



здоровье и красота

ЛУКОВАЯ ШЕЛУХА

Лечение от 100 болезней



•
•
•
• [Как избавиться от запоров](#)
•
•
•
•

• [Как справиться с циститом без лекарств?](#)
•
•
•

• [Как снять острые приступы пиелонефрита?](#)
•
•
•

• [Чудорецепт от простатита существует?](#)
•
•

• [Как наладить менструальный цикл и навсегда забыть о болях во время менструаций?](#)
•
•
•

• [Луковая шелуха от рака. Поможет ли?](#)
•
•
•

• [Луковая шелуха в косметологии](#)
• [Как избавиться от угревой сыпи?](#)
•
•

• [Как быстро вылечить фурункулы, царапины и нарывы?](#)
•
•

• [Как справиться с дерматитом?](#)
•
•

• [Как луковая шелуха справляется с обострением экземы?](#)
•
•

• [Как убрать мозоли?](#)
•
•

- [Как навсегда забыть о бородавках?](#)

-
-

- [Как устранить грибок ногтей?](#)

-
-

- [Как справиться с выпадением волос?](#)

-
-

- [Как быть с перхотью?](#)

-
-

- [Как покрасить волосы луковой шелухой?](#)

-
-

- [Противопоказания при применении луковой шелухи](#)

-

- [Луковая шелуха в быту](#)

- [Как покрасить шерсть?](#)

- [Как удобрить комнатные и огородные растения?](#)

- [Как вывести из почвы грибок?](#)

- [Как избавиться от вредителей комнатных и огородных растений?](#)

- [Как можно сохранить овощи?](#)

- [Луковая шелуха в кулинарии](#)

- [Секреты приготовления луковой шелухи](#)

- [Рецепты блюд из луковой шелухи](#)

-
-

-
-

-
-

-
-

- [Что нужно знать о луке](#)

- [В чем ценность лука](#)

- [Химический состав лука](#)

- [Действие лука](#)

- [Как приготовить лекарство из лука](#)

- [Луковый сок](#)

- [Луковая мякоть](#)

- [Запеченный лук](#)

- [Луковый настой](#)

- [Спиртовая вытяжка](#)

- [Лечение луком различных заболеваний](#)

- [Как быстро справиться с насморком?](#)

-

-
- [Как улучшить зрение с помощью лука?](#)
-
-
- [Как поможет лук от головной боли?](#)
-
-
- [Как сказать нет импотенции?](#)
-
-
-
- [Неужели лук излечит от эрозии шейки матки?](#)
-
-
- [Луковая терапия избавит от анемии?](#)
-
-
-
- [Как лук поможет при гепатите?](#)
-
-
- [Насколько лук эффективен при кисте яичника?](#)
-
-
- [Как лук помогает при отеках?](#)
-
-
- [Как вывести камни из организма без лекарств?](#)
-
-
- [Лук эффективен при сахарном диабете?](#)
-
-
-
- [Неужели лук поможет похудеть?](#)
-
-
- [Как лук справится с бессонницей?](#)
-
-
- [Как уменьшить эпилептические припадки?](#)
-
-
- [Лук в косметологии](#)
- [Как уменьшить морщины без подтяжек?](#)
-
-

- [Лук в кулинарии](#)
 - [Рецепты блюд из лука](#)
 - [Салат из репчатого лука с лимоном](#)
 - [Слоеный салат из репчатого лука и яблока](#)
 - [Салат из репчатого лука с чесноком](#)
 - [Салат из репчатого лука со сливками](#)
 - [Салат из репчатого лука с ржаным хлебом](#)
 - [Салат из репчатого лука с творогом](#)
 - [Репчатый лук с сыром](#)
 - [Луковый соус](#)
 - [Луковый маринад](#)
 - [Луковая тюря](#)
 - [Лук в сметане](#)
 - [Луковая икра](#)
 - [Пюре из лука](#)
 - [Суп из лука с ржаным хлебом](#)
 - [Суп из лука с сыром](#)
 - [Пирог с луком](#)
-



здоровье и красота

ЛУКОВАЯ ШЕЛУХА

Лечение от 100 болезней



Луковая шелуха. Лечение от 100 болезней

Название: Луковая шелуха. Лечение от 100 болезней

Автор: Приходько Анастасия

Издательство: Астрель

Год: 2012

Страниц: 137

Формат: fb2

АННОТАЦИЯ

Ученые установили, что луковая шелуха, которую мы так необдуманно выкидываем, обладает поразительными лечебными свойствами. За счет уникального состава, набора фитонцидов, витаминов, микроэлементов и других биологически активных компонентов луковая шелуха способна вернуть здоровье почти всем органам и системам организма — сердцу, сосудам, легким, мочеполовым органам, коже и т. д.

Не выкидывайте уникальное лекарство!

Редко какая хозяйка обходится дома без лука. И хотя не всем этот овощ приходится по вкусу, практически каждый знает, насколько лук полезен – в нем много витаминов, а фитонциды лука убивают микробы. Но, к сожалению, обычно лук используют только на 30–40 %. А самое полезное, то, что может принести исцеление от многих болезней, мы выкидываем в помойное ведро. Речь идет о луковой шелухе.

Удивительно, но луковая шелуха *содержит гораздо больше микроэлементов, чем сам лук*. Она помогает в профилактике гриппа и других вирусных инфекций, укрепляет зубы и десны, избавляет от грибковых болезней, мозолей, перхоти, фурункулов, бородавок, дерматитов и многих других кожных заболеваний. Средства из шелухи обычного репчатого лука используют для профилактики и лечения бронхитов и бронхиальной астмы, для восстановления мужской силы, нормализации менструального цикла. Луковая шелуха полезна при воспалении мочевыводящей системы и запорах. Настои позволяют навсегда забыть об аллергии, положительно влияют на сердечнососудистую систему. Даже различные опухоли поддаются лечению луковой шелухой. Чтобы рассказать обо всех свойствах луковой шелухи, пришлось написать целую книгу!

И самое главное!

Доказано, что с помощью луковой шелухи можно оздоровить весь организм, очистить его от вредных токсинов и шлаков. И при этом луковая шелуха не имеет практически никаких противопоказаний и побочных действий!

Можно сказать, что луковая шелуха – это настоящий природный лекарь: простой, дешевый, безопасный и доступный.

Не только лекарь, но и помощник в доме

Наряду с массой целебных качеств луковая шелуха и лук являются надежными и экономичными помощниками в быту. Это совершенно безопасное удобрение для комнатных растений. Достаточно просто полить цветы отваром луковой шелухи, чтобы они ожили на глазах.

Благодаря бактерицидному действию луковая шелуха незаменима в дачных работах. Она убивает патогенную микрофлору в почве, помогает в борьбе с вредителями садовых и огородных растений. Луковая шелуха также является самым эффективным средством для зимнего хранения овощей.

Кроме того, луковую шелуху можно использовать как краситель для пищевых продуктов, ткани и шерсти. А с помощью лукового сока легко избавиться от пятен с одежды и обуви, снять ржавчину с металлических изделий, например, с ножей, вилок, ложек, почистить старые зеркала и стекла.

Ну и, конечно, и лук, и луковую шелуху можно использовать в кулинарии, где они придают блюдам не только изысканный аромат и вкус, но и делают их полезными, насыщая витаминами и фитонцидами.

О чем расскажет эта книга

Здесь вы сможете узнать все секреты о луковой шелухе и луке:

- откуда и когда появилось растение, и какие полезные микроэлементы входят в его состав;
- какими лечебными свойствами обладают луковая шелуха и лук;
- как действует это природное лекарство на организм;
- в каких формах можно его применять;
- как вылечить более 100 болезней при помощи луковой шелухи и лука;
- как правильно применять это чудолекарство в косметологии;
- как луковая шелуха и лук могут помочь в быту;
- и наконец, какие вкусные и полезные блюда можно приготовить из этих уникальных продуктов.

Данное издание не является учебником по медицине.

Занимаясь самолечением, важно помнить, что ни одно народное средство не является 100процентной гарантией исцеления от недуга.

Поэтому все рекомендации в издании должны быть согласованы с лечащим врачом или специалистом по народной медицине!

Вся правда о луковой шелухе

Немного из истории о луке и луковой шелухе

Лук (*Allium*) – растение родом из Средней Азии и Афганистана, относящееся к семейству лилейных. Об уникальных свойствах лука было известно уже в глубокой древности.

- Древние шумеры активно выращивали лук вместе с другими ценными корнеплодами и использовали его в качестве основного продукта питания.

- В Древнем Египте лук и луковую шелуху использовали для ритуальных целей. Растение помещали в гроб вместе с умершим, так как оно должно было пригодиться в потустороннем мире. Интересно, что во время строительства знаменитых пирамид рабам для восстановления сил выдавалось определенное количество корзин с луком.

- В Древнем Риме лук должен был входить в обязательный рацион воина, так как считалось, что он придает мужество.

- Гиппократ назначал сок лука с медом как мочегонное и противовоспалительное средство.

- В Средние века неочищенный лук использовали как талисман от сглаза, порчи и колдовства, а также от стрел и меча.

- Вместе с первыми экспедициями Колумба корнеплод попал в Америку. Колонисты стали выращивать его на острове Изабелла и быстро оценили свойства лука, распространив по всей Северной и Южной Америке.

- Считается, что в нашу страну лук был завезен в XII веке. На Руси его ели в больших количествах, так как он был признан лучшим средством от тифа и чумы. А луковую шелуху нередко использовали для окрашивания яиц и тканей.

В настоящее время общее признание среди сторонников народной медицины заслужил не только репчатый лук, но и луковая шелуха. Она стала считаться одной из самых распространенных средств лечения различных недугов. И надо сказать, что более верного профилактического средства пока найти не удалось.

В чем ценность луковой шелухи

Об уникальных лечебных свойствах луковой шелухи сегодня мало кто знает. Нередко мы выбрасываем ее в мусорную корзину, даже и не подозревая, какое богатство в наших руках. А между тем этот природный продукт даст фору многим лекарственным препаратам.

Химический состав луковой шелухи

Луковая шелуха отличается богатым составом различных биологически активных компонентов.

В нее входят:

Витамин Е

Является сильным антиоксидантом, замедляет процессы старения, предупреждает накопление в организме холестерина, является профилактикой рака, диабета и сердечнососудистых заболеваний. Кроме того, он усиливает активность витамина А.

Витамин С (или аскорбиновая кислота)

Необходим для предотвращения авитаминоза, простудных и вирусных заболеваний, поддержания иммунитета, здоровья десен и зубов, сосудистых тканей, костей и хрящей.

Витамин РР (или никотиновая кислота)

Поддерживает нормальную работу системы пищеварения, улучшает обмен углеводов, устраняет желудочнокишечные расстройства, нормализует деятельность коры больших полушарий мозга, предотвращает сердечнососудистые заболевания.

Витамины группы В

Помогают снять умственное и нервное перенапряжение, способствуют быстрому восстановлению организма после перенесенных заболеваний и операций, предотвращают преждевременное старение, оказывают положительный эффект при лечении кожных болезней, улучшают работу печени, состояние волос и ногтей.

Каротин

Способствует укреплению всего организма, является профилактикой сердечнососудистых и желудочнокишечных заболеваний.

Кверцетин

Это природное биологически активное соединение, относящееся к группе витамина Р. Оно является противовоспалительным бактерицидным, иммуностимулирующим и противоаллергическим средством, ускоряет процесс заживления ран и фурункулов, улучшает эластичность и упругость кровеносных сосудов, предотвращает инфаркты и инсульты, оказывает положительное действие в борьбе с заболеваниями почек. Кверцетин препятствует образованию язв и кровоизлияний на стенках желудка и кишечника, нормализует функционирование нервной, иммунной и эндокринной систем.

Кроме того, согласно научным исследованиям, кверцетин останавливает развитие лейкемии и рост опухолей молочной железы, предстательной железы, толстого кишечника, легкого, мозга. Он также усиливает действие витамина С.

Фитонциды

Обладают противомикробными свойствами, помогают бороться с простудными и инфекционными заболеваниями, останавливают воспалительные процессы при заболеваниях ларингитом, ангиной.

Соли калия, кальция и железа

Регулируют водносолевой баланс, оказывают мочегонный и легкий слабительный эффект.

Действие луковой шелухи

Спектр лечебных свойств, которыми обладает луковая шелуха, весьма широк. Она оказывает:

- *иммуностимулирующее действие.* Луковая шелуха положительно влияет на иммунную систему, так как повышает выработку антител, защищает организм от внешних неблагоприятных факторов.

- *противопростудное действие.* Луковая шелуха является отличным профилактическим и лечебным средством при простуде даже у детей. Особенно полезна она в холодную погоду, при эпидемиях.

- *антисептическое и противовоспалительное действие.* Антибактериальные свойства луковой шелухи позволяют ликвидировать воспалительные процессы в ротовой полости, например, при стоматите, освежить дыхание. Кроме того, луковая шелуха препятствует образованию в организме воспалительных веществ, вызывающих боль, при ревматоидном артрите, артрозе, колите.

- *антиоксидантное действие.* Луковая шелуха защищает мембраны клеток от вредных эффектов или реакций, которые вызывают избыточное окисление в организме, замедляет процесс старения клеток кожи, миокарда, роговицы глаза.

- *тонизирующее действие.* Луковая шелуха придает тонус сосудам, бодрит и повышает самооценку.

- *противоаллергическое действие.* Луковая шелуха препятствует выработке веществ, провоцирующих аллергию – гистамина и серотонина, снимает отеки.

- *антиатеросклеротическое действие.* Вещества, содержащиеся в луковой шелухе, способствуют нормализации состояния кровеносных сосудов, снижают риск образования тромбов.

- *кардиотоническое действие.* Луковая шелуха улучшает тонус сердечной мышцы.

- *стимуляция кровообращения.* Луковая шелуха усиливает процессы кровообращения, а следовательно, улучшает работу всех органов и систем.

- *очистительное действие.* Луковая шелуха является мочегонным средством, избавляет от шлаков и токсинов, плохо переварившихся отходов пищи, которые откладываются в клетках тела.

- *антихолестериновое действие.* Луковая шелуха помогает выводить излишки холестерина и препятствует его накоплению.

- *гипотензивное действие.* Луковая шелуха способствует нормализации артериального давления (особенно при ишемической болезни сердца, стенокардии).

- *регенеративное действие.* Луковая шелуха улучшает регенерацию кожи и ускоряет процесс заживления ран, ссадин, фурункулов, ожогов, обморожений.

- *антивозрастное действие.* Луковая шелуха – прекрасное средство от старения.

- *онкопротекторное действие.* Содержащийся в луковой шелухе кверцетин ускоряет выработку ферментов, которые противодействуют злокачественному росту клеток рака.

- *косметологическое действие.* Луковая шелуха улучшает эластичность кожи, уменьшает морщины, позволяет избавиться от возрастных недостатков кожи.

Как приготовить лекарство из луковой шелухи

В народной медицине луковая шелуха используется для целого ряда лечебных и витаминных препаратов. Технология их приготовления в домашних условиях очень проста. Для этого не нужно обладать специальными навыками или особыми приспособлениями. Для приема внутрь можно изготавливать настои, отвары, спиртовые настойки, экстракты. Для наружного применения подходит масло и мазь из луковой шелухи.

Настойка

Чтобы приготовить настойку из луковой шелухи, потребуется водка или спирт 50–70°. Луковую шелуху нужно измельчить, затем поместить в стеклянную посуду и залить спиртом или водкой в соотношении 1: 5–7. Смесь настаивать в течение 7–10 дней. Затем процедить. Хранить природное лекарство нужно в темном прохладном месте. Настойку можно использовать для приема внутрь небольшими дозированными количествами, а также для полосканий и промываний.

Настой

Чтобы приготовить настой, 2 ст. л. луковой шелухи необходимо залить 400 мл горячей кипяченой воды. Смесь проварить на водяной бане в течение 15 минут. Затем настой остудить, процедить и поместить в темное прохладное место на 5–8 часов. Такое лекарство принимается внутрь в дозированных количествах для лечения различных заболеваний внутренних органов и систем.

Для наружного использования (примочек, компрессов, промываний и полосканий) настой делают более концентрированным. Для этого смешивают 1 часть луковой шелухи и 3 части кипятка.

Отвар

Чтобы приготовить отвар, луковую шелуху заливают холодной водой в соотношении 1: 10. Смесь кипятят на слабом огне в течение 15–20 минут, затем охлаждают, процеживают и разбавляют кипяченой водой. Отвар применяется как внутрь, так и наружно в виде примочек и промываний.

Экстракт

Чтобы приготовить экстракт, сначала готовят настой из луковой шелухи. Затем его кипятят на слабом огне, пока не выпарится половина объема. Полученный экстракт остужают и хранят в темном прохладном месте. Применяют такое лекарство внутрь только в строго дозированном количестве для борьбы с различными заболеваниями внутренних органов и систем.

Масло

Чтобы приготовить из луковой шелухи масло, достаточно ее измельчить и залить растительным, касторовым или оливковым маслом. Смесь следует поставить в темное прохладное место и настаивать в течение 2–3 недель. После чего масло процеживают через марлю и переливают в темную стеклянную посуду. Хранить подобное лекарство желательно в холодильнике. Масло используется при заболеваниях кожи, грибке, мозолях, фурункулах и т. д.

Мазь

Чтобы приготовить из луковой шелухи мазь, достаточно ее измельчить и тщательно растереть. Затем смешать с кремом, вазелином или жиром в соотношении 2: 3 или 1: 3. Мазь следует хранить в темной стеклянной посуде в прохладном месте. Используют ее также наружно для борьбы с кожными и грибковыми заболеваниями.

Лечение луковой шелухой различных заболеваний

Внимание!

Лечение луковой шелухой – простой и экономичный способ. И хотя нередко методы народной медицины подвергают сомнению, безопасность борьбы с недугами луковой шелухой доказана на протяжении ряда столетий.

Но прежде чем употреблять лекарство из луковой шелухи, важно проконсультироваться с лечащим врачом или опытным специалистом. Только так можно определить, в чем причина вашего недомогания.

С луковой шелухой простуда не страшна?

Осень и весна – сезоны резкого роста количества простудных заболеваний. Как справиться с вредными недомоганиями? Да и вообще можно ли их избежать? К простудным заболеваниям относят разнообразные вирусные инфекции и обострения хронических заболеваний верхних дыхательных путей. Они передаются в большинстве случаев воздушнокапельным путем.

Симптомы простуды или гриппа известны всем:

- общая слабость,
- головная боль,
- температура,
- насморк,
- чихание,
- кашель,
- боль в горле.

Как правило, в борьбе с простудой мы ищем самое простое решение – вовремя выпить таблетку аспирина, антигриппина или другого разрекламированного чудопрепарата. Между тем, лекарства лишь устраняют симптомы, которые мешают нам жить. С их помощью мы сбиваем температуру, избавляемся от насморка, головокружения, ломоты в теле. В общем, делаем все, лишь бы быстрее вернуться к трудоспособному состоянию. Однако, устраняя простудные симптомы, мы не всегда задумываемся о том, что можем нанести вред своему организму химическими препаратами. И болезнь либо проявляется через некоторое время с новой силой, либо оборачивается нарушением работы других органов и систем.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Природное лекарство из луковой шелухи не просто устраняет симптомы болезни, но и оказывает общеукрепляющее действие на организм. Дело в том, что оно обогащает питательными веществами больные органы и системы, способствуя их естественному восстановлению. Кроме того, природное лекарство предотвращает дальнейшее появление простудных заболеваний.

Рецепт из луковой шелухи при первых признаках простуды

Вам потребуется:

40 капель спиртовой настойки луковой шелухи,

- 2 ст. л. луковой шелухи.

Принимать по 20 капель настойки 2 раза в день в течение 7 дней. Лечение дополнить вдыханием дыма от сжигания луковой шелухи в течение 2–3 минут.

Рецепт из луковой шелухи при сильном кашле во время простуды

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- У ст. л. корней алтея лекарственного,
- У ст. л. травы душицы.

Смесь заливают У л кипятка и настаивают в течение 2 часов. Затем процеживают и принимают по $\frac{1}{2}$ стакана

2 раза в день за 1 час до еды. Курс лечения – 7 дней.

Рецепт из луковой шелухи при сильном насморке во время простуды

Вам потребуется:

- 2 капли эвкалиптового масла,

- 10 капель масла луковой шелухи.

Ингредиенты смешивают и делают ингаляции утром и вечером на протяжении всей болезни.

Рецепт из луковой шелухи при высокой температуре во время простуды

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. цветков липы,
- 1 ст. л. листьев мать-и-мачехи.

Смесь заливают 500 мл кипятка и настаивают в течение 20 минут. Затем остужают при комнатной температуре и процеживают. Препарат принимают по 1 стакану

3 раза в день после еды на протяжении острого периода простуды.

Рецепт из луковой шелухи для восстановления сил при простуде

Вам потребуется:

- 3 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. плодов малины,
- 1 ст. л. листьев малины,
- 1 ст. л. травы душицы.

Смесь заливают 2 стаканами кипятка и настаивают в течение 30 минут, остужают при комнатной температуре, затем процеживают. Лекарство принимают по

1 стакану перед сном на протяжении острого периода простуды.

Рецепт из луковой шелухи для повышения иммунитета во время простуды

Вам потребуется:

- 1 ст. л. размельченной луковой шелухи;
- горсть хвои от веточек сосны;
- 1 ч. л. нарезанного корня солодки;
- 2 ст. л. плодов шиповника.

Смесь из луковой шелухи, хвои и корня солодки заливают 2 л воды и кипятят на слабом огне 15–20 минут. Затем к отвару добавляют измельченные плоды шиповника. Смесь кипятят еще 1–2 минуты. Готовый отвар переливают в термос и оставляют настояться на 10–12 часов. Затем смесь снова помещают в кастрюлю и доводят до кипения. Охлажденный отвар пьют вместо чая до 2 л в день.

Избавиться от ангины проще простого?

Ангина – одно из самых распространенных заболеваний как среди детей, так и взрослых. Она имеет инфекционный характер и вызывается, как правило, различными микробами, главным образом стрептококками. Чаще всего ангина появляется в результате переохлаждения или раздражения горла (дымом, пылью, алкоголем и др.), осложнения простудных заболеваний, или распространяется воздушнокапельным путем.

Симптомы:

- озноб,
- головная боль,
- ломота в суставах,
- общая слабость,
- боль в горле при глотании,
- повышение температуры тела.

При появлении первых признаков болезни следует незамедлительно обратиться к врачу и начать лечение лекарственными препаратами. Поскольку запущенные формы ангины могут привести к тяжелым осложнениям: ревматизм, различные заболевания крови и т. д.

Как работает лекарство из луковой шелухи

В комплексе с медикаментозными препаратами луковая шелуха просто необходима для лечения ангины. Природный лекарь позволяет уменьшить воспалительные явления в горле, укрепляет защитные силы организма и способствует быстрому восстановлению после болезни. Кроме того, луковую шелуху можно использовать как профилактику от ангины в осеннезимний период.

Рецепты из луковой шелухи для профилактики и лечения ангины

Способ 1.

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,

Избавиться от ангины проще простого?

- 200 мл кипятка.

29

Луковую шелуху измельчают и заливают кипятком. Смесь настаивают в течение 10–15 минут. Затем остужают и полощут горло через каждые 2 часа. Этот же отвар можно принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 400 мл горячей кипяченой воды.

