

Как я вылечил болезни кожи. Письма здоровья

Составители: П. В. Аркадьев, И. А. Москаленко, С. С. Березин.



Издательство: Крылов, 2008 г.

ISBN 978-5-9717-0591-8

От издателя

Эта книга составлена тремя врачами – терапевтом, хирургом и дерматологом. В нее вошли письма, авторы которых делятся своими историями выздоровления с помощью народной медицины.

Наверняка кому-то покажется странным: отчего врачи, представители официальной медицины, взялись за такую работу – собирать отзывы об альтернативном лечении, изучать и публиковать их в целой серии книг? Эти люди – настоящие энтузиасты своего дела. На протяжении всей своей жизни свято храня клятву Гиппократова, они полностью посвятили себя тому, что стало целью и смыслом их существования. Человеческая жизнь для них – самое бесценное сокровище, здоровье – самый дорогой дар. В работе с пациентами для этих подвижников самое главное – добиться цели, вернуть человеку утраченное здоровье. Какими методами это достигается, традиционными или народными, второстепенный вопрос. Оставим его тому, кто ставит принцип выше результата. Рабочий стаж каждого из авторов этой книги – 25, 29 и 36 лет. За такое продолжительное время они получили несчетное число отзывов от своих пациентов. Со временем возникла идея собрать все эти письма и издать их в помощь людям, которые по тем или иным причинам лечат себя своими собственными силами. Составители первой книги обратились к своим коллегам с просьбой пересылать им письма и других пациентов. На просьбу с готовностью откликнулись московские, петербургские, новгородские, самарские, воронежские, костромские, волгоградские, красноярские, новосибирские врачи.

Писем оказалось значительно больше, чем ожидалось. Отсюда и возникла идея издать не один сборник писем, а серию книг под общим названием «Книга надежды». Так появилась первая книга серии, и вы держите ее в руках. В этих письмах – истории выздоровления, примеры удачного использования самых разных методов, рассказы о борьбе с недугами и – картина простых человеческих жизней.

## Письма здоровья

### Медленно, но верно отступает псориаз

Псориаз появился у меня в сорок пять, то есть одиннадцать лет назад. Он пошел на голову, уши, перед ушами, руки, ноги, поясницу. Я работаю, а моя работа связана с общением, да еще таким, что я постоянно на виду. У меня три десятка подчиненных, и когда они на меня пялятся, я чувствую себя ужасно. А когда кто-то тычет пальцем и с ужасом спрашивает, что это у меня такое, порой хочется в лоб дать. В самом деле, что за подростковые штучки! Что-что, болею я! Но людям-то любопытно поближе рассмотреть да повыспрашивать, будто я музейный экспонат какой-то. Только и лезут со своими вопросами. Как не понимают, что это просто не деликатно? Да ведь и не только на работе так. По улице ходить стыдно, летом все в юбках и шортах, а я в брюках, чувствую себя как прокаженная.

Одиннадцать лет пыталась вылечиться: и клиники, и санатории, и мази, и таблетки, и экстраксы. И что?! Как говорит мой зять-грузин, что есаул, что аксакал, один черт. Я уже грешным делом стала думать, что ничего так и не изменится. А потом узнала про самооздоровление. Раньше вообще ничего об этом не слышала. Я человек въедливый и дотошный, сначала все подробно разузнала, а только потом стала делать. Не могу сказать, что мне нечего терять, я боялась, вдруг будет еще хуже. Но хуже не стало. Даже когда голодала два раза по 7 дней и два раза по 14 дней.

Во время голодания пила свежую мочу и воду с медом, ежедневно делала очистительные клизмы и с упаренной до четверти уриной. Во время голодания шло носом много слизи и гноя, особенно гноя. Первые результаты увидела быстро. На голове, под волосами, пораженных участков стало меньше. Уши и руки практически полностью очистились, на спине и ногах еще остались проявления псориаза, но уже гораздо меньше. Самое важное для меня, конечно, то, что лучше стали выглядеть те участки, которые постоянно на виду, то есть руки и лицо.

Королькова И. Д.

## Справился с нейродермитом

В 75 лет у меня, инвалида войны, ко многим болезням добавился нейродермит. Болезней и так было пруд пруди, все даже не хочу перечислять – среди них колит, гастрит, ЖКТ, тахикардия, гипертония, гайморит, отит, полипы в желудке, близорукость, и это только начало списка. Когда появился нейродермит, это стало последней каплей. Тело чешется, зуд дичайший, кожа сухая, как пустыня, чешуйки отваливаются. Смотреть страшно на это, а иметь такой подарок еще хуже. Лечили в больнице Санкт-Петербурга и в пригороде, в Сестрорецке. Ничего не помогло, результаты были все какие-то мизерные. А потом узнал, что нейродермит успешно лечится применением уринотерапии. И что «успешно» – это не про одного человека, а про многих. Я, по правде сказать, не очень-то доверяю, когда одному человеку что-то помогло – и вот уже трубят про «успешный метод». Сотню вылечите хотя бы, а потом начинайте думать, что метод может оказаться успешным! Одним словом, я принялся за уринотерапию. К лечению подготовился изнутри, прочистил нутро – кишечник, печень, почки. Кровь почистил. Потом стал пить свежую мочу и смазывать ею места, где был нейродермит. Больше всего его было на лице, на руках и ногах. Ставил компрессы на ночь. Результат появился не сразу, где-то через три с половиной месяца. И установился этот результат не сразу, резкого улучшения у меня не наступило, но я-то знаю, что быстро только кошки рождаются. Когда у меня при лечении любой болезни наступало мгновенное улучшение, я всегда сомневался. Чувал, что скоро все вернется и будет еще хуже. Чаще всего так и получалось. Ну, а поскольку терять было нечего, я ждал терпеливо и продолжал лечение уринотерапией. Через полгода кожа стала лучше, через восемь месяцев – чистая, как до болезни.

Кроме того, заметил, что у меня снизилось давление, стало гораздо меньше болеть сердце, пропала бессонница и головные боли. У меня приятель тоже уринотерапией лечил сердце. Так у него стенокардия вообще прошла, а давление стало совсем нормальное. А ведь использовал все то же, что и я.

Интересно, почему так получилось. Может, правильно говорят, что мы получаем то, чего ждем. Если бы я хотел уринотерапией гастрит вылечить, то прошел бы гастрит, а кожа стала просто получше. А друг раз сердце лечил, то его и вылечил. Теперь мне уже этот метод и с психологической точки зрения интересен. Хотелось бы что-нибудь подробней узнать, теперь вот изучаю.

Комаров Игорь Евгеньевич

Прошел застарелый нейродермит

Мне 35 лет. Нейродермит начался у меня, когда я была маленькой. Меня пробовали лечить, но толку не было никакого. Родители до последнего верили, что медицина мне поможет, затащали меня по врачам и больницам. А я все не выздоравливала. Даже многие девчонки, которые лечились со мною, уже через месяц были с чистой кожей. А я лежала в больницах месяц за месяцем, и у меня совсем ничего не менялось. Хотя у них были даже более тяжелые формы нейродермита, чем у меня. В конце концов после всех этих мытарств я решила, что мне все равно вылечиться не суждено. Зря я тогда поставила на себе крест. Но, с другой стороны, лечение все равно ничего не дало бы в то время, я это знаю. Своему ребенку я бы не разрешила принять такое решение, но за себя решила так. Я была такая упрямая, что родители не смогли меня переломить и заставить продолжать лечение. Так что все это лечение я закончила в 16 лет, когда мне все равно запретили находиться в детской кожной клинике и я уже должна была ходить во взрослую. В детской хотя бы зуд на время снимали, а во взрослой и того не делали. Я родила рано, в двадцать лет. В первом триместре беременности у меня нейродермит как рукой сняло. Вообще никакого следа не осталось. Я подумала, что наконец-то произошла та самая гормональная перестройка организма, о которой мне столько по ушам ездили, и успокоилась. Порадовалась, что нейродермит у меня прошел. А оказалось, это было просто временное улучшение. Может, и правда на волне гормонального подъема. Три года я вспоминала свой нейродермит как дурной сон, а потом он опять вернулся. Так неожиданно, я даже не знала почему. Вроде бы, у нас все было нормально в семье, и ребенок меня радовал, и муж не огорчал, так что нервы ни при чем. Откуда болезнь вновь появилась, не знаю. Но на этот раз попробовала лечиться уринотерапией. Мне одна женщина рассказывала, что этим способом уже

несколько человек среди ее знакомых нейродермит вылечили. Но мне это тогда было совсем не к месту, я же была уверена, что ко мне эта болезнь больше не вернется. А когда гром грянул, я вспомнила, как мне хвалили уринотерапию. Бездумно заниматься ею не стала, боялась, что, если сделаю что-то не правильно, еще побочные эффекты начнутся. А мне только этого до кучи не хватало. Так что я все делала по уму, сверяясь с руководством, а не просто как многие – кто-то расскажет, и давай в омут с головой, не думая о последствиях. Я пила свежую мочу, смазывала ею больные места, ставила компрессы из упаренной мочи. Уже через три месяца кожа стала заметно лучше и чище. Зуд спал еще раньше. А за год лечения кожа вообще полностью очистилась. Одновременно у меня прошел не только мой застарелый нейродермит, но и перестало побаливать сердце и колоть в боку. Чувствую себя всегда хорошо и бодро, даже если не высплюсь. Раньше, если не высыпалась, то весь день ходить не могла, с ног валилась, в руках ничего удержать не могла. Теперь у меня вообще ничего этого не бывает.

Екатерина Михайловна Волошина

Я постепенно вылечила псориаз

Мне 29 лет. Псориаз появился несколько лет назад. Сразу стала лечить народными методами и с помощью самостоятельного оздоровления. Провела пять чисток печени, регулярно продолжаю делать чистки кишечника, втираю в тело упаренную до четверти урину. Так лечусь с самого начала. Благодаря такому лечению у меня прошел псориаз, да и вообще я стала чувствовать себя новым человеком. Поголодала с удовольствием, до сих пор этим занимаюсь, голодаю раз в неделю, хотя кожа уже и нормальная. Мне это просто нравится, чувствую себя лучше и легче. Поднимаюсь на восьмой этаж пешком, без остановок, лифтом не пользуюсь, и даже дыхание не сбивается. Внешне похорошела не только благодаря тому, что стала чище кожа. Благодаря чисткам и умеренным голоданиям похудела. Кроме того, стала уравновешенной и спокойной. Раньше считала себя холериком, а теперь понимаю, что никакой агрессии и неуравновешенности во мне нет, я прекрасно себя контролирую. Очень легко стало общаться с людьми. Чувствую себя спокойно даже в стрессовых ситуациях, раньше в таких ситуациях психовала бы так, что вся покрывалась бы псориазом.

Сулименко Виктория

Я смогла выровнять цвет кожи

Мне 17 лет. У меня был очень неровный цвет кожи на лице, были и покраснения, и легкие веснушки. Они были не очень заметны, но мне не нравились. Некоторые косметические средства, которые я пробовала, мне не помогали, все эти неровности как были, так и остались. Я пользовалась самыми дешевыми средствами, а моя подруга купила крем за тысячу рублей, и он ей помог, у нее прошли веснушки. Но у меня таких денег нет, потому что я студентка и у меня есть только триста рублей стипендии, а родители мне таких денег не выдают. Потом я услышала, что можно обойтись и без таких трат, что арбуз очень хорошо отбеливает кожу и выравнивает ее тон. Я засомневалась, потому что не очень-то доверяю таким средствам. Но подруга сказала, что если уж я поверила в крем за тридцать рублей, где только вазелин и отдушка, то почему бы не поверить и в это. Тем более что в арбузе куча всяких полезных веществ, которые используются в косметических кремах, например витамины В1, В2, С, каротин, фолиевая кислота и всякие минералы – железо, фосфор. Хотя мне всегда казалось, что арбузами можно чистить только почки, а не кожу, я все-таки решила попробовать.

Сделала такую процедуру. Сначала протерла лицо оливковым маслом. Мне это не страшно, потому что кожа у меня очень сухая. Если бы она была жирная, то уж прямо и не знаю, можно было бы так делать или нет. Наверное, да, ведь все-таки это потом стираешь. Короче, намазавшись маслом, я на пять минут закрыла лицо махровым полотенцем, смоченным в горячей воде с содой. Потом взяла растертую мякоть арбуза и тоже наложила на лицо (до этого ничего не вытирала), подержала так пятнадцать минут. Потом смыла все теплой водой, вытерлась полотенцем и нанесла детский крем. Можно бы и другой, которым обычно пользуются, но у меня другого не было. Эту процедуру я повторяла всю вторую половину августа и сентябрь, то есть пока были арбузы. Надо-то совсем чуть-чуть, на лицо.

За полтора месяца у меня очень заметно тон кожи посветлел, стал ровнее. Веснушки стали совсем незаметны, а какие-то даже пропали. Там, где были покраснения, стала кожа только чуть розоватая, это легко замазывается тональником. Наверное, в следующий арбузный сезон доведу то того, что уже и вообще ничего ненужного не останется.

Карпова Ксения

Сухая экзема исчезла после месяца уринотерапии

Мне 39 лет. Занималась уринотерапией всего месяц. За это время натиранием старой уриной свела сухую экзему. Раньше корка покрывала ноги до колен, руки до локтей, а также немного на нижней части лица. Я аллергик, у меня на многое аллергия, кожа была всегда раздраженная, тем более что работаю на фабрике по производству обуви, там у всех кожа плохая. Теперь прошла и аллергия.

Владимирова К. И.

Я быстро избавилась от пигментации на руках

Мне 37 лет, у меня на руках были пигментные пятна, которые исчезли после того, как я прошла курс лечения специальной мазью, сделанной по очень простому рецепту. Я брала касторовое масло, добавляла в него соду (на столовую ложку масла – соды на кончике ножа) и такую мазь наносила на руки, где были пигментные пятна. Наносила только на ночь, потому что сверху надо было заклеивать пластырем. Обычным, бактерицидным. Кожа со временем становилась светлее и гораздо мягче. Рецепт мази мне подсказала женщина, которая ею вывела бородавки. Наверное, эта мазь вообще хороша для кожи, хотя моя советчица и сказала, что, если бы у меня пятна были не на руках, а на лице, сначала надо было бы попробовать мазь на локте, вдруг у



меня пойдет раздражение. Но ничего, никакого раздражения не пошло, я очень рада полученному эффекту.

Веселова А. С.

Лечила нейродермит своими силами

Мне 32 года. Нейродермит начался у меня с 12 лет. Я пробовала разные методики, лечилась в различных стационарах, но результата не видела. Самое большое, что у меня получалось, – это снизить зуд и шелушение, лишь немного. Того, что я ждала по-настоящему, то есть стойкого эффекта выздоровления, все не было. В юности рассчитывала, что причина в гормонах, когда они войдут в норму, то тогда и вылечусь. Но гормоны в норму вошли, я даже родила двоих, а нейродермит у меня все не проходил. Потом я узнала, что его можно лечить голоданием и обрадовалась, что нашла еще один метод. Я вообще готова пробовать все методы, лишь бы найти тот, который мне поможет.

Я приступила к голоданию, но наделала очень много ошибок. Во-первых, я к нему неправильно подготовилась. Или, точнее, совсем не подготовилась. Я не знала, что в него нужно правильно войти, за какое-то время до начала голода снизить количество еды, начать есть только определенные продукты, есть в определенное время и так далее. Поэтому само голодание, а голодала я ни много ни мало десять дней, мне далось очень тяжело. Меня просто косило с ног, я чувствовала себя очень и очень плохо. Но мужественно выдерживала все мучения, уверенная, что это мне на пользу. Во-вторых, мало того что я неправильно голодание начала, я еще и неправильно его закончила. Я не имела ни малейшего понятия о том, что мало ничего не есть десять дней, надо еще с умом потом есть начать. Когда мои десять дней закончились, я в первую очередь обожралась от пуза. Смела из холодильника все, что в нем было. Еще и еда была вся такая тяжелая, которую после голодовки есть не нужно, – жареная курица, копченая колбаса, сало. Но мне-то об этом только потом стало известно. А тогда я так облопалась, что мне пришлось вызывать «скорую». Я только потом вспомнила, как одна моя знакомая после семи

недель Великого поста съела огромный кусок буженины и точно так же загремела по «скорой».

После такого завершения голода мне было очень плохо. С кожей ничуть не стало лучше. Думаю, если бы я сразу с умом стала голодать, то все бы и улучшилось. А так я два с лишним месяца только боролась с последствиями такого самочинства. Когда я пришла в норму, то все разузнала про голодание. Сделала его так, чтобы оно стало для организма лечением, а не истощением и пыткой. Все-таки на то и лечебное голодание, а не голодная забастовка, верно же? Я очень тщательно подошла ко второй попытке. Но она и далась мне легче. На двадцать второй день голодания я заметила, насколько лучше стала выглядеть моя кожа. Голодала все это время на урине, пила холодную воду и выпивала всю мочу. После такого явного улучшения поголодала еще два дня для верности. Вышла из голодания на этот раз очень осторожно, не стала объедаться, начала с легких продуктов и отваров трав и шиповника с медом. После этого раза я сама себя не узнала. У меня кожа совершенно очистилась, в зеркале я видела уже не изможденную особу с нейродермитом на лице и руках, а женщину со здоровой и чистой кожей. Я долго не могла в это поверить, для меня это было самое настоящее чудо, да и только. Если бы мною так все не восхищались, точно бы думала, что это мне только снится.

Балахнина Наталья Сергеевна

Была счастлива, когда мне подарили книги по самооздоровлению

Я живу в Афинах, в Греции (я русская, муж грек, но сам приехавший из России). Живу здесь уже пять лет. Все книги, которые здесь продаются, очень дорогие. И большей частью бестолковые. Ничего полезного просто не найти. Я имею в виду не чтиво, а то, чем можно поправить здоровье. Я всегда жаловалась на это своим подругам, которые жили и живут в России, но они только сочувствовали. Поскольку я в туристический сезон работаю в отеле, то много общаюсь с русскими туристками. И вот одной девушке тоже рассказала про ситуацию с книгами по лечению. Она сказала, что, когда приедет еще раз, привезет мне книги. Я думала, она просто так сказала. Нам

каждый день по десять раз туристы что-то обещают. Но она приехала на следующий год и привезла мне несколько книг по оздоровлению организма и очищению. Я так удивилась, что она вообще про меня помнит и помнит, что еще и книги мне обещала. Так приятно, когда люди сдерживают слово. Было несколько книг Малахова, по книжке Семеновой и Ерофеевой. Я их прочитала запоем, Малахова даже перечитывала несколько раз. Мне особенно пригодились эти книги в то время, потому что мы с мужем взяли новую квартиру в кредит, и с нами поступили нечестно – сказали, что дом будет достроен в августе и мы сразу же сможем в него заселиться. А дом и в октябре стоял в таком виде, что было видно – там еще далеко до конца стройки. А мы же снимаем квартиру, и получилось, что мы 200 евро платим за ту, которую снимаем, и еще 800 в месяц – кредит за новую. Мы-то рассчитывали, что быстренько переселимся в новую и трат станет меньше. А оказалось, что нам светит еще много месяцев платить по тысяче евро в месяц. Учитывая, что муж в месяц зарабатывает 700, а я 600, причем с октября по май у меня работы нет, получается, что у нас не было денег даже на то, чтобы платить за аренду и за кредит. Надо было где-то добывать недостающие 300 евро. Так ведь это только на эти дела траты, а нам еще надо на что-то жить. В нашем курортном поселке работы зимой вообще не найти, жизнь останавливается.

Мы с очень большим трудом выкрутились, залезли в долги по горло. Это только когда в России живешь, думаешь, что в Европе настоящая жизнь, что там все преподносят на блюдечке с голубой каемочкой. А на самом деле там еще хуже. А уж мы, приезжие, без гражданства, там самые бесправные люди. Пока дождешься получения гражданства, полжизни пройдет. Одним словом, когда все это происходило, я думала, что нервотрепка меня в могилу сведет. От всех этих переживаний у меня испортилась кожа. Хорошо хоть, что только на руках и ногах, лицо не тронуто было. Но все равно, когда пришел май и у меня началась работа в отеле, я в жару ходила с длинным рукавом и в брюках или длинной юбке. Руки и ноги были в экземе, как ее лечить, я не знала, да и времени не было – у меня рабочий день начинается в 8 утра, заканчивается официально в 9 вечера, но если приезжают туристы, я должна их встретить в любое время суток. А раз в неделю приезжают и в час ночи, и в пять утра. По сути, я на работе сутками, отель небольшой, хозяин жадина, поэтому сменщика у меня нет, все на себе тащу. Так что книги, которые мне привезли, мне очень помогли. Я занялась уринотерапией, потому что на это могла найти время в своем графике. Чистила по одному разу кишечник и

печень в те дни, когда возвращалась домой не поздно. И экзема прошла всего за две недели. Я это письмо передаю с той самой девушкой, которая привезла мне книги. Ей самой этих авторов посоветовал ее врач-дерматолог. Она сейчас собирает отзывы для книги, для нее и передаю это письмо. Не запечатаваю, если моя помощница хочет, пусть прочтет, ей говорю – спасибо, Ирочка. И еще спасибо тем людям, которые пишут такие книги и помогают в любой ситуации.

Головина Елена

Кожу лечу только уринотерапией

Началось все с того, как я вылечила мочой ногу. Я очень больно ударилась, когда спускалась по лестнице. Туфли были чуть больше размером, и каблук расшатался, вот я и оступилась на лестнице. Не упала, но нога вывернулась так, что я подумала, она сломается. Ничего, не сломалась. Даже вывиха не было. Но зато связки я растянула очень сильно на голеностопе, нога распухла, стала такая огромная, что я не могла надеть никакую обувь и даже ходить не могла. Когда об этом узнала мама, она тут же подсадила меня на уринотерапию. Я стала ставить компрессы на ночь из мочегона, и за три дня опухоль спала, а нога стала меньше болеть, так что я уже могла ходить. Я решила, что мочой можно вылечить все, что угодно, и попробовала ее использовать на грибке, который у меня на обеих ногах был. Странное дело, у меня ноги просто больное место – то грибок, то ушиб. От грибка я натирала ногу упаренной мочой утром и вечером, а на ночь еще и ставила компресс. Всего три дня, и кожа стала куда как более гладкой и мягкой, ни одной трещинки, никакой опрелости. Теперь на каждый синяк или царапину такой компресс ставлю, и все затягивается, как на кошке.

Иванцова Алла Игоревна

Экзема донимала меня несколько лет

Решила лечиться самостоятельно после того, как съездила по работе в Африку (я геолог). Не подцепила там ни одной болезни, потому что были сделаны все прививки, но зато испортила кожу. Появилась сильная экзема. Скорее всего, от местной воды, она там просто кошмарная. После поездки началось вообще ухудшение самочувствия. Упало настроение – немудрено после всего, что там навидалась. Началась очень сильная депрессия, вообще жить не хотелось. Легла подлечиться в нервную клинику, там меня посадили на «колеса», от которых меня шатало в разные стороны.

До лечения не хотелось жить, после лечения захотелось умереть. Из клиники я вышла в еще более плохом состоянии. С трудом ходила, качало меня, пробежаться за автобусом не могла, подняться на четвертый этаж без лифта тем более, ноги не слушались. Была сильная слабость, часто кружилась голова. А ведь мне еще и тридцати нету. Мне тогда казалось, что здоровье окончательно пропало и жизнь кончена. Но все равно цеплялась за жизнь. Решила, что, если она мне дана, надо ее прожить, а не проползти по ней. А здесь самое главное – здоровье, если его нет, то и жизни нормальной не будет. Тогда и занялась самооздоровлением. С тех пор очистила кишечник клизмами с подкисленной водой и мочегоном, печень, почки, сосуды – чесночной настойкой. По утрам пью оливковое масло, раз в день непременно принимаю контрастный душ, раз в неделю хожу в парилку, голодаю раз в неделю, питаюсь раздельно.

После чистки кишечника из меня вышли всякие корки и ошметки, много зеленых камней. Сразу же очистила печень, и самочувствие резко улучшилось. Экзема отступила, ноги стали слушаться, больше не ощущаю слабости во всем теле. Чувствую, что у меня действительно есть шанс все исправить и наладить. Не только в здоровье, но и во всей своей жизни.

Кирова П. А.

## От бородавок мне помог знахарский метод

Моя бабушка говорила, что самый действенный метод от бородавок – это знахарский. Я его испробовала сама и на себе, и на своей пятилетней дочке. Хотя, когда я все это делала, мне, городской жительнице, было даже смешно. Надо было взять картофелину, разрезать ее пополам, одну половину выбросить через голову назад, а второй половиной натереть бородавку. Потом эту вторую половину закопать в сухую землю, чтобы она не смогла прорасти и засохла. Через пять дней у меня и у дочки высохли все бородавки, и я интереса ради откопала картофелину: она была вся высохшая.

Латынина Р. О.

## Прошел диатез у дочери

Мне 33 года, моей дочери три. У нее был очень сильный диатез. Она родилась на седьмом месяце, так мало того, я еще и потеряла молоко через пару месяцев, кормить не смогла. Пришлось перейти на молочные смеси и обычное кипяченое молоко. Первые признаки диатеза у нее были уже на четвертом месяце, но мы думали, что это само пройдет, тем более что у многих моих подруг так и происходило с детьми. Но когда мы перешли на молочные смеси, у нее стали появляться маленькие сухие корочки на щеках и руках, а потом болезнь резко распространилась и по лицу. Все это зудело, тогда мы уже начали лечить, но ничего не помогало. Смазывали пораженные места ее мочой, но это тоже не помогало. Того эффекта, который нам был нужен, не было.

В мае мы переехали на дачу, там с кожей у дочки стало гораздо лучше. Потом она пошла в садик, там диатез вновь появился, довольно сильный. Она стала часто простужаться. Потом я стала смазывать ее болячки уже не ее свежей, а упаренной уриной. Натирала ей все тело вечером, перед купанием, каждый день. Натирала больные участки и не вытирала их, ждала, пока высохнет. Потом ту же мочу закапывала ей в нос и сажала ее в ванну, а после купания в теплой воде ополаскивала ее прохладной водой. К таким

процедурам она относилась нормально, не протестовала. А самое главное, что за полтора месяца мне удалось ее полностью вылечить. Больше у нее диатез не появляется.

Причина Наталья Кирилловна

Я нашла выход при аллергии на дезодоранты

Мне 28 лет. По своей работе я довольно часто бываю в Европе, особенно в Германии, потому что работаю переводчиком в совместной российско-немецкой фирме. Там я замечаю, что многие женщины вообще не пользуются никакими дезодорантами. У них, видите ли, модно пахнуть естественным запахом. Может быть, любители гнаться за Европой и последуют такой моде, но я в таком случае к подобным последователям не отношусь. Мало ли чего у них принято. Они даже ноги и подмышки не бреют и голову моют раз в неделю, а некоторые вообще не моют, только расчесывают очень часто: считают, что этого достаточно. Мне почему-то не хочется чувствовать себя в каменном веке. Хотя у меня-то как раз были бы на это основания, ведь у меня со школьных лет аллергия на дезодоранты. Не могу пользоваться никакими: ни аэрозолями, ни роликовыми, ни твердыми, ни спиртовыми, ни теми, которые спирта не содержат. Несколько лет для меня это было самым настоящим кошмаром: стоит напрыскаться таким дезодорантом – и кожу просто разъедает. А если не напрыскаться, то я же не хиппи, чтобы от меня вонизм шел на десять метров, и не немка, для которой это «природные духи». Поэтому я активно искала, чем бы мне можно было заменить эти средства. Просто мыться холодной водой, как подсказала одна горе-медсестра из физиотерапии, не помогало. И оказалось, что возможность все-таки есть.

Я узнала, что сода, хоть выделению пота не препятствует, нейтрализует его кислую среду. А ведь бактерии, которые вызывают неприятный запах, плодятся именно в этой среде, сам-то по себе пот не пахнет, он начинает пахнуть, только когда разлагается под действием этих бактерий. Когда я об этом узнала, то стала с утра протирать подмышки ваткой, смоченной в растворе соды (половина чайной ложки на стакан воды). И надо же, это

действительно помогало! Причем, как выяснилось впоследствии, не только мне. Я брала с собой немного соды во все поездки, однажды багаж моей коллеги отправили по ошибке в другой аэропорт и она осталась вообще без всяких своих средств. А на следующий день мы должны были работать на конференции. Я рассказала ей о том, чем пользуюсь сама, и моя сода с успехом заменила ей ее дезодорант. Немного позже я узнала, что соду можно растворять не только в воде, но и в настое мяты или любой другой пахучей травы (или цветка), тогда кроме нужного эффекта будет еще и очень легкий приятный запах. Летом, в жару, я спасалась такими настоями и ваннами с шалфеем, они запах пота не убирают, но помогают не так сильно выделяться поту. Если бы немцы, которые так радеют за сохранность окружающей среды, знали об этих простых русских средствах, они бы не только берегли экологию, но и сами были бы ухоженными.

Анастасия Васильева

Уринотерапия давалась мне очень тяжело

Я от многих слышала о пользе уринотерапии. Сама долго не решалась попробовать, и, как оказалось, зря. У меня катаракта обоих глаз, не могу читать, слабо вижу, хожу с палочкой, хотя лет-то мне еще не так много, всего 60. Врач объяснил, что это старческое явление, мол, все там будем, а помутнение хрусталика из-за недостатка в организме микроэлементов. Назначил капли, витамины. Только все без толку. Решила попробовать уринотерапию, тут уж или пан, или пропал. Стала пить мочу и выпаренную из нее соль сыпать в глаза. Организм не принял, подташнивало, высыпали прыщи. А глаза сильно слезились. Хотела все бросить, хорошо, сначала с более опытными людьми посоветовалась. Мне объяснили, что, во-первых, я была еще не готова к такому резкому началу лечения, надо было начинать с первых лунных суток, а не абы как, положась на авось. А прыщи – это нормально, ведь шлаки выходят не только через кишечник, но и через кожу. Главное, я-то за глаза беспокоилась. Сказали потерпеть, результат будет. Перестала на время мочу пить, оставила только соль и добавила примочки и втирания. Сейчас зрение намного лучше, даже врач отметил, что форма катаракты изменилась, вижу четче, хотя бы не боюсь по улице ходить. Уринотерапию не бросила, хоть и не легко мне давалось лечение.



Анна Семеновна Никифорова

## Народным средством удалила ненужные волосы

Я занимаюсь спортом, а волосы на теле мне способны испортить весь внешний вид. Сбривать их просто бессмысленно, потому что утром побрею – а к вечеру уже щетина. Для девушки это, мягко говоря, некрасиво. К тому же у меня чувствительная кожа, и после бритья на ней нередко появлялось раздражение, которое держалось по нескольку дней. Мне надоело замазывать раздраженные места тональным кремом и пудрой. Я решилась на фотоэпиляцию. Пять процедур (каждая стоимостью в две с половиной тысячи рублей) не принесли ровным счетом никакого эффекта. Волосы как росли раньше, так расти и продолжали. Я узнала, что эпиляцию можно делать и на другом аппарате. Надо сделать две-три процедуры стоимостью по семь с половиной тысяч каждая. Эта очень дорого, я знаю, но у меня просто не было выбора. Я уже начала копить деньги, когда одна девчонка, тоже спортсменка, мне сказала, что она удалила себе волосы на ногах полгода назад и они до сих пор не выросли. Я сразу же загорелась, что же это за чудодейственное средство и сколько оно стоит. А оказалось, что оно вообще бесплатно, надо только найти зеленый грецкий орех. Ну, мне это не сложно, я на юге часто бываю. Волосы надо было смазывать соком разрезанного зеленого ореха. Я сделала это три раза за неделю, в течение недели после этого волосы не отрастали. Я повторила процедуру еще раз. Прошло полгода, волос нет! На всякий случай запаслась грецким орехом. Но так как он бы высох за такое время, я его скорлупу сожгла, а пепел развела в воде. Этим «лосьоном» я могу смазать волосы, если они вдруг снова появятся. Но пока незаметно.

Кислякова Люба

## Вылечила дочь от фурункулов без операции

У моей дочери в 14 лет появились фурункулы. Сначала мы легли в кожное отделение. Осмотрев ее, врачи сказали, что такие фурункулы удаляются только операционным путем. Ее перевели в хирургическое отделение, чтобы сделать операцию. А потом на осмотре мы увидели девочку лет пятнадцати, у которой на лице были небольшие рубцы. Но можно представить, что значит «небольшой» рубец для лица. Конечно, на пояснице он был бы незаметен. Но на лбу или щеке он кажется огромным, даже если совсем коротенький. Эта девочка рассказала, что у нее тоже были фурункулы, которые резали. А рубцы после операции не зарастают. Она, когда об этом рассказывала, еле слезы сдерживала. Говорит, черт меня дернул их резать, лучше бы сама полечила всякими припарками, пусть бы они прошли через пять лет, но зато не осталось бы этих рубцов, которые уже навсегда. Послушав это, я передумала отдавать дочку на операцию. Она и сама была не в восторге от услышанного. Тем более врачи честно подтвердили, что да, рубцы останутся. Можно эту операцию проделать на каком-то дорогом оборудовании, чуть ли ни лазерном, но в обычной больнице такого нет. Здесь нам сделают чем есть, но бесплатно, а где на таких инструментах, чтоб без рубцов, – извольте платить. Мы бы, может, и заплатили, но мы люди небогатые, живем не в большом городе, а в поселке городского типа. Кормимся, чем земля пошлет. Одним словом, даже обсуждать нельзя вопрос о платной операции где-нибудь в Москве. Пока копить будем, у нее точно все само пройдет, да и дети ее вырасти успеют. Я стала обходить всех деревенских бабок, спрашивать, кто что знает, кто чего посоветует. И я собрала прямо целый комплекс лекарственных процедур.

Начали мы с такой маски. Я брала картошку сырую, натирала, 100 граммов ее брала и смешивала с сырым желтком, соком лимона, столовой ложкой постного масла и медным купоросом на кончике ножа. Эту маску мы делали утром на вымытое настоем календулы лицо. Держали двадцать минут, смывали теплой водой. Вечером делали следующую процедуру нашего комплекса: фурункулы смазывали другой мазью. Ее готовила в глиняной мисочке из четырех чайных ложек воска пчелиного, чайной ложки прополиса, чайной ложки касторового масла и двух чайных ложек канифоли. Мазь была непроста в приготовлении, потому что ее надо было еще нагреть, причем чуть-чуть, и очень осторожно влить чайную ложку скипидара.

Осторожно, потому что он ведь может и вспыхнуть. Но у меня не вспыхивал. Я держала эту мазь на малюсеньком огне минут сорок. Потом, когда она становилась теплой, я ее намазывала на льняной платок и накладывала дочке на лицо. Держали пятнадцать минут. Бабка, которая дала рецепт, предупредила, что может начать жечь, тогда примочку надо сразу же снять, иначе лицо сгорит и будет еще хуже. У нас обошлось, ничего не жгло. Обе эти процедуры мы делали каждый день. Одновременно натошак выпивали стакан сока сырой картошки. Фурункулы начали открываться нескоро, одни через десять дней, другие только через месяц. Их и было-то несколько штук. Когда они открывались и выходило немереное количество гноя, хоть поварешкой черпай, мы на них прикладывали примочки из мочи, потому что так они лучше заживали и следов не оставалось. На один, который долго не хотел заживать, прикладывали компресс из упаренной мочи. И все хорошо – и фурункулы прошли, и следов не осталось. Теперь вспоминаем все это, как страшный сон. Ведь столько было страхов, но дочка-то какая молодец – сама знала, что ей все это нужно на будущее. Я так тобой, моя Юленька, горжусь!

Куприянова Ольга Сергеевна

Угри прошли навсегда

Прыщи и угри у меня появились в 13 лет. Мне тогда все говорили – и родители, и старшие друзья, – что это временное. Я им верила, хотя только потом поняла, что им неоткуда было знать, у них у самих угрей никогда не было. Они просто меня утешали. Зря, стоило лучше меня лечить, а не обнадеживать пустыми утешениями. Так бы я, наверное, раньше вылечилась. А первым человеком, кто это понял и до меня донес, стала моя бабушка. Она всегда порывалась мне помочь, но я уперлась рогом, тем более мне все твердили, что все временное, все само пройдет. Когда к 16 годам совершенно ничего не изменилось, я испугалась. Спросила бабушку, что она имела в виду. По ее совету начала лечиться уриной. Потом по книжкам стала применять голодание: 2 раза голодала на урине 5 и 7 дней. Чувствовала себя во время голоданий очень хорошо и выглядела тоже вполне нормально. Очень быстро стали пропадать угри. Даже те, которые я выдавливала, стали быстрее заживать – наверное, это вырос иммунитет, как мне потом объяснил врач. Скорей всего, он прав, ведь ко мне даже простуды зимой не приставали.

Только по зиме, когда была эпидемия гриппа, я себя почувствовала плохо. Сразу приняла стакан урины с утра. И на ночь еще один. Утром уже чувствовала себя в норме, хотя ночью температура была и лихорадило.

Кроме голоданий, я еще делала очищения. Когда чистила кишечник, стало выходить очень много слизи, шли белесые и полупрозрачные пленки. Выходило даже много каловых камней, хотя я никогда не думала, что они у меня могут быть. Мне казалось, что они только у старых. Хотя, если вспомнить, как я питалась... Уж здоровым это питание назвать никак нельзя, не то что полезным. После кишечника я чистила печень 5 раз. Вышло немного камней, больше песка. Самое главное, что за полгода у меня кожа полностью очистилась, на ней вообще не было больше воспалений. С того времени прошло четыре года, за это время – ни одного прыщичка!

Даниленко Алена

Я испортила себе ногти ацетоном

Мне 26 лет, я крашу ногти с 16, и с тех пор они у меня всегда были желтыми. Я была уверена, что они желтеют из-за лаков. Пока училась в школе и училище, дорогие лаки покупать не могла, брала только дешевые. Потом, когда уже устроилась на работу, стала брать те, что качественней. Но ногтям это не помогло. К 25 годам они были уже не просто желтые, а почти коричневые. Я уже не могла выйти из дому без лака, потому что ногти выглядели просто ужасно. Мало того что у них был такой дикий цвет, они еще и слоились, и ломались.

Я стала покупать лаки с лечебным эффектом, но что-то этого эффекта не увидела. В итоге стала подумывать о том, чтобы сделать себе акриловые ногти. Эта услуга не дешевая, около полутора тысяч рублей и дороже, плюс каждый месяц приходится доплачивать еще рублей восьмьсот за то, чтобы ногти поддерживать в нормальном виде. Честно говоря, мне таких денег было жалко, но я все-таки уже была готова их потратить. И потратила бы, если бы одна моя знакомая, которая работает в сфере красоты, не раскрыла

мне глаза. Оказалось, что причина была вовсе не в лаках. Я всю жизнь снимала лак ацетоном, потому что он действительно стирал любое, даже самое стойкое, покрытие моментально. Она меня спросила, как я думаю: если ацетон вмиг стирает даже стойкий лак, то как он действует на мои ногти? Я сначала даже засомневалась, но она предложила перейти на жидкости для снятия лака, которые не содержат ацетона. А также делать специальные ванночки, которые помогут вернуть ногтям здоровый цвет. Такие ванны для рук я делала по очереди: один вечер содовую (чайная ложка на два стакана), другой вечер солевую (в той же пропорции). Выдерживала кончики пальцев минут пятнадцать, пока смотрела вечернюю программу, от одного рекламного блока до другого. Потом вытирала руки и смазывала ногти специальным кремом для ногтей (хотя можно было сделать проще и использовать подогретое оливковое масло). Через некоторое время ногти у меня стали светлеть, перестали слоиться, стали крепче. Потом к ним вообще вернулся такой цвет, который был у меня в детстве. Я была удивлена, что они у меня, оказывается, не желто-коричневые, а бледно-розовые.

Ремезова Ольга

Кожа на ногах снова стала гладкой

Я всегда завидовала моделям, которые снимаются в рекламе туфель и лаков для ног. У них таких красивые и гладкие ступни! А мои всегда были жесткими и грубыми. Даже если тереть их пемзой, они все равно через несколько дней опять грубели. Другим девчонкам было достаточно натереть раз в месяц ноги скрабом, и они становились мягкими, как у младенца, а я эти скрабы вообще не чувствовала, у меня кожа на пятках была как наждачная бумага. А помог мне, как ни странно, совет, который дала как раз одна из таких моделей. По ее совету я стала делать ванну для ног, в которой в двух литрах воды растворяла чайную ложку соды и столовую ложку настирганного мыла. Держала ноги в ванне 20 минут, потом вытирала вафельным полотенцем, смазывала смягчающим жирным кремом и натягивала теплые носки. После первой процедуры результата не было заметно, но после третьей кожа стала гораздо мягче. Кроме того, ноги у меня перестали уставать и гудеть. Я так обрадовалась, что делала ванны целый месяц каждый вечер. Потом стала забавляться и вместо мыла добавлять

разные гели для душа, чтобы пахло приятней, или ароматические масла. После таких ванн спала, как ребенок. Через месяц ноги были просто на удивление мягкими и гладкими. Я решила прекратить ванны и посмотреть, начнет ли кожа грубеть на второй день. Но она не изменилась и через две недели. Я решила не искушать судьбу и повторила процедуру для профилактики. Теперь делаю ее регулярно каждые десять дней и о проблемах с ногами вообще не беспокоюсь.

Кира Черкасова

Вылечила у себя нарыв

Летом я переходила через дорогу по трамвайным путям, поспешила, споткнулась и упала. Рельсы лежат на раздолбанной дороге, так что я, когда упала, почувствовала, что пропахала своим телом все колдобины и ямы. Я с трудом поднялась, мне казалось, что у меня разве что мозги не вышибло. Я вообще-то собиралась в магазин, поэтому, поднявшись, пошла дальше. Но уже через несколько шагов мне стало больно идти. Я посмотрела вниз и увидела, что у меня порваны брюки на правом колене, а колено все в крови. Я немедленно пошла домой. Правая рука была ободрана, на локте кожа вообще сошла, кровь текла не так сильно. Когда я пришла домой и сняла брюки, оказалось, что за каких-то пять минут коленка у меня распухла и стала размером с три коленки. Она была вся перемазана дорожной грязью, пылью и кровью. Я даже испугалась. Тем более что я вечно ногами на что-то напарываюсь. В детстве полезла на крышу конюшни, хотела лошадок поглядеть, и грохнулась. Не ушиблась, но напоролась на какой-то торчащий из земли прут и проткнула коленку. Ту же самую, правую. Тогда тоже кровь хлестала.

Я залезла в ванну, промыла коленку и руку, которая уже болела нестерпимо, а потом сразу же залила перекисью водорода, сжав зубы. Боль шла на всю ногу такая, что хотелось выть. Я даже испугалась, не раздробила ли я коленную чашечку, но под такой огромной опухолью этого было не видно. Я пошла в комнату и легла на диван, но как только опустилась, боль пронзила спину. Я вскочила, посмотрела, ничего не увидела. Вернулась в ванную и там

в зеркале увидела, что у меня от задней стороны плеча и по лопатке содрана кожа, в некоторых местах видно голое мясо, хорошо присыпанное грязью. Я опять полезла под душ, смыла, как могла, и обнаружила, что перекись-то у меня и закончилась. А спиртом нельзя, ткани спалишь. Пока я звонила маме, пока она, возвращаясь с работы, принесла мне перекись, зараза уже успела прижиться. Вскоре в некоторых местах стало гноиться. Только на плече и лопатке, с коленкой все было нормально. Потом на лопатке пошел нарыв. У меня и так кожа на спине после прыщей не ахти какая, мне еще нарывов не хватало! Мы с мамой вместе стали лечить эти нарывы, как умели. Я ставила на ночь компрессы из отвара коры ивы: тряпочку намачивала, прикладывала и прикрывала бумагой, потом прибинтовывала. Прикладывала смесь из 20 г мяты, 20 г тмина и столовой ложки ржаной муки, измельченные корни вербены, компрессы из мать-и-мачехи.

Пыталась лечиться и изнутри. Пила свежий сок тысячелистника с медом, ела продукты, которые помогают в подобном лечении, – фасоль, капусту брокколи. Словом, делала все, что только можно. И кожа зажила! Через каких-то три дня стало меньше болеть, через пять дней прошел гной, ранки перестали гноиться, а потом начали заживать, и стала нарастать новая кожа. Кстати, на коленку я все то же делала, только реже. Она заживала гораздо дольше, хоть на ней нарыва и не было, – видимо, был и правда очень сильный ушиб. Шрам на всю коленку остался до сих пор, вдобавок к тому, который получила в детстве. И на локте тоже шрам остался от того падения. У меня так плохо восстанавливается кожа. Одно утешает: сейчас в косметических салонах людям за деньги шрамы делают, это такая мода постепенно распространяется, как на татуировки. Если распространится совсем, я буду ну очень модной! Надо же во всем находить хоть какой-то позитив!

Чистякова Раиса Павловна

Думала, что уже бесполезно лечить прыщи

Мне в 14 лет был поставлен диагноз «акне». Это красные воспалившиеся угри, которые иначе называют вульгарными угрями, но такое название мне уж совсем неприятно было. Я лечилась пять лет, сама из Приозерска, ездила лечиться в Петербург, но и там все лечение оказалось бесполезным. Думала, что уже никогда не вылечусь. Потом начала протирать лицо свежей, а затем упаренной мочой, и все пошло на лад. Потом для закрепления результата еще и почистилась, и все стало хорошо. Я так рада, у меня просто слов не хватает!!!

Раецкая Н. Н.

У меня сильно трескались ноги

У меня на пятках были трещины. К счастью, это был не грибок, потому что, кроме трещин, не было ни зуда, ни сильного шелушения. Я стала принимать витамины А и Е, которые помогают заживлению кожи. Также стала делать содовые ванны для ног и прикладывать к стопам мед, прикрыв его листом капусты и привязав тканью. Делала это каждый вечер, и скоро трещины затянулись. Больше не появлялись. Вместе с этим перестали потеть ноги.

Наумова Е. Д.

От бородавок помогли компрессы из урины

Вывел бородавки на лице, после того как полторы недели подряд делал примочки из свежей мочи утром и вечером каждый день. Бородавки быстро усохли, а потом сами отвалились.

Лебедик А.



У меня прошли папилломы

Мне 66 лет. У меня были бородавки, похожие на родинки. Потом узнала, что это не бородавки, а папилломы и их лучше удалять. Пришла к врачу, а он сказал, что никогда не знаешь, можно ли трогать папиллому лазером, потому что может начаться осложнение. Порешили оставить как есть. Главное, чтобы я их не трогала. Но одна была на носу, и так расположена, что как раз ее натирали очки. Я начала лечиться уриной. Стала применять свою свежую урину по 150 г в 4, 7, 13 и 18 часов и сделала очистку толстого кишечника. За первые две недели сошли все папилломы.

Омельчук Галина

Я устроила себе педикюрный салон на дому

Мне 28 лет. Года три назад я и мои подруги начали дружно ходить в косметические салоны. Там я первый и последний раз в жизни сделала педикюр. И дело даже не в том, что мне не понравилось, наоборот, все было очень здорово. Дело в том, что я все свои деньги зарабатываю сама, детство у меня было, мягко говоря, бедным, и поэтому деньги я считать умею. Ненавижу переплачивать и ненавижу платить за то, что могу делать сама. В салоне за педикюр с меня взяли семьсот рублей. Его надо делать два-три раза в месяц, так что легко посчитать, во сколько обходится это удовольствие.

Я запомнила все средства, которые мастер использовала, ведь в педикюре главное вовсе не стрижка ногтей, а уход за ногами. Пошла в магазины и аптеку, сама купила морскую соль, несколько ароматических масел, оливковое масло, немного кунжутного масла, пемзу, щетку, крупный скраб, пачку витамина А. На все это ушло чуть больше четырехсот рублей, а пользовалась я всеми этими приобретениями несколько месяцев. Я стала легко делать себе педикюр сама, точно так же, как мне делали в салоне, тем более у меня есть ванночка для ног с гидромассажем, она стоит столько же,

сколько вся процедура, а пользы от нее масса. Даже если нет такой ванны, можно использовать обычный таз.

Я добавляла в воду соду, морскую соль, ароматическое масло, массировала ноги щеткой, протирала пемзой, потом растирала вафельным полотенцем и втирала в ноги смесь из 100 граммов оливкового, 40 граммов кунжутного масла и 10 граммов витамина А – рецепт этого бальзама мне рассказала одна подруга, которая выведала его у своей педикюрши. Скажу, положив руку на сердце: ничуть не хуже, чем в салоне. И никакой щекотки (когда сама что-то делаешь с ногами, не щекотно, а когда кто-то другой – просто жуть), и нет ощущения напрасной траты денег.

Осипчук И. А.

Прыщи были на лице и даже на спине

У меня в 13 лет появились прыщи, и это очень мучило меня. Я стеснялся своих друзей, у которых все было в порядке. У меня в классе у единственного были прыщи, даже в параллельных классах ни у кого не было, кроме одной девчонки. Ей приходилось еще хуже, потому что я хотя бы парень, меня особенно не забьешь, а вот ее даже поколачивали. И вечно нас пытались поженить, разумеется. Все-таки подростки – удивительно «добродушные» и «чистосердечные» создания. Я очень хотел очистить кожу, пользовался разными средствами, но это не помогало никак. Вообще никакого эффекта. Может, не тем пользовался, но кто его разберет, у родителей тоже особо денег не было на дорогие средства. Когда я начал прикладывать на прыщи мочу, как мне кто-то посоветовал, то прыщи полезли как на дрожжах. Раньше они просто были, а после мочи их стало очень много. Я не стал продолжать эти примочки и разозлился на того, кто дал мне этот дурацкий совет. Но через неделю прыщи стали исчезать, и не только новые, но и даже те, которые появились до примочек. Поэтому я вернулся к уринотерапии. На этот раз не только прикладывал, но и принимал внутрь. Через какие-то три недели мое лицо очистилось! Прыщей будто не было! В школе меня даже не узнали!

Анисимов М.

Спасла кожу после солнечного ожога

Мне 24 года. Я всегда была уверена, что никогда не смогу загореть. Потому что даже после часа на солнце моя кожа ни разу не меняла цвет. Поэтому как-то летом я смело поехала с друзьями на пляж. Они вымазались защитными кремами, а я сидела как есть. Мы провели на пляже много времени, с полудня и до пяти вечера. Когда мы приехали домой, мне стало плохо. У меня резко поднялась температура, меня затошнило, и моя мама сразу же поставила мне диагноз: солнечный удар. Я безумно испугалась, потому что у нашей соседки от солнечного удара умерла дочь. У меня, по счастью, такого тяжелого состояния не было. Мама сразу же дала мне выпить чайную ложку соли, кажется, чтобы задержать воду в организме. Но она сказала, что это надо делать обязательно. Потом я легла в теплую ванну с содой, чтобы на коже не было сильного ожога. Это меня и спасло, иначе моя кожа вообще бы слезла. Через несколько лет я случайно обгорела на пляже за границей, там у меня соды под рукой не было, и кожа слезла очень сильно.

Пономаренко О. В.

Я вылечила свою кожу и теперь учу этому других

Мне 28 лет. Начиная с переходного возраста, то есть примерно лет с 12, у меня была очень плохая кожа. Было очень много прыщей, которые долго держались и плохо рассасывались. Я из-за всего этого очень сильно переживала, старалась что-то сделать. Но в то время, в 90-х годах, у нас не было тех возможностей, которые есть сейчас. Я имею в виду и деньги, и различные процедуры, и всяческие косметические средства. Что уж там говорить, даже информации было гораздо меньше, чем сейчас. Поэтому все народные методы, о которых я слышала, сводились к протиранию кожи настоем календулы. К слову сказать, это мне нисколько не помогало. Кожу

даже в дерматологических отделениях лечили примитивно: прыщи надавили, голым спиртом смазали и прокварцевали. Что делать, тогда у нас все было в застое, и медицина тоже. Это сейчас ни один врач, если он в здравом уме, не будет протирать лицо чистым спиртом и давить прыщи, потому что от давления могут остаться рубцы. А тогда, когда я лечилась, об этом почему-то не знали. Моя мама все время искала каких-то специалистов, которые могли бы мне помочь, и официальных, и народных. Чаще всего и те и другие оказывались шарлатанами. Большею частью из нее просто тянули деньги за совершенно бессмысленные советы. Помню одну бабку под Петербургом, к которой мама привезла меня по совету какой-то знакомой. Бабка драла бешеные деньги. Ехать к ней я категорически не хотела, но мать меня буквально приволокла. Первым делом бабка стала зачем-то мне гадать, хотя я об этом не просила. Она раскинула карты и прямо в присутствии моей матери сказала, что парень, с которым я сплю, принесет мне венерическую болезнь. Я чуть не упала: мне было 13 лет, я была настолько забита, что ни о каких парнях и не думала, тем более у меня ни с кем не было отношений. Я сказала бабке, что она ошибается, никого у меня нет. Она и слышать не захотела, сказала, что думает по-другому, и все тут. Хорошо, что моя мать не поверила. Но мне сразу стало ясно, что это за «целительница». Она нашептала на воду, дала эту воду мне, чтобы я умывалась, сняла с матери половину ее зарплаты и отпустила нас с миром.

Честно скажу, я все-таки умывалась той водой. Надо ли говорить, что с тем же успехом я могла умываться обычной. Потом мама, опять-таки по совету все той же своей знакомой, привела меня к какому-то старому педофилу. Как ни странно, он жил в том же пригороде Петербурга, что та бабка. Дедку было лет 60, единственное, что ему было надо, – это раздеть меня до трусов и поставить перед собой, а потом еще и меня поглаживать – якобы так он меня лечил. После этих «сеансов» я плевалась, но мать ему верила. Единственное здоровое зерно во всех его действиях был разумный подход к питанию и к чистоте организма. Он мне рассказал про клизмы и про уринотерапию, которой я долго сопротивлялась, но в итоге сдалась. На тот момент ни клизмы, ни уринотерапия мне не помогли. К двадцати годам прыщи прошли, а в 23 года я, как ни странно, стала работать в сфере красоты. Я делала женщинам макияж, учила их хорошо выглядеть и учила ухаживать за кожей, чтобы она была здоровой. Это то дело, которым я занимаюсь сейчас. Если бы десять – пятнадцать лет назад мне сказали, что у меня будет работа, связанная с кожей

и красотой, я бы обиделась. Но сейчас я уже и выгляжу по-другому, и чувствую себя другим человеком – уверенным и сильным.

Благодаря обучению, которое я прохожу по работе, я узнала, что здоровье кожи зависит от того, насколько она чистая, увлажненная, насколько ей хватает минералов и витаминов. Причем важно то, что чистой должна быть не только поверхность кожи. Чтобы она выглядела по-настоящему хорошо, чисто должно быть и внутри всего организма. Поэтому я с готовностью приступила к всевозможным очистительным процедурам. То, что много лет назад я делала из-под палки, стала делать с удовольствием. С радостью очистила и кишечник, и печень, и кровь. Ходила в парилку, каждый день принимала контрастный душ. Снова вернулась к уринотерапии, только теперь уже делала все процедуры потому, что этого хотела, а не потому, что меня заставляли. И результат не заставил себя ждать. Моя кожа выглядит просто отлично. Никаких прыщей, я про них теперь могу только вспомнить, когда гляжу на старые фотографии. Я не просто очистила кожу снаружи, я настолько оздоровилась изнутри, что моя кожа просто светится. И мне было безумно приятно, когда новая клиентка, с которой у меня была назначена встреча, подошла ко мне и сказала: «Сразу видно, что вы работаете в сфере красоты!»

Афони́на Ирина Петро́вна

Теперь уже не стыжусь своих рук

Мне 35 лет, я работаю секретарем в суде по гражданским делам. При такой работе руки постоянно на виду, а у меня с ними уже много лет была настоящая беда. С переходного возраста кожа на руках шелушилась и трескалась. Хуже стало тогда, когда я была студенткой. После учебы и на выходных я подрабатывала продавщицей в цветочном магазине. Цветы приходят, обработанные специальными химическими составами. От этих средств руки уже через неделю становятся грубыми и шершавыми, очень сухими. Мой брат работает на стройке, так у него от цементного раствора такие руки, как у меня от цветов. Только у него прошли быстро, а у меня становилось хуже. На коже рук появились трещины, они постоянно чесались,

иногда зуд становился вообще невыносимым. Даже после того, как я с той работы ушла, руки у меня остались испорчены на много лет. Разные мази, которые я использовала, не помогали. Самый лучший крем помогал лишь смягчить кожу, от него даже не так чесались трещины. Но этот крем стоил недешево, рублей 700, а заканчивался быстро. У других, кто им пользовался, за полгода, а у меня за три недели, потому что я мазалась им по нескольку раз в день. Пыталась придумывать что-то другое, но не помогало. Хотелось не просто сделать кожу рук лучше, а вообще избавиться от проблемы.

Год назад моя главная проблема оставила меня, надеюсь, уже навсегда. В то время я полностью изменила образ жизни. Стала заботиться о здоровье, питаюсь раздельно по Шелтону, от мяса и масла практически отказалась, яйца и рыбу не ем, раз в неделю голодаю, ем проросшее зерно. Занимаюсь уринотерапией, 2 раза чистила кишечник, 5 раз печень, и очень много выходило камней. После процедур похудела на десять килограммов, стала гораздо лучше выглядеть, а кожа на руках стала такой, какой я ее вообще не помню, – гладкой и мягкой. Но хочу сказать, что все это лечение я провела не для того, чтобы поправить руки. На оздоровление меня подтолкнули мои другие болезни, которые я и хотела, собственно говоря, вылечить. После лечения у меня прошел остеохондроз, больше не беспокоит насморк, который раньше был хроническим, зубы перестали болеть, не мучает больше бессонница, настроение стало лучше.

Третьякова И. Д.

После маникюрного салона у меня воспалился палец

Я всегда ухаживала за ногтями сама, потом нашла по знакомству хорошую маникюршу. Она хорошо работала и брала недорого, но жила далеко от меня. Как-то мне было лень до нее ехать, и я пошла в салон рядом с моим домом. Там мне сделали маникюр, а на следующий день я проснулась с сильной пульсирующей болью в пальце. Оказалось, под ногтем у меня все воспалилось, а там, где была срезанная кутикула, все распухло и болело. Я срочно побежала в тот самый салон, к тому «мастеру», которая меня обслуживала. Она сказала, что видит меня в первый раз, а если я продолжу

наговаривать на их салон, то она вызовет охрану. А охрана – это еще похуже, чем милиция.

Я вернулась домой и срочно позвонила той маникюрше, к которой всегда ходила. Она сказала, что у многих ее клиентов такое бывало после салонов, потому что там иногда используют инструменты по нескольку раз, хранят их непонятно как, одним словом, ничего удивительного, что со мной такое случилось. Я спросила ее, что же мне теперь делать. Она сказала, что надо лечить сразу, иначе дальше будет больнее. По ее совету я приготовила крепкий содовый раствор – две столовые ложки на два стакана горячей воды – и в этот раствор опустила зараженный палец на 20 минут. Процедуру выполняла три раза в день. На следующий день стало легче, я продолжила ванны, и воспаление вскоре рассосалось.

