Мед и народная медицина (самые популярные рецепты)

Мед, прополис, пчелиный яд, пыльца и перга широко используются народной медициной многих народов. Биологически активные природные вещества при профилактике и лечении многих заболеваний являются достаточно эффективными, а главное — менее токсичными, чем целый ряд препаратов, полученных на основе синтеза химических соединений.

Настои, отвары, соки различных растений и плодов эффективны при лечении разнообразных заболеваний: экзем, грибковых поражений кожи, фурункулеза, угрей, себореи, потливости, перхоти и облысения, крапивницы, ОРЗ и т. п.

Несмотря на то что лечебные свойства меда известны с древних времен, все-таки и до наших дней в его применении, подборе доз и хранении находят новые пути. Ввиду его сложного состава, который включает в себя большую часть элементов органического и неорганического мира, постепенно осуществляется изучение лечебного действия во взаимной связи с некоторыми отраслями современной науки — биологией, химией, медициной, географией, ботаникой, геологией и др.

В результате этих исследований в последнее время возник вопрос о стандартизации качества меда как необходимом условии использования его питательных и лечебных свойств. Лабораторные опыты на животных и клиническая практика его применения показали, что различные сорта меда обладают различными питательными и лечебными качествами и что все чаще встречаются сорта, лишенные последних.

В большинстве европейских стран принято общее определение: «Мед — сладкое вещество, приготовляемое пчелами, которые собирают нектар, падь и другие содержащие сахар соки, находящиеся в живых растительных частях, обогащают их веществами своего собственного тела, складывают все в восковые ячейки и помогают их созреванию».

Народная медицина накопила множество рецептов медолечения. Самые действенные из них:
Редька с медом в народной медицине используется как средство от кашля. С редьки, тщательно вымытой щеткой, ножом снимают верхнюю часть, вырезают углубление с таким расчетом, чтобы в него вошли две ложки жидкого меда. Редьку ставят в какой-нибудь сосуд в вертикальном положении, накрывают плотной бумагой и настаивают три-четыре часа. Взрослым и детям дают при кашле по чайной ложке сока три-четыре раза в день до еды. Это средство хорошо принимать и перед сном.
В Греции для улучшения роста волос, укрепления их применяют сок лука с медом. Для этого к натертому на терке луку добавляют мед (на 4 части кашицы лука берут 1 часть меда). После втирания смесь оставляют на 30 минут на голове, а затем смывают теплой водой. Если волосы очень сухие, то к кашице из лука с медом добавляют небольшое количество оливкового масла и за час до мытья втирают в корни волос, на это время надевают резиновую шапочку, потом моют голову как обычно.
30%-й раствор меда в соке красной свеклы закапывать по 5—6 капель в день в каждую ноздрю 4—5 раз в день. Средство эффективно при остром насморке, а также при затянувшемся насморке. Рекомендуется применение такой смеси при насморке у детей, вызванном аденоидами.

Эти капли не избавляют ребенка от аденоидов, но до момента решения вопроса о сроках хирургического вмешательства они значительно улучшают носовое дыхание, временно прекращают выделение слизи из носа.
В народной медицине используются семена тыквы с медом. Мед эффективен при спастических запорах. В таких случаях народная медицина также рекомендует смесь меда и мякоти тыквы — тыквенную кашу или отварную тыкву с медом.
С целью усиления опорожнителъной функции кишечника народная медицина предлагает

такое средство: 400 г кураги, 400 г очищенного от косточек чернослива и одну пачку александрийского листа пропустить через мясорубку. К этой массе добавить 200 г натурального пчелиного меда и хорошо перемешать (мед должен быть жидким). Принимать по 1 чайной ложке утром натощак до еды или же через 1 час после ужина, запивая теплой водой. Перед лечением необходимо проконсультироваться с врачом.