Смесь необходимо прокипятить на водяной бане в течение 15 минут. Затем настоять в течение 5–8 часов и процедить. Снова поставить на огонь и кипятить, пока не выпарится половина объема.

Лекарство принимать 3 раза в день по 20 капель за 30 минут до еды.

Рецепт из луковой шелухи от сильных болей в горле

Вам потребуется:

- 1–2 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ч. л. цветков ромашки аптечной.

Смесь заливают 500 мл холодной воды и кипятят на слабом огне в течение 15 минут. Затем настаивают 4 часа, процеживают и полощут горло через каждый час.

Рецепт из луковой шелухи при потере голоса, вызванной осложнениями ангины

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. корней кровохлебки лекарственной.

Смесь заливают 500 мл воды и кипятят на слабом

огне в течение 30 минут. Затем охлаждают в течение 2 часов и процеживают. В отвар добавляют немного кипяченой воды и полощут горло 4–6 раз в день на протяжении острого периода заболевания.

Защитит ли луковая шелуха от бронхита?

Сегодня таким заболеванием как бронхит никого не удивишь. Кто-то знает о нем понаслышке, ну а для кого-то подобный недуг был настоящим наказанием. Заболеть бронхитом не такто сложно. Истощение или переутомление организма, нервнофизическое перенапряжение, переохлаждение, запыленность и загазованность окружающей среды, алкоголизм, курение и многие другие факторы могут стать причиной возникновения этого недуга. А в результате страдает важный элемент дыхательной системы – бронхи.

Основные симптомы заболевания:

- кашель,
- мокрота,
- повышение температуры,
- в некоторых случаях одышка.

Если воспалительный процесс вовремя не остановить, то он затрагивает легочную ткань и возникает более серьезное заболевание – пневмония. Поэтому при первых симптомах следует обратиться к врачу.

Как работает лекарство из луковой шелухи

В борьбе с бронхитом существует огромное множество медикаментозных препаратов. Но они нередко могут негативно сказываться на здоровых органах и системах (особенно это касается антибиотиков).

Препараты из луковой шелухи не просто снимают воспаление слизистой оболочки бронхов, обладают бактерицидными и ранозаживляющими свойствами, но и оказывают тонизирующее действие на иммунитет и ускоряют процессы выздоровления. Однако не стоит забывать, что подобное лечение следует проводить под наблюдением врача.

Рецепты из луковой шелухи при первых признаках бронхита

Способ 1.

Вам потребуется:

- 200 мл отвара луковой шелухи.

В теплом виде отвар принимаю по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день за 40 минут до еды. Курс лечения – должен продолжаться на протяжении острого периода болезни.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 1 стакан кипятка.

Смесь помещают на слабый огонь и варят в течение 10 минут. Затем дают слегка остыть и процеживают. В отваре пропитывают марлю, отжимают ее и прикладывают на грудь в виде компресса на 20 минут. Сверху накрывают махровым полотенцем.

Способ 3.

Вам потребуется:

- $\frac{1}{3}$ стакана отвара луковой шелухи,
- 250 г меда,
- У стакана тмина,
- У стакана воды.

Смесь кипятят на слабом огне в течение 20 минут. Затем остужают и помещают в темное прохладное место на 2 часа. Лекарство принимают по 2 ст. л. 4 раза в день за 40 минут до еды.

Рецепт из луковой шелухи для выведения мокроты при бронхите

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. багульника болотного,
- 1 ст. л. крапивы двудомной.

Смесь заливают 2 л кипятка и настаивают в течение 30–40 минут. Затем процеживают и принимают по ½ стакана 1 раз в день после еды.

Рецепт из луковой шелухи для снятия болей при остром бронхите

Вам потребуется:

- 0,5 ст. л. настоя луковой шелухи,
- 3 ст. л. меда.

Ингредиенты смешивают и принимают по 2 ст. л. 3–4 раза в день.

Рецепт из луковой шелухи при хроническом бронхите

Вам потребуется:

- 1 ст. л. экстракта луковой шелухи,
- 1 ст. л. сока алоэ,
- 100 г меда.

Смесь тщательно перемешивают и разбавляют горячим молоком (из расчета на 1 ст. л. смеси 200 мл молока). Лекарство принимают 3 раза в день за 30 минут до еды.

Рецепт из луковой шелухи от осложнений бронхита

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. матымачеи,
- 1 ст. л. цветков ромашки аптечной.

Смесь заливают ½ л кипятка и настаивают в течение 2 часов. Затем процеживают и принимают по ½ стакана

2 раза в день за 30–40 минут до еды.

Как уберечь себя от бронхиальной астмы?

Сегодня более ста миллионов людей в мире страдает бронхиальной астмой. Число больных все время растет, особенно среди детей. Бронхиальная астма – это заболевание, для которого характерно нарушение нормальной работы бронхов и периодические удушья. В большинстве случаев она имеет аллергический характер. Причиной воспаления могут выступать самые различные аллергены: пух, перья, пыльца растений, перхоть и др.

Типичные симптомы бронхиальной астмы:

- свистящее дыхание, иногда даже слышимое на расстоянии,
- учащенное или громкое дыхание,
- хрипы,
- кашель,
- постоянная одышка,
- приступы удушья, которые длятся от нескольких минут до многих часов.

Тяжесть и частота симптомов может быть разной. Одни люди испытывают еле заметные признаки астмы раз за несколько месяцев, другие – каждую неделю, а третьи – каждый день. Причем приступы могут быть настолько сильными, что даже угрожают жизни.

Лечение астмы обычно проводится с применением различных медикаментозных препаратов. Однако большинство из них направлено на то, чтобы контролировать течение болезни, снимать воспалительные процессы и не допускать возможных обострений.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Препараты из луковой шелухи не просто устраняют симптомы недуга – они разжижают мокроту и снижают гиперсекрецию и отек слизистой оболочки бронхов, но и укрепляет иммунную систему, что постепенно позволяет забыть о приступах астмы.

Рецепты из луковой шелухи для профилактики и лечения бронхиальной астмы

Способ 1.

Вам потребуется (из расчета на день):

- 0,5 стакана настоя луковой шелухи.

Между приступами принимают по % стакана препарата в теплом виде 2 раза в день. Желательно за 40 минут до еды. Курс лечения – 21 день. Затем делают перерыв на 2 недели, и снова повторяют курс. К подобному лечению лучше всего прибегать 2–3 раза в год.

Кроме того, больным бронхиальной астмой полезно принимать ванны с отваром луковой шелухи.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. измельченных листьев мать-и-мачехи,
- 2 ст. л. измельченных листьев подорожника,
- 2 ст. л. почек сосны.

Смесь заливают 400 мл холодной кипяченой воды и настаивают в течение 1 часа. Затем кипятят на водяной бане в течение 5–7 минут, процеживают и принимают по 1 ст. л. 3 раза в день за 1 час до еды. Курс лечения – 10 дней. После чего делают перерыв на 1 неделю и снова повторяют курс лечения.

Как предотвратить появление авитаминоза?

Авитаминоз сегодня – довольно распространенное заболевание. Оно развивается в результате неполноценного питания, различных диет и голоданий, после тяжелых заболеваний или операций. Авитаминоз плачевно сказывается на состоянии кожи, волос, ногтей, работе всех органов и систем.

Симптомы авитаминоза:

- вялость,
- быстрая утомляемость,
- раздражительность,
- рассеянность,
- бессонница,
- головные боли,
- нарушение стула,
- депрессия,
- частые простудные заболевания.

Для лечения авитаминозов назначают целый ряд препаратов, биологически активных добавок. Но они не всегда оказываются эффективными, хотя требуют больших материальных затрат.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Лекарство из луковой шелухи является самым простым, натуральным и доступным средством для борьбы с авитаминозами, так как содержит в себе целый комплекс полезных микроэлементов. Они очень быстро всасываются в кровь, поэтому начинают моментально действовать и нормализуют общее состояние больного.

Рецепты из луковой шелухи для лечения авитаминоза

Способ 1.

Вам потребуется:

- 1 стакан настоя луковой шелухи;
- 0,5 стакана лимонного сока.

Все ингредиенты смешать и принимать по 1/2 стакана 2–3 раза в день после еды в течение 21 дня. Через 10 дней курс лечения следует повторить.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. плодов шиповника,
- 1 ст. л. рябины красной.

Смесь залить 400 мл кипятка и настаивать 1,5 часа. Затем процедить и принимать по % стакана 3–4 раза в день за 20 минут до еды. Курс лечения – 10 дней.

Рецепт из луковой шелухи для повышения тонуса при авитаминозе

Вам потребуется:

- 1–2 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. плодов шиповника,
- 1 ст. ложка черной смородины.

Смесь залить 400 мл кипятка и настаивать в течение

3 часов. Затем процедить и добавить 2 ч. л. меда. Сбор принимать по 1/4 стакана 2 раза в

день за 1 час до еды. Курс лечения – 10–14 дней.

Рецепт из луковой шелухи для профилактики авитаминоза

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. ягод шиповника,
- 1 ст. л. листьев крапивы.

Смесь залить 300 мл воды и варить на слабом огне в течение 5–7 минут. Затем настоять в течение 3 часов и процедить. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день за 1 час до еды. Курс составляет – 7 дней. Для профилактики лечение нужно повторить через 10 дней.

Как быстро устранить ячмень?

Ячмень – это гнойное воспаление сальной железы века. Заболевание, как правило, появляется в результате переохлаждения или ослабления иммунитета, использования некачественной косметики. Определить ячмень очень просто.

Заболевание проявляется в виде:

- покрасневшего очага или отека в области века,
- болезненности воспаленного очага,
- гнойной головки.

Нередко ячмень проходит самостоятельно за счет собственных сил организма. Но если заболевание проявляется периодически – это уже признак серьезного ослабления иммунитета. В данном случае лекарственные препараты не всегда оказывают положительное действие и лишь снимают воспаление.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Луковая шелуха является одним из самых эффективных способов в борьбе с ячменем. Природный лекарь снимает острое воспаление и боль, устраняет гнойное явление и отек. Кроме того, комплекс полезных микроэлементов луковой шелухи помогает избавиться от самой причины заболевания – слабого иммунитета. Как только защитные силы организма повышаются, болезнь проходит сама собой. Важно помнить, что лечение природным лекарем следует сочетать со здоровым образом жизни, сбалансированным питанием и постоянными закаливаниями.

Рецепт из луковой шелухи от ячменя

Для лечения вам потребуется:

- экстракт или настой луковой шелухи.

В растворе пропитывают ватный или марлевый тампон и прикладывают его к больному месту на 3–5 минут. Процедуру повторяют 2–3 раза в день. Курс лечения – 3–4 дня.

Для укрепления иммунитета настой луковой шелухи принимают внутрь по 1/2 стакана 3 раза в день за полчаса до еды. Курс лечения – 1–2 недели. Для профилактики желателно повторять прием препарата 2–3 раза в год.

Как защититься от кариеса?

Кариес – это проблема не только детей, но и взрослых. Кого-то природа наградила сильными и здоровыми зубами, а кто-то постоянно мучается от зубной боли и обращается к стоматологу. Кариес возникает в результате плохой гигиены полости рта и приводит к разрушению твердых тканей зуба.

Симптомами этого недуга являются:

- боль на холодную, кислую и сладкую пищу,
- грязносерое или коричневое пятно на эмали.

При наличии кариозной полости похода к стоматологу уже не избежать. Однако всегда можно предотвратить появление такой проблемы.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Препараты из луковой шелухи оказывают обеззараживающее действие, убивают микробы и тем самым нейтрализуют в ротовой полости среду, благоприятную для развития бактерий. Кроме того, луковая шелуха помогает справиться с болью, повышает защитные силы организма и его сопротивляемость патогенной среде.

Рецепт из луковой шелухи для профилактики кариеса

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- У ст. л. цветков ромашки аптечной,
- У ст. л. шалфея.

Смесь заливают 300 мл кипятка, настаивают в течение 3 часов и процеживают. Таким настоем тщательно полощут рот 1 раз в день после еды.

Рецепт из луковой шелухи от зубной боли при кариесе

Вам потребуется:

- спиртовая настойка луковой шелухи.

Ватку или марлевый тампон пропитать настойкой и приложить к зубу.

С луковой шелухой пародонтит излечим?

Пародонтит – это весьма распространенное стоматологическое заболевание, связанное с воспалением десен. Оно, как правило, возникает вследствие плохого ухода за зубами или несбалансированного питания, ослабленного иммунитета.

Симптомами пародонтита являются:

- отложение камня и налета под деснами,
- покраснение и кровоточивость десен,
- расшатывание зубов,
- неприятный запах изо рта.

При несвоевременном лечении пародонтит может привести к выпадению зубов, а также ряду серьезных осложнений, например, повышению уровня сахара в крови или риску инфаркта и инсульта. Поэтому не следует откладывать поход к стоматологу при первых признаках заболевания.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Полезные свойства луковой шелухи не только предупреждают, но и способствуют быстрому выздоровлению в комплексном лечении пародонтита. Дело в том, что природный лекарь обладает противовоспалительным и антисептическим действием, укрепляет зубы и десны, а также снабжает организм недостающими микроэлементами и тонизирует иммунную систему.

Рецепты из луковой шелухи для профилактики и лечения пародонтита

Способ 1.

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1/2 ст. л. шалфея.

Смесь заливают 250 мл воды и кипятят на слабом огне в течение 3 минут. Затем отвар настаивают в течение 2 часов. Препаратом полощут ротовую полость 1 раз в день. Желательно перед сном. Курс лечения – 1–2 недели. Через 7 дней процедуру можно повторить.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. цветков ромашки аптечной,
- 1 ст. л. травы вербены лекарственной.

Смесь заливают 400 мл кипятка и настаивают в течение 2 часов. Затем процеживают и полощут рот 2–3 раза в день. Курс лечения – 5–7 дней.

Рецепт из луковой шелухи для устранения неприятного запаха изо рта при пародонтите

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. травы тимьяна обыкновенного,
- 1 ст. л. травы тысячелистника обыкновенного,
- 1 ст. л. плодов аниса обыкновенного.

Смесь заливают 700 мл воды и кипятят на слабом огне в течение 10 минут. Затем отвар остужают и процеживают. Препаратом полощут ротовую полость 3–4 раза в день. Курс лечения – 3–5 дней.

Рецепт из луковой шелухи от кровоточивости десен при пародонтите

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. корней девясила высокого,
- 1 ст. л. корней аира обыкновенного.

Смесь заливают 400 мл кипятка и настаивают в течение 2 часов. Затем процеживают и полощут ротовую полость 2–3 раза. Курс лечения – 7 дней.

Как навсегда забыть об аллергии?

Аллергия – довольно сложное заболевание, которое может проявиться в любом возрасте. Она проявляется в нарушении защитной системы. По сути дела, организм начинает негативно реагировать на любое, даже самое безобидное вещество. Например, на цитрусы, орехи, пыльцу растений, шерсть животных, плесень, пыль и т. д. Аллергены могут быть опасны для организма, вплоть до смертельного исхода.

Симптомы заболевания:

- сыпь, покраснение кожи,
- отеки,
- чихание,
- зуд в носу и выделения из носа,
- слезоточивость,
- хрипы в легких,
- тошнота, рвота,
- кашель и удушье,
- судороги.

Для профилактики аллергии, как правило, принимают медицинские препараты, биологически активные добавки. Но они в большинстве случаев лишь снимают первичные симптомы, но не устраняют причины болезни.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Содержащийся в луковой шелухе кверцетин, а также комплекс витаминов оказывают положительное воздействие при аллергии, а также предотвращает ее проявление.

Дело в том, что природный лекарь не просто обладает противовоспалительным действием, но и нормализует работу иммунной системы. А это в свою очередь со временем приводит к адекватной реакции организма на раздражающие факторы внешней среды.

Рецепты из луковой шелухи для лечения и профилактики аллергии

Способ 1.

Вам потребуется:

- 1 стакан настоя или отвара луковой шелухи.

Лекарство принимать по 1/3 стакана 2–3 раза в день за 1 час до еды. Курс лечения – 10 дней. Через 1 неделю прием природного лекарства следует повторить.

Для снятия раздражения с кожи отваром или настоем пропитывают ватный тампон и прикладывают его к пораженному участку.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 4 ст. л. измельченной луковой шелухи,
- 500 мл кипяченой воды.

Смесь доводят до кипения, затем снимают с огня и проводят ингаляции, накрывшись полотенцем, в течение 3–5 минут.

Поможет ли луковая шелуха от атеросклероза?

Атеросклероз – самое распространенное сердечнососудистое заболевание в наше время. Оно связано с уплотнением и потерей эластичности стенок сосудов, сужением их просвета и, следовательно, нарушением кровообращения. Как правило, заболевание вызывается неправильным питанием, малоподвижным образом жизни, курением, алкоголизмом, что приводит к отложению холестерина и образованию тромбов.

На начальных стадиях атеросклероз может долго развиваться бессимптомно. Лишь со временем в зависимости от формы заболевания появляются:

- сжимающие боли в области сердца или за грудиной, особенно усиливающиеся при физических нагрузках (при поражении коронарных артерий);
- снижение памяти, рассеянность (при поражении сосудов головного мозга).
- мышечные боли в конечностях во время физической нагрузки (при поражении сосудов нижних конечностей).

Несвоевременное лечение атеросклероза может привести к инсульту, инфаркту или смертельному исходу.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Помимо медикаментозного лечения положительный эффект оказывает луковая шелуха. Более того, систематический прием природного лекарства позволяет предупредить атеросклероз. Дело в том, что содержащийся в луковой шелухе кверцетин нормализует кровообращение и способствует выведению холестерина.

Рецепты из луковой шелухи для профилактики и лечения атеросклероза

Способ 1.

Вам потребуется (из расчета на 1 раз):

- 20 капель настойки луковой шелухи;
- 1 ст. л. подсолнечного нерафинированного масла.

Ингредиенты тщательно смешивают и принимают за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс лечения – 14 дней.

Затем делают перерыв на 10 дней и снова повторяют курс.

Способ 2.

Вам потребуется:

- экстракт луковой шелухи.

Для профилактики атеросклероза его принимают по 10 капель за 30 минут до еды 2 раза в день. Курс желателен проводить 2 раза в год в течение 7–14 дней.

Рецепт из луковой шелухи для снятия болей в сердце

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. тысячелистника,
- 1/2 ст. л. цветков боярышника,
- 1/2 ст. л. хвоща полевого.

Смесь заливают 1 л воды и кипятят на водяной бане в течение 15 минут. Затем охлаждают при комнатной температуре, процеживают и добавляют 0,2 л кипяченой воды. Отвар принимают по 2–3 ст. л. 2–3 раза в день за 20 минут до еды. Курс лечения – 7–10 дней.

Рецепт из луковой шелухи для устранения тромбов при атеросклерозе

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. цветков боярышника,
- 1/2 ст. л. листьев барвинка малого,
- 1/2 ст. л. цветков каштана конского.

Смесь заливают 1 л кипятка и настаивают в течение 2 часов. Затем процеживают и принимают за 1 час до еды по 1/4 стакана 3 раза в день. Курс лечения – 14 дней. Желательно через 7 дней провести повторный прием препарата.

Как защитить себя от тахикардии?

Тахикардия – это нарушение работы сердца, в результате которого увеличивается темп сердечных сокращений (более 80 ударов в 1 минуту). Тахикардия может быть вполне нормальным явлением у совершенно здоровых людей, например, во время страха, волнения или физической нагрузки. Но может быть и проявлением патологии сердца. Причиной, как правило, являются стрессы, недосыпание, переутомление, алкоголь и т. д.

Симптомы тахикардии очень просты:

- бессонница, отсутствие аппетита,
- потеря веса,
- обильное потоотделение,
- учащенное сердцебиение,
- нехватка воздуха,
- дурнота,
- общая слабость и головокружение,
- нарушение мочеиспускания.

Для точной диагностики тахикардии требуется медицинское обследование. Только после этого назначается курс лечения.

Как работает лекарство из луковой шелухи

В народной медицине луковая шелуха считается одним из самых эффективных способов лечения тахикардии. Полезные микроэлементы приводят в норму кровообращение, снимают боли, укрепляют тонус сердечной мышцы. Правда, прежде чем начать лечение, не стоит забывать о консультации с врачом!

Рецепт из луковой шелухи для профилактики и лечения тахикардии

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. цветков боярышника кровавокрасного,
- 1/2 ст. л. травы хвоща полевого,
- 1 ст. л. сосновой хвои.

Смесь заливают 1 л кипятка и настаивают в течение 1–2 часов. Затем процеживают и принимают по 1/4 стакана 2 раза в день за 1 час до еды. Курс лечения – 7 дней.

Ж Рецепт из луковой шелухи от болей во время тахикардии

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. травы пустырника,
- 1/2 ст. л. цветков боярышника,
- 1/4 ст. л. цветков ромашки аптечной.

Сбор заливают 1 л кипятка и настаивают в течение 6 часов. Затем процеживают и принимают по 1/2 стакана

2 раза в день. Курс лечения – 5–7 дней.

Рецепт из луковой шелухи от бессонницы во время тахикардии

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. корней валерианы лекарственной,
- 1/2 ст. л. плодов аниса обыкновенного,

- 1/2 ст. л. травы тысячелистника обыкновенного,
- 1 ст. л. мяты перечной.

Смесь заливают 2 л кипятка и настаивают в течение 30 минут. Затем процеживают и принимают по 1/4 стакана 2–3 раза в день при тахикардии.

Как луковая шелуха избавит от сердечной недостаточности

Сердечная недостаточность – это серьезное нарушение в работе сердца. Чаще всего заболевание развивается у людей, страдающих ишемической болезнью или гипертонией. Сердечная недостаточность связана с ослаблением сократительной способности сердечной мышцы (миокарда), в результате чего органы и ткани перестают получать необходимое количество крови и питания. У человека появляются:

- боли в области сердца,
- усиленное сердцебиение,
- одышка,
- повышенная утомляемость,
- астма или отек легких,
- посинение ногтей или носогубного треугольника при нормальной температуре.

Если сердечную недостаточность запустить, она приобретает хронический характер и может привести к смертельному исходу. Поэтому при первых симптомах болезни, следует обратиться к врачу, который определит причину недуга и назначит лечение.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Луковая шелуха в комплексном лечении с традиционными препаратами ускоряет процесс выздоровления. Кроме того, она является отличной профилактикой сердечной недостаточности. Биологически активные вещества луковой шелухи тонизируют работу сердечной мышцы, устраняют застойные явления в сосудах, и, тем самым, нормализуют кровообращение и питание всех органов и тканей.

Рецепт из луковой шелухи для профилактики и лечения сердечной недостаточности

Вам потребуется:

- 5 ст. л. измельченных сосновых иголок,
- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. сухого шиповника,

Смесь заливают 0,5 л кипятка и варят в течение 5 минут. Затем снимают с огня и настаивают 6 часов при комнатной температуре. Лекарство процеживают и принимают по 1/3 стакана 3–4 раза в день после еды. Курс лечения – 2–3 недели.

Луковая шелуха эффективна при кардиосклерозе?

Кардиосклероз – одно из самых распространенных сердечных заболеваний на сегодняшний день. Оно связано с нарушениями сердечного ритма или сердечной проводимости крови, неправильным сокращением мышцы сердца. Причиной заболевания могут быть атеросклеротические бляшки или инфаркты миокарда, в результате которых в сердечной мышце развивается соединительная рубцовая ткань. Кардиосклероз очень часто появляется в результате патологий шейного и грудного отдела позвоночника, нарушений работы желчевыводящих путей или гормональных сбоев. Неправильный режим питания, большие физические нагрузки или малая подвижность, постоянные стрессы или депрессии также могут привести к серьезным сердечным патологиям.

