



Бабушкины рецепты

еженедельная газета издается с 2002 года

«лечить нас все же бабушки умели»

У газеты «Бабушкины рецепты»
есть сайт

br-online.ru

Вы можете найти на нем
информацию, не вошедшую
в газету, а также выпуски
газет прошлых лет.

ДАВЛЕНИЕ В НОРМЕ



Кто склонен к повышенному давлению, хорошо с утра выпивать стакан заваренных ягод калины с добавлением 15-20 капель настойки эхинацеи. Эхинацея поддержит иммунитет.

Можно приготовить ягоды калины, перетерев их с мёдом. Утром чайную ложку этой смеси можно положить в кипяток - получится прекрасный витаминный напиток, а можно просто съесть и запить минеральной или талой водой.

У кого пониженное давление, поднять тонус и повысить сопротивляемость организма инфекциям поможет зелёный чай с женьшенем, либо отвар ягод ежевики с лимонным соком.

Совет: если у вас вдруг упало давление и вы ощущаете слабость, сонливость - возьмите лимон и приложите его кислую мякоть к кончику языка, подержите минуту. Давление начнёт постепенно подниматься.

Михайлова Ирина, г. Одинцово

Газету «Бабушкины рецепты»
и «Чудесные исцеления
и целительные чудеса» можно
приобрести в почтовых
отделениях «Почты России»,
а также в магазинах «Магнит»
и других сетях.

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЧЕРНЫХ ТОЧЕК НА НОСУ

Как избавиться от черных точек на носу? Черные точки на коже лица - распространенная проблема не только среди молодых девушек, ей подвержены и женщины зрелого возраста. Возникают черные точки, они называются комедоны, в результате закупорки пор кожным салом. Сальная пробка накапливает на своей поверхности грязь, отмершие клетки и в результате приобретает темный цвет. Скопление черных точек бывает на крыльях носа, на лбу и подбородке, в особо сложных случаях страдают щеки, виски, иногда плечи, грудь и спина. → стр. 4



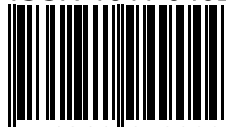
СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- 6 медицинских причин ночной потливости
- 17 способов использования подсолнечного масла, о которых вы не знали
- Дачные растения, обладающие целебными свойствами
- Иммуитет
- Как кошки помогают справиться с недугами
- Пребиотики и пробиотики - в чем разница?
- И многое другое

Предупреждаем, что газета не является учебником по медицине и пособием по лечению

болезней. Прежде чем воспользоваться рецептом или рекомендацией из нашей газеты, проконсультируйтесь с врачом! Могут быть противопоказания! Помните, речь идет о Вашем здоровье! Редакция не несет ответственности за содержание рецептов, присланных читателями. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Мнение редакции может не совпадать с мнением автора публикации.

ISSN 1811-9492



9 771811 949000

24022



>