Сок алоэ с медом целый ряд врачей на протяжении многих лет используют при лечении воспалительных заболеваний зева, ротоглотки, гортани и трахеи, при заболеваниях ушей. Его можно также применять для профилактики рентгеноэпителиитов у больных, получающих лучевое лечение.

Способ приготовления смеси: срезанные нижние листья столетника (так в народе называют алоэ древовидное) тщательно промывают водой и нарезают мелкими кусочками в виде пластинок толщиной 0,5 см, затем с помощью ручной соковыжималки (очень удобна соковыжималка с сеточкой для чеснока) отжимают сок. Мед разбавляют соком столетника из расчета 1:5. Свежую смесь принимают внутрь по чайной ложке до еды 3 раза в день на протяжении одного-двух месяцев.
При сосудистых заболеваниях нижних конечностей (эндартериииты, варикозные расширения вен), при ишемической болезни сердца полезен мед с чесноком: 250 г очищенного или натертого на терке или размятого в ступке чеснока заливают 350 г жидкого меда, тщательно перемешивают и настаивают в течение недели в темном месте. Принимают по столовой ложке за 40 минут до еды три раза в день в течение одного-двух месяцев.
При повышенном артериальном давлении рекомендуются овощные соки с медом.

Сок свеклы, сок моркови, сок редьки и натуральный пчелиный мед смешивают в равных количествах. Принимать по столовой ложке перед едой три раза в день в течение двух-трех месяцев. Хранить смесь в темном прохладном месте.
Сок подорожника с медом рекомендуется при заболеваниях желудка. Причем он показан только при пониженной и нормальной секреции желудочного сока. 500 г меда смешивают с 500 г сока подорожника большого и варят на слабом огне 10— 12 минут. Охлажденный сок принимают перед едой по столовой ложке три раза в день.

Такой смесью (только теплой) можно пользоваться для лечения кашля, при коклюше, при острых и хронических бронхитах в качестве отхаркивающего и смягчающего средства.
При кашле к одной чайной ложке меда добавляют две столовые ложки семян аниса и щепотку соли. Все это заливают стаканом воды и доводят до кипения, а затем процеживают и охлаждают. Принимают по две столовые ложки каждые два часа.
При лечении маленьких детей можно применить народное средство от кашля (особенно хорошо при коклюше): смешивают в соотношении 1:1 мед и теплое оливковое масло и дают ребенку по одной чайной ложке несколько раз в течение дня.

Мед использовался во все времена и всеми народами. Так, в египетских папирусах, написанных более 3 тысяч лет назад, можно прочесть, что мед широко применялся для лечения и профилактики самых различных заболеваний (катаракты, ангины, гастрита).

О меде писали Гиппократ, Диоскарид, Гален, Авиценна.

О чудодейственных свойствах меда в сохранившихся китайских и индийских манускриптах можно прочесть много изречений.

Древние индусы ценили мед за то, что он доставляет удовольствие человеку, укрепляет его здоровье и сохраняет молодость.

В Древней Греции мед считали ценнейшим даром природы, «напитком молодости». В жертву богам приносились фрукты, намазанные медом (считалось, что он дает богам бессмертие).

Великие древнегреческие ученые считали, что им удалось достичь преклонного возраста благодаря употреблению в пищу меда. Так, Пифагор полагал, что достиг преклонного возраста благодаря вегетарианской пище и меду (прожил он 90 лет). Выдающийся древнегреческий мыслитель Демокрит, проживший более 100 лет, также придерживался мнения, что мед способствует сохранению здоровья и долголетия.

Гениальный древнегреческий врач Гиппократ, живший более 2500 лет назад, любил и употреблял мед, широко использовал его в своей практике. Прожил он 107 лет.

Литература: Лавренова Г.В. Медовая аптека. - М.: АСТ; СПб.: Астрель-СПБ, 2005. http://www.ast.ru/ ООО "Издательство АСТ", http://www.astrel.spb.ru/ ООО "Астрель-СПб"

© Гришин Михаил, 2014 г., mail@grishinmv.ru, http://www.medoviy.ru