

БАБУШКИН ЛЕЧЕБНИК

Дорогие мои!

Веками наши предки по крупицам собирали знания о подаренных природой натуральных компонентах. Теперь я передаю их вам с пожеланием крепкого здоровья и долголетия. Используя лечебные свойства трав, лечебной глины, мумиё, минералов, яблочного уксуса, пиявок, лекарственных масел, вы сможете излечиться от множества недугов и оздоровиться. В отличие от таблеток, они мягко действуют на организм, не вызывают побочных эффектов и позволяют сохранить здоровье на долгие годы.

Забудьте:

- о простудных и воспалительных заболеваниях;
 - аллергии и болезнях органов дыхания;
 - заболеваниях желудочно-кишечного тракта, эндокринной системы;
 - кожных, гинекологических и многих других заболеваниях.
- Живите без болезней — и да поможет вам Бог!

Ваша целительница Богдана



www.ksdbook.ru

www.bookclub.ua

ISBN 978-5-9910-3323-7



9 785991 033237

ISBN 978-966-14-9312-3



9 789661 493123

БОГДАНА
ПОТОМСТВЕННАЯ
ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА

БАБУШКИН
ЛЕЧЕБНИК



БОГДАНА
ПОТОМСТВЕННАЯ
ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА

БАБУШКИН ЛЕЧЕБНИК

МИЛЛИОН
ИЩЕЛЯЮЩИХ СЕКРЕТОВ И РЕЦЕПТОВ
НАРОДНЫХ ЗНАХАРЕЙ



Лечебные настои, отвары, порошки, мази, сиропы из целебных трав

Лечение грибами, уксусом, пиявками, маслами, минералами, медом, глиной

Как избавиться от гипертонии, бронхита, ангины, гастрита, остеохондроза, головной боли, артрита, ячменя, экземы



КЛУБ
СЕМЕЙНОГО
ДОСУГА

БОГДАНЯ
ПОТОМСТВЕННАЯ
ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА

БАБУШКИН ЛЕЧЕБНИК



МИЛЛИОН
ИЩЕЛЯЮЩИХ СЕКРЕТОВ И РЕЦЕПТОВ
НАРОДНЫХ ЗНАХАРЕЙ



ХАРЬКОВ  КЛУБ
БЕЛГОРОД СЕМЕЙНОГО
2015 ДОСУГА

УДК 615.89
ББК 53.59
Б12



Никакая часть данного издания не может быть
скопирована или воспроизведена в любой форме
без письменного разрешения издательства

Дизайнер обложки *Сергей Ткачев*

ISBN 978-966-14-9312-3 (Украина)
ISBN 978-5-9910-3323-7 (Россия)

- © DepositPhotos.com / Greeek, griffin024, mariylna, Artup_koK, Marilyna, Igorartmd, Alexan66, Photomaru, cranach2, tiler84, обложка, 2015
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2015
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2015
- © ООО «Книжный клуб “Клуб семейного досуга”», г. Белгород, 2015

К ЧИТАТЕЛЮ

Дорогие читатели!

Как жить, не болея? Кто из нас не мечтал об этом! Однако и сейчас, несмотря на колоссальные успехи медицины, болеть меньше не стали.

Чем же лечиться, а еще лучше — как предотвратить заболевание?

Растения и другие природные средства предпочтительнее таблеток для лечения большинства болезней: они взаимодействуют с живыми клетками, не вызывая побочных явлений.

1. Например, лечение травами оздоравливает весь организм человека, а не отдельный орган, и в народной медицине используется более 600 видов лекарственных растений, тогда как наука практикует лишь около 200.
2. Очень популярно в народе лечение ароматическими маслами, минералами, глиной, мумиё и многими другими дарами природы.
3. Особое место в народной медицине отводится продуктам пчеловодства. Мед, воск, прополис, маточное молочко, пыльца, пчелиный яд с давних времен используются для лечения огромного количества заболеваний.
4. Практикуют также лечение пиявками, или гирудотерапию.
5. Как народная целительница, я убеждена, что в природе есть все необходимое для здоровья человека, а народные средства иногда даже более эффективны, чем дорогостоящие химические препараты, нужно только уметь ими пользоваться.
6. Важную роль в выздоровлении играют также положительный настрой, вера в успех и самодисциплина, однако



- нужно помнить, что часто лечение народными средствами не дает мгновенного эффекта, поэтому придется запастись терпением. Кроме того, иногда в начале лечения народными средствами может наблюдаться обострение заболевания, и к этому нужно быть готовым, проявить выдержку, чтобы в дальнейшем почувствовать себя лучше.
7. Начиная лечение народными средствами, следует отдавать себе отчет в том, что вы несете ответственность за возможные негативные последствия самолечения. Поэтому, если нет уверенности в его эффективности, лучше повременить и посоветоваться со специалистом, который сочетает в своей практике народные и традиционные средства. Сегодня сделать это несложно, поскольку многие современные медики признают эффективность некоторых народных методов лечения.
 8. В книге приведены как рекомендации других известных знахарей, так и проверенные мною рецепты.
 9. Очень важно также помнить, что причиной большинства болезней является дурная пища, плохая работа желудка и кишечника, поэтому напоследок мой вам совет: не ешьте, если не голодны, и не пейте, если не чувствуете жажды. А народные рецепты здоровья никогда не подведут. Будьте здоровы!

Ваша целительница Богдана



Лечение травами

О целебных свойствах растений сложены тысячи красивых легенд, что лишний раз подтверждает веру человека в силу природы. Кладовая растительного царства поистине неисчерпаема.

Положительное действие природных лекарств нетрудно объяснить. Биологически активные вещества клеток растений имеют много общего с веществами, образующимися в клетках животных и человека, — они лучше усваиваются организмом.

Несложно собрать и приготовить необходимые лекарственные растения, а также приготовить чаи, настои, отвары, ванны, примочки, припарки, ингаляции в домашних условиях.

В то же время следует иметь в виду, что некоторые растения могут оказывать очень сильное воздействие на отдельные органы и системы, так что их неумелое использование может вместо ожидаемого оздоровления нанести организму непоправимый вред. Поэтому людям, плохо разбирающимся в лекарственных травах, не следует самостоятельно заниматься их сбором. Даже приобретенные в аптеке лекарственные травы требуют грамотного употребления.

СБОР, СУШКА И ХРАНЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

В крупных аптеках на сегодняшний день представлен если не полный, то довольно широкий ассортимент лекарственных



растений. Но можно попробовать собрать и заготовить необходимый лекарственный материал самостоятельно. Главное при этом — знать некоторые правила сбора, сушки и хранения полезных растений. Собирать и заготавливать можно почки, кору, корни, цветки и соцветия, листья, плоды и семена.

Собирать лекарственные растения желательно в теплую сухую погоду, в дневные часы, когда растения обсохнут от дождя и росы. В дневное время суток собирают основную массу растений, у которых действующие вещества содержатся в надземных органах. Корни и корневища можно заготавливать в любое время и при любой погоде, так как перед сушкой их требуется тщательно промыть.

Тара для сбора должна быть совершенно чистой, сухой и без запаха. Нельзя собирать в одну тару несколько видов растений одновременно. Собранные растения тщательно сортируют, удаляя посторонние примеси, а от корней и стеблей отделяют омертвевшие, загнившие части.

Почки лучше всего собирать в период их набухания — ранней весной, до того как они тронутся в рост (обычно это март—апрель). Сушить их следует в прохладном, хорошо проветриваемом помещении, защищенном от прямых солнечных лучей (иначе в тепле почки начнут распускаться), выложив на чистые листы бумаги.

Кору собирают весной, когда растение обильно выделяет соки. Наилучшими лечебными свойствами обладает кора молодых деревьев не старше 4 лет, но, чтобы не образовалось сухостоя, кору разрешено собирать только на лесных вырубках. Снимают кору со стволов и ветвей, а у дуба — только с ветвей. Кора должна быть гладкой; в старой растрескавшейся коре полезных веществ. Чтобы срезать кору, нужно сделать на дереве ножом 2 полукольцевых надреза на расстоянии 20—30 см, затем соединить их двумя продольными надрезами и аккуратно снять кору частями. Сушат кору под навесом в солнечную погоду.



Цветки и соцветия собирают в начале цветения растений. Исключение составляют некоторые сложноцветные (ромашка аптечная, мать-и-мачеха, коровяк), их желательно успеть заготовить до полного распускания. Для того чтобы в цветках сохранились полезные вещества, сразу же после сбора их надо высушить, избегая при этом попадания солнечного света, затем аккуратно, не деформируя и не уплотняя, переложить в емкости из темного стекла или бумажные пакеты.

Листья лучше всего собирать в пору максимального цветения растения либо перед самым его началом. Исключение — мать-и-мачеха, которая выпускает листья только после того, как отцветет. С двулетних растений листья собирают только в первый год. Собирать их следует вручную в хорошую солнечную погоду, лучше перед закатом. Если листики у растения слишком маленькие, как, например, у брусничника, можно собирать целые ветки, а затем, высушив, аккуратно отделить от них листья. Сушить сырье необходимо в хорошо проветриваемом помещении, защищенном от попадания прямых солнечных лучей. Стебли с листьями можно связывать в небольшие пучки диаметром 3—5 см и подвешивать.

Плоды и семена не теряют полезных свойств при любой погоде — их можно собирать даже в дождь. Исключение — зонтичные растения, их колоски и плоды лучше собирать рано утром, пока не сошла роса.

Корни собирают сразу же по окончании вегетационного периода, когда подсохнет надземная часть растения. Впрочем, все зависит от того, какие именно вещества, содержащиеся в корнях, для вас наиболее значимы. Микроэлементы, например, достигают наивысшей концентрации в пору окончания вегетации — осенью, а эфирные масла в большом количестве содержатся в них весной. Сушить плоды, семена, клубни, корни и корневища можно на солнце.



Обратите внимание! Чтобы собранные растения оказали необходимое лечебное действие, следует соблюдать некоторые простые правила:

- ❁ собирать растения нужно только в экологически чистых местах, вдали от промышленных центров (20—25 км) и дорог (не менее 100—150 м). Нельзя собирать лекарственные растения рядом с полями, обработанными гербицидами и пестицидами, а также со свалками (15—20 км). Лучше всего собирать растения в местах, удаленных от жилья, либо высоко в горах;
- ❁ растения необходимо собирать в наиболее подходящее для этого время. Нельзя собирать растения сразу после дождя, иначе они потеряют цвет и аромат;
- ❁ собирать растения нужно с хорошим настроением, с мыслями о том, чтобы принести помощь людям или себе. Многие народные целители при сборе трав даже читают молитвы.

Прежде чем приступить к сушке, свежесобранный растительный материал необходимо предварительно обработать. Надземные зеленые части растений нужно освободить от пожелтевших листьев, удалить части, подпорченные гнилью или насекомыми, очистить от пыли и посторонних примесей. Цветки нужно отделить от цветоножек, стебельков и прицветников.

Укладывать листья и траву (то есть стебли с листьями и цветками) для сушки необходимо как можно ровнее, чтобы листья лежали плоско, не скручивались, не перегибались, а стебли по возможности лежали концами в одном направлении. Благодаря этому существенно облегчается последующая укладка высушенных растений в тару — в дальнейшем они будут меньше ломаться, крошиться, сохраняя естественный вид.

Подземные части растений перед сушкой нужно очистить от земли, а при необходимости вымыть или выскоблить с удалением коры. У корневищ срезают головку (верхнюю часть) и удаляют маленькие боковые корешки. У корней некоторых



растений, например алтея, стержневой деревянистый корень удаляют и в сушку направляют лишь более тонкие боковые корни. Все толстые и сочные части перед сушкой нужно разрезать вдоль, а длинные — поперек на короткие куски. Некоторые толстые части (как, например, у корня сумбула) необходимо нарезать кружочками.

Существует несколько **способов сушки лекарственных растений**.

Воздушно-тневая сушка применяется для трав, листьев и цветков, которые теряют естественный цвет под воздействием прямых солнечных лучей. Такую сушку производят в проветриваемом помещении или на чердаке. В хорошую погоду ее можно проводить на открытом воздухе в тени, под специальным навесом.

Воздушно-солнечная сушка подходит для корневого и корневищного лекарственного сырья, содержащего дубильные вещества и алкалоиды, а также для сочных плодов. При этом сырье раскладывают тонким (1—3 см) слоем на листе бумаги, чистых стеллажах, марле, полотне, рогоже и не менее 1 раза в сутки переворачивают. На ночь сырье рекомендуется убирать в помещение.

