***Рецепты из лекарственных трав***



**Автор:**

Алексеева Т.В., учитель начальных классов МБОУ «СОШ №1» г. Мирный.

г. Мирный, 2016г.

**Березовое масло**

Это сильное общеукрепляющее средство. Измельченные молодые листья (200г) смешать с 1 кг разогретого растительного масла. Охладить. Намазать на бутерброды, как приправу. Можно сделать из пачки сливочного масла.

**Березовые почки**

1 столовую ложку почек залить 0,5 литра кагора, поставить в стеклянной банке на водяную баню, кипятить 3 минуты. Охладить. Прием: по 1 десертной ложке за час до еды 3 раза в день. Показания: укрепляет иммунитет и организм после болезни.

**Сироп из шишек сосны**

Наполнить зелеными шишками сосны 3-х литровую банку, засыпать их сахаром. Поставить банку на солнечное место на 2 месяца для вытяжки сока из шишек. В начале сентября слить в банки и поставить в прохладное место. Лечит простуду и кашель.

**Витаминный сироп из хвои сосны, ели**

Хвою измельчить и засыпать сахаром 1;4. Залить кипяченой водой, поставить в темном месте. Процедить. Прием: по ½ стакана 2 раза в день.

**Еловое лечение**

50 грамм измельченных молодых шишек – почек залить 1 литр воды, варить в закрытой посуде на слабом огне, пока не выкипит жидкость. Процедить. Прием: по 1 стакану небольшими глотками, теплым, с сахаром или медом, 3 раза в день за 30 минут до еды. Применяется при заболеваниях органов дыхания.

**Лечение подорожником**

1 столовую ложку сухой травы подорожника залить кипяченым горячим молоком, настоять и выпить теплым 1 стакан на ночь, можно добавить немного меда. Помогает при заболеваниях от простуды и бронхита.



**Сосновые шишки**

Парить ноги сосновыми шишками. 15 – 20 шишек залить 3 литра воды, довести до кипения, на медленном огне должен томиться 20 – 25 минут. Отвар вылить в ведро, долить холодной водой и желательно укрыть одеялом.



**Сабельник**

Король всех трав. В литровую стеклянную банку положить 1/3 банки сабельника и залить водкой 2/3 и настаивать 3 недели в темном месте, периодически встряхивая. Через 3 недели процедить. Втирать в больные места суставов, можно пить по 1 столовой ложке на 50 мл воды 2 раза в день перед едой. Сабельник лечит все болезни. Он чистит организм, омолаживает его, укрепляет иммунитет, налаживает обмен веществ, укрепляет зрение.



**От головной боли**

Чабрец – сделать отвар сухого чабреца залить кипятком, настоять 15 – 20 минут, пить 1/3 стакана 3 раза в день. Отвар помогает при кашле.



**При отравлении**

Курильский чай. Сделать отвар, залить кипятком, процедить и пить 2 – 3 раза в день по 0,5 стакана.

Тысячелистник. Сделать отвар, если нет возможности можно жевать просто сырую траву.



**От температуры**

Верба. Сделать отвар, кипятить надо 15 минут, можно пожевать кору.



**От поноса**

Черемуха. Сделать отвар ягод, листьев, веточек, пить 1/3 стакана 1 раз в день.



[Скачано с www.znanio.ru](https://znanio.ru)