

ПРЕДИСЛОВИЕ

Съвременната фармакология и фармацевтична индустрия дължат първоначалната си поява и съществуване на хилядолетните лечителски традиции и практики, обогатени и развити в условията на научно-техническия и технологичен прогрес в по-модерни времена.

Неписана истина е, че лекарствените средства от растителен и животински произход, както и природните органични и неорганични вещества въздействат много по-силно на хората, които са родени и израснали в техния естествен ареал, хабитат и местонаходища.

Народната или домашната фармакопея, която ви предлагаме като лек за всяка болка, съдържа древни и модерни лечебни рецепти и здравословни препоръки, събирани десетилетия, зрънце по зрънце, с надеждата да ви послужат в трудни моменти, свързани с вашето здраве и оцеляване. Те се основават на мъдрия опит на безброй безименни лечители, познаващи в детайли свойствата на лечебните растения и вещества и тяхното действие върху организма. Изпитани са от поколения българи, но ви молим да внимавате много при подбора и приложението им, като изхождате от признаците, симптомите и усещанията, които имате в конкретното състояние на здравословен дефицит. Някои от рецептите могат да ви се сторят остарели и, меко казано, странни, но в случая имате избор. Особено важна е вътрешната убеденост, която храните, когато пристъпвате към изпълнението на съответната рецепта, за да помогнете на себе си или на своите близки. Вярата и желанието да се излекувате са особено важни за успеха на всяко лечение. Стриктно спазвайте правилата, за да не изпитате обратния ефект! Нали знаете – разликата между лекарството и отровата е в дозата, както и в трезвата преценка и зоната на комфорт. И никога не пренебрегвайте лекарските препоръки и предписаното ви официално медицинско лечение! Лечебните рецепти, които вече са на ваше разположение, могат да ви бъдат не само полезни, но и чудесно допълнение към него.

За улеснение на читателите видовете болести и здравословни проблеми са подредени по азбучен ред и са придружени от серия лечебни рецепти както за първа помощ, така и за сезонни заболявания, травми и хронични страдания.

„Бабини илачи!“, биха възкликнали някои, но нима повечето от нас не кърват в сърцето си спомена за една любеща баба, която неведнъж е излекувала с вълшебната си аптечка болното ни гърло, ухапване от разлютена пчела или ожулени колена?

Е, едва ли бихме излекували куцо, къораво и сакато, както се казва, но бихме помогнали и на тях в определени ситуации. Така че смело напред и успех!

От редактора на изданието

АКНЕ (МЛАДЕЖКИ ПЪПКИ)

- 1 сух бодлив цвят от магарешки трън се нарязва и се смилва в блендер. Към получения прах се добавя неварено прясно мляко и се бърка, докато стане на каша. Намазват се лицето и гърдите, където са пъпките. Прави се вечер и така се преспива. Достатъчни са 3 намазвания.

- Препоръчва се върховете на гнойни пъпки да се намажат с йод. Така бързо ще прегорят.

- Смесват се 2 с. л. царевично или овесено брашно с разбития белтък на 1 прясно кокоше яйце. След като изсъхне, маската се сваля със суха памучна кърпа и лицето се измива със студена вода.
- Препоръчва се черните точки да се отстраняват, като се натрият с тампон от памук, напоен с прясно изцеден сок от киселец или червени домати.
- Препоръчва се кожата на лицето да се почиства основно, като се налага с топъл компрес от ленено семе (поставено в многопластова марля). Компресът се държи 20 минути. След свалянето му черните точки се изстискват с предварително дезинфекцирани ръце. Прави се веднъж седмично.
- Препоръчва се всяка сутрин и вечер лицето да се маже с каймак от прясно мляко, смесен със сока от 1 стрък праз лук (наситнен в блендер и изцеден през многопластова марля).
- Смесват се по 1 с. л. кисело мляко, нишесте и пчелен мед. С получената каша се намазват засегнатите зони. Престоява 15 минути и се изплаква с хладка вода. Лечението продължава 7 поредни дни.
- Разбъркват се пчелен мед и суха мая за хляб. Маската се нанася на тънък слой върху лицето и престоява 30 минути. Измива се с хладка вода и се подсушава. Не се маже с крем.
- 50 листа от орех се сваряват и с получения лосион лицето се обтрива по веднъж на ден. Да не се прекалява, защото кожата ще потъмнее.

