

Слово редактора

Здравствуйте, дорогие читатели! Июль — макушка лета. Жаркое время для тех, кто стремится пополнить домашнюю кладовую полезными и вкусными заготовками. В это время цветут такие сильные лекарственные растения, как зверобой, тысячелистник, ромашка аптечная, таволга (лабазник), подмаренник, кипрей (иван-чай) и другие. Есть возможность — сушите все!

Одна из главных тем сегодняшнего выпуска — болезни желудка. Так вот способствуют восстановлению его слизистой оболочки листья подорожника, трава сушеницы, зверобоя, таволги.

Противовоспалительным и обволакивающим действием обладают трава тысячелистника, репешка (корни лапчатки, алтея, аира, корневище змеевика лучше собирать осенью).

Спазмолитические и болеутоляющие травы: мята перечная, ромашка аптечная, душица, укроп, чистотел, сушеница, Melissa.

Стимулируют секрецию пищеварительных желез трава тысячелистника, полыни, чабреца.

Повышают аппетит трава полыни горькой, горечавки, трилистника, чабреца, листья мяты перечной.

Есть вопросы по составлению сборов и их применению? Пишите или звоните в редакцию. Наши консультанты-фитотерапевты дадут необходимые пояснения.

Светлана ГОНЧАРОВА, редактор

ВОПРОС-ОТВЕТ

Как убрать папиллому на веке? 4

Проблемы с желчным бьют по суставам 4

АКТУАЛЬНО

В организме поселилась... плесень? 6

ПОГОВОРИМ?

Знаковые встречи 8

АПТЕКА НА ГРЯДКЕ

Репчатый лук помогает

при лейкозе и не только 10

Полезная заправка для салатов

из свежих овощей 10

ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

Куриные котлеты с болгарским перцем 11

Яично-крапивный тост на завтрак 11

ТРАДИЦИИ ПРЕДКОВ

Погребальный ритуал:

приметы и суеверия 12

БОЛЕЗНИ ЖЕЛУДКА

Защищен и... безоружен 13

Пейте настойку прополиса 14

Если болит живот у ребенка 15

Помощь растений при гастрите 16

«Перетерпел» язву 17

Желудочно-кишечный тракт.

20 правил здоровья 18

Полезный десерт из хурмы 20

Пить сырые яйца при язве рискованно! 20

АЛКОГОЛИЗМ

Учитесь саморегуляции 21

О кодировке «горячим» уколom 22

Заговоренная вода от пьянства 22

Прямая дорога к инсульту 23

Пожестче с внутренним пьяницей! 23

За исцелением — на пасеку 23

Вино с угорьком и зеленые клопы 24

Быть трезвым помогут травы 24

Напоминаю себе каждый день,

что «могу, но не хочу» 25

ЗУД

Нельзя сдержаться 26

Активированный уголь поможет

при псориазе 27

Багульник против насекомых 27

Молочница: настои для спринцеваний 27

МОЙ РЕЦЕПТ

Снижаю давление за несколько секунд 28

Попытка не пытка 28

«Прошиваю» мозоль 29

Улучшаем работу печени 29

Масло календулы от варикоза 29

АСТРОЛОГИЯ И ЗДОРОВЬЕ

Гороскоп здоровья на август 33