

ЛЕЧЕНИЕ ГЕМОРРОЯ И ВАРИКОЗА НАРОДНЫМИ СРЕДСТВАМИ

Проверенные веками средства народной медицины эффективны при лечении самых разных заболеваний! Целебные отвары и настои для внутреннего и наружного применения, растирания, примочки, мази на растительной основе и с использованием продуктов пчеловодства избавят вас от многих недугов. Безопасные натуральные ингредиенты, возможность домашнего лечения, специально подобранные упражнения и лечебные процедуры — залог будущего выздоровления.

- Простые способы приготовления лечебных настоек, отваров и мазей
- Рецепты диетических блюд
- Лечебная гимнастика и массаж
- Советы по профилактике

Уделяйте себе совсем немного времени ежедневно и оставайтесь здоровыми на долгие годы!

www.ksdbook.ru

ISBN 978-5-9910-3747-1



9 785991 037471

www.bookclub.ua

ISBN 978-617-12-1668-6



9 786171 216686



ОТВАРЫ И НАСТОИ

ПРИМОЧКИ И КОМПРЕССЫ

МАССАЖ И ЛЕЧЕБНЫЕ
УПРАЖНЕНИЯ

ДИЕТА И ПРОФИЛАКТИКА

ЛЕЧЕНИЕ ГЕМОРРОЯ И ВАРИКОЗА НАРОДНЫМИ СРЕДСТВАМИ

ЛЕЧЕНИЕ ГЕМОРРОЯ И ВАРИКОЗА НАРОДНЫМИ СРЕДСТВАМИ



АКТИВНОГО
ПОДОЖДАНИЯ



ЛЕЧЕНИЕ
**ГЕМОРРОЯ
И ВАРИКОЗА**
НАРОДНЫМИ СРЕДСТВАМИ



ХАРЬКОВ
БЕЛГОРОД  КЛУБ
2016  СЕМЕЙНОГО
ДОСУГА

УДК 615.89
ББК 53.59
ЛБ3



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

Издательство не несет ответственности за возможные
последствия выполнения приведенных рекомендаций.

Книга не может заменить консультации
квалифицированного специалиста

Дизайнер обложки *Татьяна Важинская*

Популярне видання

Популярное издание

**Лікування геморою і варикозу
народними засобами**

(російською мовою)

**Лечение геморроя и варикоза
народными средствами**

Укладач *ПОПОВИЧ Наталія*

Составитель *ПОПОВИЧ Наталья*

Керівник проекту *В. В. Столяренко*
Координатор проекту *К. В. Новак*
Відповідальний за випуск *І. Р. Залатарьов*
Редактор *Л. М. Зінченко*
Художній редактор *А. В. Ачкасова*
Технічний редактор *В. Г. Євлахов*
Коректор *О. В. Супронюк*

Руководитель проекта *В. В. Столяренко*
Координатор проекта *Е. В. Новак*
Ответственный за выпуск *И. Р. Залатарев*
Редактор *Л. Н. Зинченко*
Художественный редактор *А. В. Ачкасова*
Технический редактор *В. Г. Евлахов*
Корректор *О. В. Супронюк*

Підписано до друку 01.11.2016.
Формат 84x108/32. Друк офсетний.
Гарнітура «FranklinGothicBookITC».
Ум. друк. арк. 6,72.
Наклад 12 000 пр. Зам. №

Подписано в печать 01.11.2016.
Формат 84x108/32. Печать офсетная.
Гарнитура «FranklinGothicBookITC».
Усл. печ. л. 6,72.
Тираж 12 000 экз. Зак. №

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

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»
Св. № ДК65 от 26.05.2000
61140, Харьков-140, просп. Гагарина, 20а
E-mail: cop@bookclub.ua

Віддруковано з готових діапозитивів
на ПП «ЮНІСОФТ»
Свідцтво ДК №3461 від 14.04.2009 р.
www.ttornado.com.ua
61036, м. Харків, вул. Морозова, 13Б

Отпечатано с готовых диапозитивов
на ЧП «ЮНИСОФТ»
Свидетельство ДК №3461 от 14.04.2009 г.
www.ttornado.com.ua
61036, г. Харьков, ул. Морозова, 13Б

ISBN 978-617-12-1668-6 (Украина)
ISBN 978-5-9910-3747-1 (Россия)

- © DepositPhotos.com / Nika111, valua-vitaly, yelenayemchuk, zlikovec, jirkaejc, обложка, 2016
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2016
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2016
- © ООО «Книжный клуб «Клуб семейного досуга»», г. Белгород, 2016

Геморрой

Причины возникновения. Виды геморроя

Согласно различным статистическим данным, от 60 до 80 % взрослого населения Земли страдает этим неприятным заболеванием. С течением времени этот показатель постепенно увеличивается. Причины понятны и объяснимы: люди все чаще подвергаются стрессам, неправильно питаются, меньше двигаются, занимаются тяжелым трудом, нервничают... Все эти факторы могут, наряду с генетической предрасположенностью, стать причиной геморроя. Что же такое геморрой? Почему он появляется? Как отличаются причины и симптомы у мужчин и женщин? Какие виды заболевания бывают и как их лечить дома, без медикаментов и хирургического вмешательства?

Мы постараемся в этой книге ответить на все ваши вопросы, а также рассказать о действенных способах лечения заболевания проверенными народными средствами, об упражнениях и процедурах, помогающих с ним справиться. Отдельное внимание будет уделено профилактике болезни. Надеемся, что эти простые проверенные советы избавят вас от недуга или уберегут от его появления.

Причиной появления неприятных ощущений, боли, зуда в области «пятой точки» являются два основных фактора: сосудистый и механический.

В основе первого лежит нарушение кровообращения в прямом кишечнике. Неравномерным становится приток крови по артериям к кавернозным тельцам, являющимся основой геморроидального узла, и ее отток по кавернозным венам. Такой процесс приводит к развитию геморроя. Проблемы с сосудами в этой части тела могут быть вызваны сидячим образом жизни, неправильным питанием, регулярными запорами, беременностью, злоупотреблением алкогольными напитками, тяжелым физическим трудом.

Второй фактор — механический. Из-за неблагоприятных условий и увеличения геморроидальных узлов продольная

мышца прямой кишки постепенно растягивается, ослабляется, появляются дистрофические изменения в ее тканях. Геморроидальные узлы начинают медленно смещаться в сторону анального канала, и в результате развивается геморрой.

На появление болезни могут указывать такие симптомы:

- выделение крови из заднего прохода, в частности во время акта дефекации и после него;
- выпадение геморроидальных узлов из анального отверстия;
- чувство дискомфорта, ощущение инородного тела или зуд в области заднего прохода;
- образование тромбов в перианальной области.

Эти симптомы могут свидетельствовать и о других проблемах с кишечником, поэтому, прежде чем лечиться от геморроя, обратитесь к врачу и подтвердите диагноз.

Почему же возникает геморрой? Можно ли предотвратить его появление и развитие?

Одной из главных причин является генетическая предрасположенность. Геморрой не передается по наследству, но предрасположенность к нему может быть врожденной — дети наследуют от своих родителей заболевания сосудов и проблемы с кровообращением, что заметно увеличивает вероятность появления геморроидальных узлов — сосудистых образований, в которых скапливаются сгустки крови.

Малоподвижный образ жизни и сидячая работа — это постоянная проблема тысяч людей разных возрастов. Если человек из-за особенностей своей деятельности мало двигается и долго находится в неподвижном положении, особенно сидя, в артериях и сосудах развиваются застойные явления, нарушается циркуляция крови. Особенно страдают в данной ситуации органы таза; как следствие, может развиваться геморрой. Самый действенный способ обезопасить себя — это регулярно делать зарядку, обеспечить себе умеренную физическую нагрузку или хотя бы чаще ходить пешком.

Неправильное питание тоже часто становится причиной проблем со здоровьем. Это одна из наиболее распространенных причин лишнего веса, сердечно-сосудистых заболеваний, нарушения обмена веществ, расстройств пищеварения, диабета и геморроя. Чтобы организм функционировал без проблем и нарушений, он должен получать в достаточном количе-

стве белки, жиры, углеводы, богатую клетчаткой растительную пищу и воду. Обратите внимание — именно воду, а не кофе, чай, соки или другие напитки. Они не разжижают содержимое кишечника столь же эффективно, как обычная вода.

Неправильное питание, в котором преобладают мясо, мучные и сладкие продукты, фастфуд, приводит к формированию плотных каловых масс и к их задержке в кишечнике. В быту мы называем это просто — запор. Экскременты давят на стенки прямой кишки, пережимают кровеносные сосуды и нарушают кровообращение в этой части кишечника. Но это еще не все — во время «выдавливания» плотного кала травмируются слизистые оболочки кишечника, появляются воспаления и создаются благоприятные условия для возникновения болезни.

Как мы уже сказали, сидячий малоподвижный образ жизни не лучшим образом отражается на здоровье. Но чрезмерные физические нагрузки тоже неприемлемы для организма. Труд, связанный с поднятием тяжестей, может стать причиной геморроя. Поэтому любители штанги и тренажеров, стремящиеся ставить все новые рекорды, должны быть очень осторожны — неумеренные тренировки и усердие увеличивают вероятность появления неприятной болезни в разы.

Что происходит, когда человек поднимает тяжесть? В этот момент давление на сосуды в области кишечника резко повышается, их стенки теряют свою эластичность, изнашиваются. Расширение вен в области заднего прохода приводит к геморрою.

Наши бабушки часто утверждали, что все болезни от нервов. Их убеждения были почерпнуты из векового опыта народной медицины, который в последние годы был подтвержден медиками. Стрессы, бурные эмоции, стремительный ритм жизни человека в современном обществе негативно влияют на организм в целом, заметно снижая его способность к самозащите и возможность сопротивляться различным недугам, в том числе и образованию геморроя.

Затяжная диарея, вызванная инфекцией или неполноценным питанием, тоже может стать причиной указанного недуга. Стенки кишечника находятся в постоянном раздражении, кровообращение нарушается, использование слишком жесткой бумаги может травмировать нежные ткани вокруг заднего прохода, и в результате приходит болезнь.

Особенности работы организма женщин во время беременности — это тема для диссертации. Отметим, что в последнем триместре плод активно набирает вес и оказывает давление на все внутренние органы, особенно те, которые расположены под ним. Здесь сочетаются и возможные нарушения пищеварения, и нагрузка на сосуды кишечника, и незначительная подвижность, и ослабление иммунитета. Будущим мамам следует быть очень внимательными к здоровью и при малейшем дискомфорте в области заднего прохода обращаться к врачу. На ранних стадиях проблему можно будет решить. Роды тоже являются причиной появления геморроя — очень большая нагрузка идет на сосуды этой части организма. Единственный способ избежать заболевания — вовремя выявить симптомы и провести лечение. В этом случае болезнь исчезнет бесследно.

Среди причин появления неприятного недуга можно отметить частое посещение бань, саун, горячие ванны; курение; лишний вес; длительный кашель; воспалительные процессы и опухоли в прямой кишке.

В народной медицине встречаются понятия «мужской» и «женский» геморрой. Это вызвано причинами его появления. Хотя недуг встречается у мужчин и женщин с одинаковой частотой, причины отличаются, следовательно, будут отличаться и способы борьбы с болезнью.

Появление этой проблемы у мужчин связано в основном с образом жизни и вредными привычками. Злоупотребление алкоголем и курение, обилие жирных мясных блюд и острой пищи способствуют возникновению заболевания. Алкоголь провоцирует появление тромбов, никотин снижает проходимость сосудов, а острая пища вызывает интенсивный приток к ним крови и раздражает стенки кишечника, снижая их способность сопротивляться инфекциям.

Главными причинами геморроя у женщин являются беременность и роды, а также малая подвижность, связанная с сидячей работой.

Геморрой бывает внутренний, наружный и комбинированный. Также выделяют острую и хроническую стадии. Хроническое течение характеризуется чувством дискомфорта, выделением крови, выпадением узлов. В период обострения наблюдаются обильные кровотечения, сильная боль, выпадение узлов.

Начинается геморрой в большинстве случаев постепенно и незаметно. Больные долгое время испытывают чувство дискомфорта, ощущение инородного тела в заднем проходе, к этому нередко присоединяется зуд.

Проявления начинающегося заболевания беспокоят не постоянно, а появляются лишь при нарушении пищеварения — запорах или диарее во время беременности, после нарушения диеты, иногда после приема горячей ванны и т. д. Лишь с нарастанием интенсивности симптомов заболевания больной начинает вспоминать, что уже длительное время не придает большого значения неприятным ощущениям.

Первое же обострение переводит человека из категории здоровых людей в категорию больных. Последующие рецидивы могут появляться с большей частотой и интенсивностью даже при малейших нарушениях питания и подъеме незначительных тяжестей. Между обострениями пациент может чувствовать себя совершенно здоровым, особенно в том случае, если он соблюдает диету, занимается спортом и избегает чрезмерных нагрузок.

Если при первых признаках не принять меры и не лечить болезнь, то она перейдет в хроническую стадию. Со временем промежутки между обострениями будут сокращаться, не оставляя у больного ощущения общего здоровья. Теперь регулярными станут изматывающие кровотечения из заднего прохода и выпадение узлов. Именно повторные кровотечения из заднего прохода, выпадение геморроидальных узлов являются основными признаками хронического геморроя. Все непостоянные симптомы, характерные для начального периода (анальный зуд, дискомфорт, слизистые и водянистые выделения), усилятся и обострятся, в некоторых случаях станут постоянными. В дальнейшем к заболеванию могут присоединиться другие осложнения.

Признаками того, что геморрой перешел в хроническую стадию, являются такие симптомы: кровотечения, выпадение геморроидальных узлов из заднего прохода во время и после дефекации, постоянные боли, отечность области вокруг ануса, зуд, выделение кровянистой слизи.

Кровь алого цвета выделяется из анального канала в виде частых капель после дефекации, отдельно от кишечного содержимого. Иногда полосы крови видны на кале. Сравнительно редко кровотечение такого рода носит постоянный характер.

В еще более редких случаях кровь застывает в прямой кишке, и тогда возможно наличие сгустков и темно-красной крови.

Интенсивность кровотечения может быть разной и изменяться. Если такой симптом обнаружен, необходимо провести обследование, которое позволит исключить все остальные причины кровотечения, особенно опухоли толстой кишки.

Систематическое выпадение геморроидальных узлов наблюдается при хронической болезни. Сначала узлы выпадают во время дефекации, а затем самостоятельно вправляются в анальный канал. На поздних стадиях заболевания требуется ручное вправление или происходит их постоянное выпадение из анального канала.

Как ни странно, болевой синдром не является характерным признаком при хроническом течении болезни. Тупые постоянные боли характерны для длительного течения заболевания с частыми обострениями. Боли после дефекации при геморрое являются признаком острого тромбоза внутренних геморроидальных узлов и анальной трещины. Таким образом, если главной жалобой является болевой синдром, то, скорее всего, это не геморрой, а другая проблема со здоровьем.

Анальный зуд характерен для поздних стадий геморроя, также он может наблюдаться при других функциональных заболеваниях желудочно-кишечного тракта. При геморрое этот признак обычно связан с выпадением узлов и попаданием слизи на кожу. Не исключен и дерматит в этой области, вызвать который могут свечи и мази, содержащие активные раздражающие компоненты.

Перианальный отек редко встречается при хроническом течении заболевания, он является признаком острого геморроя. Отек сопровождается чувством дискомфорта, которое ощущается как чувство тяжести в промежности и заднем проходе. В хронической фазе перианальный отек сопровождается выделением слизи и кровотечением.

Классификация геморроя

Для правильного определения способа лечения необходимо выявить вид и стадию болезни. На разных этапах развития

заболевания методы и способы лечения, процедуры отличаются. Конечно, необходимо в обязательном порядке проконсультироваться с врачом. Однако при регулярном и правильном применении народных методов можно обойтись без лекарств и избежать хирургического вмешательства. Испытанные народные средства помогут замедлить развитие недуга, а на начальных стадиях — избавиться от него полностью. Поэтому так важно понимать, на каком этапе находится заболевание, чтобы подобрать оптимальные процедуры.

Именно для этого рассмотрим более детально классификацию геморроя и последовательные стадии его развития.

Хронический геморрой делят на четыре стадии. Первая характеризуется выделением крови из заднего прохода без выпадения геморроидальных узлов. На этом этапе мышца подслизистого слоя прямой кишки изменена незначительно. Застой крови в кавернозных тельцах ведет к увеличению геморроидальных узлов, которые в результате выбухают в просвет анального канала и периодически кровоточат. Клинически эта стадия проявляется кровотечением, и определить ее можно только при anoskopии.

На второй стадии появляется такой симптом, как выпадение узлов с самостоятельным вправлением в анальный канал. При этом оно может происходить даже без кровотечения. В этот период под воздействием запоров, длительного натуживания при дефекации, при тяжелой физической работе, продолжительной неподвижности в сидячем положении, беременности и др. происходит увеличение в размерах геморроидальных узлов. В этой стадии выпадающие внутренние геморроидальные узлы самостоятельно вправляются за счет сохранения эластичности мышц.

Следующая, третья, стадия определяется по тому, что геморроидальные узлы после выпадения не могут самостоятельно вправиться. Появляется необходимость вправлять их вручную. Это связано с тем, что мышцы прямой кишки утрачивают свою эластичность, происходят их дистрофические изменения, но часть функций еще сохраняется. Истончение слизистой оболочки увеличенных геморроидальных узлов становится причиной периодических кровотечений, которые могут быть обильными.

При дальнейшем развитии недуга мышцы прямой кишки истончаются, появляется множество клеток соединительной ткани, образуются разрывы. В этой стадии заболевания геморроидальные

узлы вправляются только с помощью дополнительных приспособлений. Вправить узлы вручную уже не удастся. Требуются или специальные приспособления, или хирургическое вмешательство.

Острый геморрой — это осложнение хронического состояния с выраженными проявлениями тромбоза и воспаления. Острое течение имеет три степени. На первой происходит тромбоз наружных и внутренних геморроидальных узлов без воспалительной реакции. Вторая степень — это тромбоз геморроидальных узлов с их воспалением. При третьей отмечается распространенный тромбоз наружных и внутренних геморроидальных узлов с воспалением подкожной клетчатки, отек перианальной области, некроз слизистой оболочки геморроидальных узлов.

У трети пациентов при обследовании выявляются сопутствующие заболевания анального канала, прямой и ободочной кишки, часть из которых является причиной кровотечения. Наиболее часто встречается синдром раздраженной толстой кишки. Поэтому необходимо, помимо основного лечения геморроя, проводить курс лечения пищевыми добавками, придерживаться диеты, улучшающей перистальтику толстой кишки и поддерживающей ее микрофлору. Далее в книге мы уделим особое внимание правилам питания при геморрое, рекомендованным продуктам, которые помогут преодолеть заболевание, и предложим множество рецептов блюд, полезных при недуге.

Достаточно часто геморрой сочетается с хронической анальной трещиной. Причина ее образования — постоянные микротравмы слизистой оболочки, истончение и дистрофия анодермы на фоне хронического воспаления слизистой оболочки прямой кишки.

При различных сопутствующих проблемах и на разных этапах развития геморроя используются разные методы лечения.

На первой, начальной, стадии применяется консервативная терапия. Именно в этот период простыми народными средствами можно полностью справиться с болезнью. Приведенные далее в книге рецепты настоев и отваров, мазей и свечей, ванн, клизм и упражнений дадут возможность преодолеть недуг.

На второй и третьей стадиях желательно комбинировать консервативную терапию и методы народного лечения. На четвертой стадии показано хирургическое лечение.

Лечение начальных этапов болезни включает в себя несколько направлений:

- остановка кровотечения;
- предупреждение развития осложнений;
- устранение боли;
- улучшение кровообращения на пораженных участках;
- предотвращение запоров;
- профилактика обострений при хроническом течении.

Народная медицина имеет в своем запасе арсенал действенных средств, которые успешно справляются со всеми перечисленными проблемами. Однако следует помнить, что течение болезни у каждого человека индивидуально, поэтому способы и приемы лечения нужно подбирать с учетом индивидуальных особенностей.

У одних пациентов это могут быть короткие курсы, у других регулярные и более длительные, не менее 1½—2 месяцев. Учитывая клинические проявления заболевания и тот факт, что 72—75 % больных геморроем страдают запорами, используются комбинации различных по механизму действия целебных средств. Важно также активное участие пациента в лечении. Он должен понимать суть заболевания, каким образом будет проводиться лечение, строго соблюдать последовательность процедур. В лечении этой, как и любой другой, болезни главное — систематичность и соблюдение дозировок. Народные средства могут оказывать на организм не менее сильное воздействие, чем медикаменты, поэтому очень важно четко соблюдать предписания.

Народные способы лечения

Травяные отвары и настои для внутреннего применения

Отвар корня солодки

- 1 ст. л. измельченного корня солодки, 250 мл воды

Залить корень солодки кипятком, варить на кипящей водяной бане 30 минут. Дать остыть, процедить и долить до первоначального

объема. Принимать отвар теплым по 100 мл за 30 минут до еды 3—4 раза в сутки.

Отвар крушины

- 1 ст. л. сухой коры крушины ольховидной, 250 мл кипяченой воды

Залить кору водой, кипятить в течение 20 минут. Охладить, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана на ночь как мягкое слабительное. Свежую кору использовать нельзя! Употребляется только кора после 1—2 лет хранения. Средство противопоказано при беременности и воспалительных заболеваниях кишечника.

Отвар листьев костяники

- 1 ст. л. листьев костяники, 250 мл воды

Залить сырье кипящей водой, кипятить 10 минут на слабом огне, охладить, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день.

Отвар коры калины

- 4 ч. л. измельченной коры калины, 200 мл воды

Кору калины залить кипятком. Варить 30 минут. Процедить отвар горячим, долить водой до первоначального объема. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды при геморроидальных кровотечениях.

Отвар горца и ромашки

- По 2 ч. л. сухой травы горца почечуйного и цветков ромашки, 500 мл воды

Травы смешать, залить кипятком, варить на слабом огне 15 минут, настаивать 2 часа. Процедить. Принимать по 100 мл 3—4 раза в день за 30 минут до еды. Это средство мочегонное, слабительное и кровоостанавливающее.

Отвар зверобоя и ромашки

- По 1 ст. л. травы зверобоя и цветков ромашки, 400 мл воды

Смесь трав залить кипятком, кипятить 15 минут на слабом огне. Процедить. Пить по 50 мл 3—4 раза в день на протяжении 10 дней.

Отвар корня бузины

- 2 ст. л. корня бузины черной, 1 л воды

Корень бузины залить водой и варить, пока половина жидкости не выкипит. Пить по 100 мл до еды 40—60 дней и дольше.

Отвар шалфея, крапивы и крушины

- По 1 ст. л. шалфея, листьев крапивы, коры крушины, 250 мл воды

Смешать сухие ингредиенты, 1 ст. л. смеси залить водой, кипятить 15 минут. Процедить. Пить по 250 мл 3 раза в день.

Отвар ромашки, крапивы и крушины

- По 1 ст. л. листьев крапивы и коры крушины, 1½ ст. л. ромашки, 1 л воды

Смесь трав залить кипятком. Варить 10 минут на малом огне. Настаивать 30 минут, укутав. Процедить. Принимать по 200 мл 4 раза в день при геморрое, когда шишки расположены внутри, сильно болит поясница и наблюдаются рези внизу живота.

Отвар горца и ромашки

- 2 ч. л. сушеной травы горца почечуйного, 1 ч. л. цветков ромашки, 500 мл воды

Смесь трав залить водой, кипятить 15 минут на слабом огне, настаивать 2 часа. Процедить. Принимать по 100 мл 3—4 раза

в день за 30 минут до еды. Применяется как мочегонное, легкое слабительное, болеутоляющее и кровоостанавливающее средство.

Отвар софоры

- 2 ст. л. цветков и плодов софоры, 500 мл воды

Цветки и плоды залить водой, варить на слабом огне 20 минут. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день. Плоды принимать по 5—20 г в день.

Настой зверобоя, крапивы и тысячелистника

- По 1 ст. л. травы зверобоя, тысячелистника и листьев крапивы, 200 мл воды

Смешать травы. Залить кипятком 1 ст. л. смеси. Настоять под крышкой 30 минут, процедить. Пить по 70 мл 3 раза в день.

Настой калины

- 3—4 ст. л. ягод калины, 500 мл натурального яблочного уксуса

Уложить в стеклянную банку или эмалированную кастрюлю ягоды калины, залить яблочным уксусом. Настаивать под крышкой в темном теплом месте в течение 8 часов. Процедить. Принимать по 1 ч. л. настоя, разведенного в 100 мл воды, 3 раза в день перед едой. Курс приема — 2 недели. При необходимости курс можно повторить после недельного перерыва.

Настой крапивы, зверобоя и мяты

- По 1 ст. л. сухих листьев крапивы и травы зверобоя, 1 ч. л. листьев мяты, 300 мл воды

Все ингредиенты сбора смешать, залить водой и кипятить на слабом огне 10 минут, охладить. Процедить. Принимать по 1 ст. л. 4—5 раз в день.

Содержание

ГЕМОРРОЙ

Причины возникновения. Виды геморроя	3
Классификация геморроя	8
Народные способы лечения	11
Травяные отвары и настои для внутреннего применения	11
Клизмы.....	18
Компрессы, припарки и примочки.....	21
Мази и масла	23
Массаж при геморрое.....	24
Лечение солью и квасцами.....	25
Ванны	29
Свечи.....	32
Диета при геморрое	34
Салаты и закуски	36
Первые блюда.....	39
Вторые блюда.....	42
Десерты.....	48
Упражнения для профилактики и лечения геморроя	51

ВАРИКОЗНОЕ РАСШИРЕНИЕ ВЕН

Причины возникновения.....	55
Народные способы лечения	63
Общие и ножные ванны.....	63
Обливания	71
Компрессы, примочки и растирания	73
Настои и отвары для применения внутрь.....	79
Кремы, мази, эфирные масла.....	88
Исцеление продуктами пчеловодства	94
Лечение металлами и глиной.....	97
Диета при варикозном расширении вен	101
Салаты и закуски	106
Первые блюда.....	112
Вторые блюда.....	116
Десерты.....	125