



# **Народная медицина: что помогает, а что нет**

**Елена Беляева**

**Елена Анатольевна Беляева**  
**Народная медицина:**  
**что помогает, а что нет**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=70279333](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70279333)*

*SelfPub; 2024*

**Аннотация**

Мой опыт применения народных средств, которые помогли там, где медицина была бессильна. Администрация сайта Литрес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста»

# Содержание

Что выпить от головной боли из того, что есть на кухне.	5
Как легко и быстро понизить давление в домашних условиях.	8
Солью можно вылечить все, что угодно.	12
Пиявка – лучший лекарь.	15

# **Елена Беляева**

## **Народная медицина:**

### **что помогает, а что нет**

Здравствуйтесь, дорогие друзья! Я желаю вам здоровья и счастья и хочу рассказать в этой книге о своем опыте применения средств нетрадиционной медицины для лечения различных недугов. Многие из этих средств имеются у нас на кухне, но мы их не применяем, потому что нас с детства приучают лечиться только таблетками. Пора положить этому конец.

# **Что выпить от головной боли из того, что есть на кухне.**

Я с детства страдаю головными болями, поэтому хочу поделиться своим богатым опытом в борьбе с этим недугом.

## **Причины головной боли**

Причин у головной боли вроде бы много, но все они приводят к ухудшению кровообращения в той или иной области мозга. Соответственно и лечение всех этих разновидностей болевых ощущений одно – необходимо улучшить кровообращение в сосудах мозга. И делать это совсем не обязательно таблетками. Далее я опишу свой опыт применения простых напитков, которые есть у многих на кухне, и их эффективность.

## **Головная боль у ребенка**

В школьные годы меня беспокоили не только болезненные ощущения в голове, но и тошнота. Врачи диагностировали сужение сосудов, которое мешало нормальному кровообращению. А дело было еще при СССР, поэтому мне не прописывали дорогих таблеток, а ограничились обыкновенным Цитрамоном. И он неплохо помогал.

В состав этого лекарства входят:

ацетилсалициловая кислота, разжижающая кровь;

кофеин, расширяющий сосуды;

парацетамол – обезболивающий и противовоспалительный компонент, необходимый, если у вас еще и температура.

## **Народные средства от головной боли**

В дальнейшем от бывшего медработника я узнала, что таблетки можно и не пить. Ведь кофеин содержится в кофе, выпив которое мы расширяем сосуды и нормализуем кровообращение. У нестарых людей кровь и так жидкая, так зачем же ее разжижать. Снимать воспаление не нужно, если его нет. А боль пройдет и так, если нормализовать кровообращение в голове.

Основной момент – кофе должен быть крепким и не разбавленным молоком.

Но с возрастом кофе перестал помогать, так как возникла еще одна проблема – давление. А чтобы нормализовать давление, нужно вывести лишнюю воду. Кофе обладает мочегонным эффектом, но по моим ощущениям давление поднимает слишком сильно. И тут мне на помощь пришел зеленый чай. Он и мочегонит лучше, и давление так сильно не поднимает.

После 40 лет мое положение ухудшилось, видимо кровь уже нужно было чистить, как и сосуды. И тогда на помощь

пришла смесь, куда входили 6 настоек:

- валерианы, укрепляющей сосуды;
- боярышника, снижающего холестерин;
- пиона, снимающего спазмы;
- пустырника, снижающего давление;

Все эти настойки я брала по одному пузырьку, и добавляла к этой смеси 1/2 пузырька настойки эвкалипта, повышающего иммунитет, и 1/4 пузырька настойки мяты, улучшающей кровообращение и повышающей эластичность сосудов.

От полученной смеси брала чайную ложку и добавляла в свой вечерний чай ежедневно, пока не выпила первую смесь. Потом намешала настоек еще раз и держала полученную смесь на случай возникновения головной боли. Но мне вторая порция смеси не пригодилась, голова больше не болит.

# **Как легко и быстро понизить давление в домашних условиях.**

Проблемы с давлением у меня начались давно. Еще во время беременности в 34 года я постоянно вызывала скорую из-за сильной головной боли и врачи, измерив мне давление, кололи укол Магнесии. Соответственно боль, как и давление, – это всего лишь симптом ухудшенного кровообращения.

## **Как быстро понизить давление**

Слава Богу, что сейчас нам вся информация доступна через интернет. После родов я узнала, что Магнесия есть и в порошке. Поэтому необязательно ее колоть, а можно просто развести в стакане воды и выпить. Главное не пить слишком много, как сейчас советуют новомодные целители. Максимальная доза магнесии в день – 40 грамм. Но я ограничиваюсь 1 чайной ложкой.

