

Головная боль

Один из наиболее часто встречающихся симптомов различных заболеваний.

При головной боли, головокружении съедать по 2 ч. ложки меда за каждой едой.

При стойких головных болях принимать мед с яблочным уксусом (2 ч. ложки меда и 2 ч. ложки яблочного уксуса на 1 стакан воды). Пить каждый день в течение 30 дней.

2 ст. ложки травы барвинка малого настаивать 1-2 ч в 2 стаканах кипятка и пить теплым с медом по 2/3 стакана 3-4 раза в день до еды.

Принимать по 1—2 таблетки препарата "Апилак" при головных болях, связанных с переутомлением, гипотонией или обусловленных мигренью. Таблетки держать во рту до полного растворения.

С этой целью можно применять 1%-ную или 2%-ную смесь маточного молочка с медом — по 1/2 ч. ложки (держать во рту до полного растворения).

При отсутствии этих препаратов можно использовать свечи "Апилак".

Головная боль как следствие стресса снимается, если регулярно перед сном в течение нескольких дней съедать 1 ст. ложку меда, запивая 1 стаканом кипяченой воды.

1/8 ч. ложки корицы развести в 1 ст. ложке горячей воды (не кипятка), добавить мед, настаивать 30 мин и принимать по 2 глотка через 1 ч.

При сильной головной боли сделать настой корицы более концентрированным.

Из несладкого настоя корицы делают примочки, прикладывая к вискам.

Если вам не нравится запах корицы, добавьте в состав 1 каплю лавандового или мятного масла.

Если запах корицы вас не раздражает, разотрите ее в сливочном масле и смажьте составом лоб и виски (предварительно вымойте лицо горячей водой с мылом, чтобы очистить поры для лучшего впитывания состава).

Литература: Гребенников Е.А. Все о меде. - Мн.: Книжный дом, 2005. <http://www.interpres.ru/> Интерпрессервис

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