Общими симптомами кардиосклероза являются:

- сильные сердцебиения или замедление сердечного ритма,
- острые ноющие или покалывающие боли в области сердца,
- отеки,
- одышка.

Кардиосклероз очень коварен. Он может развиваться очень медленно, лишь изредка заявляя о себе. Но с каждым годом болезнь будет прогрессировать, если основательно не заняться ее лечением.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Препараты из луковой шелухи оказывают положительное влияние на больное сердце. Содержащийся в растении кверцетин улучшает проводимость крови, помогает рассасываться атеросклеротическим бляшкам. Комплекс витаминов и микроэлементов улучшает питание сердечной мышцы, приводит ее в тонус и нормализует кровообращение. Кроме того, луковая шелуха укрепляет иммунную систему и предотвращает причины развития кардиосклероза.

Рецепт из луковой шелухи при заболевании кардиосклерозом

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 1/2 ст. л. корней одуванчика,
- 1/2 ст. л. тысячелистника,
- 1/2 ст. л. корней лапчатки.

Смесь заливают 1,5 л кипятка и настаивают 1 час. Затем процеживают и принимают по 3/4 стакана с утра за 1 час до еды. Курс лечения – 10 дней.

Неужели инсульт можно предотвратить?

Инсульт – самое страшное заболевание сосудов. Оно представляет собой нарушение мозгового кровообращения и расстройство функций мозга. Болезнь появляется внезапно и уже в первые часы может привести к летальному исходу.

Как правило, при инсульте наблюдаются следующие симптомы:

- нарушение речи,
- нарушения движения в конечностях,
- слабое восприятие боли,
- нарушение зрения,
- сонливость,
- потеря сознания.

Восстановление после кровоизлияний в мозг требует много времени и терпения. Поэтому лучше это заболевание вовремя предотвратить. К сожалению, многие медикаментозные препараты в борьбе с инсультом не всегда оказывают положительное влияние на организм. Здесь на помощь и приходит народная медицина.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Препараты из луковой шелухи оказывают благоприятное воздействие в профилактике инсультов. Кверцетин, каротин и группа витаминов, содержащихся в природном лекаре, позволяют укрепить сердечнососудистую систему, восстанавливают эластичность и упругость сосудов и артерий, устраняют закупорки и бляшки. Кроме того, препараты из луковой шелухи укрепляют организм в целом и помогают восстановиться после перенесенного инсульта.

Рецепт из луковой шелухи для профилактики инсульта

Вам потребуется (из расчета на день):

- 0,5 стакана настоя или отвара луковой шелухи.

Препарат принимают по 1/4 стакана 2 раза в день после еды. Курс лечения – 14 дней. Желательно повторять прием препарата 2–3 раза в год.

Рецепты из луковой шелухи для восстановления после инсульта

Способ 1.

Вам потребуется:

- 1 стакан спиртовой настойки луковой шелухи.

Марлевый тампон пропитывают настойкой и растирают парализованные конечности 2 раза в день.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 3 ст. л. луковой шелухи,
- сок 2 лимонов.

Луковую шелуху заливают 300 мл воды и кипятят на слабом огне в течение 10 минут. Затем отвар охлаждают при комнатной температуре, процеживают и добавляют в него лимонный сок. Препарат принимают по 1/3 стакана 3 раза в день за 1 час до еды. Курс лечения – 14–20 дней.

Как справиться с варикозным расширением вен?

До 40 % взрослого населения страдает от варикозного расширения вен. Заболевание сопровождается деформацией вен нижних конечностей, вызванной плохой работой клапанов и нарушением кровотока. Причинами недуга могут быть наследственность, длительные статические нагрузки или малоподвижный образ жизни, беременность, травмы ног, курение.

Заболевание, как правило, сопровождается:

- тяжестью и болями в ногах,
- судорогами по ночам,
- отеками ног в вечернее время,
- расширенными венами,
- трофическими язвами при осложнении.

Варикозное расширение вен лечится разными медикаментозными препаратами или, в крайнем случае, операционным вмешательством.

Как работает лекарство из луковой шелухи

В народной медицине для профилактики и лечения варикозного расширения вен луковая шелуха пользуется все большей популярностью. Препараты, изготовленные и природного лекарства, способствуют рассасыванию тромбов и бляшек и нормализуют процессы кровообращения.

Рецепты из луковой шелухи для лечения варикозного расширения вен

Способ 1.

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. цветков ромашки аптечной.

Смесь заливают 2 стаканами воды и кипятят в течение 15–20 минут. Затем настаивают 5–6 часов и выпаривают на водяной бане примерно до половины содержимого. Полученный экстракт остужают и протирают им больные места.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 2 ст. л. настойки календулы аптечной,
- 2 ст. л. луковой шелухи.

Смесь разводят 0,5 стакана холодной воды. В ней смачивают в несколько раз сложенную марлю и накладывают компрессы на пораженные участки на 15–20 минут.

Способ 3.

Вам потребуется:

- 1 стакан настоя луковой шелухи.

Препарат принимают внутрь по 1/4 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения – 7–10 дней. Через 1 неделю прием настоя желателен повторить.

Рецепт из луковой шелухи от болей и тяжести в ногах при варикозном расширении вен

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. коры лещины обыкновенной,
- 1 ст. л. плодов каштана конского.

Смесь заливают 1/2 л кипятка и настаивают в течение 3 часов. Затем процеживают и принимают по 1/3 стакана 4 раза в день до еды. Курс лечения – 7 дней.

Рецепт из луковой шелухи от отеков при варикозном расширении вен

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. листьев лещины обыкновенной,
- 1/2 ст. л. шишек хмеля.

Смесь заливают 1 л холодной воды и варят на слабом огне в течение 10 минут. После этого отвар остужают при комнатной температуре и процеживают. Препарат принимают по 1/4 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения – 14 дней.

Рецепт из луковой шелухи для профилактики варикозного расширения вен

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. коры дуба,
- 1 ст. л. травы хвоща полевого,
- 1/2 ст. л. цветков бессмертника.

Смесь заливают 1/2 л холодной воды и варят на слабом огне в течение 5–7 минут. Затем настаивают при комнатной температуре 4–5 часа и процеживают. Настой принимают по 1/4 стакана 2 раза в день. Курс лечения – 5 дней. Для профилактики прием препарата желательно проводить 2 раза в год.

Как луковая шелуха справляется с симптомами гастрита?

На фоне нервных расстройств и нарушения режима питания происходит воспаления слизистой оболочки стенок желудка или гастрит. Это заболевание сопровождается крайне неприятными симптомами:

- чувством тяжести,
- изжогой,
- тошнотой,
- вздутием живота,
- запорами,
- нарушением аппетита,
- иногда ноющими или острыми болями в области желудка.

Если на эти признаки не обращать внимания, гастрит может приобрести хронический характер.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Луковая шелуха является отличной профилактикой гастрита и позволяет снять острые приступы. Содержащиеся в растении биологически активные вещества укрепляют стенки желудка, устраняют воспаление и изжогу, нормализует процесс пищеварения и выделения желудочного секрета. Кроме того, луковая шелуха очищает организм от шлаков и токсинов.

Рецепт из луковой шелухи от болей при гастрите

Вам потребуется:

- 200 г луковой шелухи,
- 200 г листьев подорожника.

Ингредиенты измельчают и заливают 1 стаканом кипятка, оставляют на слабом огне на 5 минут. Затем препарат остужают, процеживают и принимают по 1 ст. л. натощак с утра. Лечение продолжают, пока не пройдут острые проявления гастрита. Во время лечения ни в коем случае нельзя курить.

Рецепт из луковой шелухи при повышенной кислотности желудка

Вам потребуется:

- 3 ст. л. настоя луковой шелухи,
- 3 ст. л. меда.

Настой должен быть теплым. В нем растворяют мед и принимают 3 раза в день за 1,5–2 часа до еды. Курс лечения – 1,5–2 месяца.

Рецепт из луковой шелухи при хроническом гастрите

Вам потребуется:

- 2 ст. л. настоя луковой шелухи,
- 100 г сока алоэ, выжатого из толстых листьев,
- 100 г меда.

Все ингредиенты смешивают и принимают по 1 ч. л. 3 раза в день до еды. Курс лечения – 3 недели.

Как избавиться от запоров

От нарушения стула сегодня страдают миллионы людей. Однако на такую проблему как запоры кто-то не обращает внимания. А кто-то стесняется обратиться с ней к врачу. Между тем, последствия от запущенных форм запоров могут быть плачевными: колиты, заболевания желчевыводящих путей, гепатит, геморрой и т. д. А причины задержки стула довольно просты – несбалансированное питание, нервные расстройства, плохая экология, ослабление организма, малоподвижный образ жизни, курение, алкоголизм.

Определить запор можно по ряду симптомов:

- два или менее акта дефекации в неделю,
- сильное натуживание во время акта дефекации,
- утомляемость,
- бессонница,
- снижение настроения,
- вздутие живота,
- чувство неполного опорожнения кишечника,
- плотная консистенция стула,
- тяжести в животе.

Традиционными способами лечения запоров являются слабительные препараты или клизмы. Однако они устраняют лишь внешние проявления и часто вызывают привыкание. Потом кишечник вообще перестает самостоятельно работать.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Наряду с правильно организованным питанием, здоровым образом жизни в нетрадиционной медицине положительное влияние в борьбе и предотвращении запоров имеет луковая шелуха. Она не только обладает легким слабительным эффектом. Но и нормализует обмен веществ, стимулирует работу желудочнокишечного тракта, укрепляет защитные силы организма. В результате пища начинает лучше усваиваться, а кишечник своевременно опорожняется.

Рецепты из луковой шелухи для профилактики и лечения запоров

Способ 1.

Вам потребуется:

0,5 стакана отвара луковой шелухи.

Отвар выпивать по утрам за 1 час до завтрака. Желательно проводить курс в течение 2 недель 2 раза в год.

Способ 2 .

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. сенны.

Смесь заливают 1 л кипятка и настаивают в течение 20 минут. Затем охлаждают при комнатной температуре и процеживают. Отвар принимают по 1/4 стакана 1 раз в день за 1 час до завтрака. Курс лечения – 3–5 дней.

Рецепт из луковой шелухи от болей при запорах

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. корней крушины ломкой.

Смесь заливают 300 мл воды и кипятят на слабом огне в течение 20 минут. Затем

охлаждают при комнатной температуре и процеживают. Отвар принимают по 1/2 стакана 2 раза в день. Желательно это делать утром и вечером за 1 час до еды.

Рецепт из луковой шелухи от метеоризма при запорах

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. корня девясила.

100 г меда.

Смесь из луковой шелухи и корня девясила заливают 1 л воды и кипятят на слабом огне в течение 10–15 минут. Затем остужают, процеживают и добавляют мед. Препарат принимают по 4 ст. л. 3–4 раза в день за 30 минут до еды. Курс – 7 дней. Через 1 неделю его желательно повторить.

Как справиться с циститом без лекарств?

Цистит – часто встречаемое заболевание у женщин, особенно детородного возраста. Он представляет собой воспаление мочевого пузыря, которое возникает в результате проникновения инфекции в мочеполовую систему. Развитие заболевания могут спровоцировать переохлаждение, употребление большого количества пряностей или алкоголя, запоры, а также инфекции половых органов.

Симптомы цистита:

- частые мочеиспускания, особенно ночью,
- ощущение жжения или болезненности во время мочеиспускания,
- тянущие боли в нижней части спины.

Лекарственные препараты, как правило, только снимают болевые симптомы цистита, однако не устраняют саму причину заболевания. Нередко, наоборот, медикаменты (особенно антибиотики) наносят вред организму. А само заболевание через некоторое время появляется с новой силой.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Препараты из луковой шелухи не только снимают воспалительные процессы и убивают патогенные микроорганизмы. Комплекс витаминов и микроэлементов, содержащийся в природном лекаре, восстанавливает нормальную микрофлору мочеполовой системы и, следовательно, приводит к естественному выздоровлению. Кроме того, луковая шелуха укрепляет иммунитет и препятствует повторному появлению цистита.

Рецепты из луковой шелухи при хроническом цистите

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. семян петрушки огородной,
- 1/2 ст. л. листьев толокнянки обыкновенной.

Смесь заливают 1 л воды и кипятят на слабом огне

в течение 7–10 минут. Затем отвар остужают и процеживают. Препарат принимают по 1/4 стакана 3 раза в день. Курс лечения – 5 дней.

Рецепт из луковой шелухи при остром цистите

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. цветков ромашки аптечной,
- 1/2 ст. л. почек тополя черного.

Смесь заливают 400 мл кипятка и настаивают в течение 3–4 часов. Затем процеживают и принимают по 1/4 стакана 2 раза в день. Курс лечения – 3–4 дня.

Рецепт из луковой шелухи для снятия болей при цистите

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 2,5 ст. л. листьев подорожника большого,
- 1 ст. л. корней лапчатки прямостоячей,
- 1/2 ст. л. травы хвоща полевого.

Смесь заливают 2 л кипятка и настаивают в течение 1 часа. Затем процеживают и принимают перед сном по 1 стакану. Курс лечения – 1–2 недели.

Как снять острые приступы пиелонефрита?

Пиелонефрит – воспалительное заболевание тканей почек. Оно сопровождается нарушением оттока мочи из почек, в результате чего в них начинают развиваться бактерии. Причины заболевания могут быть различны – от ослабления иммунитета организма до хронических воспалительных заболеваний мочеполовой системы.

Пиелонефрит проявляется следующими симптомами:

- повышение температуры,
- слабость,
- головная боль,
- обильное потоотделение,
- боли в пояснице, как правило, с одной стороны,
- иногда тошнота и рвота.

Лечение острой формы пиелонефрита в большинстве случаев должно проходить в условиях стационара. Если же болезнь запустить, то она может перерасти в хроническую форму и доставлять неудобства на протяжении всей жизни.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Луковая шелуха в комплексном лечении ускоряет процесс выздоровления, а также является профилактикой пиелонефрита. Природный лекарь является прекрасным мочегонным средством. Фитонциды, содержащиеся в луковой шелухе, позволяют устранить микробы, снять воспалительные процессы и улучшить общее состояние организма.

Рецепты из луковой шелухи для лечения и профилактики пиелонефрита

Способ 1.

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 400 мл кипятка.

Смесь настаивают в течение 30 минут. Затем процеживают и принимают по 1/4 стакана 2 раза в день за 40 минут до еды. Курс лечения – 7 дней. Через 1–2 недели прием препарата повторить.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. листьев брусники,
- 1 ст. л. листьев толокнянки.

Смесь заливают 2 л воды и кипятят на слабом огне в течение 1 часа. Затем отвар остужают и процеживают. Принимают по 1/4 стакана 3 раза в день за 1 час до еды. Курс лечения – 30 дней.

Рецепт из луковой шелухи от повышенной температуры при пиелонефрите

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. цветков бузины черной,
- 1 ст. л. травы зверобоя продырявленного,
- 1 ст. л. травы фиалки трехцветной.

Смесь заливают 1,5 л кипятка и настаивают в течение 1 часа. Затем отвар процеживают и принимают по 2 ст. л. 3 раза в день за 1 час до еды. Курс лечения – 21 день.

Рецепт из луковой шелухи от болей в пояснице при пиелонефрите

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. плодов шиповника,
- 1 ст. л. листьев толокнянки,
- 1 ст. л. листьев березы,
- 1 ст. л. цветков просвирника.

Смесь заливают 2 л воды и кипятят на слабом огне в течение 15 минут. Затем отвар настаивают в течение 6 часов и процеживают. Препарат принимают по 1/3 стакана 3 раза в день.

Чудодейственный рецепт от простатита существует?

Простатит – это самое распространенное заболевание среди мужчин старше 25 лет. Оно представляет собой воспаление предстательной железы, что приводит к ухудшению эрекции. Причиной тому могут быть сидячая работа, малоподвижный образ жизни, половые инфекции, переохлаждение, стрессы, злоупотребление алкоголем.

Простатит, как правило, заявляет о себе следующими симптомами:

- боль в промежности или внизу живота,
- частое и болезненное мочеиспускание,
- болезненный оргазм,
- преждевременная эякуляция или ее отсутствие,
- слабость,
- снижение работоспособности,
- нарушение сна.

Для устранения заболевания прежде всего необходимо восстановить здоровый образ жизни. Но нередко требуется медикаментозное лечение и хирургическое вмешательство, которые не всегда дают хорошие результаты.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Регулярный прием препаратов луковой шелухи позволяет предотвратить и избавиться от простатита, с учетом, конечно, здорового образа жизни. Содержащийся в луковой шелухе комплекс полезных микроэлементов позволяет снять воспалительные процессы, устранить боли и отеки, улучшить кровообращение в органах малого таза, нормализовать защитные силы организма.

Рецепты из луковой шелухи для лечения простатита

Способ 1 .

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 50 г скорлупы фундука.

Смесь заливают 2 л воды и кипятят в течение 1 часа. Затем отвар настаивают 3 часа, процеживают и принимают по 1/3 стакана 2 раза в день. Курс лечения – 21 день.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 1 ст. л. листьев лещины,
- 2 ст. л. луковой шелухи.

Смесь заливают 500 мл воды и кипятят в течение 5 минут. Затем отвар процеживают и принимают по 1/4 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения – 14 дней. Желательно повторять прием препарата 2 раза в год.

Как наладить менструальный цикл и навсегда забыть о болях во время менструаций?

Одним из самых распространенных женских заболеваний является аменорея – нарушение менструального цикла, при котором менструации могут отсутствовать в течение 6 и более месяцев.

Причинами аменореи являются, как правило, гормональный сбой, стресс, акклиматизация, истощение организма или наличие какого-либо хронического заболевания. Последствиями данного недуга при отсутствии своевременного лечения может быть расстройство психоэмоциональной сферы, бесплодие.

В традиционной медицине с аменореей борются различными антистрессовыми и гормональными препаратами, физиотерапевтическими процедурами.

Как работает лекарство из луковой шелухи

Лечение аменореи, конечно, должно проводиться только под наблюдением врача. Но в комплексе с медикаментозными препаратами положительный эффект оказывает отвар или настой луковой шелухи. Полезные вещества, содержащиеся в природном лекаре, не только укрепляют весь организм, но и способствуют нормализации гормонального фона. Кроме того, луковая шелуха позволяет избавиться от болей во время менструальных циклов.

Рецепт из луковой шелухи для профилактики и лечения аменореи

Вам потребуется:

6–8 ст. л. измельченной луковой шелухи;

- 3 л кипяченой воды.

Смесь варят на слабом огне в течение 15 минут. Затем охлаждают при комнатной температуре и процеживают.

Отвар принимают по 1/2 стакана 2 раза в день за 30–40 минут до еды.

Рецепт из луковой шелухи от болей во время менструаций

Вам потребуется:

- шелуха с 2 кг лука.

Луковую шелуху заливают 3 л воды и кипятят на слабом огне, пока вода не приобретет яркокрасный цвет. Затем отвар остужают и процеживают. Препарат принимают по 1/2 стакана за полчаса до еды утром и вечером. Курс лечения – 1–2 недели.

Луковая шелуха от рака. Поможет ли?

В мире ежегодно регистрируется более сотни случаев заболеваний раком, которые приводят к летальному исходу. При раке происходит патологическое разрастание тканей какого-либо органа. Это происходит из-за того, что иммунная система перестает контролировать процесс размножения клеток, и они начинают быстро распространяться по всему организму, образуя опухоли. Причинами болезни могут быть генетическая предрасположенность, плохая экология, радиоактивное излучение, алкоголь, курение и даже тяжелые стрессы.

Рак – это очень коварное заболевание, которое может очень долго о себе не заявлять и нанести удар в самый неподходящий момент. Поэтому симптомы болезни определить достаточно сложно.

В зависимости от формы рака могут появляться:

- боли в соответствующем органе,
- повышенная температура,
- утомляемость,
- резкое похудение,
- изменение цвета кожи и др.

Злокачественные новообразования требуют своевременного медикаментозного, а порой и оперативного лечения.

Как работает лекарство из луковой шелухи

В народной медицине луковая шелуха является одним из самых распространенных препаратов для предотвращения рака и восстановления организма после медикаментозного курса лечения. Дело в том, что содержащийся в ней кверцетин останавливает процессы образования раковых клеток. Кроме того, он оказывает очистительное действие и нормализует работу иммунной системы. Получается, что в организме благодаря луковой шелухе запускается естественный механизм восстановления. Более того, препараты из природного лекарства рекомендуются принимать для улучшения состояния после прохождения химиотерапии и облучения.

Рецепт из луковой шелухи для профилактики рака и восстановления организма после медикаментозного лечения

Вам потребуется:

- 5 ст. л. луковой шелухи,
- 5 ст. л. сосновой хвои.

Смесь заливают 700 мл воды и кипятят на слабом огне в течение 20 минут. Затем отвар остужают и процеживают. Такое лекарство принимают по 1 стакану 4 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения – 3–4 месяца.

Рецепт из луковой шелухи для улучшения состояния больного после курса облучения

Вам потребуется:

- 3 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. сосновой хвои,
- 3 ст. л. плодов шиповника,
- 1 ст. л. корня солодки.

Смесь заливают 1 л кипятка и настаивают в течение 8 часов. После чего процеживают и принимают по 1 стакану 3 раза в день перед едой. Курс лечения – 2–3 месяца.

Настоем можно также протирать несколько раз в день пораженные участки тела.

Луковая шелуха в косметологии

Полезные качества луковой шелухи делают ее не только уникальным лекарством, но и прекрасным средством в косметологии. Благодаря богатому химическому составу природный лекарь является самым популярным и эффективным препаратом для поддержания красоты в народной медицине. Он не только делает кожу, волосы и ногти здоровыми, но и омолаживает весь организм и предотвращает процессы старения.

Как избавиться от угревой сыпи?

Угревая сыпь – одно из самых распространенных заболеваний кожи у подростков. Обычно она появляется в период полового созревания и проходят примерно к 20–25 годам. Угревая сыпь сопровождается нарушением работы сальных желез и закупоркой пор излишним кожным салом вместе с отмершими клетками кожи. Поэтому проявляется заболевание довольно неприятно – в виде черных точек, воспаленных или гнойных участков на лице, после заживания которых могут оставаться рубцы. Причины угревой сыпи могут быть различны – как неправильное питание, наследственность, стрессы, так и гормональные сбои, нарушение работы желудочнокишечного тракта, иммунной системы.

Поэтому лечение угревой сыпи обязательно должно носить комплексный характер. Помимо косметических процедур, важно устранить саму причину заболевания.

Как работает луковая шелуха при угревой болезни

Косметического эффекта в народной медицине можно добиться с помощью препаратов из луковой шелухи. Они позволяют снять воспалительные процессы, избавиться от покраснений, зуда. Кроме того, луковая шелуха нормализует работу сальных желез, препятствует дальнейшему распространению угревой сыпи и улучшает состояние кожи.

Рецепты из луковой шелухи от угревой сыпи

Способ 1.

Вам потребуется:

- отвар луковой шелухи.

Отваром протирают лицо 2 раза в день (утром и вечером) после умывания.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1/2 ст. л. цветков ромашки,
- 1/2 ст. л. цветков календулы.

Смесь заливают 300 мл кипятка и настаивают в течение 1 часа. Затем процеживают и остужают. Настоем протирают лицо 2–3 раза в день. Курс лечения – 7–10 дней.

