

ЗДРАВЕЦ И НАР

ТЕМА ЗА ЗДРАВЕТО

ДОКТОР ОГНЯН ТОШЕВ

ЗДРАВЕЦ И НАР- ТЕМА ЗА ЗДРАВЕТО

ДОКТОР ОГНЯН ТОШЕВ

„Според мен най-голямата грешка, която човек може да направи е да остане невеж, когато всеки ден от живота си е заобиколен от знанията, от които се нуждаят за да бъде здрав и щастлив. Всичко е там в природата, създадена от Бога. Необходимо е само да приемеш знанията и после да ги приложиш с мъдрост.“ **Пол Брег**

ЗДРАВЕЦ

Здравецът е почитан от семейството, като се садят лехи за здраве и се дава на семейството да пие от водата във която е бил натопен здравец.

- Да използваме Божия дар - здравеца за нашето здраве.
- Лехата със здравец е винаги зелена до късна есен.
- Здравецът е издръжливо растение на студ, на пек и винаги жадно за дъжд – едно Божие чудо.
- Здравецът е здрав и носи здраве.

Има около 23 вида здравец в нашата флора: обикновен, кръвен, ливаден, кафяво-цветен, перинейски, червен, кръглолистен, блестящ, насечено-листен и други.

3/ Сок от нар при:

- Атеросклероза
- Хипертония
- Бронхиална астма
- Ангина
- Грип /профилактика и лечение/
- Заболяване на далак
- Захарен диабет
- Сърдечни и чернодробни болести
- За възбуждане на апетита
- Стомашни и чревни заболявания
- Утоляване на жажда.

4/ Приготвяне на настройка от нар

1 чаена лъжичка кора от плодове и цветове се залива с 1 чаша вряла вода. Престоява 2 часа. Пие се по една супена лъжица 3 пъти на ден.

5/ При злокачествени тумори в червата и други

През марля се изцежда пресен сок от нар. Пие се по 1/4 от количеството 4 пъти дневно. Приема се преди храна. Може да се смеси с мед и да се използва профилактично или за лечение при злокачествени тумори.

6/Рецепта при чревно разстройство.

1 супена лъжица от кора на нар и 1 чаша вода. Водата завира и се поставя кората. Вари се 3 до 5 минути. Прецежда се. Пие се 3 пъти по 1 супена лъжица на ден.

РЕЦЕПТИ С ЗДРАВЕЦ

1/ При хипертония

Продукти:

- Коренище от **здравец** се нарязва на ситно
- Листа **маточина**
- Листа от **мента**
- Листа от **бреза**

Две супени лъжици от сместа се залива с 250 мл. вода. Вари се 15 минути. Приема се 3 пъти по една супена лъжица – 1 час преди ядене на ден.

2/ При хипертония

Продукти:

- Коренище от **здравец**
- Стръкове **полски хвоц**

Смесва се с 2 чаени лъжици. Сместа се залива с чаша кипяща вода. Престоява 1 час и се пие по 50 мил. По 3 пъти на ден преди хранене.

3/ При хемороиди и кръвотечение.

Продукти:

- Коренище от обикновен **здравец**
- Цвят от **лайка**
- Лист от **градински чай**

Смесват се . 3 супени лъжици от сместа се запарва с 1 литър вода. Престояват 6 часа и се прецежда. Отварата се използва при хемороиди и такива с кръвотечения като бани и компреси в аналната област.

Смесват се. Вари се 5 минути. Пие се по 3 пъти по 1ракиена чаша.на ден в продължение на 7 дни.

10/ При гнойни циреи на кожата

Продукти:

- Коренище от **здравец**
- Листа от **коприва**
- Стръкове **бяло подъбиче**

Смесват се. 2 лъжици се поставят в 600 мили литра кипяща вода. Вари се 5 минути и 1 час се кисне. Прецежда се. Пие се 3 пъти по 1 супена лъжица преди хранене. Същата отвара се ползва за компреси на циреи /фурункули/

НАР

Нар - чудно, древно Божие лекарство известен от 3000 години на древният свят. За лечение се използва всичко: цвят, семена, месеста част, сока и кората. Съдържа: глюкоза, захароза, калиеви соли, фруктоза, /в сока / ярко червен пигмент-антоциан-пуницин и фитонциди. Има и органични киселини като лимонена, ябълкова, оксалова и други.

1/ Кората

Обвивката на плода /кората/ се използва за почистване на зъбите и венците.

2/ При анемия и лъчева радиация

- Отвара от семена на **нар**.
- Сок от **алое**.
- Листа от **коприва**.

4/ При кръвотечения от носа

Продукти:

- Коренище от кръвен **здравец**
- **Дъбова кора**

2 чаени лъжици се слагат в чаша със студена вода. Сместа престоява 6 часа. След това се кипва. Охлажда се и се прецежда. Тампони напоени в отварата се поставят в носа.

5/ При атеросклероза на сърцето

Продукти:

- Листа от **здравец**
- Листа от **мента**
- Цвят от **глог**

Смесват се. 2 супени лъжици се заливат с 300 милилитра кипяща вода. След един час се пие преди хранене.

6/ При сърдечна слабост и декомпенсация

Продукти:

- Коренище от кръвен **здравец**
- Корени от **коприва**
- Цвят от **глог**
- Листа от **маточина**

Смесват се. 2 супени лъжици се поставят в 400 милилитра кипяща вода. След 2 мин. се сваля от огъня. Прецежда се. Пие се по 1 винена чаша 3 пъти дневно преди хранене.

7/ Рецепта при чернодробна цироза

Продукти:

- Корени от кръвен **здравец**
- Корени от кисел **трън**
- Стръкове от **полски хвоц**
- **Шишарки** хмел

Смесват се. В 500 милилитра кипяща вода се поставя 2 супени лъжици от сместа. Вари се 5 минути. Кисне се 1 час и се прецежда. Приема се 3 пъти дневно по 2 кафени чаши преди хранене.

8/ Възпаление на яйчниците.

Продукти:

- Коренище или листа от **здравец**
- Стръкове **полски хвоц**
- Плодчета от **хвойна**
- Листа от **смрадлика**

Смесват се. В 600 милилитра кипяща вода. Вари се 10 минути. Кисне се 1 час. Прецежда се. Пие се по 3 пъти на ден по 1 чаена чаша преди храна.

9/ При остеопороза

Продукти:

- Коренище или листа от **здравец** - 100гр.
- **Буков лишей** - 100гр.

Здравецът има имуностимулиращ ефект подобно на чесана унищожават микробите и вирусите, действа радио защитно при радиация.

Кръвен здравец 100 гр. /листа или коренища/ кора от бяла бреза /или пъпки/-100 гр.