принимать по 1 ст. ложке 3-4 раза в день. Курс 2-3 недели.

БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ

