

Аллергия

Одной из причин, вызывающих аллергию, является недостаток хлоридов в организме. Для их восполнения необходимо употреблять продукты, которые восполняют недостаток соли. К таким продуктам относятся:

- овощи;
- фрукты;
- морепродукты (морская капуста, морские водоросли, рыба, моллюски).

Спустя 30 минут после еды и между приемами пищи можно слизнуть несколько кристаллов соли.

Если аллергией поражены легкие, делайте ингаляции крепким солевым раствором при помощи ингалятора, в который помещают крепкий водный раствор морской соли. Если ингалятора под рукой нет, проводите ингаляцию при помощи нагревания соли.

Для этого возьмите 1 кг морской соли, разогрейте ее на сковороде. Над сковородой установите самодельную воронку из картона и дышите через узкий ее конец.

Если аллергией поражена кожа, обтирайтесь после купания солью и не смывайте ее. Пусть она сама осыпется, когда высохнет вода. Признаки аллергии в виде язвочек быстро снимаются обмыванием или компрессами из морской воды. Компрессную ткань нужно все время поливать морской водой, чтобы она не высыхала.

Исцеление наступает быстрее, если места воспаления находятся в постоянном контакте с морской водой.



Солевые компрессы делают из соленой воды (100 г каменной или морской соли на 1 л воды) комнатной температуры или температуры тела. Этой соленой водой пропитывают хлопчатую ткань (или сложенный в несколько слоев бинт) и прикладывают ее к больному месту.

При аллергии необходимо проводить процедуры по усилению деятельности почек и надпочечников. Для усиления почечной деятельности необходимо провести 5 процедур. Для этого необходимы 0,5 кг свежих говяжьих или свиных почек, которые делятся на 5 порций, затем порция весом в 100 г отваривается в очень соленой воде (при этом надо 3 раза менять воду, чтобы избавиться от запаха).

Потогонная процедура для восстановления почек.

Отваренные почки надо съесть за 1 час до разогрева в ванной или сауне. При этом за 10–15 минут до обогрева надо выпить потогонный квас. В ванной (сауне) париться примерно 5–10 минут, при этом можно также пить потогонный квас. Общая продолжительность процедуры — 1–2 часа.

Потогонный квас. Берут 3 л воды, добавляют в банку 1–2 стакана варенья из малины или плоды свежей малины, затем добавляют 1 стакан сахара (при использовании варенья сахар не добавлять). Для брожения добавляют 1 ч. ложку сметаны. Хранят в тепле (20–30 °С) в течение 2 недель. Квас употребляют фактически без нормы, каждый раз добавляя в банку по мере его потребления воду и соответствующее количество сахара. Такой банки кваса может хватить на весь курс лечения.

Потогонный чай. В стакане воды кипятят 1–3 минуты 1 ст. ложку корней багульника или 2 ст. ложки листьев березы. Можно использовать цветы липы или бузины.



Разогреваться (париться) нужно раз в неделю до тех пор, пока не исчезнут затылочные головные боли, не перестанут потеть подушечки пальцев рук и ног, а также не исчезнут мешки под глазами. Делают не менее 10–15 таких процедур.

Аритмия

Восстановление желудочно-кишечного тракта

Первым делом необходимо восстановить желудочно-кишечный тракт.

Овощные жмыхи. Из моркови, черной редьки (с редьки кожуру не снимают) или капусты белокочанной отжимают сок с помощью соковыжималки. Как только вы получите жмыхи, их тут же нужно скатывать ладонями в маленькие шарики величиной с фасолину. Хранить шарики из жмыхов необходимо в холодильнике не больше 2 недель. Шарики принимают 3 раза в день по 2 ст. ложки за 20 минут до еды. При этом их разжевывать не надо.

Сахарный переброд на соке. Берут 3 л сока белокочанной капусты (моркови самосейки, черной неочищенной редьки) на 1 стакан сахара и ставят для брожения на 2–3 недели. Пьют по 3–4 ст. ложки переброда через 10 минут после еды.

Фермент чистотела. Состав: 3 л молочной сыворотки, 1 стакан сахара и 1 стакан сухой или нарезанной свежей травы чистотела (корни использовать нежелательно). Траву помещаем в мешочек из марли и с помощью грузила (камешка) погружаем на дно 3-литровой банки. В течение 1–2 недель необходимо принимать фермент за 30 минут до еды по 0,5 стакана. Фермент хра-



ните в теплом затемненном месте. Банка закрывается несколькими слоями марли.

Нормализация солевого баланса

Сразу после еды, а также через час после приема пищи на язык нужно положить на несколько минут 1 г соли и проглотить соленую слюну.

После этого переходят к употреблению вместо соли соленой морской капусты (не менее 4 ст. ложек), затем принимают ферменты и квасы.

Необходимо использовать пепсиностимулирующее средство, которое готовят следующим образом.

Берут 3 кг каланхое (или паслена, хурмы, фейхоа, рябины, свеклы, пшена, молодило, заячьей капусты) и смешивают в 3-литровой банке с 3 стаканами меда. Свободное пространство заполняют молочной сывороткой. Все киснет не менее месяца. Потом средство принимают с пищей по 1–2 ст. ложки.

Употребление квасов и ферментов

Приготовьте ферменты на адонисе (или желтушнике, ландыше, наперстянке, строфанте, пустырнике, валериане, аире) и пейте их 2–3 раза в день за 15 минут до еды. Приготовьте квас из винограда (или черники, земляники, малины, шелковицы) и пейте их без нормы через час после еды.

Потогонные процедуры

Через месяц после начала употребления ферментов и квасов займитесь потогонными процедурами.

За 10–15 минут до обогрева надо выпить потогонный квас. В ванной (сауне) надо париться, разогрева-



ясь примерно 5–10 минут. В сауне можно также пить потогонный квас. После обогрева обязательно надо обтирать тело уксусными настояками девясила или шалфея, а также пить подкисленный потогонный чай из шиповника и потогонный квас.

Уксусная настойка девясила. В 0,5 л 9-процентного уксуса всыпают 0,5 стакана травы девясила. Все настаивается не менее 5–10 часов.

Потогонный чай. Для приготовления потогонного чая 1 ст. ложку измельченных плодов шиповника заваривают 15–20 минут в 1 стакане кипятка. В стакан потогонного чая добавляют 1 ч. ложку 9-процентного уксуса и 1 ст. ложку меда (лучше липового). Пьют потогонный чай без ограничений.

Физические нагрузки

Массаж тела и длительная прогулка по лесу (а зимой на лыжах) сделают ваше сердце здоровым.

Массаж. Сеанс общего массажа начинают со спины, шеи и ближней к массажисту руки. Затем в таком же порядке надо массировать другую сторону спины, шеи и другую руку.

Голову массируют вслед за этим либо в конце сеанса. Затем массируют дальние ягодичные мышцы (поочередно с обеих сторон) и крестец. После этого переходят к массажу ближнего бедра и коленного сустава (поочередно с обеих сторон), после чего массируют голень, ахиллово сухожилие, пятку, стопу каждой ноги поочередно.

Затем массируемый переворачивается и ложится на спину. Сеанс общего массажа продолжают на дальней стороне груди. Массируют руки, бедра, голени и заканчивают сеанс массажем живота.



Режим питания

Кроме кислых яблок и капусты, надо помнить о меде, научиться готовить в кислом виде свеклу, горох, овес, картофель, лист подорожника, липовый цвет, лист лопуха, ирис, репу, турнепс, редис. Кроме того, рекомендуется употреблять квас из банановых шкурок.

Квас из банановых шкурок. 3 л воды, 2—3 стакана мелко порезанных банановых шкурок, 1 стакан сахара и 1 ч. ложка сметаны. Настаивать 2 недели, завязав горлышко посуды марлей в 3 слоя. Пить по 0,5 стакана 4 раза в день за полчаса до еды.

Перестаньте пить алкогольные напитки и курить, откажитесь от растительного масла, замените его орехами.

Артрит, полиартрит

Окисляют организм ферментами окопника, живокости (корни окопника), калужницы, аира, любистка, сережек ореха (лесного).

Уксусными настоями багульника, лилии болотной (корня), лютика и чемерицы обтирают больные места (эти настойки очень сильные — не обожгитесь).

Уксусный настой багульника. В 0,5 л 9-процентного уксуса всыпают 0,5 стакана измельченного багульника (или корней лилии болотной, травы лютика, травы чемерицы), настаивают не менее 2—4 дней.

Исключают из употребления все химические препараты типа бруфена.



Пьют квасы и чай, настоянный на листьях брусники или почках березы.

Чай на листьях брусники (почках березы). 1 ст. ложка растительного сырья, указанного выше, заваривается на 15–20 минут в 1 стакане кипятка.

Ставят компрессы на больные суставы.

Для компресса готовится смесь из измельченных в порошок корней аира болотного, корней багульника, корней девясила и соли, взятых в равных частях. Компрессы накладываются на больные суставы и смачиваются «царской водкой».

Если организм ощелочен, то компресс может вызывать ожог. Поэтому время наложения компресса определяйте по самочувствию (не более 10–15 минут). Следующий компресс накладывается только после исчезновения покраснения кожи. Постепенно продолжительность компресса доводится до 30 минут, часа, 2 часов, пока не появится возможность накладывать компресс на всю ночь. При здоровом окисленном организме такая процедура ожога вызывать не будет. Аналогичные процедуры можно делать и с индийским луком.

Исключают переохлаждение (даже в теплую погоду). Применяют обогрев тела или потогонные бани с березовым веником, обсыпанием солью и смачиванием больных мест уксусом. Кроме того, проводят солевую терапию артрита.

При артритах простудного характера можно ослабить боль, используя такой рецепт: прогрейте суставы мешочками с горячей морской солью, затем вотрите в разогретые суставы подогретое растительное масло, после чего опять сделайте солевое прогревание сустава.



Дают хорошие результаты при лечении суставов овощные солевые компрессы. Их готовят из овощных жмыхов (капусты, свеклы, моркови) и поваренной соли.

Ежедневно ставят на 5 часов компрессы на больной сустав. Обычно курс лечения проводят за 7–10 дней. Как правило, за этот срок очищаются капилляры и лимфатические сосуды, проходит боль. При обострениях и для профилактики можно провести дополнительный курс лечения соляными ваннами.

Астма бронхиальная

Причина заболевания бронхиальной астмой заключается в патологической реакции организма на аллергены. Аллергия, как правило, появляется из-за нехватки в организме хлоридов. Поэтому старайтесь вводить в организм больше соли.

Лечение солью. Если легкие подвержены аллергии, проводите ингаляции крепким раствором соли. Старайтесь также принимать соль внутрь, хотя бы 3 раза в день. Можно употреблять соль и после еды, и между приемами пищи.

Кроме аллергии, бронхиальная астма может быть связана с нарушениями центральной нервной системы. Астма может возникать также на фоне хронического бронхита или пневмонии.

Болотовская медицина предлагает снимать тяжелый астматический приступ противоаллергическим ферментом из корня валерианы, который готовится по стандартной схеме.

Фермент валерианы. 3 л воды, 1–2 стакана нарезанных корней валерианы, 1 стакан сахара, 1 ч. ложка



сметаны. Все бродит не менее 2 недель. 1 ст. ложку фермента надо выпить с чаем из полыни и произвести ингаляцию ферментом с помощью ингалятора (или пульверизатора).

Хорошо снимают приступ ферменты листьев эфедры, листьев и почек смородины, листьев крапивы, цветов полыни, цветов хризантемы, почек березы, почек сосны.

Восстановление желудочно-кишечного тракта

Лечение начинают с восстановления ЖКТ. Перед едой принимают (не разжевывая!) в виде шариков овощные жмыхи (отжимки, получаемые при приготовлении сока) моркови или капусты. Глотание жмыхов продолжается до тех пор, пока не будет воздушных отрыжек и не исчезнет полностью метеоризм.

При восстановлении ЖКТ используются жмыхи черной редьки, моркови самосейки, белокочанной капусты.

Шарики можно принимать без всяких перерывов в течение долгого времени. Если человек страдает изжогой, то ему лучше есть жмыхи моркови. Сок из жмыхов пейте на ночь чуть подсоленным.

Соки, которые получаются после отжима жмыхов, полезно принимать в виде сахарных перебродов.

Сахарный переброд. Берут 3 л сока белокочанной капусты (моркови самосейки, черной неочищенной редьки) на 1 стакан сахара и ставят для брожения на 2–3 недели. Пьют по 3–4 ст. ложки через 10 минут после еды.



В течение 1–2 недель необходимо принимать фермент чистотела (по 0,5 стакана за 30 минут до еды). Это позволяет полностью восстановить эпителиальные поверхности желудка и кишечника.

Потогонные процедуры

За 10–15 минут до обогрева надо выпить потогонный квас. В сауне надо париться 5–10 минут, можно при этом периодически пить потогонный квас. После сауны обязательно надо обтирать тело уксусными настойками девясила или шалфея, а также пить подкисленный потогонный чай из фиалки или кипрея, чередуя его с чаем из эвкалипта или ферментами на эвкалипте и мать-и-мачехе.

Ранней весной желательно пить проквашенный березовый сок.

Уксусная настойка девясила. В 0,5 л 9-процентного уксуса всыпают 0,5 стакана травы девясила. Все настаивается не менее 5–10 часов.

Потогонный квас. Потогонный квас готовят следующим образом. Берут 3 л воды, добавляют 1–2 стакана варенья из малины или плоды свежей малины, 1 стакан сахара (при использовании варенья сахар не добавлять). Для брожения добавляют 1 ч. ложку сметаны. Хранят в тепле (20–30 °С) в течение 2 недель. Квас употребляют без нормы, каждый раз добавляя в банку по мере его потребления воду и соответствующее количество сахара. Такой банки кваса может хватить на весь курс лечения.

Потогонный чай. Для потогонного чая подойдут сухая малина (плоды или стебли), калина, клюква, бузина (цветы), липа (цветы или листья), береза (листья), шалфей, кипрей, мать-и-мачеха, девясил. Для пригото-



ния потогонного чая 1 ст. ложку растительного сырья заваривают 15–20 минут в 1 стакане кипятка. В стакан потогонного чая добавляют 1 ч. ложку 9-процентного уксуса.

Ингалирование

При трахейных воспалениях следует проводить ингаляции ферментами чистотела. Их надо чередовать с ингаляциями крепким солевым раствором или солевой пылью.

Нужно пить сок черной редьки по 1–2 ст. ложки 3–4 раза в день. Для ингаляции показаны содо-солевые растворы с добавкой АТФ (аденозинтрифосфорная кислота, покупается в аптеке). Кроме того, астматикам полезны солнечные и ультрафиолетовые ванны, а также озонированный воздух.

Ингаляция чистотелом. Фермент чистотела поставить на водяную баню. Когда он нагреется и начнет испаряться, надо свернуть плотную бумагу конусом и вдыхать пары фермента в течение 20–30 минут.

Фермент чистотела. Берут 3 л молочной сыворотки, 0,5 стакана травы чистотела (можно использовать и сухую траву), 1 стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Все бродит в теплом месте не менее 2–3 недель. Квас употребляют по 0,5 стакана за 10–15 минут до еды.

Режим питания

Уделите внимание чесноку: он очищает забитые протоки, помогает отделению мокроты, снимает спазмы в бронхах, возникающие во время астмы и других респираторных заболеваний. Рекомендуются мелко натирать чеснок, смешивать его с солью и свежим сливочным маслом и намазывать эту смесь на хлеб



или добавлять в разные блюда (на 100 г масла 5 крупных долек чеснока, соль по вкусу).

Лук обладает противовоспалительными и антигистаминными свойствами и поэтому уменьшает воспалительный процесс в бронхах. Горчица и жгучий перец очищают дыхательные пути от забивающей их мокроты.

Необходимо исключить из рациона продукты, вызывающие аллергические реакции: рыбу, крабы, сырую капусту, редис, землянику, цитрусовые. Диета должна быть достаточно разнообразной и калорийной, но не способствующей избыточной полноте. При бронхиальной астме надо обязательно использовать продукты, богатые солями кальция: сыр, творог, кисломолочные продукты, салаты. Соли кальция обладают противовоспалительным и противоаллергическим действием.

Употребление солений и маринадов на время лечения бронхиальной астмы следует ограничить. Овощи и фрукты лучше есть сырыми.

Дыхательные упражнения

Рекомендуется выполнять несколько дыхательных упражнений.

Так, действенным методом лечения при бронхиальной астме является дыхательная гимнастика, при которой надо произносить определенные звуки. На выдохе сначала быстро проговариваются согласные: ш, щ, з, с. Затем, по мере выдыхания воздуха из легких, к ним присоединяются гласные звуки: у, а, е, и. Эти упражнения сначала делаются в течение нескольких секунд, а затем время постепенно увеличивается до половины минуты.