АЛЕРГИЯ

- Нарязват се наситно 150 г коприва, 80 г горчица и 100 г глухарче. 3 с. л. от сместа се заливат с 1 л вряла вода и се варят 2 минути. Отварата се прецежда и се пие по 1 ч. л. 3 пъти на ден.
- 3–4 листа от бъзак се варят в 500 мл вода в продължение на 5 минути. След като отварата изстине, се прецежда. Пие се по 1 ч. л. 3 пъти на ден. Продължителността на лечението не трябва да бъде повече от 1 седмица. При необходимост се прави почивка от 1 месец и след това рецептата се повтаря. За трети прием почивката трябва да е 1 година.
- Препоръчва се при петна (плаки) по кожата вследствие на алергия петната да се мажат с прясно изцеден сок от магданоз.
- Смесват се равни количества прясно изцеден сок от кромид лук и винен оцет. Многопластова марля, напоена с течността, се поставя за 15 минути върху петната. След това кожата се измива с вода и се подсушава. Прави се 2 пъти на ден – сутрин и вечер.

АЛЕРГИЯ (БАКТЕРИАЛНА)

- Смесват се 150 г стръкове камшик, по 80 г стръкове хвощ и бяло подъбиче и 30 г диланка. 2 с. л. от сместа се заливат с 400 мл вряла вода и се оставят да киснат 2 часа. Настойката се пие по 100 мл 4 пъти на ден преди ядене в продължение на 3 месеца.

- Смесват се по 1 к. л. медицинска сярка за пиене и пчелен мед и се изяждат наведнъж. Лечението продължава 5 поредни дни.

- Смесват се по 1 с. л. овес, тетра, листа от дюля, цвят и плод от глог и се варят в 1 л вода 10 минути. Отварата се пие по 75 мл 3 пъти на ден преди ядене в продължение на 15 дни.

АЛЕРГИЯ (ПОЛЕНОВА)

- Смесват се по 50 г листа и цвят от босилек, листа от глог и живовляк, листа от леска и подбел и цвят и листа от коприва. 2 с. л. от сместа се запарват с 500 мл вряла вода и се варят в захлупен съд 10 минути. Отварата изстива и се прецежда. Пие се по 1 в. ч. 3 пъти на ден преди ядене, подсладена с пчелен мед и прясно изцеден лимонов сок на вкус.

- Смесват се по 50 г цвят от бял равнец, листа и цвят от жълт кантарион, листа от конусообразна топола, пача трева, полски хвоц и градински чай (салвия). 2 с. л. от сместа се запарват с 500 мл вряла вода. Запарката изстива и се прецежда. Пие се по 80 мл 3 пъти на ден след ядене.

- Смесват се по 50 г листа и цвят от босилек, цвят от бял равнец, листа от живовляк, подбел, конусообразна топола и седефче и цвят и листа от градински чай (салвия). Към 3 с. л. от сместа се добавят 1 с. л. леко запечено ленено семе и 2 с. л. пчелен мед, заливат се с 600 мл вряла вода и се варят 10 минути. Отварата изстива и се прецежда. Пие се по 1 в. ч. 3 пъти на ден преди ядене.

- Смесват се 250 мл бира, 100 г небетшекер и 1 лимон, разрязан на 4 и смлян в блендер без семките. Сместа се вари 30 минути на водна баня. Изстива и се прецежда. При всяко закашляне се приема по 1–2 с. л. от отварата.

- Препоръчва се при хрема и кихане във всяка ноздра да се капват по 1–2 капки бадемово масло.

- Препоръчва се по веднъж на ден да се изяжда 1 равна к. л. медицинска сярка за пиене, смесена с 1 с. л. пчелен мед. Лечението продължава 5 поредни дни.

- Шепя листа от слез се варят в 500 мл вода 10 минути. Отварата се охлажда до поносимост и лицето се измива с нея. Взема се клечка за уши, потопява се в отварата и се промива носа.

- Кипват се 10 с. л. винен оцет с 1 с. л. розмарин. С течността се намазва цялото тяло.

- 1/3 ч. л. медицинска сярка за пиене се слага в 1 ч. ч. кисело мляко, добавя се 1 с. л. захар, разбърква се и се изяжда наведнъж 30 минути преди закуска. Лечението продължава 15 поредни дни.