*Рецепт из луковой шелухи от воспаленных угрей **Вам потребуется:***

- экстракт луковой шелухи.

Смоченный в экстракте ватный тампон прикладывать к проблемным местам до полного высыхания утром и вечером.

Как быстро вылечить фурункулы, царапины и нарывы?

Воспаленные раны, царапины, нарывы или фурункулы – нередкое явление как для детей, так и для взрослых. Все они имеют одинаковый характер – воспаление кожи, возникающее в результате травм или загрязнений. Фурункулы – более опасное нарушение кожного покрова, так как они свидетельствуют о снижении защитных сил организма, появлении хронических заболеваний, авитаминоза, сахарного диабета.

Кроме того, фурункулы сопровождаются острым гнойным воспалением, что нередко приводит к высокой температуре, боли, ознобу и даже снижению зрения. Поэтому для лечения фурункулеза приходится обращаться к специалисту.

Как работает луковая шелуха при фурункулах, царапинах и нарывах

В домашних условиях от фурункулов и различных воспалившихся порезов кожи можно избавиться очень просто с помощью луковой шелухи. Содержащиеся в ней фитонциды обладают антимикробным действием. Кверцетин снимает воспаление и останавливает развитие гнойных процессов. Комплекс витаминов и микроэлементов в луковой шелухе укрепляет защитные свойства кожи и способствует быстрому заживлению различных ран и болячек.

Рецепт из луковой шелухи от фурункулов, царапин и нарывов

Для лечения вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. измельченных листьев подорожника,
- 3 ст. л. муки,
- 1 ст. л. меда.

Луковую шелуху заливают 0,5 л кипятка и настаивают 5–10 минут. Затем к ней добавляют измельченные листья подорожника и еще выдерживают 5–10 минут. В полученную смесь досыпают муку и мед, и все тщательно перемешивают. Полученную консистенцию накладывают на фурункул, долго незаживающий нарыв или трещину, сверху покрывают полиэтиленом и забинтовывают. Повязку оставляют на 1–2 суток, пока не выйдет гной. Затем кожу вокруг раны обрабатывают спиртом или водкой.

Как справиться с дерматитом?

Дерматит – это воспалительное заболевание кожи, вызываемое воздействием внешних раздражителей – химических веществ, физических воздействий, а также от растений.

По сути дела, этот недуг представляет собой защитную реакцию кожи на неблагоприятные факторы, но нередко он вызывает массу неприятных ощущений.

Симптомами дерматита могут быть:

- отечность,
- покраснение и зуд кожных покровов,
- шелушение,
- экземы в запущенной форме.

Лечение дерматита должно проводиться под наблюдением врача. Он определяет причины появления заболевания и в соответствии с этим назначает лечение.

Как работает луковая шелуха при дерматите

Луковая шелуха позволяет облегчить течение заболевания в комплексном лечении. Кверцетин, содержащийся в природном лекаре, устраняет аллергическую реакцию, снимает воспаление и зуд, ускоряет процессы восстановления здоровых клеток кожи, а также повышает их защитные качества.

Рецепты из луковой шелухи для лечения дерматита

Способ 1.

Вам потребуется:

2 капли масла ромашки аптечной,

- 2 капли масла календулы,
- 2 капли масла из луковой шелухи.

В смеси пропитывают марлевый тампон и прикладывают его ежедневно к пораженному участку кожи.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 2 ст. л. настоя луковой шелухи,
- 2 ст. л. настоя календулы.

Марлю обмакивают в смесь и прикладывают компресс к пораженному участку на 10–15 минут ежедневно до облегчения симптомов болезни.

Рецепт из луковой шелухи от зуда во время дерматита

Вам потребуется:

- отвар луковой шелухи.

Марля или ватный тампон пропитываются в отваре и накладываются на пораженный участок на 10 минут. Процедуру повторяют до снятия симптомов болезни.

Как луковая шелуха справляется с обострением экземы?

Экзема – это хроническое кожное и аллергическое заболевание. Оно возникает в результате сбоя иммунной системы, в ответ на которые воспаляются глубокие и поверхностные слои кожи. Как правило, заболевание развивается на фоне дизбактериоза, нервных расстройств, неправильного питания. Обычно экзема сопровождается:

- покраснениями,
- сильным зудом,
- шелушением кистей рук и локтей, внутренней поверхности коленных и локтевых сгибов, иногда лица и шеи.

Экзема может появиться в определенный момент, а затем долго о себе не заявлять или вовсе пройти самостоятельно с возрастом. Но чаще всего экзему полностью вылечить не удастся. Однако с обострениями болезни можно справиться в домашних условиях.

Как работает лекарство из луковой шелухи

В комплексе с правильным питанием, приемом успокоительных средств луковая шелуха позволяет справиться с проявлениями экземы. Она оказывает противовоспалительное и успокаивающее действие, снимает зуд, быстро заживляет пораженные участки кожи. Кроме того, комплекс витаминов и минералов в луковой шелухе восстанавливает иммунитет, устраняет застойные явления в кишечнике, нормализует обменные процессы.

Рецепт из луковой шелухи при обострении экземы

Вам потребуется:

- 1 ст. л. мази из луковой шелухи,
- 1 ст. л. мази из цветков ромашки (готовят так же, как и мазь из луковой шелухи).

Ингредиенты смешивают и смазывают пораженные участки кожи ежедневно до облегчения симптомов заболевания.

Внутри принимают отвар:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. крапивы,
- 1 ст. л. травы одуванчика,
- 1 ст. л. побегов терна.

Смесь заливают 0,5 л кипятка и настаивают 1 час. Затем процеживают и выпивают за день в три приема. Курс лечения – 1–2 недели.

Как убрать мозоли?

Каждый из нас хотя бы раз в жизни сталкивался с такой неприятностью как мозоли. Они, конечно, не представляют опасности для здоровья, но порой являются неприятным и болезненным косметическим дефектом. Мозоли, по сути дела – это уплотнение поверхностного слоя кожи, возникающее в результате механического раздражения (неудобная обувь, швы на одежде и т. д.). Как правило, они появляются на пальцах рук или ног, на подошвах, пятках.

Удалить мозоли можно без труда как в педикюрном кабинете, так и в домашних условиях.

Как работает луковая шелуха при мозолях

Луковая шелуха является отличным народным средством для избавления от мозолей. Ванночки с использованием растения оказывают бактерицидное действие, снимают боль и покраснения, помогают быстрому заживлению трещин.

Рецепты из луковой шелухи от мозолей

Способ 1.

Вам потребуется:

- 10 г пищевой соды,
- 20 г мыла,
- 2 ст. л. луковой шелухи.

Смесь заливают 1 л кипятка и настаивают 5–10 минут. Затем делают горячую ванночку 5–10 минут. После чего мозоль удаляют пемзой или аккуратно срезают продезинфицированными маникюрными ножницами. После этой процедуры мозоль обрабатывают мазью из луковой шелухи.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 10 ст. л. луковой шелухи,
- 1 стакан столового уксуса.

Смесь настаивают в течение 14 дней в темном месте при комнатной температуре. Затем шелуху достают из посуды и накладывают на мозоль слоем 2–4 мм и перебинтовывают. Компресс оставляют на 6 часов. Затем мозоль можно распарить в горячей ванночке и аккуратно удалить.

Как навсегда забыть о бородавках?

Большинство из нас хотя бы раз в жизни сталкивались с такой неприятностью как бородавки. К сожалению, это не просто косметический дефект, это еще легкая форма опухоли кожи. По сути дела, бородавки представляют собой вирусные инфекции и могут передаваться от одного человека к другому и появляться в результате мелких травм кожи, стрессов. Узнать бородавку несложно. Она состоит из нароста мертвых клеток верхнего слоя кожи и представляет собой бледное новообразование с неровной поверхностью, нередко окрашенное капиллярами.

Бородавки могут со временем проходить сами, а иногда требуют оперативного вмешательства.

Как работает луковая шелуха при бородавках

Экстракты и мази из луковой шелухи являются одним из самых эффективных средств борьбы с бородавками. Они позволяют самостоятельно справиться с проблемой без медицинских вмешательств. Дело в том, что фитонциды луковой шелухи дезинфицируют поверхность кожи. Кверцетин растворяет доброкачественные образования, а комплекс витаминов повышает защитные силы кожи. И все это без вреда для здоровья.

Рецепт из луковой шелухи от бородавок

Для лечения бородавок вам потребуется:

- экстракт или мазь из луковой шелухи.

Утром и вечером смазывайте бородавки, пока они не исчезнут.

Как устранить грибок ногтей?

Грибковые заболевания ногтей, или онихомикозы (в переводе с лат. «онихо» – ноготь, «микоз» – грибковое поражение), встречаются у 2–5 % населения. Чаще всего они наблюдаются у людей со сниженным иммунитетом, или при контакте с носителями грибковой инфекции, а также появляются в результате травм ногтя. Онихомикозы включают поражение ногтевой пластины как на пальцах ног, так и рук.

О появлении грибка свидетельствуют:

- округлые и полосовидные пятна желтоватого, сероватобелого цвета в толще ногтя,
- изменение натурального цвета и блеска ногтя,
- утолщение ногтя (пораженный ноготь становится толще и имеет вид разрыхленного и обкусанного сверху),
- повышенная ломкость ногтя,
- распад ногтя на крошки,
- отслаивание ногтя.

При первых симптомах грибкового заболевания ногтей необходимо незамедлительно обратиться к врачу. Только он на основе анализов сможет поставить правильный диагноз.

Как работает луковая шелуха при грибке ногтей

В комплексном подходе луковая шелуха позволяет ускорить лечение грибковых заболеваний. Она обладает антибактериальным действием, фитонциды убивают патогенные микробы, снимают воспаление и зуд кожи. Комплекс витаминов и микроэлементов укрепляет защитные силы ногтей и тем самым предотвращает дальнейшее течение заболевания.

Рецепты из луковой шелухи для профилактики и устранения грибка ногтей

Способ 1.

Вам потребуется:

- отвар из луковой шелухи;
- мазь из луковой шелухи.

В теплом отваре парят пораженные ногти рук или ног в течение 30 минут. Затем на сухо вытертые ногти на ночь наносят мазь из луковой шелухи. Курс лечения – 7–10 дней. Для профилактики процедуры можно проводить 2–3 раза в год.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 8 ст. л. луковой шелухи,
- 1/2 л водки.

Смесь настаивают в течение 10 дней. Настойкой смазывают пораженные ногти 3–4 раза в день. Курс лечения – 7–10 дней.

Как справиться с выпадением волос?

В норме у каждого человека в день выпадает небольшое количество волос (50–100), неопасное для внешнего вида. Но если потеря превышает норму, то это сигнал заболевания – алопеции. Обычно выпадение происходит через какое-то время после вызвавшего его события, когда об истинной причине уже забыли. Поэтому нередко приходится вспоминать, какие нарушения могли бы вызвать данную проблему.

Причин выпадения волос существует достаточно – это наследственная предрасположенность, послеродовой синдром (начинается через 8–12 недель после родов и продолжается около 6 недель), инфекции (волосы могут начать сильно выпадать через 8–10 недель после гриппа, скарлатины, пневмонии и т. д.), хронические тяжелые болезни, нервные расстройства, постоянные стрессы, депрессии, реакция на лекарства (противозачаточные средства, таблетки от высокого давления, мочегонные, антидепрессивные средства и даже постоянно принимаемый аспирин), облучение может вызывать временное или полное облысение, гормональные нарушения, недостаток витаминов, курение, алкоголь и т. д.

Иногда выпадение волос происходит равномерно по всей поверхности головы, а иногда в виде очагов в лобнотеменной и верхневисочной областях.

Алопеция поддается лечению. Главное – вовремя и правильно распознать начинающиеся симптомы и устранить возможные причины заболевания. А без консультации врача здесь не обойтись.

Как работает луковая шелуха при выпадении волос

В комплексном лечении алопеции луковая шелуха является одним из самых эффективных средств. Биологически активные вещества природного лекаря питают и укрепляют корни волос, оказывают благотворное действие на кожу головы. В результате улучшается структура волос, они становятся здоровыми, красивыми и пышными. Кроме того, предупреждаются дальнейшие процессы выпадения.

Рецепт из луковой шелухи для профилактики выпадения волос

Вам потребуется:

настой луковой шелухи.

Настой втирают в корни волос и оставляют на 30–40 минут. Затем голову промывают теплой водой. Лечение проводят 1 раз в 2–3 недели.

Рецепт из луковой шелухи для укрепления корней волос

Вам потребуется:

- 1 ст. л. луковой шелухи,
- 1 ст. л. березовых листьев.

Смесь заливают 300 мл воды и кипятят на слабом огне в течение 10 минут. Затем отвар охлаждают и процеживают. Препарат втирают в кожу головы. Лечение проводят 1–2 раза в неделю в течение 1–2 месяцев.

Рецепт из луковой шелухи для лечения алопеции

Вам потребуется:

- 2 ст. л. луковой шелухи,
- 2 ст. л. измельченной коры дуба.

Смесь заливают 1 л воды и кипятят на слабом огне

1 час. Теплый отвар втирают в корни волос ежедневно. Курс лечения – 1–2 недели. Через месяц процедуру можно повторить.

Как быть с перхотью?

Перхоть, или так называемый себорейный дерматит, знакома многим не понаслышке. Она представляет собой мелкие светлые чешуйки на коже головы, которые «украшают» собой не только волосы, но и одежду. А это собственно и доставляет огромные неудобства.

Механизм появления перхоти очень прост. Она вызывается нарушением функции сальных желез, что в свою очередь приводит к повышенному выделению кожного сала. Это создает благоприятные условия для размножения грибка, который, питаясь кожным салом, и приводит к появлению мелких чешуек.

Причины появления перхоти могут быть различными, начиная от неправильно подобранного шампуня, неблагоприятных воздействий окружающей среды, неправильного питания, стресса или аллергии до нарушения функций внутренних органов и систем.

Нередко перхоть становится причиной выпадения волос (себорейная алопеция). Чешуйки проникают внутрь луковицы волоса и вызывают ее отмирание. Поэтому шутить с перхотью не стоит. Лучше своевременно обратиться к специалисту – трихологу.

Трихолог не только подберет правильные средства ухода, но и исключит ранние стадии более серьезных нарушений.

Как работает луковая шелуха при перхоти

В народной медицине луковая шелуха используется как профилактика и лечение себорейного дерматита (конечно, наряду с устранением причины заболевания). Дело в том, что содержащиеся в ней полезные микроэлементы не только устраняют зуд и шелушение, убивают грибок, но и контролируют выделение кожного сала. При этом препараты из луковой шелухи совершенно безопасны для здоровья.

Рецепт из луковой шелухи от перхоти

Вам потребуется:

- отвар луковой шелухи.

Отваром ополаскивают волосы каждый раз после мытья головы. Этот же отвар можно втирать в корни волос 2 раза в неделю. Курс лечения – 10 процедур.

Как покрасить волосы луковой шелухой?

Окрашивание волос в домашних условиях – совершенно несложная процедура. Однако прежде чем окрасить волосы химическими составами, сто раз подумайте. Плохая краска может просто напросто испортить волосы, а желаемого результата так и не позволит добиться.

Как работает луковая шелуха при окраске волос

Одним из самых лучших природных красителей, наряду с хной и басмой, считается луковая шелуха. Она не просто придает волосам золотистый оттенок, но и улучшает их структуру, делает прическу шелковистой и послушной.

Рецепт из луковой шелухи для окраски волос

Вам потребуется:

- 6 горстей луковой шелухи,
- 2 л воды.

Луковую шелуху залить водой и прокипятить 30 минут. Затем остудить и снова прокипятить. Так повторить 3–4 раза, пока у отвара не появится темный цвет. Препарат нанести на сухие и чистые волосы на 30 минут. Затем промыть волосы теплой водой.

Противопоказания при применении луковой шелухи

В народной медицине и косметологии применяется множество различных растений, обладающих целебными свойствами. Правда, не каждое из них столь полезно, как кажется на первый взгляд. Нередко встречаются среди природных лекарств побочные действия и противопоказания.

Преимущество луковой шелухи заключается в том, что она является практически безопасным препаратом для большинства людей. Препараты из луковой шелухи оказывают мягкое и комплексное действие. Они просто включаются в ежедневный рацион и постепенно оказывают благотворное влияние на весь организм в целом. Кроме того, луковая шелуха не аллергенное средство, скорее наоборот, благодаря кверцетину она позволяет справиться с этим недугом.

Единственное, кому противопоказана луковая шелуха – это людям с повышенной свертываемостью крови. Это связано с большим содержанием в ней кверцетина, который сгущает кровь, что может неблагоприятно сказаться на состоянии здоровья.

Конечно, ни в коем случае нельзя всецело положиться на луковую шелуху при лечении любого заболевания. Все беспокоящие симптомы необходимо обязательно обсуждать с лечащим врачом. **Помните! Самолечение и самодиагностика – опасны!**

Взаимодействие луковой шелухи с лекарственными препаратами

В любой инструкции медицинского средства всегда можно найти указания, как и каким образом препарат взаимодействует с другими лекарствами. Дело в том, что действие одного вещества может подавлять или усиливать действие другого. Уникальность луковой шелухи заключается в том, что ее можно принимать в комплексе с любыми медицинскими препаратами. Входящие в ее состав микроэлементы быстро усваиваются и не влияют на эффективность лекарств.

Внимание! При лечении препаратами из луковой шелухи не рекомендуется пить спиртные напитки.

Луковая шелуха в быту

Луковая шелуха пригодится вам не только для здоровья и красоты, но и в быту. Поэтому не торопитесь ее выбрасывать. Она сослужит вам хорошую службу.

Как покрасить шерсть?

Содержащееся в луковой шелухе вещество кверцетин обладает стойким красящим эффектом. Поэтому издавна луковую шелуху используют для окраски не только пищевых продуктов, но и материалов. Правда, нужно учесть, что цвет при этом будет золотистокоричневый.

Итак, чтобы окрасить в домашних условиях шерсть, на 800 г пряжи вам потребуется:

- луковая шелуха от 20 луковиц,
- 3 л воды,
- 6 ст. л. уксуса 9 %.

Луковую шелуху заливают водой и варят 45–50 минут, пока отвар не приобретет темнокоричневый оттенок. Затем процеживают и добавляют уксус. В отвар помещают шерсть. Если нужно, доливают воды до полного погружения пряжи и варят в течение 1 часа, постоянно помешивая. После чего шерсть вытаскивают и хорошо прополаскивают в теплой воде. Сушат шерсть в горизонтальном положении.

Как удобрить комнатные и огородные растения?

Луковая шелуха, благодаря содержанию целого ряда микроэлементов, является отличным удобрением для комнатных растений.

Если поливать цветы настоем из луковой шелухи, то эффект будет просто поразительным. Для него вам достаточно 2 ст. л. луковой шелухи и 1 л кипятка. Смесь настаивают в течение 3–4 часов, затем процеживают и поливают. Кстати, не стоит выбрасывать и использованную луковую шелуху. Ее можно закопать в землю как органическое удобрение. Растения буквально оживут на глазах и начнут быстро расти. Более того, если проводить курс полива комнатных цветов 2–3 раза в год на протяжении месяца, то они никогда не будут болеть.

Настоем из луковой шелухи можно подкармливать и огородные растения. Особенно благоприятен препарат для огурцов, перцев и помидоров. Достаточно во время образования завязей раз в неделю поливать растения разбавленным настоем из луковой шелухи (2 л настоя на 1 ведро). В итоге они быстро пойдут в рост и начнут плодоносить, исчезнут желтые листья и пустоцветы.

Как вывести из почвы грибок?

Любой садовод знает, что залог хорошего урожая – здоровая почва. Если земля заражена каким-либо грибом, то растения начинают болеть. Как правило, напасть приносится вместе с почвенными смесями или химическими удобрениями. Грибок проявляется в виде белого налета и очень быстро распространяется во влажной среде. Через почву поражаются и сами растения. Чаще всего они начинают гнить, желтеть, покрываться пятнами или вовсе гибнут.

Чтобы вывести грибок, можно воспользоваться отваром из луковой шелухи, обладающим бактерицидным свойством. Для него вам достаточно 2 ст. л. луковой шелухи на 1 л воды. Смесь помещают на огонь и варят в течение 15–20 минут, затем процеживают и опрыскивают почву и растения 2–3 раза в неделю на протяжении 1 месяца. Земля становится здоровой и насыщается полезными микроэлементами.

Как избавиться от вредителей комнатных и огородных растений?

Еще одна напасть садоводов и огородников – это ряд насекомых, которые наносят вред растениям. Они могут распространяться с зараженной рассадой или почвой, при повышенной влажности воздуха (например, в теплице), при больших перепадах температуры днем и ночью или при недостаточной вентиляции сооружения. Среди огородных и садовых вредителей самыми распространенными являются растительные клопы, паутинные клещи, тля и другие сосущие и грызущие насекомые. Как правило, вредители сразу незаметны. Они заявляют о себе только тогда, когда растение уже повреждено.

Бороться с вредителями не так просто. Нередко для избавления от насекомых используют химические препараты. Они, конечно, надежны, но не безопасны. Химикаты очень долго разлагаются в почве и впоследствии впитываются растениями. А вместе с овощами они поступают в пищу и могут привести к непредсказуемым последствиям для здоровья.

Совершенно безопасным и не менее действенным способом борьбы с вредителями комнатных и огородных культур является натуральный препарат – луковая шелуха.

Не позже чем за 15 дней до сбора урожая необходимо провести опрыскивание растений настоем луковой шелухи. Для его приготовления вам потребуется:

- 200 г луковой шелухи,
- 10 л кипятка,
- 20 г мыла.

Смесь настаивают 12–15 часов. Затем процеживают, добавляют мыло и тщательно размешивают. Раствором опрыскивают поврежденные растения.

Внимание! Для борьбы с вредителями комнатных растений раствором нужно протереть все листочки (особенно с нижней стороны). Через день их нужно промыть чистой водой.

Кстати, луковую шелуху можно просто закопать рядом с корнеплодами (например, морковь, картофелем). Это отгонит колорадского жука и морковную муху.

Как можно сохранить овощи?

Очень часто после сбора урожая дачники сталкиваются с проблемой сохранения овощей на зиму. Нередко корнеплоды просто не выдерживают и начинают гнить из-за появления каких-либо грибков или бактерий.

Одним из самых эффективных способов хранения овощей является луковая шелуха. Достаточно просто уложить корнеплоды в коробку и пересыпать их сухой луковой шелухой, а затем убрать в темное прохладное место. Бактерицидные свойства луковой шелухи не позволят размножиться патогенным микроорганизмам, и овощи доживут до весны в целости и сохранности.

Луковая шелуха в кулинарии

Немногие хозяйки знают, что луковую шелуху можно использовать не только для поддержания здоровья и красоты, но и в кулинарии. Этот чудолекарь придает блюдам незабываемый вкус и пикантность. А сваренные на луковой шелухе бульоны отличаются золотистым цветом и ароматом.

Луковая шелуха обогащает ежедневный рацион необходимыми витаминами и минералами. Так что если у вас совсем не хватает времени и желания готовить сложные лекарственные средства, но вы хотите заняться профилактикой заболеваний, урегулировать процессы пищеварения и обмена веществ, вывести скопившиеся шлаки и токсины, начните просто с кулинарии из луковой шелухи. Она не требует больших временных затрат и принесет вам массу удовольствий.

