

**НАСТОЙКИ
ОТВАРЫ
МАЗИ**

1000 рецептов



Болезни органов желудочно-кишечного тракта

ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ СБОРЫ И НАСТОЙКИ

Настойка полыни обыкновенной

Залить 1 столовую ложку листьев полыни обыкновенной 200 мл водки и настаивать 12 дней в темном месте, периодически взбалтывая. Процедить, отжать остаток. При болях в кишечнике пить по 10—15 капель 2 раза в день.

Настойка мяты

Залить 2 столовые ложки измельченных листьев мяты перечной 70%-ным спиртом и настаивать 7 дней в темном теплом месте. Процедить, отжать остаток. Употреблять по 15—30 капель на 1 столовую ложку воды 3 раза в день для нормализации деятельности желудочно-кишечного тракта, улучшения пищеварения, в качестве противорвотного средства.

Настойка горца змеиного

Залить 1 столовую ложку с верхом измельченного корневища горца змеиного 200 мл водки и настаивать 7 дней в темном месте, периодически встряхивая. Процедить, отжать остаток. Употреблять по 15—20 капель на $\frac{1}{3}$ стакана воды 2—3 раза в день в качестве вяжущего средства при желудочно-кишечных расстройствах.



Настойка золототысячника

Залить 1 столовую ложку с верхом травы золототысячника 200 мл водки и настаивать в темном месте 7 дней, периодически взбалтывая. Затем процедить, отжать остаток. Принимать по 15 капель на $\frac{1}{3}$ стакана воды 2 раза в день за 30 минут до еды для возбуждения аппетита, улучшения пищеварения и усиления перистальтики кишечника.

СБОР 1

Цветки ромашки аптечной — 1 часть, трава тысячелистника обыкновенного — 1 часть.

При сильных болях в желудке и спазмах настоять 2 столовые ложки сбора в 250 мл кипятка, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3—4 раза в день.

СБОР 2

Цветки таволги вязолистной — 1 часть, листья крапивы двудомной — 1 часть, трава зверобоя продырявленного — 1 часть.

Залить 3 столовые ложки сбора 500 мл кипятка, настаивать 4—6 часов. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 5 раз в день при болях и спазмах в желудке.

СБОР 3

Трава зверобоя продырявленного — 1 часть, трава сушеницы топяной — 1 часть, трава золототысячника — 1 часть.

Заварить 3 столовые ложки сбора 1 л кипятка, настоять до остывания, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 4—5 раз в день при болях в желудке, вздутии и изжоге.

СБОР 4

Листья шалфея — 6 частей, плоды черники — 4 части, корневища лапчатки прямостоячей — 4 части, цветки бессмертника песчаного — 3 части, семена тмина — 3 части.

Заварить 2 столовые ложки сбора 500 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером перед едой при расстройствах пищеварения.



СБОР 5

Корни солодки голой — 3 части, кора крушины ломкой — 2 части, семена аниса — 2 части, семена горчицы — 2 части, трава тысячелистника обыкновенного — 1 часть.

Заварить 2 столовые ложки сбора 500 мл кипятка, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером перед едой.

СБОР 6

Корни солодки голой — 3 части, кора крушины ломкой — 2 части, семена аниса — 2 части, трава тысячелистника обыкновенного — 1 часть, семена горчицы — 2 части.

Заварить 2 чайные ложки сбора 250 мл кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером. Сбор регулирует деятельность желудка и кишечника.

СБОР 7

Трава золототысячника — 3 части, листья вахты трехлистной — 1 часть, ягоды можжевельника — 1 часть.

Заварить 1 столовую ложку сбора 300 мл кипятка, настаивать 4 часа, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день за 30 минут до еды для усиления деятельности желудка и кишечника.

СБОР 8

Кора крушины ломкой — 3 части, листья мяты перечной — 2 части, листья крапивы двудомной — 3 части, корневища и корни валерианы — 1 часть, корни аира — 1 часть.

Сбор способствует улучшению пищеварения. Готовить и принимать как сбор 7.

