

Истощение

Состояние, характеризующееся снижением уровня функций органов, систем и организма в целом, вызванное длительной чрезмерной деятельностью, непрерывным воздействием сильных раздражителей, некоторыми заболеваниями.

В основе восстановления изношенных структур (функциональных, энергообразующих и др.) лежит синтез нуклеиновых кислот и белков. Недостаточный синтез этих веществ в организме приводит к истощению. Процессы энергообразования и синтеза белка взаимосвязаны.

К истощению может привести чрезмерное утомление, даже незначительное при неправильном или недостаточном питании, при длительном пребывании в условиях высоких и низких температур (истощение тепловое), при заболеваниях, связанных с нарушениями обмена веществ, при больших кровопотерях, травмах.

При нервном и физическом истощении за 1 ч до еды (3-5 раз в день) кладут под язык 30 мг маточного молочка и держат до полного растворения.

При заболеваниях, истощающих организм:

- Подъязычно или внутрь (реже) можно использовать маточное молочко в чистом виде, в смеси с медом или алкоголем. Это - средство достаточно активно тонизирует весь организм при очень многих заболеваниях, истощающих его.

Для ускорения исцеления этими препаратами больному необходимо в течение 1-2 недель 2-3 раза в день задолго до еды полоскать рот в течение 10-15 мин, особенно под языком, щелочной водой (типа боржоми) или теплой кипяченой водой.

За 1 ч до еды после полоскания положить под язык 20-30 мг (на кончике ножа) маточного молочка или 1/4 ч. ложки его смеси с медом в соотношении 1:50 и держать до полного растворения под языком.

- 2 ст. ложки верхушек цветущих побегов шалфея мускатного настаивают 1-2 ч в 0,5 л кипятка и пьют теплым с медом по вкусу по 0,5 стакана 3-4 раза в день, лучше до еды, как тонизирующее средство при физическом истощении и заболеваниях, истощающих организм.

- Измельченные ядра грецких орехов (1 стакан) смешивают с молоком или сливками (2 стакана), добавляют овсяную муку и мед (по 0,5 стакана), все тщательно перемешивают и принимают внутрь по 2/3 стакана 3-5 раз в день за час до еды.

- Смешать сок из листьев агавы американской или алоэ (100-150 мл), измельченные ядра грецких орехов (500 г), мед (400 г) и свежеприготовленный сок из 3-4 лимонов. Для лучшего смешивания подержать смесь на водяной бане, затем довести до полного остывания. Принимать по 1 ч. ложке (можно десертной) 3-5 раз в день за 30-40 мин до еды.

Мед пчелиный — 100 г, смалец (или жир гусиный) — 100 г, какао-порошок — 100 г, сок алоэ — 150 мл.

Смешать все компоненты и разогреть на слабом огне, не допуская кипячения и все время помешивая, чтобы не пригорело. Затем переложить в чистую стеклянную банку и хранить в холодильнике.

Принимать по 1 ст. ложке (детям по — 1 ч. или 1 дес. ложке в зависимости от возраста), растворив в 1 стакане горячего молока, 2-4 раза в день за 1-2 ч до еды при малокровии, сильном истощении и туберкулезе как общеукрепляющее средство.

1 стакан овса в шелухе перебрать и промыть в холодной воде несколько раз, залить холодной водой (5 стаканов). Кипятить на слабом огне до тех пор, пока объем не уменьшится до

половины (до густоты жидкого киселя). Долить воду до первоначального объема, процедить.

В процеженный отвар добавить столько же по объему молока. Вновь прокипятить. Добавить туда 4 ч. ложки меда и еще раз прокипятить.

Полученный калорийный напиток употреблять теплым (неостывшим или подогретым) в течение дня в 2-3 приема. Особенно полезен при истощении и старческой слабости.

1 ст. ложку с верхом отрубей залить водой (2 стакана) и кипятить 30-40 мин при постоянном помешивании. Затем добавить 1 ст. ложку меда и дать немного покипеть. Принимать по 50 мл 3-4 раза в день в теплом или холодном виде — это питательная пища для тяжелобольных, старых людей, а также для ослабленных детей.

Травяные сборы

Шиповник коричный, плоды 1 ст. ложка

Черная смородина, плоды 1 ст. ложка

Сухое измельченное сырье настаивают 2 ч в 2 стаканах кипятка, процеживают, добавляют по вкусу мед и пьют теплым по 2/3 стакана 3-4 раза в день, лучше до еды.

Береза повислая, листья 30,0

Боярышник, листья 30,0

Боярышник, плоды 30,0

Шиповник коричный, плоды 40,0

Измельченное сырье настаивают 1-2 ч в 1 л кипятка, процеживают, добавляют по вкусу мед и пьют по 0,5 стакана 3-5 раз в день за час до еды.

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>