Секреты приготовления луковой шелухи

Во время приготовления блюд из луковой шелухи следует помнить несколько общих правил обращения с этим природным лекарем:

- Луковую шелуху следует брать только со свежего лука. Но ни в коем случае не с гнилого!
- Луковой шелухи не стоит бояться, и можно применять ее в больших количествах.
- Луковую шелуху можно добавлять в блюдо в начале или в конце приготовления. От этого будет зависеть насыщенность и цвет блюда. Аромат и насыщенность от луковой шелухи будет сильнее, если включить ее в рецепт в конце приготовления, и слабее – если в начале.

Рецепты блюд из луковой шелухи

Масло из луковой шелухи для заправки вторых блюд

Состав:

- 0,5 стакана растительного или оливкового масла,
- 4 ст. л. измельченной луковой шелухи.

Смесь нагревают и держат на слабом огне 10–15 минут. Затем процеживают и остужают.

Масло можно использовать для заправки салатов и для приготовления приправ к макаронам.

Куриный бульон с луковой шелухой

Состав:

- 2 л воды,
- 200 г куриного филе,
- луковая шелуха от 3–4 луковиц,
- специи, соль.

Филе нарезают мелкими кусочками и вместе с цельной луковой шелухой помещают в кастрюлю. Заливают водой. Ставят на огонь и варят до готовности мяса. Затем добавляют соль и специи по вкусу. Луковую шелуху вытаскивают из бульона и выбрасывают. Подают с зеленью.

Сало в луковой шелухе

Состав:

сало (желательно с мясной прослойкой),

- 1 л воды,
- 1 стакан соли,
- луковая шелуха с 7–10 луковиц,
- 5–6 зубчиков чеснока,
- 3–4 шт. лаврового листа,
- 4–6 шт. перца душистого.

Для начала нужно приготовить рассол. В кастрюлю наливают воду и насыпают соль. Ставят на огонь и доводят до кипения. В рассол добавляют луковую шелуху и кипятят 5 минут.

Затем в рассол кладут сало и варят 10 минут. После чего блюду дают настояться еще 15 минут. Сало вынимают и кладут на тарелку. Дают остыть и натирают измельченным чесноком, лавровым листом и перцем.

Сало заворачивают в фольгу и убирают в морозилку. Подают в холодном нарезанном виде с хлебом.

Грудинка в луковой шелухе

Состав:

- 1 кг свиной грудинки,
- 1 л воды,
- 0,5 стакана соли,
- головка чеснока,
- луковая шелуха с 5–7 луковиц,
- 3 лавровых листа,
- 15 горошин черного перца,
- молотый красный перец.

В кастрюлю помещают соль, чеснок, перец и заливают водой. Туда же кладут грудинку и ставят в холодильник на 2–3 дня. Пропитавшееся мясо помещают на огонь, добавляют в

кастрюлю луковую шелуху и варят 1–1,5 ч. В конце бросают лавровый лист. Затем грудинку вынимают на тарелку, дают остыть и обваливают в красном молотом перце. Помещают в холодное место на 2–3 часа. Грудинку подают нарезанной ломтиками. Рассол доводят до кипения и кладут в него грудинку.

Яйца в луковой шелухе

Состав:

луковая шелуха от 7–10 луковиц,

- яйца,
- соль.

В кастрюлю помещают луковую шелуху, заливают водой и варят 45–50 минут. Затем в отвар помещают яйца и бросают щепотку соли. Варят на слабом огне 5–7 минут.

Затем яйца выкладывают в кастрюлю с холодной водой. Когда яйца остынут, их вытаскивают из воды тщательно протирают досуха. Чтобы яйца блестели, их можно смазать растительным маслом.

Чай из луковой шелухи

Состав:

- 2 ст. л. измельченной луковой шелухи,
- 1 стакан воды,
- 1 ч. л. меда,
- долька лимона.

Луковую шелуху заливают кипятком и настаивают 10 минут. Затем процеживают, добавляют мед и лимон и пьют в теплом виде.

Что нужно знать о луке

Под целебной луковой шелухой скрывается не менее полезное содержимое. Об уникальных качествах лука известно уже давно, но мало кто знает, какой широкий спектр заболеваний лечит это растение.

В чем ценность лука

Из природного корнеплода, так же как и из луковой шелухи, можно приготовить ряд лекарственных препаратов в домашних условиях. Это связано с тем, что лук богат различными витаминами и микроэлементами.

Химический состав лука

В состав лука входят:

- **Витамин С (или аскорбиновая кислота)**

В репчатом луке, так же как и в луковой шелухе, содержится в достаточном количестве (в 100 г от 10 до 33 мг). Витамин С является антиоксидантом, нормализует окислительно-восстановительные процессы, стимулирует иммунную систему, оказывает положительное влияние при различных заболеваниях (простудных, онкологических и т. д.).

- **Витамины группы В**

В репчатом луке, так же как и в луковой шелухе, содержатся в большом количестве. Витамины группы В отвечают за процессы свертываемости крови, улучшают умственную работоспособность, нормализуют работу сердца, нервной системы, мышц, оказывают положительное воздействие при кожных заболеваниях.

- **Витамин D**

Влияет на общий обмен веществ в организме, необходим для свертывания крови, нормального роста костей, тканей, работы сердца, функционирования нервной системы. Витамин D оказывает положительное влияние при лечении глазных болезней, артрита, рахита.

- **Витамин E**

Содержится в луке, так же как и в луковой шелухе, в достаточном количестве.

Витамин E участвует в регенерации кожного покрова, отвечает за здоровое состояние кожи, замедляет процессы старения и увядания. Он предупреждает появление сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета, очищает капилляры и сосуды, понижает уровень холестерина в организме.

- **Витамин PP (или никотиновая кислота)**

Содержится в репчатом луке, так же как и в луковой шелухе. Он необходим для защиты организма от сердечно-сосудистых и желудочно-кишечных заболеваний, гипертонии, сахарного диабета. Витамин PP регулирует работу щитовидной железы и надпочечников, помогает снизить уровень холестерина, сжечь лишний жир. Кроме того, этот витамин избавляет от бессонницы и мигрени.

- **Витамин H (биотин)**

Содержится в луке в небольшом количестве. Витамин H необходим для борьбы с желудочно-кишечными, кожными заболеваниями, предотвращения гипертонии.

- **Минеральные соли кальция, калия, натрия, магния, фосфора, железа**

Укрепляют суставы, кости, сердце, улучшают иммунитет и общее состояние здоровья.

- **Селен**

Улучшает иммунитет организма, предотвращает процессы образования злокачественных опухолей.

- **Йод**

Необходим для нормального обмена веществ в организме, правильного функционирования щитовидной железы, укрепления иммунитета. Йод улучшает состояние кожи, ногтей и волос, предотвращает быструю утомляемость и головные боли.

- **Каротин**

Содержится в луке, так же как и в луковой шелухе. Он укрепляет организм, предотвращает сердечно – сосудистые и желудочно-кишечные заболевания.

- **Сера**

Она определяет специфический запах лука. Сера необходима для строительства костных и кожных тканей, а также волос. Она очищает и обеззараживает кровь, оказывает полезное действие при лечении мигрени, бронхита, ревматизма, заболеваний печени и кожных болезней.

- **Фитонциды**

Содержатся в луке, так же как и в луковой шелухе. Они необходимы организму для устранения патогенной микрофлоры, убивают стрептококки, дизентерийную, дифтерийную, туберкулезную палочку.

- **Протеин (белок)**

Необходим для восстановления и роста мышечных тканей, нормального питания всех органов и систем.

- **Углеводы (фруктоза, сахароза, мальтоза)**

Необходимы для восстановления энергетических затрат организма, питания тканей головного мозга, клеток печени и мышц. Они принимают участие в иммунных процессах.

- **Полисахарид инулин**

Улучшает обмен веществ, поддерживает нормальную микрофлору в кишечнике и его работу, снижает уровень холестерина.

- **Слизи**

Обладают обволакивающими свойствами, оказывают положительный эффект при лечении заболеваний желудочнокишечного тракта, дыхательных путей, отравлений.

Действие лука

Спектр лечебного действия лука также очень широк. Он включает в себя:

- Иммуностимулирующее действие. Лук повышает иммунитет, защищает организм от вирусных и простудных инфекций, предотвращает неблагоприятное воздействие внешних факторов на организм.
- Противомикробное, бактерицидное действие. Содержание в луке фитонцидов позволяет бороться с простудными и вирусными инфекциями верхних дыхательных путей, ангин, гриппа. Кроме того, лук снимает воспалительные процессы на коже и слизистых полостях.
- Антиатеросклеротическое действие. Подобно луковой шелухе, лук препятствует образованию тромбов, очищает сосуды и капилляры.
- Антигистаминное действие. Лук повышает тонус и секрецию желудочнокишечного тракта, а также предотвращает появление кишечных паразитов. Кроме того, лук пробуждает аппетит и стимулирует пищеварение.
- Мочегонное действие. Лук способствует удалению из тела лишних жидкостей, снимает отеки, предотвращает заболевания почек.
- Желчегонное действие. Лук очищает от шлаков и токсинов, плохо переварившихся отходов пищи, которые откладываются в клетках тела. Он открывает закупорки в печени и чистит кровь.
- Ранозаживляющее действие. Полезные вещества в луке уничтожают микробы и способствуют быстрой регенерации кожи.
- Возбуждающее, тонизирующее действие. Лук повышает половое возбуждение, мужскую и женскую потенцию.
- Сахароснижающее действие. Лук улучшает процессы обмена веществ, понижает уровень сахара в крови, является прекрасным средством для профилактики и лечения сахарного диабета.
- Успокаивающее действие. Лук положительно влияет на работу нервной системы, избавляет от стрессов и бессонницы, снимает хроническую усталость.

Как приготовить лекарство из лука

В народной медицине существует ряд различных способов применения лука. Способы приготовления лукового лекарства довольно просты. Кроме того, они не требуют больших затрат времени и денег, а по спектру своих действий гораздо эффективнее лекарственных препаратов.

Луковый сок

Чтобы приготовить луковый сок, необходимо измельчить или протереть на терке несколько луковиц. Мякоть отжать через марлю. Свежевыжатый сок можно хранить несколько дней в холодильнике. Его используют как для приема внутрь в борьбе с простудными заболеваниями, заболеваниями дыхательных путей, желудочнокишечного тракта, так и наружно в виде примочек для лечения язвочек, гнойных ран, фурункулов.

Луковая мякоть

Для приема внутрь можно использовать как свежие головки лука, так и луковую кашицу. Для приготовления луковой кашицы лук нужно протереть на терке. Мякоть поместить в темную стеклянную посуду и хранить в холодильнике. Кашицу можно применять наружно в виде втираний, масок, примочек.

Запеченный лук

Несколько очищенных головок репчатого лука необходимо поместить на противне в духовку и запечь. Затем лук остудить и растолочь. Полученную кашицу помещают в марлю и применяют наружно на больные места (фурункулы, обморожения, язвы и т. д.).

Луковый настой

Для приготовления настоя необходимо измельчить луковицу средней величины и залить кашицу 1 стаканом кипяченой воды. Настаивать в течение 8–12 часов при комнатной температуре.

Полученное лекарство применяют внутрь для борьбы с глистами, лечения простудных заболеваний, а также наружно в виде протираний для улучшения состояния кожи.

Спиртовая вытяжка

Чтобы приготовить вытяжку, необходимо измельчить 2 головки репчатого лука и залить их 1 стаканом водки или спирта 50–70°. Смесь поместить в стеклянную посуду и настаивать в течение 7–10 дней при комнатной температуре. Затем процедить. Хранить природное лекарство нужно в темном прохладном месте. Настойку можно использовать для приема внутрь небольшими дозированными количествами, а также в разбавленном виде для полосканий и промываний.

Лечение луком различных заболеваний

Как быстро справиться с насморком?

Одним из самых неприятных болезненных проявлений для человека является насморк, или ринит. Он представляет собой воспаление слизистой оболочки носа. Насморк может серьезно мешать жизнедеятельности – лишать обоняния, аппетита, затруднять общение, сон и т. д.

Как правило, насморк является следствием вирусных инфекций или переохлаждения организма. Но может возникать и самостоятельно в результате травмы слизистой оболочки носа или под действием аллергенных факторов (пыль, дым, сильно пахнущие вещества).

Насморк развивается постепенно и сопровождается рядом симптомов:

- чувством жжения, зуда или сухости в носу,
- нередко повышением температуры,
- головной болью,
- покраснением глаз,
- чиханием,
- водянистыми выделениями из носа (мокрота),
- заложенностью носа,
- изменениями голоса.

Лечение насморка ни в коем случае нельзя откладывать на потом, иначе заболевание может перерасти в хроническую форму или дать серьезные осложнения на пазухи носа.

Для борьбы с насморком существует множество различных средств. На начальной стадии заболевания можно вполне обойтись без медикаментозных препаратов. Самым эффективным и безопасным средством в народной медицине издавна признается лук. Он может избавлять не только от ринита, но и его осложнений – гайморита (воспаления верхнечелюстной или гайморовой придаточной пазухи носа) и синусита (воспаления слизистой оболочки околоносовой пазухи.)

Как работает лекарство из лука

Препараты из лука обладают антимикробным действием. Они позволяют устранить вирусную инфекцию и патогенные бактерии. Более того, комплекс полезных микроэлементов, содержащихся в луке, нормализует микрофлору носовой полости и восстанавливает ее защитные силы.

Рецепты из лука при первых симптомах насморка

Способ 1.

Вам потребуется:

- 2 очищенные луковицы.

Луковицы натирают, и выкладывают кашицу в стакан. Стакан помещают в кастрюлю с кипятком и поочередно каждой ноздрей вдыхают пары лука в течение 2–3 минут. Процедуры необходимо повторять каждый день перед сном до полного выздоровления.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 1 очищенная луковица,
- 1 стакан растительного масла.

Луковицу натирают на терке и заливают горячим растительным маслом. Смесь настаивают в течение 6–8 часов, укутав полотенцем. Затем процеживают и обрабатывают маслом слизистую оболочку носа. Курс лечения – 1–1,5 недели.

Рецепт из лука от заложенного носа

Вам потребуется:

- 2 ст. л. сока лука,
- 2 ст. л. измельченной мякоти листа алоэ,
- 2 ст. л. измельченного корнеплода цикламена,
- 2 ст. л. меда,
- 2 ст. л. мази Вишневского (продается в аптеке).

Все ингредиенты тщательно перемешивают. Мазь хранят в темной закрытой посуде в холодильнике. При употреблении подогревают до температуры тела, затем смачивают в мази марлевые тампоны и вкладывают их в каждую ноздрю на 30 минут. Курс лечения – 5–7 дней.

Рецепт из лука для лечения затяжного ринита

Вам потребуется:

- 3 очищенные луковицы,
- 2 ст. л. меда.

Луковицы натирают на терке, затем кашицу заворачивают в марлю и отжимают сок. К нему добавляют мед и принимают по 1 ч. л. 3–4 раза в день за 15–20 минут до еды. Курс лечения – 7–10 дней.

Рецепт из лука от осложнений насморка

Вам потребуется:

- 1 небольшая луковица.

Луковицу очистить и разрезать на несколько маленьких частей. На двух частях сделать небольшие насечки ножом и завернуть в марлю. Затем вложить в ушные раковины срезом внутрь. Надеть на голову тонкий платок и походить так 1–2 часа. Процедуру можно повторять 3–4 раза в неделю.

Как быстро вылечить кашель?

Кашель сам по себе не является заболеванием. Он лишь указывает на нарушение работы организма. Кашель сопровождает не только простудные заболевания, но может свидетельствовать о бронхите, туберкулезе, коклюше, бронхиальной астме, аллергии, сердечной недостаточности, раке легких. Кашель проявляется поразному – он бывает влажным, сухим, приступообразным, периодическим или непрерывным.

В любом случае для выяснения причины заболевания необходимо прежде всего обратиться к врачу, который подберет правильное лечение.

Как работает лекарство из лука

В народной медицине для быстрого лечения кашля издавна используют препараты из лука. Они помогают выведению мокроты, убивают микробы и предотвращают развитие инфекции, положительно действуют на органы дыхательной системы. Кроме того, лук стимулирует работу иммунной системы и восстанавливает защитные силы организма.

Рецепт из лука от сухого кашля

Вам потребуется:

- 0,5 кг лука,
- 50 г меда,
- 2 стакана сахара,
- 1 л воды.

Лук измельчают и заливают водой. Добавляют мед и сахар и варят на слабом огне в течение 3 часов. Затем остужают, процеживают, и принимают препарат по 2 ст. л.

3 раза в день после еды. Курс лечения – 5–7 дней.

Рецепт из лука от мокрого кашля

Вам потребуется:

- 2 очищенные луковицы,
- 0,5 л молока.

Смесь ставят на огонь и доводят до кипения. Отвар принимают в теплом виде 3–4 раза в день после еды. Курс лечения – 5–7 дней.

Рецепт из лука от сильного кашля

Вам потребуется:

4–5 очищенных луковиц.

Луковицы измельчают, а кашицу засыпают в стеклянную бутылку. Затем бутылку обмазывают тестом и закрывают. Ставят в духовку. Как только на тесте появится корочка, бутылку вытаскивают и остужают. Тесто снимают, а кашицу используют как лекарство. Принимают по 2 ст. л.

3–4 раза в день после еды. Курс лечения – 3 дня.

Рецепт из лука от кашля при болях в груди

Вам потребуется:

- 1 крупная луковица,
- 2 ст. л. гусиного жира.

Луковицу измельчают в кашицу и растирают с гусиным жиром. Смесь втирают перед сном в грудь и завязывают теплым платком. Утром принимают 1 ст. л. этой же смеси. Курс лечения – 3–5 дней.

Как предотвратить осложнения отита?

Отит – это воспаление слизистой оболочки среднего уха. Как правило, заболевание возникает в результате осложнения простуды, ОРЗ, гайморита, ангины и других заболеваний верхних дыхательных путей, а также может быть следствием травмы уха. Определить отит можно по следующим симптомам:

- острая боль в ухе, усиливающаяся к вечеру,
- выделения из уха,
- высокая температура,
- слабость, снижение аппетита.

Неправильное или несвоевременное лечение отита может привести к глухоте, иногда даже к внутричерепным осложнениям.

Как работает лекарство из лука

Если сразу обратиться к врачу не получается, развитие заболевания можно предотвратить самостоятельно. Лекарство из лука снимает воспаление, устраняет инфекцию, облегчает боли, повышает общую сопротивляемость организма.

Рецепт из лука для предотвращения осложнения отита

Вам потребуется:

- 1 небольшая луковица,
- щепотка сахара,
- 200 мл воды.

Луковицу измельчают, заливают кипяченой водой и посыпают сахаром. Настаивают 2–3 ч. Препарат принимают по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Курс лечения – 5–7 дней. Кроме того, можно луковицу разрезать на несколько частей и заложить кусочки в уши на 3–4 часа.

Как справиться со стоматитом без врача?

Стоматит – это воспаление слизистой оболочки полости рта. Чаще всего заболевание появляется в результате ослабленного иммунитета, нехватки витаминов или несоблюдения гигиены. Понять, что у вас или вашего ребенка стоматит, очень просто. Симптомы заболевания:

- воспаление слизистой оболочки полости рта,
- появление во рту язв или пузырей,
- повышенное слюноотделение,
- боль во рту во время еды,
- незначительное повышение температуры тела.

При появлении первых симптомов стоматита необходимо сразу принять меры. В этом случае недуг поддастся быстрому лечению.

Как работает лекарство из лука

Со стоматитом можно вполне успешно справиться собственными силами. Препарат из лука является отличным обеззараживающим средством, устраняет микробы в ротовой полости, снимает боль и покраснение, а также способствует быстрому заживлению язвочек. Кроме того, продолжительный прием природного лекарства восстанавливает иммунитет, восполняет недостаток витаминов.

Рецепт из лука от стоматита

Вам потребуется:

- 1 головка репчатого лука,
- 1 стакан лукового настоя,
- 1 ч. л. меда.

Лук измельчают на терке, заворачивают небольшую часть кашицы в марлю и прикладывают к язве на 10–15 минут. После чего съедают ложку меда. Процедуры повторяют 2–3 дня. Можно их сочетать с полосканием рта луковым настоем, а также для укрепления иммунитета принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Курс лечения – 5–7 дней.

Как быстро устранить зубную боль?

Многие из нас прекрасно знают, что такое зубная боль. Как правило, эта маленькая неприятность заявляет о себе неожиданно и порой способна выбить из колеи на целый день. Между тем, зубная боль появляется не просто так. Она прежде всего говорит о том, что есть неполадки в зубной полости:

- резкая боль на кислое, сладкое, твердое – указывает на кариес,
- продолжительная боль во время прикосновения горячего или холодного – на пульпит (воспаление сосудисто-нервного пучка зуба – пульпы),
- локальная пульсирующая боль – на периодонтит (воспаление надкостницы, то есть ткани, которая окружает зуб),
- болевая реакция на любой раздражитель – на травму зуба.

Какова бы ни была причина зубной боли, ни в коем случае нельзя откладывать поход к врачу. Единственное, что можно сделать в домашних условиях – устранить боль.

Как работает лекарство из лука

Большинство из нас стараются устранить зубную боль с помощью таблеток. Они, конечно, действуют быстро и эффективно, но не всегда оказывают положительное воздействие на организм в целом. Если злоупотреблять обезболивающими средствами – это может дать осложнения на сердце, почки, печень или иммунную систему.

Совершенно безопасным и не менее эффективным от зубной боли является лекарство из лука. Фитонциды, содержащиеся в растении, убивают патогенные микробы и предотвращают их развитие, снимают воспаление и боль.

Рецепт из лука от любой зубной боли

Вам потребуется:

- 2 очищенные луковицы.

Лук натирают, и кашицу заворачивают в марлю. Затем отжимают сок. В нем смачивают ватный тампон и прикладывают его к больному зубу на 5–10 минут. Если боль не проходит, процедуру повторяют еще раз.

Спасет ли лук от гипертонии?

Повышенное артериальное давление, или гипертония – одно из самых распространенных сосудистых заболеваний. Американские врачи называют его «молчаливым убийцей». Почти каждый десятый человек во взрослом возрасте страдает от гипертонии. По числу смертельных исходов это заболевание превосходит даже инфаркт. Причин тому может быть великое множество, и все они до конца не изучены. Генетическая предрасположенность, постоянные стрессы, окружающая среда и другие факторы играют первостепенную роль в развитии гипертонии.

Суть гипертонической болезни заключается в перенапряжении мышечной ткани и сужении микрососудов. В результате кровообращение нарушается, и органы и ткани недополучают нужного объема крови. Сердце стремится восполнить этот пробел и выталкивает значительно большее количество крови. Это в свою очередь влечет за собой возросшую силу давления на стенки сосудов.

Симптомами гипертонии являются:

- головная боль,
- головокружение,
- потемнение в глазах,
- боль в сердце,
- жар,
- покраснение лица,
- повышенная потливость,
- отеки,
- одышка.

Однако повышенное давление может длительное время не заявлять о себе. Подавляющее большинство людей полагает, что нужды в лечении нет, если высокое давление не мешает жить. Но его разрушительное действие будет сказываться на всем организме медленно и незаметно. Стенки сосудов со временем потеряют эластичность, станут слишком хрупкими. Появится опасность нарушения работы почек, головного мозга, сердца. К примеру, 68 случаев инфаркта из 100 являются следствием повышенного давления.