СБОР 9

Цветки ромашки аптечной — 4 части, листья мяты перечной — 3 части, листья Melissa — 3 части.

Заварить 1 столовую ложку сбора 250 мл кипятка, настоять 30 минут, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 2—3 раза в день как противорвотное средство. Пить небольшими глотками.



ГАСТРИТ

При гастрите с пониженной кислотностью желудочного сока рекомендуется применять мед в виде холодного водного раствора непосредственно перед едой. Для этого в 1 стакане воды нужно растворить 1 столовую ложку меда.

При гастрите с повышенной кислотностью рекомендуется за 1,5—2 часа до еды принимать теплый медовый раствор: 1 столовая ложка меда на 1 стакан воды.

При гастритах с нормальной и пониженной кислотностью желудочного сока, при атонических колитах, энтероколитах: мед смешать в равных пропорциях с соком подорожника и кипятить на очень слабом огне 20 минут. Охлажденный сок принимать перед едой по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Залить 20 г прополиса 1 стаканом воды, нагревать на водяной бане под крышкой 2 часа. Процедить, настаивать 3 дня в темной посуде. Принимать внутрь по 40 капель, разводя в 1 стакане охлажденного чая или молока, 3 раза в день за 1 час до еды в течение 10—15 дней.

Принимать по 20 капель 1%-ной спиртовой настойки прополиса с $\frac{1}{2}$ стакана теплой воды или чая 3 раза в день за 1 час до еды в течение 10—15 дней.

Залить 1 столовую ложку измельченного корня девясила 500 мл кагора или портвейна, добавить 1 столовую ложку меда и варить в течение 10 минут. Принимать по 50 мл после еды. Девясиловое вино помогает при гастрите с пониженной кислотностью и колите.

При болях в верхнем отделе живота, спазмах и раздражении слизистой используют такой чай. Смешать $\frac{1}{2}$ чайной ложки растертых семян тмина (или фенхеля) и 1 чайную ложку измельченных



листьев мяты. Залить чашкой (220—240 мл) горячей воды, накрыть, дать постоять 10 минут и процедить. Пить до 3 чашек в день.

ГАСТРИТ С ПОНИЖЕННОЙ КИСЛОТНОСТЬЮ ЖЕЛУДОЧНОГО СОКА

СБОР 1

Листья подорожника большого — 1 часть, трава полыни горькой — 1 часть, трава мяты перечной — 1 часть, цветки ромашки аптечной — 1 часть, трава зверобоя продырявленного — 1 часть, корневище аира болотного — 1 часть, трава шалфея лекарственного — 1 часть, корень одуванчика лекарственного — 1 часть, корень аралии маньчжурской — 1 часть.

Залить 1 столовую ложку сбора 1 стаканом кипятка, держать на водяной бане 15 минут. Дать настояться 40 минут. Процедить, отжать. Полученный настой довести до первоначального объема кипяченой водой. Принимать по $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{2}$ стакана настоя за 30 минут до еды 3 раза в день.

СБОР 2

Семена тмина обыкновенного — 1,5 части, семена фенхеля обыкновенного — 1,5 части, цветки ромашки аптечной — 1,5 части, листья клевера лугового — 1,5 части, трава золототысячника малого — 1,5 части, трава тысячелистника обыкновенного — 2,5 части.

Залить 1 столовую ложку сбора 1 стаканом воды, варить 5—7 минут. Настоять 15—20 минут и процедить. Принимать теплым по $\frac{1}{3}$ стакана за 30 минут до еды.

СБОР 3

Корень одуванчика лекарственного — 1,5 части, корень цикория обыкновенного — 1,5 части, корневище пырея ползучего — 1,5 части, семена фенхеля обыкновенного — $\frac{1}{2}$ части.

Залить 1 столовую ложку сбора 1 стаканом воды, варить 15 минут, настоять 20 минут и процедить. Принимать по 1 стакану 2—3 раза в день.



СБОР 4

Трава золототысячника — 1 часть, листья вахты трехлистной — 1 часть, листья мяты перечной — 1 часть.