Конечно, нужно искать причину заболевания, но при сильной головной боли приходится прибегать к срочным мерам. Тем более что врачи такую проблему как старость не лечат.

Почему с возрастом давление повышается? Потому что



сосуды становятся хрупкими и ломкими. Они забиты холестериновыми бляшками. И сердцу сложно проталкивать кровь, оно начинает усиленно биться, о чем свидетельствует учащенное сердцебиение.

Как же очистить сосуды? В этом мне очень помогла смесь.

## **Мед Лимон Чеснок**

Я смешала пол литра мёда, сок 5 лимонов и 5 очищенных от шелухи и измельченных головок чеснока. Шелуху чеснока лучше не выбрасывать, а заварить с ней чай, и пить его с медом. А смесь меда, лимона и чеснока я поставила с стол и держала неделю в темноте. Потом ела ее по 1 столовой ложке каждое утро натощак.

Благодаря этому эффективному народному средству я избавилась не только от повышенного давления, но и от одышки, которая свидетельствует о проблемах с сосудами легких.

## **От давления мне хорошо помогают мочегонные напитки, такие как:**

- зеленый чай;
- ромашка, которая не только лишнюю жидкость выведет, но и успокоит, ведь повышается давление чаще всего при стрессе;

– калмыцкий чай или молокочай.

На калмыцком чае остановлюсь подробнее. Ведь это настоящая кладезь здоровья. В СССР продавался прессованный зеленый чай под видом настоящего калмыцкого чая, в котором должны были присутствовать еще и травы, но это не мешало им оздоравливаться. Ведь чай – это очень полезный продукт, в котором содержатся и водорастворимые, и жирорастворимые витамины. И мы, заваривая его водой, получаем только половину пользы. А молоко выжимает из чайных листов всю пользу.

### **Рецепт калмыцкого чая:**

– довести до кипения 100 мл воды;

– опустить в воду кусочек калмыцкого чая 30 грамм;

– поварить кусочек до разваливания и потом еще минуту 2-3;

– добавить в чашку литр молока, щепотку соли, довести до кипения и варить 5 минут;

– налить напиток в пиалы и добавить кусочек сливочного масла 10 гр.

Такой чай придумали монголы, которые покупали у китайцев самый дешевый плиточный чай и заваривали его на кобыльем молоке. От них слава об этом целебном напитке пошла по всей Азии.

Тут главное быть осторожным. В напитке много кальция,

и если пить его весь день, вы получите кальцинирование сосудов. Ограничьтесь одной пиалой.

Со временем я поняла в чем причина гипертонии. Я тогда попробовала кето-диету и заметила, что давление меня совсем не беспокоит. Начала изучать вопрос, и оказалось, что от сахара в нашей крови образуются тромбы и она сгущается. То есть нужно не разжижать кровь, а просто перестать сгущать ее сахаром.

Было очень страшно отказаться от сладкого и хлеба, ведь это настоящие наркотики, на которые нас подсаживают с детства. Но наркотик этот довольно слабый и через 3 дня я уже не хотела сладкого. А через год ушел и лишний вес, который также является причиной повышенного давления. Сейчас мне даже неприятен сахарный вкус. Нормальная сладость – это сладость фруктов и ягод.

Ну а если все-таки повысится давления, я теперь слушаю музыку, которая стабильно снижает давление на 10 пунктов. Мы даже проводили онлайн-эксперимент с подписчиками моего Ютуб-канала "Елена Беляева". Вместе слушали и вместе потом измеряли, и у всех давление понизилось на 10 пунктов. Музыка здесь <https://www.advanced-mind-institute.org/online-meditations/lechenie-ozdorovlenie/programma-snizheniya-vysokogo-arterialnogo-davleniya/?affiliate=HBLKZFBNOGA>

# Солью можно вылечить все, что угодно.

Хочу поделиться своим опытом применения солевого раствора для лечения и для ухода за собой.

## Солевые повязки

Мой сын любит раздирать свои болячки грязными ногтями и однажды у него ранка покраснела и увеличилась в размерах. Я стала мазать ее Левомеколем, который содержит антибактериальные вещества и способствует заживлению. Но положение в течение недели не улучшилось. Я уже готова была идти к врачу, но решила сначала попробовать солевую повязку.

Я сделала гипертонический раствор соли:

развела 1 чайную ложку морской соли (10 гр.) в 100 мл. теплой воды.