Как работает лекарство из лука

Высокое давление в редких случаях можно снизить без лечения. В традиционной медицине существует множество различных препаратов для борьбы с гипертонией. Но все они лишь позволяют поддерживать нормальное состояние организма и не допускают осложнений. Сама же гипертония признается врачами неизлечимой: заработав ее один раз, будешь мучиться всю жизнь.

Лекарство из лука не только снимает симптомы недуга, но и при регулярном приеме оказывает положительное действие на сердечнососудистую систему. Содержащийся в нем комплекс витаминов и минералов укрепляет стенки сосудов, повышает их эластичность и упругость, нормализует кровоток и блокирует образование спазмов.

Рецепт из лука от гипертонии

Вам потребуется:

- 2–3 небольшие луковицы,
- 0,5 л спирта или водки.

Луковицы измельчают, заливают спиртом (водкой) и настаивают в течение 7 дней в темном

месте при комнатной температуре. Принимают натошак по 1 ч. л. настойки, предварительно разведенной 3 ст. л. воды. Курс лечения – 7–12 дней. Через 2–3 недели прием препарата следует повторить еще в течение 7–12 дней. Для профилактики лечение желательно проводить 2–3 раза в год.

Как снять боли от ушиба?

Ушибы – самый распространенный вид травм. Никто не застрахован от этой неприятности. Ушибы можно получить, занимаясь спортом, во время домашней работы или даже гуляя по улице. Ушибы сопровождаются повреждением мягких тканей тела и рядом опознавательных признаков:

- болью в поврежденном месте,
- кровоизлиянием,
- образованием синяка (гематомы) и отека.

Обычно даже незначительные ушибы беспокоят и проходят долго.

Как работает лекарство из лука

Ускорить процесс выздоровления ушиба в домашних условиях можно с помощью лука. Он позволяет снять отеки и воспаления, устранить боли. Более того, восстанавливая нормальное кровообращение, лук помогает быстро рассосаться гематоме.

Рецепт из лука для снятия боли от ушиба

Вам потребуется:

- 1 луковица,
- 1 ст. л. меда.

Луковицу измельчают и тщательно перемешивают с медом. Кашицу помещают в небольшую емкость и ставят на водяную баню. Когда мед растворится, смесь заворачивают в ткань, и накладывают компресс на ушиб на 2 часа. Процедуру повторяют 3 раза в день.

Как избавиться от болей при растяжении связок?

Растяжение связок – явление нередкое, особенно для тех, кто ведет активный образ жизни. Неосторожное движение или избыточная нагрузка могут надолго ограничить деятельность человека. Определить растяжение связок несложно самостоятельно. Оно сопровождается:

- постоянной болью в месте повреждения,
- кровоизлиянием на участке травмы,
- резким ограничением функции сустава.

В первые минуты после травмы важно наложить на поврежденный сустав лед и зафиксировать его эластичным бинтом.

Как работает лекарство из лука

В домашних условиях, чтобы быстро снять боли после растяжения связок, применяют луковые компрессы. Лук позволяет снять воспаление и боль в месте травмы, а также укрепляет кости и сухожилия.

Рецепт из лука от болей при растяжении связок

Вам потребуется:

- 1 крупная луковица,
- 1 ч. л. сахара.

Луковицу запекают и растирают с сахаром. Кашицу заворачивают в марлю, и накладывают компресс на пораженный участок на 5 часов.

Как лук поможет от болей в пояснице?

Практически каждый человек после 30 лет сталкивается с болезненными ощущениями в области поясницы. Достаточно долго посидеть в неудобной позе, поднять тяжесть или простыть, чтобы испытать дискомфорт в поясничной области. Но важно понимать, что боли в пояснице появляются не просто так. Обычно они указывают на наличие какого-либо заболевания:

- остеохондроза – поражения хрящевых и костных тканей позвоночника,
- спондилоартроза – поражения межпозвоноковых суставов, ответственных за подвижность позвоночника,
- сколиоза – искривления позвоночника,
- остеопороза – поражения костной ткани, связанных с нарушением обмена веществ,
- опухолей позвонков,
- перелома какого-либо или нескольких спинных позвонков,
- инсультных состояний,
- острого аппендицита,
- почечной колики,
- венерических инфекций.

Для определения причины болей необходимо пройти медицинское обследование. Только специалист сможет поставить правильный диагноз и назначить лечение.

Как работает лекарство из лука

Конечно, обратиться сразу к врачу не всегда получается. И мы нередко прибегаем к различным дорогостоящим мазям для снятия боли. Но мало кто знает, что прекрасным обезболивающим эффектом обладает лук. Он всегда есть под рукой и экономит семейный бюджет. Содержащийся в луке комплекс биологически активных веществ снимает воспаление и застойные явления в области поясницы, улучшает кровообращение и положительно действует на костные ткани.

Рецепт из лука от болей в пояснице

Вам потребуется:

- 2 головки редьки,
- 2 головки репчатого лука.

Корнеплоды натирают на терке, кашицу тщательно перемешивают и заворачивают в марлю. Компресс накладывают на больное место, а сверху накрывают полотенцем. Как только появляется чувство жжения, повязку снимают. Процедуру проводят перед сном в течение 2–3 дней.

Как лук поможет от артрита?

Арритрит представляет собой воспалительное заболевание суставов. Причины недуга могут быть различны, начиная от травм до нарушения обменных процессов и осложнений инфекционных болезней. В зависимости от поврежденного сустава, выделяются ряд форм артрита. Но для всех них характерно проявление общих симптомов:

- боль в суставе, особенно при надавливании,
- ограничение подвижности,
- припухлость,
- покраснение,
- повышение кожной температуры,
- озноб,
- общая слабость.

Конечно, диагностику и лечение артрита необходимо проходить под наблюдением специалиста. Он подбирает соответствующие медикаменты. Запущенные формы заболевания могут потребовать даже операционного вмешательства.

Как работает лекарство из лука

В комплексном лечении лук является наиболее эффективным способом борьбы с артритом. Он не только снимает боли, покраснение и припухлость кожи. Комплекс минеральных солей, сера, витамин D, содержащиеся в луке, оказывают положительное действие на кости, способствуют восстановлению и укреплению костной ткани. Кроме того, селен повышает иммунитет и сопротивляемость организма различным инфекциям. В итоге препараты из лука способствуют не только быстрому выздоровлению, но и предотвращают дальнейшее появление артрита.

Рецепт из лука от болей при артрите

Вам потребуется:

- 1 очищенная луковица.

Луковицу натирают и помещают тонким слоем на марлю. Сверху кашицу накрывают вторым слоем ткани. Компресс прикладывают к больному суставу. Сверху перевязывают теплым шарфом и полотенцем.

Рецепты из лука для профилактики и лечения артрита

Вам потребуется:

- 250 г измельченного лука,
- 100 г меда,
- 0,5 л сухого белого вина.

Все ингредиенты смешивают и настаивают в течение 2 суток в темном прохладном месте, периодически взбалтывая. Затем препарат процеживают и принимают по 2–3 ст. л. в день после еды. Курс лечения – 1–2 недели. Для профилактики прием препарата следует повторять 2–3 раза в год.

Как справиться с болями от радикулита?

Радикулит – это заболевание, которое возникает в результате сдавливания и воспаления нервных окончаний позвоночника. Как правило, недуг является следствием деформации и смещения позвонков (то есть последствием остеохондроза), а также тяжелой физической работы, возрастных изменений. Радикулит может в буквальном смысле приковывать к постели. Он сопровождается сильными болями в области позвоночника, которые иногда передаются в область поясницы, сердца, печени, в руки или ноги, особенно при поднятии тяжести или резких движениях. Радикулит обычно имеет затяжной характер, и вылечить его без помощи специалиста невозможно.

Как работает лекарство из лука

Препараты из лука значительно улучшают состояние больного за счет того, что оказывают противовоспалительное и обезболивающее действие. Уже после нескольких дней комплексного лечения приступы радикулита быстро проходят. Биологически активные вещества, содержащиеся в луке, укрепляют защитные силы организма и останавливают дальнейшее течение заболевания.

Рецепт из лука для избавления от болей во время радикулита

Вам потребуется:

- 3 очищенные луковицы,
- 1 л воды.

Луковицы режут на несколько частей, заливают водой и доводят до кипения. Затем оставляют на слабом огне еще на 15 минут. Отвар процеживают и принимают по 1 стакану перед сном. Курс лечения – 1–2 недели.

Как избавиться от болей во время подагры?

Подагра – одно из самых распространенных заболеваний суставов, особенно среди мужчин старше 40 лет. Недуг возникает в случае нарушения обмена веществ. Употребление алкоголя, стрессы, избыток в рационе копченостей, жирных сортов рыбы, острых соусов приводит к тому, что в крови повышается уровень продуктов распада пищи – мочевой кислоты и ее солей – уратов. Соли оседают в суставах и хрящах в виде кристаллов и вызывают ряд неприятных симптомов:

- боль,
- воспаление и отек сустава большого пальца стопы, в дальнейшем – коленей, щиколоток, а также локтей и кистей рук.

На сегодняшний день существует множество различных методов лечения подагры. Но все они должны проходить под присмотром опытного врача.

Как работает лекарство из лука

В комплексном лечении препараты из лука значительно облегчают состояние больного подагрой, а также предотвращают дальнейшее развитие недуга.

Они снимают воспаление и боли в суставах, выводят соли и укрепляют кости и сухожилия. Кроме того, йод, содержащийся в луке, нормализует обмен веществ и тем самым способствует естественному самовосстановлению организма.

Рецепт из лука для профилактики и лечения подагры

Вам потребуется:

300 г измельченного лука,

- 200 г измельченного чеснока,
- 500 г размятой клюквы,
- 500 г меда,
- 1 л воды.

Ингредиенты перемешивают и заливают кипятком. Сверху емкость накрывают крышкой и настаивают в темном месте в течение суток. Затем добавляют мед. Лекарство хранят в холодильнике. Принимают по 1 ч. л. настоя 3 раза в день за 20 минут до еды. Курс лечения – 1–2 недели. Через 10 дней прием препарата нужно повторить.

Как справиться с геморроем?

Геморрой – это заболевание, которым страдает большинство людей. Однако многие просто стесняются обратиться с ним к врачу. В зоне риска заболевания оказываются люди с вредными привычками, ведущие малоподвижный, преимущественно сидячий, образ жизни, постоянно поднимающие тяжести, страдающие ожирением, запорами, опухолями в малом тазу, а также беременные женщины.

Геморрой связан с расширением вен в области заднего прохода. В результате нарушения кровообращения в зоне прямой кишки кровь сворачивается, и образуются узлы, которые могут выпадать наружу. Геморрой сопровождается следующими симптомами:

- болями,
- неприятными ощущениями и зудом в заднем проходе,
- слизистыми выделениями,
- кровотечениями.

Геморрой требует своевременного лечения под присмотром врача. Если болезнь запустить, то помочь сможет только хирургическое вмешательство.

Как работает лекарство из лука

Препараты из лука не только оказывают положительное действие в борьбе с геморроем, но и предотвращают дальнейшее течение заболевания. Дело в том, что комплекс полезных микроэлементов, содержащихся в растении, оказывает комплексное воздействие на организм. Лук разжижает кровь, ликвидирует застойные явления в органах малого таза, снимает нагрузку на прямую кишку, помогает рассосаться геморройным узлам и предотвращает появление новых. Кроме того, препараты из лука нормализуют работу кишечника, устраняют запоры, снимают боли и воспаление.

Рецепт из лука для лечения геморроя

Вам потребуется:

- 5 очищенных луковиц,
- 2 л молока.

Ингредиенты смешивают и ставят на слабый огонь. Варят в течение 2 часов. Затем опускают таз над кастрюлей, закутавшись по пояс одеялом, и прогревают задний проход паром в течение 5–10 минут. Процедуру необходимо повторять ежедневно перед сном. Курс лечения – 5 дней.

Рецепт из лука для устранения болей при геморрое

Вам потребуется:

- 0,5 л растительного масла,
- 1 луковица,
- 100 г пчелиного воска.

Лук измельчают и обжаривают дочерна в растительном масле. Затем смесь процеживают через ситечко. В теплое масло добавляют пчелиный воск, и все тщательно размешивают. Препаратом смазывают болезненные места 1–2 раза в день. Курс лечения – 7–12 дней.

Как быстро избавиться от глистов?

Глисты, или гельминты, могут представлять довольно серьезную опасность для человека. Попадая в организм, они вызывают поражение отдельных органов и тканей. Как правило, личинки или яйца глистов проникают в тело человека через грязную пищу или воду, плохо вымытые руки, сырую рыбу или мясо. А затем начинают расти и развиваться, питаясь соками человека. Определить наличие глистов можно по ряду симптомов:

- запоры или поносы,
- тошнота, реже – рвота,
- снижение трудоспособности,
- резкое повышение или понижение аппетита,
- головная боль,
- боль в области живота,
- анальный зуд (иногда);
- нарушение сна.

При первых признаках заболевания необходимо обратиться к врачу, так как именно он сможет поставить точный диагноз после проведения анализа на яйца глист.

Как работает лекарство из лука

В домашних условиях при подозрении на глистов сразу следует обратиться к препаратам из лука. Содержащиеся в них фитонциды убивают патогенные микроорганизмы, а слизистые вещества стимулируют процесс выведения из организма яиц или личинок глистов, а также продуктов их жизнедеятельности вместе с калом.

Рецепт из лука для избавления от глистов

Вам потребуется:

- 1 луковица,
- 1 стакан кипятка.

Луковицу измельчить и залить кипятком. Настаивать сутки, затем процедить и принимать по 0,5 стакана утром натощак. Курс лечения – 3–4 дня.

Как улучшить зрение с помощью лука?

С нарушением зрения сталкивается множество людей, особенно детей школьного возраста. Переутомление, стрессы, несбалансированное питание, постоянная работа за компьютером и ряд других факторов могут приводить к нарушению зрения. Симптомы проблемы обычно очевидны:

- расплывчатость изображения вблизи или вдали,
- снижение четкости видения,
- тусклость в восприятии цвета и света.

Ухудшения зрения можно избежать, если вовремя устранить причины и начать лечение.

Как работает лекарство из лука

Препараты из луковой шелухи, конечно, не смогут полностью вернуть уже испорченное зрение. Но восстановить его на начальном этапе, улучшить остроту зрения в запущенных формах, а также предотвратить развитие болезни – это им под силу. Комплекс витаминов и минералов, содержащихся в луке, улучшает кровоснабжение глаз и обеспечивает их нормальным питанием, снимает отеки, а также позволяет укрепить сетчатку глаза.

Рецепт из лука для улучшения зрения

Вам потребуется:

- 100 г измельченного сырого лука,
- 300 мл холодной воды.

Смесь настаивают в течение суток в закрытой банке. Лекарство принимают по 1/2 стакана 3 раза в день после еды. Курс лечения – 1 неделя. Для профилактики прием препарата желательно повторять осенью и весной.

Как поможет лук от головной боли?

Более 70 % людей во всем мире жалуются на головную боль. По статистике, от мигрени чаще всего страдают женщины и дети. Интенсивность и продолжительность головной боли зависит от разных факторов. Но в среднем приступ может длиться от 4 до 72 часов. Боли иногда бывают настолько сильными, что просто приковывают к кровати. Они могут сопровождаться:

- тошнотой,
- рвотой,
- зрительными нарушениями и другими осложнениями.

Тем не менее, мы не воспринимаем всерьез головные боли и стараемся заглушить их анальгетиками. На самом деле, они являются важными сигналами о нарушениях в организме. Эндокринные заболевания, неврозы, гипертония, инфекции, сосудистые заболевания, остеохондроз и ряд других болезней заявляют о себе мигренью. Именно поэтому головную боль важно не игнорировать, а попытаться найти истинную причину. А в данном случае без профессионального медицинского осмотра не обойтись.

Как работает лекарство из лука

Снять симптомы головной боли в домашних условиях гораздо безопаснее народным лекарством – луком. Анальгетики, как правило, действуют быстро, но могут пагубно сказываться на здоровье. Препараты из лука оказывают успокаивающее действие, приводят в норму мозговое кровообращение и, независимо от причины, также эффективно справляются с головной болью.

Рецепт из лука от головной боли

Вам потребуется:

- 1 стакан настоя из лука,
- 1 сырая очищенная луковица.

Луковицу нарезают пополам и прикладывают к вискам. А внутрь принимают по 1/4 стакана лукового настоя через каждый час.

Как сказать нет импотенции?

Импотенцией, или половым бессилием, в большинстве случаев страдают примерно 40 % мужчин в возрасте около 35–40 лет. Как правило, заболевание является следствием нарушений в организме. Его причиной могут быть гормональные сбои, патология сосудов или мочевыводящих путей, психологические и неврологические расстройства. При этом появляется ряд общих для всех больных симптомов:

- снижение полового влечения;
- редкая утренняя эрекция,
- слабая эрекция во время полового акта;
- для достижения эрекции требуется много времени,
- для поддержания эрекции необходимо усилие воли,
- быстрое семяизвержение;
- семяизвержение при слабой эрекции,

К сожалению, многие мужчины самостоятельно ставят диагноз и замыкаются в себе. Между тем, своевременное решение проблемы и правильно подобранное лечение гарантирует возвращение половой функции в норму.

Как работает лекарство из лука

В комплексе с медикаментозным лечением лук является дополнительным средством для восстановления мужской силы. Благодаря комплексу полезных микроэлементов он нормализует кровообращение в органах малого таза. Йод, входящий в состав лука, регулирует работу щитовидной железы и налаживает гормональный фон. Селен повышает сопротивляемость организма и придает сил.

Рецепт из лука для повышения мужского влечения

Вам потребуется:

- 1–2 небольшие головки репчатого лука.

Луковицы очищают и съедают перед сном.

Рецепт из лука для повышения мужской силы

Вам потребуется:

- 2–3 очищенные луковицы,
- 400 мл воды.

Лук измельчают, заливают кипятком и настаивают 2–3 часа. Затем процеживают и принимают по 100 мл 3 раза в день после еды. Курс лечения – 10–12 дней. Желательно повторять прием препарата 2–3 раза в год.

Неужели лук излечит от эрозии шейки матки?

Эрозия – одно из самых часто встречающихся заболеваний среди женщин. Оно представляет собой дефект слизистой оболочки шейки матки. Заболевание может быть как врожденным, так и появляться в результате половых инфекций, снижения иммунитета, нарушения микрофлоры влагалища или гормонального фона, травмы слизистой оболочки шейки матки после аборта.

Как правило, эрозия протекает незаметно и обнаруживается только после посещения гинеколога. Но в некоторых случаях заболевание может проявляться следующими симптомами:

- выделения из влагалища,
- тянущие или резкие боли внизу живота,
- кровянистые или бурые выделения, не связанные с месячными,
- боль во время полового акта.

В зависимости от тяжести заболевания гинеколог после соответствующих анализов назначает лечение. Это может быть прижигание, замораживание или лазерное удаление воспаленного очага.

Как работает лекарство из лука

К сожалению, медикаментозное воздействие на эрозию не всегда является эффективным. Оно снимает лишь симптомы, не устраняя саму причину. И более того, нередко приводит к образованию рубцов на месте воспаления. Поэтому заболевание может снова заявить о себе через определенное время.

В народной медицине существует совершенно безопасное средство для лечения эрозии – это лук. Содержащиеся в нем фитонциды позволяют снять воспаление, устранить инфекцию. Кроме того, комплекс биологически активных веществ лука восстанавливает микрофлору влагалища и повышает защитные силы организма. Луковое лечение обязательно должно сочетать прием препарата внутрь и обработку очага воспаления во влагалище. Правда, не стоит забывать, что предварительно в любом случае необходимо пройти анализы и получить консультацию врача.

Рецепт из лука от эрозии шейки матки

Для обработки влагалища вам потребуется:

- 1 головка лука.

Лук натирают на терке, кашицу заворачивают в марлю и вводят тампон во влагалище на ночь. Процедуру повторяют через день 4–5 раз.

Для приема внутрь вам потребуется:

- 1 крупная луковица,
- 0,5 л воды.

Луковицу измельчают и заливают водой. Доводят до кипения и варят 1–2 минуты. Затем препарат настаивают в течение 1 часа, процеживают и принимают по 1/4 стакана 3 раза в день после еды. Курс лечения – 5–7 дней.

Луковая терапия избавит от анемии?

Анемия, или малокровие – это патологическое состояние, которое характеризуется уменьшением в крови особого пигмента – гемоглобина (менее 130 г/л у мужчин и 120 г/л у женщин), в котором содержится железо. Основная функция гемоглобина – перенос кислорода из легких во все ткани и клетки. При снижении концентрации красных кровяных телец увеличивается нагрузка на сердце – ему приходится «прокачивать» большее количество крови, чтобы обеспечить нормальный доступ кислорода к тканям.

Вполне нормальной реакцией является снижение гемоглобина при некоторых физиологических состояниях, например, при беременности, в период усиленного роста, или кормления ребенка. Со временем состояние нормализуется само собой.

Однако анемия, сопровождающаяся гормональными нарушениями, заболеваниями пищеварительного тракта, печени, почек, инфекционными и онкологическими болезнями, является серьезным нарушением. Общими симптомами для анемии служат:

- бледность,
- одышка,
- сердцебиение,
- головокружение,
- головные боли,
- шум в ушах,
- общая слабость и повышенная утомляемость,
- снижение работоспособности,
- раздражительность,
- сонливость.

Прежде чем начать лечение малокровия, необходимо пройти медицинское обследование. Только опытный специалист сможет определить причину заболевания и назначить курс лечения.

Как работает лекарство из лука

Луковая терапия способна обогатить кровь железом, а также рядом витаминов и минералов. Кроме того, препараты из лука стимулируют кровообращение, восстанавливают силы и укрепляют организм в целом.

Рецепт из лука для укрепления организма при анемии

Вам потребуется:

- 2 головки репчатого лука.

Лук очищают и запекают в духовке. Съедают по 50–100 г 1–2 раза в день за 15 минут до еды. Курс лечения – 2–3 недели.

Рецепт из лука для повышения гемоглобина

Вам потребуется:

- 300 г измельченного лука,
- 100 г меда,
- 600 г сухого белого вина.

Смесь настаивают в темном сухом месте в течение двух суток, периодически встряхивая. Затем процеживают и принимают по 2–4 ст. л. в день. Курс лечения – 2–3 недели.

Как лук поможет при гепатите?

Гепатит – это острое или хроническое воспаление печени, которое вызывается различными вирусами. Гепатиты вирусов В, С и D развиваются в результате передачи инфекции через кровь, слюну или сперму. Гепатит А передается от зараженного человека при попадании вируса в кишечник, а оттуда в печень. Заболевания очень коварны, так как заявляют о себе не сразу. Гепатит А может заявить о себе через 50 дней, а гепатиты В, С и D – только через 6 месяцев. Общими симптомами заболеваний являются:

- желтушный цвет кожи глазных белков (в результате разрушения клеток печени, из которых в кровь поступает билирубин, имеющий желтый цвет),
- слабость,
- высокая температура,
- расстройство стула,
- тошнота,
- рвота,
- боли или тяжесть в верхней части живота.

Если своевременно не принять меры, гепатит может привести к разрушению клеток печени или циррозу.

Как работает лекарство из лука

Луковое лечение дает положительные результаты в комплексной терапии гепатита. Фитонциды, содержащиеся в растении, нейтрализуют действие вирусов. Комплекс витаминов и микроэлементов нормализует микроциркуляцию крови, улучшает питание клеток печени и способствует их восстановлению. Кроме того, лук предотвращает осложнения болезни и ускоряет процессы выздоровления.