Залить 1 столовую ложку сбора $\frac{1}{2}$ стакана кипятка, настоять 10 минут, процедить. Выпить в 3 приема в течение дня перед едой.

СБОР 5

Кора крушины ломкой — $\frac{1}{2}$ части, трава дымянки лекарственной — 1,5 части, трава тысячелистника обыкновенного — 1,5 части, корневище пырея ползучего — 1,5 части.

Приготовление как в сборе 4. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день перед едой.

СБОР 6

Листья мяты перечной — 1 часть, трава полыни горькой — 1 часть, трава зверобоя продырявленного — 1 часть, цветки ромашки аптечной — 1 часть, плоды тмина обыкновенного — 1 часть.

Залить 2 столовые ложки сбора 1 стаканом кипятка в термосе, оставить на ночь. Процедить. Принимать по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день.

СБОР 7

Корневище аира болотного — 1 часть, листья вахты трехлистной — 1 часть, кожура апельсина — 1 часть, трава полыни горькой — 1 часть.

Залить 1 столовую ложку сбора 1 стаканом кипятка в термосе, оставить на ночь. Процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день перед едой.

СБОР 8

Цветки ромашки аптечной — 1 часть, трава полыни горькой — 1 часть, листья мяты перечной — 1 часть, листья шалфея лекарственного — 1 часть, трава тысячелистника обыкновенного — 2 части.

Залить 1 столовую ложку сбора 1 стаканом кипятка, настоять 30 минут, процедить. Выпить теплым в течение дня в 3 приема (один раз натощак).



СБОР 9

Листья мяты перечной — 1 часть, листья вахты трехлистной — 1 часть, трава тысячелистника обыкновенного — 1 часть, трава золототысячника малого — 1 часть.

Приготовление и применение как в сборе 8.

СБОР 10

Трава золототысячника зонтичного — 2,5 части, трава тысячелистника обыкновенного — 2,5 части.

Залить 1½ столовой ложки сбора 1 стаканом кипятка, прокипятить 15 минут и процедить. Принимать в течение дня в 3—4 приема.

СБОР 11

Трава зверобоя продырявленного — 4 части, трава золототысячника малого — 4 части, трава тысячелистника обыкновенного — 3 части, трава цикория обыкновенного — 3 части, трава дымянки аптечной — 2 части.

Залить 4 столовые ложки сбора 1 л кипятка, настоять 10—12 часов, затем проварить 5—7 минут, настоять еще 30 минут и процедить.

Принимать по 1 стакану натошак, остаток употреблять в течение дня.

СБОР 12

Трава полыни горькой — 4 части, трава тысячелистника обыкновенного — 1 часть.

Залить 1 столовую ложку сбора 1 стаканом кипятка, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3—4 раза в день.

СБОР 13

Трава зверобоя продырявленного — 2 части, трава золототысячника малого — 2 части, трава тысячелистника обыкновенного — 2 части, трава цикория обыкновенного — 3 части, трава дымянки аптечной — 4 части.



Залить 4 столовые ложки сбора 1 л холодной воды, настаивать 10—12 часов. Затем варить 5—7 минут, настоять 15—20 минут и процедить. Выпить 1 стакан натощак, а остальное — в течение дня в 3—4 приема перед едой.

Сбор 14

Листья вахты трехлистной — 1 часть, трава полыни горькой — 1 часть, плоды тмина обыкновенного — 1 часть, корневище аира болотного — 1 часть.

Приготовление и применение как в сборе 13.

Сбор 15

Трава полыни горькой — 1 часть, корень дягиля лекарственного — 1 часть, корень цикория обыкновенного — 1 часть, плоды можжевельника обыкновенного — 1 часть, листья шалфея лекарственного — 1,5 части.

Залить 1 столовую ложку сбора 1 стаканом горячей воды, настоять 30 минут и процедить. Принимать по 1—2 стакана перед завтраком.

Сбор 16

Кора крушины ломкой — 2,5 части, листья пастушьей сумки — 2,5 части, трава копытня европейского — 2,5 части, корень стальника полевого — 2,5 части.

Приготовление и применение как в сборе 15.

