

## Лечение дискинезии желчевыводящих путей

**При дискинезии желчевыводящих путей рекомендуется:**

- ❁ соблюдать правила сочетания продуктов и физиологические циклы пищеварения;
- ❁ ежедневно съедать по 1 зубчику чеснока утром и на ночь;
- ❁ из трав полезны: зверобой (его следует добавлять по щепотке в сбор к травяным чаям), одуванчик (добавлять в салаты), земляника (употреблять в свежем виде), а также листья земляники, которые можно сушить и заваривать как чай.

## Лечение желчнокаменной болезни

Причиной желчнокаменной болезни является прежде всего употребление вареной пищи. Любой продукт, который подвергают тепловой обработке, в организме превращается в соль щавелевой кислоты. Чтобы не допустить этого, вареный продукт надо употреблять с «живым», «сырым», с зеленью и овощами. Необходимо к каждой порции вареного продукта добавлять сырые овощи,

которых должно быть в 3 раза больше. Это станет хорошей профилактикой образования камней и отложений солей в организме.

**Для лечения желчнокаменной болезни рекомендуются следующие средства:**

- ❖ Смешать 1/2 стакана оливкового масла и 1/2 стакана сока грейпфрута или лимона. Пить на ночь, не раньше чем через час после еды. Перед приемом смеси сделать очистительную клизму. После приема лечь в постель на правый бок, подложив под бок теплую грелку. Утром повторить клизму.
- ❖ Заготовить 0,5 л оливкового масла и 0,5 л тщательно процеженного лимонного сока. Последний прием пищи должен быть не менее чем за 6 ч до лечения. Пить по 4 ст. л. оливкового масла и немедленно запивать 1 ст. л. лимонного сока. Повторять процедуру через каждые 15 мин. Когда весь остаток оливкового масла будет выпит, залпом выпить весь лимонный сок. В процессе приема возможна отрыжка маслом.
- ❖ Свежие соки плодов абрикоса, персика, а также смеси соков моркови, свеклы, огурца.

☼ При камнях в желчных протоках оливковое масло нужно принимать за полчаса до еды, сначала по 1/2 ч. л., постепенно увеличивая дозу до 1/2 стакана. Оливковое масло и сок лимона или грейпфрута не только ликвидируют застой желчи, но и способствуют выходу камней и песка.

☼ Прокрутить в мясорубке, овощерезке или соковыжималке 4 лимона с цедрой, соединить сок и цедру с медом (1:1). Выпить весь состав с травяными чаями — из листьев шиповника, черной смородины, суданской розы, малины, мяты, шалфея, сныти и т. д. (в составе сбора или по отдельности) — в течение дня.

Курс лечения при желчнокаменной болезни и любых отложениях солей щавелевой кислоты — 30–45 дней.

☼ Растворению камней способствует лимон с медом или фруктозой по следующей схеме: 1 лимон (1-й день), 2 лимона (2-й день), 3 лимона (3-й день) и т. д. до 15 дней (то есть 15 лимонов, перетертых с медом) и травяные чаи. Затем снова: 15, 14, 13, 12, 11, 10 и так до 1 лимона. Растворяются любые отложения и камни.

При этом, разумеется, надо соблюдать законы полноценного питания: есть когда хочется и немного.

Мед, лимон и травяные чаи сами по себе хорошая еда и требуют лишь небольшого дополнения пищей, богатой аминокислотами: орехи, творог с овощами или морские продукты, мясо, если вы не можете от него отказаться, «живые каши», кислое молоко, творог.

- ❖ Способствуют выведению камней кукурузные рыльца: 30 г на стакан кипятка, настоять 20–30 мин. Принимать по 1 ст. л. 6 раз в день.
- ❖ Для удаления камней из желчевыводящих путей применяют отвары сухой травы и корня одуванчика.
- ❖ При ослаблении функции желчного пузыря в течение всего летне-осеннего сезона включите в рацион свежие огурцы.

### **Фитотерапия при желчнокаменной болезни:**

- ❖ Смесь: листья мелиссы, листья мяты, цветки ромашки. 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом кипятка и настоять 30 мин. Принимать по 1/2 стакана 2–3 раза в день за 20 мин до еды.
- ❖ Смесь: трава чистотела, листья мяты. 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить

15 мин, принимать по 3/4 стакана утром и вечером.

- ☼ Смесь: спорыш, хвощ полевой, цветки ромашки, плоды шиповника — по 200 г; трава почечного чая, трава крапивы двудомной — по 100 г. Все листья, траву и цветки измельчить, смешать. 2 ст. л. сбора заварить в 500 мл кипящей воды, настоять в термосе 6 ч. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой в теплом виде.

## Лечение цирроза печени

### **Для профилактики цирроза печени необходимо:**

- ☼ полностью исключить любые, даже самые малые дозы алкоголя;
- ☼ ограничить или исключить совсем продукты из белой муки, картофеля (цирроз печени может возникнуть и от перегрузки крахмалом);
- ☼ слой из цветков одуванчика засыпать слоем сахарного песка, повторить, поставить на 1–2 недели под пресс в темное холодное место. Употреблять с разными настоями или чаем вместо варенья.

## **На ранних стадиях цирроза печени особенно полезно:**

- ❁ в листовые и травяные чаи добавлять крапиву;
- ❁ употреблять смесь соков: моркови и томатов, моркови и шпината в соотношении 10:6; морковный, свекольный, огуречный в соотношении 10:3:3, пить вместо еды или в добавление к еде, но отдельно от твердой пищи в промежутках (сок, затем перерыв 30 мин, далее — твердые продукты, требующие пережевывания). Тщательно пережевывать;
- ❁ применять смеси трав — зверобоя, цветков пижмы, тысячелистника, цветков ромашки, корня лопуха, плодов шиповника, листьев шалфея, корня девясила, горца птичьего, череды. 1 ст. л. смеси залить стаканом кипящей воды и настоять 30 мин. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 20 мин до еды;
- ❁ корень цикория, трава хвоща полевого, трава тысячелистника, трава зверобоя. 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом кипящей воды и настоять 30 мин. Принимать по 3/4 стакана 1–2 раза в день за 15–20 мин до еды. (Средство эффективно также при гепатите.)

- ⊗ Причиной болей в области печени может быть дефицит микроэлементов — калия, натрия, реже магния, кальция, фосфора. Правильное естественное питание, богатое витаминами и микроэлементами, аминокислотами и жирными кислотами, ферментами (энзимами), обычно быстро приводит печень в порядок.
- ⊗ Для снятия болей рекомендуется принять хлористый натрий (1/3–1/2 ч. л.). Хлористый калий (1 г) или сульфат магния (2 г) растворить в стакане воды, пить маленькими глотками до исчезновения болей.
- ⊗ Можно пить раствор мела, глицерофосфата кальция (2–3 таблетки), разжевав или растворив их в воде.