Рецепт из лука для борьбы с гепатитом

Вам потребуется:

- 300 г репчатого лука,
- 2 ст. л. листьев горькой полыни,
- 200 г арбузного меда,
- 0,7 л белого сухого виноградного вина.

Лук измельчают и смешивают с остальными ингредиентами. Настаивают 20 дней, ежедневно встряхивая. Затем препарат процеживают и принимают по 50 мл 3 раза в день за полчаса до еды. Курс лечения – 2–3 недели.

Насколько лук эффективен при кисте яичника?

Киста яичника – довольно частое женское заболевание. Она представляет собой доброкачественную опухоль на яичнике, заполненную внутри жидкостью. Кисты могут появляться в результате нарушения овуляции или гормонального сбоя. Если киста небольшого размера, то она не доставляет женщине никаких неприятностей и часто рассасывается самостоятельно. Если киста достигает больших размеров, то появляются:

- боли в животе,
- нарушение менструального цикла,
- кровянистые выделения.

В таком случае лечение кисты требует медицинского и порой даже хирургического вмешательства.

Как работает лекарство из лука

В комплексном лечении препараты из лука оказывают положительное действие и ускоряют процесс выздоровления. Антимикробное действие растения предотвращает развитие воспаления. Комплекс витаминов и микроэлементов улучшает кровообращение в яичниках, способствует рассасыванию кисты, а также укрепляет организм в целом, нормализует гормональный фон.

Рецепт из лука при кисте яичника

Вам потребуется:

- 500 г репчатого лука,
- 250 г свежего меда (не засахарившегося).

Лук измельчают на терке и перемешивают с медом. Кашицу накладывают на бинт и сворачивают в тампон. Вводят во влагалище на ночь. Курс лечения – 10 дней.

Как лук помогает при отеках?

Отеки часто встречаются как среди взрослых, так и детей. Они представляют собой избыточное скопление жидкости в полостях организма. Это происходит в результате нарушения процесса притока и оттока тканевой жидкости. Чаще всего отеки наблюдаются в подкожной жировой клетчатке, грудной или брюшной полости, околосердечной сумке, мошонке и конечностях. Отеки – это не заболевание. Они, прежде всего, сигнализируют о неполадках в организме (заболеваниях сердца, почек, печени, артерий, вен, опорнодвигательного аппарата). Определить отеки несложно. Они проявляются в виде:

- увеличения объемов, изменения форм органов и частей тела.

Лечение отека заключается в выведении жидкости из организма. Но в любом случае оно требует предварительного обследования и консультации с врачом.

Как работает лекарство из лука

Лук является отличным мочегонным средством, поэтому позволяет вывести лишнюю жидкость из организма. Кроме того, комплекс биологически активных веществ, содержащихся в растении, нормализует процессы кровообращения и лимфотока, рассасывает тромбы, предотвращает появление многих заболеваний.

Рецепт из лука от отеков

Вам потребуется:

- 2 небольшие луковицы,
- щепотка сахара.

Лук нарезают мелкими ломтиками, посыпают сахаром и помещают на сутки в темное прохладное место. Затем отжимают через марлю сок и принимают по 1 ст. л. 3 раза в день после еды. Курс лечения – 3–5 дней.

Как вывести камни из организма без лекарств?

Мочекаменная болезнь встречается среди разных людей, независимо от возраста и пола. Причиной недуга являются несбалансированное питание, малоподвижный образ жизни, воздействие неблагоприятных экологических факторов и т. д. Заболевание связано с нарушением обмена веществ, в результате которого в организме начинают накапливаться соли. Если недуг не лечить, то скопление солей может приводить к образованию камней до 10 см. Как правило, мочекаменную болезнь сложно не заметить. Она сопровождается следующими симптомами:

- боль в пояснице, в паховой области, низу живота или в половых органах,
- частые позывы к мочеиспусканию,
- иногда тошнота и рвота.

Запущенные формы мочекаменной болезни могут привести к осложнению в виде цистита или пиелонефрита. Поэтому важным является своевременное лечение.

Как работает лекарство из лука

Лук является эффективным способом борьбы с мочекаменной болезнью, конечно, наряду с устранением причины недуга. Он не только снимает воспалительные процессы и устраняет боли, но и обладает мочегонным действием и растворяет камни. При этом комплекс полезных микроэлементов, содержащихся в луке, оказывает общеукрепляющее действие на организм в целом.

Рецепт из лука от мочекаменной болезни

Вам потребуется:

- 40 г мелконарезанного лука,
- 0,5 л водки.

Смесь настаивают в течение 1 недели. Препарат принимают по 1 ч. л. 3 раза в день, запивая водой. Курс лечения – 1–2 недели.

Лук эффективен при сахарном диабете?

Сахарный диабет – заболевание, которое сегодня встречается все чаще и чаще. По уровню смертности оно занимает третье место после сердечнососудистых заболеваний и онкологии. Причиной появления диабета является нарушение работы поджелудочной железы. В результате вырабатывается недостаточное количество особого гормона инсулина, регулирующего обмен веществ, и повышается уровень сахара в крови (в норме должно быть 3,38–5,55 ммоль/л). При абсолютной нехватке инсулина возникает диабет 1 типа. При диабете 2 типа инсулин вырабатывается в нормальном или даже повышенном количестве, но не усваивается организмом.

Главными симптомами сахарного диабета являются:

- сильная жажда,
- утомляемость,
- частое мочеиспускание,
- иногда обезвоживание организма,
- возможна потеря сознания при диабете 1 типа.

Диабет 2 типа возникает постепенно, потому его симптомы практически незаметны и о заболевании вы можете узнать случайно (при сдаче анализов). Если диабет в течение длительного времени не лечить, он приводит к необратимым изменениям во всех органах и системах их организма. Потеря зрения, конечностей, отказ почек от работы – далеко не полный перечень осложнений, возникающих у больных сахарным диабетом. Диабетик просто превращается в «ходячий труп».

Как работает лекарство из лука

Лук является отличным средством в комплексном лечении сахарного диабета, а также способствует его профилактике. Дело в том, что содержащийся в нем йод нормализует обменные процессы, регулирует выработку гормонов. Гликонин понижает уровень сахара в крови. Комплекс витаминов и микроэлементов нормализует уровень сахара в крови, повышает иммунную систему и защитные возможности организма.

Рецепт из лука для профилактики сахарного диабета

Вам потребуется:

- 2 луковицы (из расчета на день),
- 1 стакан молока.

Луковицы очищают и заливают молоком. После того, как они сварятся, вытаскивают и остужают. Принимают перед едой 1 раз в день. Курс лечения – 1 месяц. Через 20–30 дней курс можно повторить.

Рецепт из лука для лечения сахарного диабета

В комплексном лечении сахарного диабета вам потребуется:

- 60 мл настойки листьев грецкого ореха,
- 150 мл настойки репчатого лука,
- 40 мл травы манжетки.

Ингредиенты смешивают и принимают по 0,5–1 ч. л. 2 раза в день – утром натощак и вечером перед сном. Курс лечения – 2–3 недели.

Неужели лук поможет похудеть?

Проблема лишнего веса волнует миллионы людей. Ведь это не просто недостаток фигуры, но и серьезное заболевание, которое влечет за собой массу негативных последствий. Лишний вес нередко становится причиной:

- артрита, диабета, остеопороза, стенокардии,
- повышенного давления,
- увеличения уровня холестерина,
- камней в почках и желчном пузыре,
- проблем с эрекцией,
- заболевания яичников и шейки матки,
- заболевания астмой и затрудненным дыханием,
- риска смертности после первого сердечного приступа, развития рака горла, желудка, кишечника и почек.

Механизм накопления лишних килограммов предельно прост – это нарушение обмена веществ. Организм по каким-то причинам просто не справляется с окислением поступающих в него жиров, и они, подобно шлакам и токсинам, откладываются мертвым грузом. В итоге все органы и системы начинают работать в предельном режиме и изнашиваются раньше времени.

Сегодня существует масса различных методик для похудения. Но не все из них так эффективны, как хотелось бы. Более того, многие из них дают лишь временный результат, а неправильное соблюдение правил приема пищи часто заканчивается плачевно для желудочнокишечного тракта.

Проверенным лекарством, совершенно безопасным для здоровья, являются препараты из лука.

Как работает лекарство из лука

Благодаря комплексу биологически активных веществ лук улучшает кровообращение и нормализует обменные процессы в организме, сжигает жир и способствует выведению шлаков и токсинов. Входящий в состав растения инулин очищает от холестерина. Кроме того, лук обладает мочегонным действием и избавляет от лишней жидкости, снимает отеки.

Рецепт из лука для похудения

Вам потребуется:

- 6 луковиц среднего размера,
- небольшой кочан капусты,
- 2 болгарских перца,
- пучок сельдерея.

Овощи мелко нарезают, заливают 2 л воды и варят до готовности. Смесь принимают 3 раза в день. Курс лечения – 7 дней.

Как лук справится с бессонницей?

В современном мире жить без спешки и постоянных стрессов оказывается просто невозможно. К сожалению, сильные переживания и эмоциональное напряжение, чрезмерные психические нагрузки не проходят бесследно. Чаще всего они приводят к переутомлению и нарушению сна. Кроме того, бессонница может указывать на наличие ряда заболеваний: неврозов, некоторых сердечнососудистых и психических болезней, нейроинфекции, а также на повреждение головного мозга.

Бессонница сопровождается нарушением ритма пробуждения и засыпания, сон становится коротким, поверхностным и не дает полноценного отдыха. Обычно человека, который мучается от бессонницы, легко узнать по внешнему виду:

- отеки под глазами,
- красные глаза,
- сухие губы,
- вялость,
- подавленность.

Лечение бессонницы всегда необходимо начинать с выяснения причины. В зависимости от этого врач подбирает подходящую методику.

Как работает лекарство из лука

Традиционное лечение в борьбе с бессонницей не всегда оказывается эффективным. Химические препараты, как правило, только устраняют симптомы, а нередко могут иметь и побочное действие. Кроме того, постоянное употребление лекарств может подавлять центральную нервную систему, вызывать заторможенность, а также зависимость от определенного препарата, что создает дополнительную угрозу для здоровья человека.

Луковая терапия оказывает успокаивающее действие, нормализует работу нервной системы. Более того, препараты из лука активизируют защитные силы организма и предотвращают различные заболевания, которые приводят к нарушению сна.

Рецепт из лука от бессонницы

Вам потребуется:

- 1 головка репчатого лука,
- 1 ст. л. сухих истолченных корней шалфея,
- 1 ч. л. меда,
- 200 мл молока.

Лук измельчают и смешивают с шалфеем. Сбор заливают кипяченым молоком и настаивают 10–15 минут. Затем добавляют мед и принимают за 30 минут до сна. Курс лечения – 2 недели.

Как уменьшить эпилептические припадки?

Эпилепсия – одно из самых распространенных заболеваний нервной системы. Заболевание сопровождается патологиями в головном мозге, в результате чего периодически происходит нарушение двигательных, чувствительных, мыслительных функций. Причинами появления эпилепсии являются кислородное голодание во время беременности (гипоксия), врожденные пороки головного мозга, внутриутробные инфекции, родовая травма или наследственная предрасположенность. Заболевание может проявляться поразному:

- в виде непродолжительных судорог и припадков с задержкой дыхания,
- онемения в определенных частях тела (руках, ногах, лице и т. д.),
- приступов зрительных, голосовых, вкусовых галлюцинаций,
- легкого запрокидывания головы и пристального взгляда в одну точку.

Считается, что эпилепсия является неизлечимым заболеванием. Однако в последнее время с ней удается справиться. Длительная лекарственная терапия на основе современных противоэпилептических препаратов позволяет полностью избавиться от приступов 65 % больных и существенно снизить количество приступов у 20 %.

Как работает лекарство из лука

Луковый сок издавна применяли для борьбы с эпилепсией. Для этого его закапывали в ухо. Дело в том, что биологически активные вещества лука оказывают положительное действие на головной мозг, улучшают мозговое кровообращение. При продолжительном приеме луковых препаратов в комплексе с традиционным лечением снижается интенсивность и количество эпилептических припадков.

Рецепт из лука для профилактики эпилептических припадков

Вам потребуется:

- 50 г корня девясила,
- 2 головки репчатого лука,
- 100 г настойки прополиса,
- 0,5 л водки.

Лук измельчают, смешивают с корнем девясила и заливают водкой. Оставляют настаиваться в течение 12 дней в темном теплом месте, периодически встряхивая. Затем добавляют настойку прополиса и принимают по 30 капель 3 раза в день за полчаса до еды. Курс лечения – по 2 недели 2–3 раза в год.

Лук в косметологии

Комплекс биологически активных веществ делает лук незаменимым в косметологии. Он оказывает положительное воздействие на кожу, волосы и ногти. Благодаря антимикробным и вяжущим свойствам лук позволяет быстро вылечить нарывы и ожоги, избавиться от заноз, вшей. И все это – не выходя из дома и без ущерба для кошелька.

Как уменьшить морщины без подтяжек?

Для любой женщины важно всегда видеть в зеркале молодую красивую кожу. Но, к сожалению, ни один человек не застрахован от появления морщин. С возрастом кожа утрачивает свою эластичность и упругость, и поверхностные мимические морщины превращаются в глубокие бороздки. Дело в том, что за здоровый и красивый вид кожи отвечают волокна коллагена и эластина. Они удерживают влагу и поддерживают упругость. Но со временем эти белки перестают вырабатываться, кожа становится сухой и морщинистой, беззащитной перед воздействием токсичных веществ. Процесс старения нельзя остановить, но можно его задержать. И в первую очередь в этом помогает правильный уход за кожей.

Как работает лекарство из лука

В домашних условиях лук является одним из самых эффективных средств для поддержания красоты кожи. Благодаря богатому содержанию витамина С чудорастение имеет антиоксидантное действие, то есть предотвращает воздействие на кожу продуктов деятельности клеток (токсинов) и замедляет процессы старения. Витамины Е, группы В, каротин улучшают питание и регенерацию кожи, сохраняют баланс влаги, поддерживают ее защитные свойства от вредных факторов.

Рецепт из лука от морщин

Вам потребуется:

- 30 г лукового сока,
- 30 г меда,
- 30 г пчелиного воска,
- 30 г сока луковицы белой лилии.

Ингредиенты смешивают, нагревают в глиняной посудине до полного расплавления воска. Затем смесь охлаждают и протирают ею лицо утром и вечером. Избыток воска убирают салфеткой. Воск хорошо впитывается кожей, придает ей гладкость и нежность.

Как избавиться от веснушек?

Для кого-то веснушки являются настоящим украшением, а комуто доставляют массу проблем и комплексов. На самом деле, золотистые крапинки появляются в результате нарушения пигментного обмена. Веснушки – это родственницы загара. Они представляют собой пятна меланина – красящего пигмента, образующегося под воздействием ультрафиолетовых лучей. По сути дела, веснушки – это всего лишь защитная реакция организма на избыток солнца. Именно поэтому они являются настоящей напастью весной и летом.

Как работает лекарство из лука

Конечно, полностью избавиться от неприятных пятен без серьезных косметических процедур невозможно.

Но вполне реально сделать их менее заметными в домашних условиях. Лук не только воздействует на меланин и заставляет веснушки бледнеть, но и освежает цвет лица, делает кожу более гладкой и упругой.

Рецепт из лука от веснушек

Вам потребуется:

- свежий сок лука.

Утром и вечером чистую кожу протирают соком. Процедуры необходимо повторять в течение 1 месяца.

Как легко убрать герпес?

Герпес – одна из самых распространенных вирусных инфекций. Она встречается у 95 % людей. В большинстве случаев причиной заболевания является слабый иммунитет. Герпес передается воздушнокапельным путем, при прямом контакте или через предметы обихода и гигиены (полотенца, носовые платки). Вирус может поражать кожу, глаза, слизистые оболочки половых органов и лица и даже центральную нервную систему. В зависимости от формы, герпес проявляется в виде:

- группы пузырьков с водянистым содержимым,
- зуда,
- общей слабости,
- повышения температуры,
- болезненных ощущений,
- опухания лимфоузлов,
- мышечных и головных болей.

Герпес – не такой безобидный, как кажется на первый взгляд. Сегодня так и не найдено лекарство, которое смогло бы полностью избавиться от вируса. Лечение, как правило, направлено на устранение симптомов и профилактику герпеса.

Как работает лекарство из лука

Лекарство из лука, в отличие от медикаментозных препаратов, позволяет безопасно и быстро устранить симптомы герпеса. Фитонциды, содержащиеся в растении, убивают микробы и предотвращают дальнейшее развитие инфекции, снимают воспаление и зуд.

Комплекс витаминов и минералов оказывает общеукрепляющее действие на организм и повышает иммунитет кожи. Кроме того, лук является отличной профилактикой герпеса.

Рецепт из лука от герпеса

Вам потребуется:

- 1 головка репчатого лука,
- 1 стакан лукового настоя.

Лук измельчают на терке, затем отжимают сок через марлю и протирают пораженные участки. Внутрь принимают по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Курс лечения – 5–7 дней. Для профилактики прием препарата можно повторять 2 раза в год.

Как справиться с натоптышами?

Одна из самых больших неприятностей для ног не только мозоли, но и натоптыши. Они представляют собой огрубевшие участки кожи и появляются в результате ношения тесной обуви или обуви на высоких каблуках. К сожалению, натоптыши сами собой не проходят и могут оставаться годами. Но справиться с ними можно и в домашних условиях.

Как работает лекарство из лука

Лук является отличной альтернативой любого педикюрного кабинета. С помощью него можно справиться с проблемой натоптышей. Содержащиеся в нем биологически активные вещества помогают размягчить огрубевшие участки кожи. Фитонциды устраняют бактерии и предотвращают развитие воспалительных процессов в местах трещин. Кроме того, лук ускоряет образование новых здоровых клеток кожи.

Рецепт из лука от натоптышей

Вам потребуется:

- 7–10 луковиц вместе с зелеными листьями,
- 0,5 л водки или спирта.

Луковицу измельчают на мясорубке и заливают водкой (спиртом). Смесь помещают в темное прохладное место на 2 недели. Желательно настойку ежедневно размешивать. После чего в препарате намачивают марлю, складывают ее в несколько слоев и прикладывают к натоптышу. Сверху накрывают полиэтиленом и заматывают бинтом. Оставляют на ночь. Процедуру повторяют в течение нескольких дней, пока натоптыш не размягчится. Затем соскабливают омертвевшую кожу пемзой, еще раз протирают настойкой и смазывают питательным кремом.

Как устранить гнойное воспаление пальцев рук или ног?

Как правило, неправильно сделанный маникюр и педикюр, мелкие травмы, трещины, царапины не привлекают нашего внимания. Между тем, они могут привести к острому гнойному воспалению тканей пальца около ногтя, или панарицию. Панариций развивается в том случае, если в рану попадают гноеродные микробы (стафилококки или стрептококки). Определить воспаление несложно. Оно сопровождается:

- гнойным очагом вокруг ногтя или под ногтем, которое в тяжелой форме может распространиться на кость ногтевой фаланги,
- жжение,
- боли вокруг воспаления (при поверхностной форме),
- резкая боль при сгибании пальца (при глубокой форме).

Если воспаление поверхностное, то с ним можно легко справиться самостоятельно. В случае глубокой формы панариция, за помощью следует обратиться к врачу.

Как работает лекарство из лука

Лук обладает антимикробным действием. Фитонциды, содержащиеся в растении, снимают воспаление, покраснение и боль. Комплекс витаминов и минералов позволяет быстро зажить ране и восстановить защитную реакцию кожи.

Рецепт из лука при первых симптомах панариция

Вам потребуется:

- 1 головка репчатого лука.

Лук очищают, измельчают и поджаривают до прозрачной корочки на сковороде. Кашицу прикладывают к больному месту и сверху завязывают бинтом. Оставляют компресс на ночь. Процедуру можно повторить 2–3 раза.

Рецепт из лука для быстрого заживления гнойного воспаления пальцев

Способ 1.

Вам потребуется:

- 1 головка репчатого лука,
- 0,5 стакана молока.

Луковицу очищают и отваривают в молоке. Затем остужают, нарезают пополам и прикладывают к воспаленному пальцу. Сверху заматывают бинтом. Через 4 часа процедуру повторяют.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 1 головка репчатого лука,
- 1 ст. л. меда.

Лук очищают, запекают в духовке, измельчают и смешивают с медом. Кашицу прикладывают к больному пальцу. Сверху заматывают бинтом. Через 5 часов процедуру повторяют.

Как быстро избавиться от ожогов?

Сложно найти человека, который в своей жизни не сталкивался бы с ожогами. Возникают они под действием высокой температуры, солнечных лучей или некоторых химических веществ (щелочей, кислот, солей тяжелых металлов и др.), в результате которых повреждаются ткани организма. В зависимости от степени тяжести, ожоги проявляются поразному:

- 1 степень опасности для здоровья – покраснение кожи,
- 2 степень – образование пузырей,
- 3 степень – омертвление всей толщи кожи,
- 4 степень – обугливание тканей.

В первых двух случаях можно обойтись домашним лечением. Третья и четвертая степень тяжести требуют только помощи врача.

Как работает лекарство из лука

Препараты из луковой шелухи позволяют справиться с ожогами небольшой степени тяжести. Дело в том, что содержащаяся в них сера помогает быстро снять воспаление и покраснение. Слизки оказывают вяжущий эффект и снимают боли. Витамины Е, Н, каротин восстанавливают кожные покровы и способствуют заживлению ожога.

Рецепт из лука от ожогов

Способ 1.

Вам потребуется:

- 1 луковица,
- 1 ст. л. льняного масла.

Луковицу отваривают, измельчают и смешивают с льняным маслом. Кашицу заворачивают в марлю, и накладывают компресс на пораженный участок на 12 часов. Затем компресс меняют и снова держат 12 часов.

Способ 2.

Вам потребуется:

- 1 большая луковица,
- 200 г подсолнечного масла,
- 15 г растопленного воска,
- 2 ст. л. муки.

Лук измельчают и поджаривают в растительном масле. Затем процеживают через марлю. К растительному маслу добавляют растопленный воск и муку, тщательно перемешивают. Препарат накладывают на пораженное место. Через каждые 20 минут компресс меняют 3–5 раз. На следующий день процедуры повторяют через каждые 2–3 часа.

Как лук избавит от абсцесса (нарыва)?

В результате занесения в рану грязи, инородного тела или инфекции может происходить ее нагноение или, иначе говоря, абсцесс. При сниженном иммунитете заболевание встречается достаточно часто. Абсцессы сопровождаются:

- припухлостью и покраснением участка кожи,
- болезненностью,
- скоплением гноя,
- местным жаром,
- иногда нарушением функции той части тела, где расположен очаг.

Образование гноя объясняется просто – в пораженной области скапливаются мертвые лейкоциты, которые борются с бактериями. Если абсцесс своевременно не убрать, то возбудители инфекции могут попасть внутрь организма или под кожу.

Как работает лекарство из лука

Если абсцесс небольшой, то с ним можно легко справиться в домашних условиях. Препараты из лука убивают патогенные микроорганизмы, снимают воспаление, боль и припухлость кожи. Кроме того, лук предотвращает дальнейшее распространение пораженной области и помогает быстро выйти гною наружу. После луковой терапии раны быстро заживают.