ГАСТРИТ С ПОВЫШЕННОЙ КИСЛОТНОСТЬЮ ЖЕЛУДОЧНОГО СОКА

Смешать по 1 столовой ложке травы зверобоя и золототысячника. Залить 500 мл кипятка, настоять 30 минут под крышкой и процедить. Принимать по ½ стакана 4—5 раз в день.

Сбор 1

Трава чистотела — 1 часть, трава тысячелистника обыкновенного — 3 части, цветки ромашки аптечной — 3 части; трава зверобоя продырявленного — 3 части.



Залить 1 столовую ложку сбора 1 стаканом кипятка. Настоять 30 минут, процедить. Принимать по $\frac{2}{3}$ стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

СБОР 2

Листья подорожника большого — 4 части, трава зверобоя продырявленного — 4 части, трава сушеницы болотной — 4 части, трава золототысячника — 2 части, трава горца птичьего — 2 части, листья мяты перечной — 1 часть, корневище аира болотного — 1 часть.

Залить 1 столовую ложку сбора 1 стаканом кипятка, настоять под крышкой 30 минут и процедить. Настой принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день через 1 час после еды.

СБОР 3

Трава сушеницы — 4 части, трава зверобоя продырявленного — 4 части, трава спорыша — 2 части, трава чистотела — 2 части, трава шалфея — 2 части, цветки тысячелистника обыкновенного — 1 часть, листья мяты перечной — 1 часть.

Залить 1 столовую ложку сбора 1 стаканом кипятка, настоять 12 часов под крышкой, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3—4 раза в день через 1 час после еды.

СБОР 4

Льняное семя — 2 части, плоды фенхеля — 2 части, корни солодки — 2 части, корневище аира болотного — 2 части, цветки липы — 1 часть, листья мяты перечной — 1 часть.

Залить 2 столовые ложки сбора 500 мл холодной кипяченой воды. Довести до кипения, варить 5—8 минут, дать настояться в течение 1 часа и процедить. Принимать по $\frac{2}{3}$ стакана отвара 3 раза в день за 30 минут до еды.

СБОР 5

Трава зверобоя продырявленного — 2 части, трава тысячелистника обыкновенного — 2 части, цветки ромашки аптечной — 2 части, трава чистотела — 1 часть.



Залить 1 столовую ложку сбора 1 стаканом кипятка, настаивать под крышкой 20 минут. Процедить и принимать по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день за 20 минут до еды.

Сбор 6

Трава зверобоя продырявленного — 2 части, листья мяты перечной — 1 часть, корзинки тысячелистника обыкновенного — 1 часть, семена укропа — 1 часть.

Залить 2 столовые ложки сбора 500 мл кипятка, настаивать в термосе 2 часа, процедить. Принимать по $\frac{1}{4}$ стакана маленькими глотками 4—6 раз в день.

ДИСБАКТЕРИОЗ И ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА

При слабом дисбактериозе, вызванном стрессом или первичным приемом антибиотиков, а также для его профилактики принимать яблочный уксус 1 раз в день — утром натощак, за 15 минут до еды, по 1 чайной ложке, разведенной в 1 стакане воды. Курс лечения — 3 месяца. Затем следует сделать перерыв (2 недели), после этого прием при необходимости можно повторить.

При среднем дисбактериозе, который характеризуется неприятными ощущениями в желудке и кишечнике, нерегулярным стулом и болью в животе, принимать яблочный уксус 2 раза в день: утром выпить 1 стакан воды с уксусом за 30 минут до завтрака, а вечером — за 30 минут до ужина. Курс лечения — 3—4 месяца.

При тяжелой степени дисбактериоза принимать яблочный уксус не менее полугода. Пить по 1 стакану воды с уксусом 3 раза в день за 15—20 минут до еды. Каждый месяц делать перерыв на 3—4 дня. Лечение будет эффективным только в том случае, если принимать уксус регулярно.

При болях в желудке развести 1 чайную ложку меда (желательно светлого) и сок $\frac{1}{2}$ лимона в 1 стакане горячей воды и выпить натощак.