Тневая сушка с искусственным подогревом оптимальна для всех видов растительного сырья. Для такой сушки используют специальные сушилки, русские печи или духовки, в которых устанавливают индивидуальную температуру для каждого вида сырья. Травы, листья, цветки, корни и корневища сушат при температуре 50—60 °С, плоды, ягоды и семена — при температуре 70—90 °С, а травы и плоды, богатые эфирными маслами (зверобой, мята перечная, чабрец), сушат при температуре не выше 30 °С, разложив толстым слоем или связав в пучки.

Сушку лучше всего производить сразу после сбора, что обеспечит сохранность и высокое качество сырья. Объясняется это тем, что при быстрой сушке уничтожаются ферменты,



которые разрушают активные химические вещества лекарственных растений.

Высушенное сырье требует определенных **условий хранения**. Необходимо, чтобы места хранения были совершенно сухими, темными, без пыли, сора, насекомых.

Хранят лекарственное сырье в сухом прохладном месте в плотных упаковках, холщовых мешочках, картонных или деревянных ящиках. Ягоды рекомендуется хранить в двойных холщовых мешочках. Цветки можно хранить в стеклянной посуде, для чего используют обыкновенные банки со стеклянной крышкой или бумажной прослойкой под крышкой.

Плоды боярышника, шиповника, черники очень требовательны к условиям хранения. Хранить их лучше в холщовых мешках на сквозняке во избежание появления червей. Ни в коем случае нельзя хранить ягоды в теплом месте.

Семена следует хранить в ящиках или холщовых мешочках. Перед укладкой на хранение их следует рассортировать. Один из наиболее простых способов сортировки — замачивание семян в воде. Всплывшие (а значит, пустые) семена надо удалить, а осевшие на дно — высушить.

Необходимо иметь в виду, что ядовитые растения следует хранить отдельно от неядовитых, так же как растения с сильным ароматом — отдельно от других. Как уже говорилось, при любом способе хранения нужно оберегать растения от воздействия прямых солнечных лучей.

Срок хранения корней, корневищ и коры составляет примерно 2—5 лет, листьев, травы и цветков — 1—2 года.

ЛЕЧЕБНЫЕ СРЕДСТВА НА ОСНОВЕ ТРАВ

Есть много различных способов приготовления лекарственных средств и препаратов из растений.



СОДЕРЖАНИЕ

К читателю	3
Лечение травами	5
Сбор, сушка и хранение лекарственных растений	5
Лечебные средства на основе трав.....	10
Правила приема препаратов из лекарственных растений	13
Лекарственные растения	15
Лечение продуктами пчеловодства	83
Лечение водой	101
Лечение эфирными маслами	114
Лечебные свойства эфирных масел	116
Способы использования ароматических масел	118
Лечение целебными маслами	127
Виды масел.....	127
Приготовление лекарств на основе растительного масла	134
Лечение глиной	136
Виды глины	137
Подготовка материала	140
Применение глины внутрь	141
Наружное применение глины.....	142
Лечение некоторых заболеваний	144



Лечение мумиё	150
Лекарственные препараты из мумиё.....	153
Схемы приема препаратов из мумиё	157
Лечение чайным грибом	159
Лечение тибетским молочным грибом	168
Особенности применения тибетского кефира.....	171
Советы	173
Лечение яблочным уксусом	174
Лечение грибами	180
Лечение озокеритом	188
Основные методики.....	189
Лечение озокеритом в домашних условиях	191
Лечение пиявками	193
Минералы в народном целительстве	201
Лечебные свойства минералов.....	203
Лечение овощами, фруктами и соками, вином	213
Лечение овощами	214
Целительные свойства ягод и фруктов.....	224
Лечебные коктейли из соков.....	237
Лечение вином	240
Рецепты народной медицины	244
Заключение	316

Популярне видання

Бабусин лікарський poradник.
Мільйон цілющих секретів і рецептів народних знахарів
(російською мовою)

Головний редактор *С. С. Скляр*
Завідувач редакції *К. В. Новак*
Відповідальний за випуск *І. Г. Веремій*
Редактор *Л. Г. Фадеева*
Художній редактор *С. В. Місяк*
Технічний редактор *В. Г. Євлахов*
Коректор *Л. О. Шабельська*

Підписано до друку 10.08.2015.
Формат 84x108/32. Друк офсетний.
Гарнітура «Literaturna». Ум. друк. арк. 16,8.
Наклад 30 000 пр. Зам. № .

Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»
Св. № ДК65 від 26.05.2000
61140, Харків-140, просп. Гагаріна, 20а
E-mail: cop@bookclub.ua

Віддруковано у ПАТ «Білоцерківська книжкова фабрика»
09117, м. Біла Церква, вул. Леся Курбаса, 4
впроваджена система управління якістю
згідно з міжнародним стандартом DIN EN ISO 9001:2000

Популярное издание

Бабушкин лечебник.
Миллион исцеляющих секретов и рецептов народных знахарей

Главный редактор *С. С. Скляр*
Заведующий редакцией *Е. В. Новак*
Ответственный за выпуск *И. Г. Веремей*
Редактор *Л. Г. Фадеева*
Художественный редактор *С. В. Мисяк*
Технический редактор *В. Г. Евлахов*
Корректор *Л. О. Шабельская*

Подписано в печать 10.08.2015.
Формат 84x108/32. Печать офсетная.
Гарнитура «Literaturna». Усл. печ. л. 16,8.
Тираж 30 000 экз. Зак. № .

ООО «Книжный клуб “Клуб семейного досуга”»:
308015, г. Белгород, ул. Пушкина, 49А

Отпечатано в ПАО «Белоцерковская книжная фабрика»
09117, г. Белая Церковь, ул. Леся Курбаса, 4
внедрена система управления качеством
согласно международному стандарту DIN EN ISO 9001:2000

Издательство Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»
www.trade.bookclub.ua

ОПТОВАЯ ТОРГОВЛЯ КНИГАМИ ИЗДАТЕЛЬСТВА

МОСКВА

Бертельсманн Медиа Москва АО

141008 г. Мытищи, ул. Колпакова, д. 26, корп. 2

Тел./факс +7 (495) 984-35-23

e-mail: office@bmm.ru

www.bmm.ru

ХАРЬКОВ

ДП с иностранными инвестициями

«Книжный Клуб»

«Клуб Семейного Досуга»

61140, г. Харьков-140, пр. Гагарина, 20-А

тел/факс +38 (057) 703-44-57

e-mail: trade@bookclub.ua

www.trade.bookclub.ua

Киевский филиал

04073, г. Киев, пр. Московский, 6, комн. 35,

тел. +38 (067) 575-27-55

e-mail: kyiv@bookclub.ua

Одесский филиал

65017, г. Одесса, ул. Малиновского, 16-А, комн. 109

тел. +38 (067) 572-44-28

e-mail: odessa@bookclub.ua

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»

УКРАИНА

служба работы с клиентами:

тел. +38 (057) 783-88-88

e-mail: support@bookclub.ua

Интернет-магазин: www.bookclub.ua

«Книжный клуб», а/я 84, Харьков, 61001

РОССИЯ

служба работы с клиентами:

тел. +7 (4722) 78-25-25

e-mail: info@ksdbook.ru

Интернет-магазин: www.ksdbook.ru

«Книжный клуб», а/я 4, Белгород, 308961

Народні лікарські засоби є уособленням дивовижної сили природи. Їх здавна використовували в народі для лікування різних недуг і оздоровлення всього організму. Народна цілителька Богдана розкриває секрети зцілення нетрадиційними методами, розповідає про цілющі властивості трав і мінералів, меду, воску і прополісу, ефірних олій, глини і муміє. До книжки увійшло безліч рецептів відварів, настоїв, мазей, екстрактів, докладний опис їх приготування та особливостей зберігання. Грамотно скориставшись ними, ви зможете позбавитися різних захворювань або запобігти їхній появі.

Бабушкин лечебник. Миллион исцеляющих секретов
и рецептов народных знахарей. — Харьков : Книжный Клуб
«Клуб Семейного Досуга» ; Белгород : ООО «Книжный
клуб «Клуб семейного досуга»», 2015. — 320 с.

ISBN 978-966-14-9312-3 (Украина)

ISBN 978-5-9910-3323-7 (Россия)

В народных средствах заключена удивительная сила природы. Они издавна использовались в народе для лечения различных недугов и оздоровления всего организма. Народная целительница Богдана раскрывает секреты исцеления нетрадиционными методами, рассказывает о целебных свойствах трав и минералов, меда, воска и прополиса, эфирных масел, глины и мумиё. Книга содержит множество рецептов отваров, настоев, мазей, экстрактов, подробное описание их приготовления и особенностей хранения. Грамотно воспользовавшись ими, вы сможете избавиться от различных заболеваний или предотвратить их появление.

УДК 615.89

ББК 53.59