Рецепт из лука для устранения абсцесса

Вам потребуется:

- 2 головки репчатого лука,
- 1 стакан лукового настоя.

Лук очищают, нарезают пополам и запекают на сковороде до появления черноты. Затем остужают и прикладывают к пораженному месту. Сверху обматывают бинтом и оставляют на 1 час. Затем повязку снимают и снова повторяют процедуру до 5 раз. Для укрепления иммунной системы внутрь одновременно принимают по 0,5 стакана лукового настоя 2 раза в день после еды. Курс лечения – 5–7 дней.

Как удалить занозу с помощью лука?

Ни один ребенок не миновал такой неприятности как заноза. Чаще всего они попадают на кожу кистей рук или на ступни. Если заноза поверхностная, то удалить ее несложно традиционным способом. Но бывает, что инородное тело уходит глубоко под кожу и доставляет массу неприятностей:

- боль,
- воспаление,
- отек,
- иногда нагноение.

Бывает, что самостоятельно удалить занозу непросто, и приходится обращаться к врачу. Этого можно избежать, если обратиться за помощью к луку.

Как работает лекарство из лука

Лук позволяет вывести инородное тело на поверхность кожи. Более того, содержащиеся в нем фитонциды убивают микробы, снимают воспаление и боль, устраняют отек или нагноение в месте занозы.

Рецепт из лука для удаления занозы

Вам потребуется:

- 1 головка репчатого лука.

Лук натирают на терке. Место с занозой обрабатывают спиртом и накладывают на него кашицу. Сверху накрывают кусочком целлофана и забинтовывают. Повязку меняют каждые 3 часа, пока заноза не выйдет на поверхность.

Как лук избавит от вшей?

Педикулез, или вшивость – нередкое заболевание среди детей. Вши обычно появляются при несоблюдении санитарногигиенических условий. Но могут передаваться и в результате контакта с больным человеком. Научные исследования также показали, что на распространение педикулеза влияют всплески солнечной активности, а также ослабление иммунитета среди населения.

Чаще всего паразитов обнаруживают на волосистой части головы, бровях, ресницах, бороде. Они постоянно размножаются. А от укусов появляется сильный зуд. Расчесывание волосистой части головы может вызывать инфекцию или воспаление кожи. Справиться механическим путем с вшами просто невозможно. Лечение должно включать только лекарственные препараты.

Как работает лекарство из лука

В народной медицине одним из самых эффективных средств избавления от педикулеза является лук. Резкий запах растения убивает паразитов и отложенные ими яйца. Кроме того, лук положительно действует на волосистую часть головы, снимает раздражение и покраснение от укусов, быстро устраняет зуд и инфекцию, занесенную при расчесывании кожи.

Рецепты из лука от вшей

Вам потребуется:

- 2 луковицы,
- 2 яичных желтка,
- 1 стакан лимонного сока.

Луковицу натирают на терке и смешивают с яичными желтками. Маску наносят на корни волос, укутывают голову полиэтиленом, а сверху заматывают полотенцем. Препарат держат в течение 1 часа, затем волосы промывают и ополаскивают соком лимона.

После чего волосы тщательно прочесывают. Процедуру желательно повторить 2–3 раза.

Как придать волосам здоровый вид?

Многие женщины нередко страдают из-за потери привлекательного внешнего вида волос. Волосы становятся тусклыми, ломкими, тонкими, постоянно выпадают, нередко появляется просесть. Как правило, такая проблема связана с несбалансированным питанием, неправильным образом жизни, вредными привычками, нехваткой витаминов, а также негативным воздействием внешних факторов. Нездоровый вид прически может быть связан и с заболеваниями внутренних органов. Поэтому лечение прежде всего нужно начинать с устранения причины.

Как работает лекарство из лука

В комплексе со здоровым образом жизни, приемом витаминных препаратов лук является отличным средством по уходу за волосами. Содержащиеся в нем минеральные соли, каротин, биотин, сера, витамины В, D, Е благотворно влияют на кожу головы и структуру волос. Кроме того, лук предотвращает выпадение волос, придает прическе объем и шелковистость, устраняет перхоть. Волосы после природного лекаря лучше расчесываются, становятся сильными и густыми.

Рецепт из лука для красоты и здоровья волос

Вам потребуется:

- 2 головки репчатого лука.

Лук измельчают, отжимают сок и втирают его в корни волос. Голову обматывают полиэтиленом и полотенцем и держат 1 час. Затем волосы промывают с шампунем. Процедуру повторяют 1–2 раза в неделю в течение 2 месяцев.

Рецепт из лука для блеска волос

Вам потребуется:

- 1 ст. л. лукового сока,
- 1 ст. л. чесночного сока,
- 1 ст. л. лимонного сока,
- 1 ст. л. меда,
- 1 ст. л. майонеза,
- горстка порошка горчицы.

Ингредиенты смешивают и втирают в корни волос. Сверху покрывают голову полиэтиленом и махровым полотенцем и оставляют на 3–4 часа. Затем смывают маску теплой водой с шампунем, добавив в него горстку сухой горчицы, чтобы нейтрализовать запах лука.

Рецепт из лука для укрепления волос

Вам потребуется:

- 1 желток,
- 1 ч. л. сока лука,
- 1 ч. л. сока лимона,
- 1 ч. л. коньяка,
- 1 ч. л. репейного масла.

Ингредиенты тщательно перемешивают и наносят на корни волос. Затем волосы прочесывают. Голову покрывают полиэтиленом, а сверху махровым полотенцем. Маску держат 30–40 минут. После чего волосы промывают теплой водой с шампунем и ополаскивают отваром ромашки. Процедуры проводят 1–2 раза в неделю.

Рецепт из лука при жирной коже головы

Вам потребуется:

- 2 головки репчатого лука,
- 1 ст. л. лимонного сока.

Лук измельчают и смешивают с лимонным соком. Маску втирают в корни волос, закутывают полотенцем и держат 30 минут. Затем волосы промывают теплой водой с шампунем и ополаскивают холодной.

Рецепт из лука для роста волос

Вам потребуется:

- 4 головки репчатого лука,
- 1 желток,
- 1 ст. л. меда,
- 5 капель масляного раствора витамина А (если волосы сухие),
- 5 капель масляного раствора витамина D (если волосы жирные).

Лук очищают, натирают на крупной терке и перемешивают с медом и желтком. Добавляют масляный раствор витамина А или D. Маску наносят на корни волос, покрывают голову полиэтиленовым пакетом и махровым полотенцем и оставляют на 3 часа. Затем волосы промывают теплой водой с шампунем. Процедуры необходимо проводить через день в течение 1 месяца.

Рецепт из лука против поседения волос

Вам потребуется:

- 2 ст. л. лукового сока,
- 2 ст. л. настойки жгучего перца (продается в аптеке).

Ингредиенты смешивают и наносят на корни волос. Голову закутывают махровым полотенцем и держат маску 30 минут. Затем тщательно прополаскивают волосы теплой водой. Процедуры повторяют 2–3 раза в неделю. Курс лечения – 1 месяц.

Рецепт из лука для жирных и комбинированных волос

Вам потребуется:

- 4 ст. л. лукового сока,
- 1 ст. л. желатина,
- 1 яйцо,
- 1–2 ст. л. любого шампуня.

Все ингредиенты тщательно перемешивают. Маску наносят на корни и волосы по всей длине и оставляют на 1 ч. Затем смывают теплой водой. Процедуры повторяют 2–3 раза в неделю в течение 1 месяца.

Рецепт из лука от ломких и секущихся волос

Вам потребуется:

- 1 ст. л. лукового сока,
- 4 ст. л. касторового масла,
- 3 ст. л. вазелина,
- 2 ст. л. кокосового масла,
- 2 ч. л. глицерина,
- 2 ст. л. топленого свиного сала,
- 2 ч. л. 9 %й уксусной кислоты,
- 2 ч. л. любого шампуня.

Касторовое, кокосовое масло, свиное сало и вазелин растапливают на водяной бане. Затем смешивают с остальными ингредиентами. Полученную смесь наносят на корни и волосы по всей длине и оставляют на 30 минут. Затем смывают теплой водой. Процедуры повторяют 2–3 раза в неделю в течение 1 месяца.

Рецепт из лука для тонизирования кожи головы

Вам потребуется:

- 1 стакан яблочного или виноградного уксуса,
- 1 луковица,
- 1 ч. л. сока лайма или лимона.

Неочищенную луковицу нарезают на тонкие дольки, помещают в стеклянную емкость и заливают уксусом. Добавляют сок лайма (лимона) и настаивают в теплом месте сутки. Затем смесь процеживают и втирают настойку в кожу головы на ночь. Сверху покрывают полиэтиленом и полотенцем. Утром волосы промывают с шампунем. Процедуру повторяют 3–4 раза в неделю на протяжении 1 месяца. Для профилактики выпадения волос курс можно повторять 2–3 раза в год.

Как навсегда забыть о псориатических бляшках?

Псориаз – это кожное заболевание, которое имеет хронический характер. Несмотря на то, что недуг известен медицине уже очень давно, истинные причины его появления так и не найдены. Считается, что в большинстве случаев болезнь вызывается наследственной предрасположенностью, негативным воздействием внешних факторов, стрессами, а также иммунодефицитом. Чаще всего псориаз появляется в возрасте 20–30 лет. Определить его несложно. Он сопровождается:

- красными бляшками, покрытыми сухими белыми или серебристыми чешуйками (чаще всего на локтях, коленях, коже головы, ногтях и лице),
- зудом пораженных участков,
- деформированными слоющимися ногтями,
- волдырями на ладонях и ступнях, болезненными трещинами на коже.

Псориаз, конечно, не представляет серьезной опасности для здоровья, но может приводить к психологическим проблемам – низкой самооценке из-за внешнего вида, социальной изоляции.

К сожалению, заболевание имеет хронический характер и излечить его невозможно. Однако снять симптомы псориаза вполне реально. Проводить лечение важно под наблюдением врача, чтобы он мог индивидуально подобрать подходящие препараты.

Как работает лекарство из луковой шелухи

В народной медицине положительное действие при псориазе оказывают ванны из луковой шелухи. Они не только снимают воспалительные процессы и зуд, но и отшелушивают омертвевшие чешуйки, улучшают внешний вид кожи. После луковых процедур лицо и тело становятся свежими, гладкими, упругими.

Рецепт из лука от псориатических бляшек

Вам потребуется:

- 300 г луковой шелухи,
- 2 л воды.

Шелуху заливают горячей водой и кипятят на слабом огне 30–40 минут. Полученный отвар добавляют во время принятия ванны. Желательно при этом в ванне оставаться 20–30 минут. Процедуры необходимо проводить 2–3 раза в неделю на протяжении 1 месяца. Для профилактики их можно повторять несколько раз в год.

Противопоказания при применении лука

Несмотря на множество полезных качеств, препараты из лука, к сожалению, имеют ряд противопоказаний. Их следует учитывать при лечении.

С осторожностью лекарство из лука следует принимать при:

- ишемической болезни сердца и нарушениях сердечного ритма,
- гастрите с повышенной кислотностью,
- язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки,
- панкреатите (воспалении поджелудочной железы),
- воспалении почек,
- бронхоспазмах.

Поэтому прежде чем заниматься самолечением, обязательно проконсультируйтесь со своим врачом!

Взаимодействие лука с лекарствами

Лук является эффективным не только как самостоятельное лекарство, но и в комплексе с другими народными и медицинскими препаратами. Дело в том, что биологически активные вещества, содержащиеся в луке, быстро усваиваются, а потому не снижают действие других лекарств. Единственное, что в процессе лечения не следует употреблять спиртные напитки.

Лук в быту

Немногие хозяйки знают, что лук является верным помощником в быту. Он может заменить многие дорогостоящие препараты в борьбе с пятнами и, кроме того, всегда есть под рукой.

Как удалить пятна от утюга с одежды?

Редко какая хозяйка не сталкивалась с такой неприятностью, как пятна от утюга. Как правило, они остаются на вещах, в составе которых содержится синтетика. Стоит сделать чуть повыше температуру глажки увы, вещь испорчена. Не торопитесь ее выбрасывать или нести в химчистку.

С пятнами от утюга можно справиться в домашних условиях. Для этого возьмите луковицу, измельчите ее на терке, и наложите кашицу на пятно на несколько часов.

После чего вещи замочите в холодной воде, и хорошенько постирайте с порошком.

Как удалить пятна от плесени?

Нередко при неправильном хранении вещей на них могут появляться пятна плесени. Такие пятна не всегда получается устранить обычной стиркой, и вещь оказывается испорчена. Справиться с плесенью помогает лук. Дело в том, что фитонциды, содержащиеся в растении, проникают глубоко в ткань и растворяют грибок.

Для устранения плесени достаточно взять 1 луковицу, разрезать ее пополам и натереть пятно. Затем простирать вещь в горячей воде с порошком.

Как удалить пятна с обуви?

Кому не бывает обидно, когда на новой кожаной обуви вдруг появляется пятно. Конечно, если туфли или сапожки темные, можно их просто покрасить кремом или специальной краской. Но что делать, если обувь светлая? Не расстраивайтесь раньше времени.

Пятна на обуви можно вывести с помощью лука. Достаточно разрезать головку на две половинки и хорошенько натереть ими испорченное место. Затем пятно нужно замочить теплой мыльной водой и вытереть насухо. Только не забудьте предварительно проверить, не оставляет ли сам лук пятен.

Кстати, если луком натереть потертую лакированную обувь, то она засверкает как новая.

Как почистить стекла и зеркала?

Если вы хотите отмыть грязные стекла или зеркала, избавиться от разводов, совсем не обязательно покупать дорогостоящие средства. Достаточно воспользоваться тем, что есть под рукой. Лук для чистки стекол и зеркал подходит как нельзя лучше. Он позволяет убрать застарелые пятна и потеки, избавиться от ржавчины. После него поверхность будет блестеть как новая. Более того, не останется никаких разводов.

Просто нужно разрезать лук на две половинки и протереть ими стекло или зеркало. Затем вымыть поверхность холодной водой и вытереть насухо.

Как справиться с ржавчиной на посуде?

Ржавчина на металлической кухонной посуде может испортить настроение любой хозяйке. Она появляется быстро и незаметно в условиях высокой влажности или плохой просушки столовых приборов. Но и здесь все можно исправить. Пятна от ржавчины можно быстро удалить с помощью лука. Достаточно разрезать его на две половинки и потереть ими испорченные ножи, вилки или ложки.

Лук в кулинарии

В кулинарии лук признан незаменимым продуктом. Его издавна используют для приготовления многих блюд. Он придает особый вкус и аромат, а благодаря целому комплексу биологически активных веществ еще является и полезным для здоровья. Учеными доказано, что каждый человек должен потреблять в год около 7–10 кг лука, чтобы поддерживать иммунитет в норме. Так что не забывайте включать этот полезный продукт в свой рацион питания.

Рецепты блюд из лука

Салат из репчатого лука с лимоном

Состав:

- 3–4 головки репчатого лука,
- 1/2 лимона,
- 3 ст. л. сметаны,
- 1 ст. ложка майонеза,
- зелень петрушки и укроп,
- сахар, соль.

Лук промывают, очищают от шелухи и нарезают тонкими кольцами. Затем добавляют соль, сахар, сок лимона. Заправляют сметаной и майонезом. Подают в холодном виде, посыпав сверху нарезанной зеленью.

Слоеный салат из репчатого лука и яблока

Состав:

- 2 луковицы,
- 2–3 яблока,
- 4 яйца,
- 100–150 г твердого сыра,
- майонез,
- лимонный сок.

Лук нарезают кольцами и обдают кипятком, чтобы избавиться от горечи. Затем остужают. Яйца варят вкрутую и нарезают тонкими кружочками. Яблоки очищают от кожицы и натирают на крупной терке. Затем сбрызгивают их лимонным соком, чтобы не потемнели. В салатницу сначала выкладывают слой лука и пропитывают его майонезом, затем – слой яблок и также поливают сверху майонезом, затем – кружочки яиц и майонез. Сверху посыпают натертым сыром и снова пропитывают майонезом.

Салат из репчатого лука с чесноком

Состав:

- 2–3 луковицы,
- 3 яйца,
- 2 пучка пера чеснока,
- 3 ст. л. растительного масла,
- 2 ст. л. майонеза,
- 2 ст. л. сметаны,
- зелень петрушки и укроп,
- соль, молотый перец,
- лимонный сок или уксус.

Лук нарезают кубиками и посыпают солью. Яйца варят вкрутую, измельчают и смешивают с луком. Добавляют мелко нарезанный укроп, петрушку, зелень чеснока, молотый перцем. Заправляют растительным маслом, сметаной и майонезом, лимонным соком или уксусом. Подают, посыпав сверху зеленью и яйцом.

Салат из репчатого лука со сливками

Состав:

- 300 г репчатого лука,
- 10 свежих слив,
- 2 ст. л. растительного масла,
- зелень петрушки,
- соль,
- молотый перец.

Лук очищают и нарезают мелкими кубиками. Сливы освобождают от косточек и также нарезают. Затем салат заправляют маслом, добавляют соль и перец по вкусу. Подают, посыпав нарезанной зеленью петрушки.

Салат из репчатого лука с ржаным хлебом

Состав:

- 2–4 луковицы,
- 200 г ржаного хлеба,
- 2–4 ст. л. растительного масла,
- сок 1/2 лимона или уксус,
- горчица, перец.

Лук нарезают кольцами и ошпаривают кипятком. Хлеб натирают на крупной терке, смешивают с охлажденным луком. Затем салат заправляют растительным маслом и уксусом или соком лимона. Добавляют по вкусу горчицу и перец. Салат подают к холодным и горячим мясным блюдам.

Салат из репчатого лука с творогом

Состав:

- 2–3 головки репчатого лука,
- 1/2 стакана творога,
- 1/2 стакана простокваши,
- соль,
- зелень.

Лук очищают и мелко нарезают. Затем добавляют творог, простоквашу и соль по вкусу. Все перемешивают и выкладывают в салатницу. Сверху посыпают зеленью.

Репчатый лук с сыром

Состав:

- 1 луковица,
- 1 ч. л. растопленного масла,
- 1 ст. л. молотых сухарей,
- 1 ст. л. тертого сыра,
- соль, сахар.

Луковицу очищают, нарезают на 4 части и заливают кипятком. В него добавляют соль, сахар и варят в течение 1–2 минуты. Затем лук достают, выкладывают на тарелку, сверху поливают растопленным маслом, посыпают молотыми сухарями и тертым сыром.

Луковый соус

Состав:

- 2 луковицы,
- 1 ст. л. муки,
- 1 ст. л. растительного масла,
- 2 стакана куриного бульона,
- 2 ст. л. томатапюре,
- соль,
- молотый перец,
- 2–3 ст. л. уксуса.

Лук очищают, мелко нарезают и поджаривают. Затем на сковороду высыпают муку и также поджаривают на растительном масле. Все смешивают, добавляют томатный соус, соль, перец, уксус. Снова прожаривают и доводят до густоты сметаны. Подают к жареному и тушеному мясу, котлетам.

Луковый маринад

Состав:

- 6–7 луковиц,
- 1/3 стакана растительного масла,
- 2 ст. л. томатной пасты,
- 1/2 стакана рыбного бульона,
- соль,
- перец горошком,
- лавровый лист.

Лук нарезают и заливают растительным маслом. Добавляют томатную пасту и поджаривают в течение 3–5 минут. Затем смесь заливают рыбным бульоном и кипятят 10 минут. Добавляют соль, специи. Маринад подают вместе с отварной или жареной рыбой.

Луковая тюря

Состав:

- 3 средние луковицы,
- 3 стакана кипяченой воды,
- 2 ст. л. растительного масла,
- 2 ст. л. пшена.

Пшено заливают горячей водой и варят до готовности. Лук измельчают, смешивают с остывшим пшеном и добавляют растительное масло. Подают с ржаным хлебом.

Лук в сметане

Состав:

- 400 г репчатого лука,
- 2 ст. л. масла,
- 1 стакан сметаны,
- 1 яйцо,
- 1 ст. л. тертого сыра,
- молотые сухари,
- соль.

Лук нарезают, посыпают солью, добавляют масло и ставят тушиться в духовку. Затем готовый лук перекладывают в огнеупорное блюдо, смазанное маслом и посыпанное сухарями. Сверху поливают сметаной, размешанной с яйцом и тертым сыром. Подрумянивают в духовке.

Луковая икра

Состав:

- 600 г репчатого лука,
- 60 г томата,
- 50 г зелени петрушки,
- лимонная кислота,
- соль, сахар,
- растительное масло.

Лук мелко нарезают и обжаривают на растительном масле до золотистого цвета. Затем добавляют измельченный томат и продолжают обжаривать. В конце посыпают солью, лимонной кислотой и сахаром по вкусу. Подавать, посыпав зеленью петрушки.

Пюре из лука

Состав:

- 500 г репчатого лука,
- 1 л бульона,
- 30 г муки,
- 0,5 л молока,
- 50 г сливочного масла,
- 1 желток,
- соль,
- перец.

Лук нарезают, заливают кипятком и варят на слабом огне в течение 5 минут. Затем вытаскивают и поджаривают на сковороде в растопленном сливочном масле. К луку добавляют муку с горячим молоком, посыпают солью и перцем и готовят 20 минут. Затем в пюре вливают бульон и тушат еще 20 минут. Подают с вареным желтком и кусочком масла.

Суп из лука с ржаным хлебом

Состав:

- 3 луковицы,
- 200 г ржаного хлеба,
- 1 л воды,
- 2 ст. л. сливочного масла.

Лук и хлеб нарезают кубиками и обжаривают на сливочном масле до золотистой корочки. Затем перекладывают в кастрюлю, заливают кипятком и варят 10–15 минут. Подают с гренками.

Суп из лука с сыром

Состав:

- 4 луковицы,
- 200 г пшеничного хлеба,
- 1,5 л воды или мясного бульона,
- 2 ст. л. сливочного масла,
- 3–5 ст. л. тертого сыра,
- соль,
- молотый перец.

Лук нарезают кольцами и обжаривают на сливочном масле. Сверху посыпают перцем. Затем лук перекладывают в кастрюлю, заливают водой или бульоном и доводят до кипения. Добавляют соль по вкусу. Хлеб обжаривают в сливочном масле и посыпают тертым сыром. Затем добавляют в бульон и оставляют настояться на 8– 10 минут.

Пирог с луком

Для теста необходимо:

- 500 г муки,
- 30 г дрожжей,
- 250 г молока,
- 2 ч. л. сливочного масла,
- соль,
- ванильный сахар.

Для начинки:

- 750 г репчатого лука,
- 180 г шпика,
- 250 г сметаны,
- 3–4 яйца,
- 40 г крахмала,
- 60 г сливочного масла,
- соль,
- 2–3 ст. л. тмина.

Чтобы приготовить начинку, шпик мелко нарезают и обжаривают в сливочном масле, добавляют мелко нарезанный лук, тмин, соль и готовят еще 5 минут. Затем снимают с огня и смешивают со сметаной, яйцом и крахмалом.

Для теста в теплом молоке разводят дрожжи. Муку просеивают и смешивают с маслом, солью и сахаром. Затем добавляют разведенные дрожжи и оставляют подходить на 1,5 часа в теплом месте. Тесто раскатывают и выкладывают слой на смазанный сливочным маслом противень. Сверху распределяют начинку и накрывают еще одним слоем теста. Выпекают в духовке при средней температуре 40 минут.

© Приходько, А., 2012

© ООО «Издательство Астрель», 2012
