

## Неврастения

Заболевание из группы неврозов, при котором выраженное ослабление деятельности нервной системы проявляется в повышенной раздражительности, утомляемости, утрате способности к длительному умственному и физическому напряжению.

Неврастения обычно возникает при сочетании психической травмы с чрезмерно напряженной работой и физиологическими нарушениями.

Возникновению неврастении способствуют ослабляющие организм инфекции и интоксикации (алкоголь, курение), эндокринные расстройства, недостаточное питание.

Принимать мед по 100-120 г в день (по 30 г утром и вечером и 40-60 г после обеда). За 30 мин до сна мед разводят в 1 стакане воды комнатной температуры. Уже в первой половине лечения, то есть спустя 1-2 недели, у больных появляются хороший крепкий сон, чувство бодрости по утрам, повышается работоспособность.

Утром и вечером принимать по 30-50 г меда с добавлением 1 ч. ложки маточного молочка и 1 ч. ложки аптечного препарата железа.

При неврастении, истерии, обмороках, эпилепсии, бессоннице 1 ст. ложку травы чистеца байкальского настаивают 2—3 ч в 1 стакане кипятка и принимают с медом по 2—3 ст. ложки 3-5 раз в день до еды как эффективное успокаивающее нервную систему средство.

Принимать смесь маточного молочка с медом (см. Истерия).

---

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

© Гришин Михаил, 2014 г., [mail@grishinmv.ru](mailto:mail@grishinmv.ru), <http://www.medoviy.ru>