В этой жидкости я смачивала бинт, прикладывала к ранке сына и фиксировала это все обрезанным носком, так как ранка была под коленкой. В первые 2 дня из ранки начал выходить гной, а потом она быстро затянулась. Остался только красный шрам. Почему Левомеколь не справился с нагноением, а соль справилась, я даже не представляю, но факт остается фактом. Соль эффективнее.

Солевые ванночки от экземы

У моего мужа после 40 лет началась экзема. Это какие-то внутренние проблемы и возрастные изменения, но обследоваться он не хочет, а вот рук своих шелушащихся стесняется. И я посоветовала ему солевые ванночки. Просто принимала сама ножные солевые ванны, чтобы ноги не болели, и кроме улучшения состояния ног заметила, что и пятки перестали трескаться, особенно если их после ванночки кремом календулы смазать.

Мой муж начал принимать горячие солевые ванночки. Он разводил 2 столовые ложки морской соли на 1 литр воды, держал руки в растворе пол часа. Эффект стал заметен после первой же процедуры. А через неделю ежедневных ванночек руки были как новенькие, безо всяких следов экземы.

Но исходную проблему все-таки нужно лечить, так как шелушения со временем снова возникают и курс солевых процедур приходится повторять.

Солевой компресс от головной боли

Ну а я сама использую гипертонический раствор соли, описанный выше, для избавления от головной боли, когда не помогает таблетка. Чаще всего это головная боль на погоду. Я смачиваю кусок ваты в солевом растворе и прикладываю к голове в том месте, где болит. В солевом растворе повышенное осмотическое давление, и туда начинает стягиваться межклеточная жидкость через поры. А вместе с жидкостью и токсины, которые являются причиной боли. Болевые ощущения проходят не быстро, но без солевого компресса они

вообще несколько дней не пройдут.

# Пиявка – лучший лекарь.

Почему пиявка лечит все болезни? Наверное, потому что она лечит сосуды – впрыскивает свою слюну при укусе, а в ее слюне содержатся целебные вещества. Кроме того происходит небольшое кровотечение, которое способствует выработке новой крови. А когда омолаживается кровь, омолаживается и весь организм.

## Лечение мозга пиявками

Я страдаю энцефалопатией после травмы черепа, а это ежегодные курсы лечения в больнице, постоянная покупка дорогущих лекарств. Но я начала искать альтернативу среди народных средств и решила попробовать гирудотерапию. Первый раз я сходила в специализированную клинику. Посмотрела, как ставить пиявки. Потом начала покупать их в пиявочной аптеке, адрес которой нашла в интернете, и с тех пор лечусь сама. Эффект был замечен после первых применений. Возможно без пиявок я бы уже умерла. А сейчас чувствую себя прекрасно, прошли головокружения и шум в голове.

В клинике мне поставили пиявочек на копчик, с этого, наверное, начинают лечение любых болезней. Я долгое время

ставила туда же, но через год начала ставить прямо на голову в место травмы. Ведь пиявка впрыскивает антибактериальные вещества. Чего же бояться? И через небольшое время заметила, что стала выглядеть гораздо лучше. Поэтому я начала применять гирудотерапию и в косметических целях.

## **Пиявки от геморроя**

Хочу описать также опыт своего мужа в лечении пиявками. Он много лет страдал от геморроя, смотрел на свою огромную шишку и горевал, что ее можно только отрезать, и никакие крема не помогут. Но я отговорила его от операции и настояла на постановке пиявок рядом с шишкой. Потом конечно текла кровь несколько часов, а на следующий день укус чесался (пиявка такой же вампир, как комар, и ее укус тоже чешется), но шишка значительно уменьшилась.

С тех пор мы лечим геморрой только пиявками.

Мало того, я даже начала выращивать пиявок в домашних условиях. И я считаю, что у всех должна быть такая маленькая пиявочная ферма в доме. Это избавит людей от необходимости пользоваться таблетками вообще.

## **Как ставить пиявки**

Покупаете пиявок в пиявочной аптеке.



Ловите одну.

Сажаете ее в рюмочку или в колпачок от чего-нибудь.

Приставляете к больному месту (не мойтесь перед этим с мылом, пиявки запахов парфюмерных не любят).

Если пиявочка не хочет кусать, смажьте больное место сахарным сиропом.

Осторожно уберите рюмку и дождитесь, пока пиявка напьется крови и отвалится.

Если пиявка не отвалилась, проведите возле нее ваткой, смоченной в йоде, и она отвалится (запах йода она тоже не любит).

Посадите пиявку в банку с водой и выпустите в ближайший водоем или меняйте воду раз в три дня (вода должна быть фильтрованной или отстоянной в течение суток)

Через пол года пиявку можно использовать повторно.