Родионова Полина Анатольевна

От мозолей мне помогала моя садовая аптечка

Когда на даче я натирала себе мозоли, то легко справлялась с ними. Сначала распаривала, а потом накладывала на мозоль свежую живицу и заклеивала лейкопластырем. Оставляла на ночь. Самые старые и сухие мозоли дополнительно смазывала крепким раствором камфарного спирта. А чтобы лечиться не только снаружи, но и, как нужно, изнутри, пила отвар из молодых побегов декоративной туи, зверобоя и календулы. Эти растения берутся в равных количествах, а отвар делала из столовой ложки календулы на 2 стакана кипятка. Принимала три раза в день по столовой ложке, после этого кожа вообще стала лучше выглядеть, трещины на ногах пропали, кожа перестала грубеть и шелушиться на ногах, на ладонях, даже лицо стало лучше выглядеть.

Анна Пегова

Чувствую себя человеком после 16 лет лечения

Мне 27 лет. У меня была плохая кожа с 11 лет. Несколько раз по несколько месяцев лежала в дерматологических отделениях, три лета подряд провела в кожных санаториях. К шестнадцати годам, после нескольких лет непрерывного лечения, имела то же состояние кожи, с которого лечение начинала. Прыщей высыпало ровно столько же, сколько раньше. После примерно восемнадцати лет их стало меньше, но они все равно появлялись. Кожа была испорчена безнадежно, и главное, что меня категорически не устраивало ее состояние. Даже в 25 она продолжала оставаться жирной, с очень расширенными порами и проблемной, с периодически высыпаящими прыщами.

Примерно раз в год появлялись кистозные угри. Это такие огромные прыщи, которые содержат в себе несколько мелких прыщей, у меня в среднем 7-8 прыщей вот так сливались в один. В юношеские годы они тоже появлялись, в основном на висках и под челюстью. Они держались месяцами, мне их удаляли в хирургическом отделении под общим наркозом, и после этого оставались очень заметные рубцы. Рубцы тоже приходилось лечить операционным путем. Одним словом, с нашей дерматологией я попала в замкнутый круг.

Больше всего меня огорчало, что с возрастом ничего не изменилось. Меня не волновало, что прыщей меньше, мне было нужно, чтобы они вообще никогда не появлялись. Я догадывалась, что причина не снаружи, а где-то внутри, а плохая кожа – это следствие состояния организма. Сначала врачи уверяли, что проблема в моем гастрите. Действительно, он у меня с детства. Потом, лет в 13, один врач предположил, что причина в гинекологии. Уж не знаю, что такого плохого было с моей гинекологией в 11 лет, когда все началось, но только когда я наконец попала к разным гинекологам, они меня до истерик доводили своими доводами о том, какие у меня венерические болезни и сколько у меня партнеров и беременностей. То, что мне было 13 лет и такие предположения для меня были дикими, их не смущало.



К шестнадцати годам я успела перепробовать все способы и варианты лечения. Я делала ультрафиолетовое облучение кожи, потом такое же облучение крови – ее перекачивали в банку, там облучали, а потом закачивали в меня обратно. Я испробовала все мази, бальзамы, лосьоны и крема, которые только придумала дерматологическая и косметологическая промышленность. Мне даже делали то, что называли «подсадкой»: огромным шприцом, у которого поршень даже не толкали, а закручивали, вкалывали плаценту под лопатку. Плаценту добывали тут же, в соседней двери абортария. Процедура считается недешевой, мне ее делали как подростку бесплатно, а результата с нее было – кот наплакал. Фактически его не было вообще. За несколько месяцев курса не прошел ни один прыщик.

С возрастом мне стало окончательно ясно, что прежде, чем вводить в организм всякие целительные вещества, его нужно прочистить. Иначе получается, что мы ставим чистую тарелку на грязный стол. Что толку было во всех этих лекарствах, если они в организм толком не попадали, задерживаясь в корке грязи и шлаковых наслоений. Кожа была просто перегружена всевозможными наружными и внешними средствами, которые не могла усвоить. Поэтому не могла уллучшиться так долго. Жаль, я тогда не знала, что лечение внешней болезни надо начинать изнутри. Узнала я об этом, когда мне было 26 лет. К тому времени я лишь чуточку смогла привести кожу в норму. Добилась, что она стала не такой жирной, поры стали не такими огромными. Но состояние ее оставляло желать лучшего, прыщи все равно появлялись. Когда я узнала, что голодание и очистительные процедуры способны помочь коже, убрать всю эту нагрузку, я немедленно приступила к делу. Ради такой серьезной цели я готова была голодать месяцами. Тем более что я с 18 лет держала все установленные Церковью посты, так что к ограничению в еде мне было не привыкать. Голодать месяцами не потребовалось, но я делала одну голодовку на 20 дней, потом перерыв на месяц, потом снова. И так несколько раз, тем паче что мне, повторяю, было не сложно. Было бы сложно, не знаю, стала бы себя насиловать. Кроме голоданий, стала кардинально чистить организм изнутри. Простой наружной чистки кожи было явно недостаточно. К кремам добавила протирания уриной. На лицо ставила из нее компрессы. Ставила клизмы с мочой, затем микроклизмы с упаренной. Вообще, из уринотерапии приняла все методы, не только протиралась и ставила компрессы и клизмы, но и полоскала носоглотку, закапывала в уши и глаза и пила. Чистила за год два раза кишечник, семь раз печень, четыре раза кровь, два раза почки, два раза

лимфу, пять раз сосуды, три раза суставы. Сделала с собой все очистительные процедуры, которые возможны.

Сразу скажу, что первые результаты заметила через два с лишним месяца. Кожа стала мягче и чище, тон стал более ровным, раньше были покраснения и вообще неровный тон, много эритем от старых заживших прыщей. Еще через три месяца я заметила, что кожа постепенно начинает восстанавливаться. Ее внешний вид стал значительно лучше. Исчезли последние прыщи. Разгладились мимические морщины – носогубные и межбровные. Кожа стала меньше реагировать на плохую окружающую среду, перестала трескаться и шелушиться зимой, поры стали практически незаметны. Раньше, когда смывала макияж, кожа очищалась плохо, много косметики оставалось в порах, потому что они были глубоко забиты. Сейчас при той же косметике в порах ничего не остается. Даже очищающие средства действуют лучше, я чувствую, что из пор они удаляют всю грязь. Потому и не вскакивают новые прыщи. Я уж не говорю о том, насколько лучше стала себя чувствовать и до какой степени радуюсь своему самочувствию. Живу на пятом этаже, лифта нет. Раньше добиралась с одышкой, теперь взлетаю. На работе офис находится на одиннадцатом этаже, когда лифт ломался, доползала с четырьмя остановками, одышка была зверская, давление подскакивало, тахикардия просто душила. Теперь сама, неважно, сломан ли лифт, на одиннадцатый этаж поднимаюсь пешком. Даже начала бегать по утрам, всегда хотела это сделать, но не могла и двадцати метров пробежать, становилось ужасно плохо. Теперь запросто бегаю по своей набережной от одного моста до другого и обратно, а это километра полтора. И самое главное, как только стала лучше выглядеть и лучше себя чувствовать, приобрела и уверенность в себе, которой у меня вообще никогда не было. Наконец-то чувствую себя человеком.

Артемьева Виктория

Бородавки свела дедовским методом

Когда у меня появились на руках бородавки, я была просто в шоке. Ведь у меня никогда их не было. И я не здоровалась за руку ни с кем, у кого они могли быть. А их появилось сразу так много, на обеих руках штук двадцать.

Все пальцы были обсыпаны. И вырастали они очень быстро, через два месяца уже были довольно крупные. Я почему-то надеялась, что они пройдут сами, но этого не случилось. Тогда я пришла в аптеку, там мне продали самое дешевое средство – ляписный карандаш за 9 рублей. От этого карандаша у меня почернели руки. В аптеке не предупредили, что от этого средства кожа становится черной. Недели две чернота не сходила, я ходила с пальцами и ладонями, будто измазанными в саже. И самое главное, бородавки не прошли.

Тогда я пошла в другую аптеку, там мне продали импортное средство «Коломак» за 300 рублей. Очень щипало, но бородавки сошли быстро. Я обрадовалась и забыла про них, а где-то через полгода они появились опять. Это случилось летом, когда я была в деревне. Я так огорчилась, что уже готова была уехать, чтобы снова купить это средство. Меня остановил мой дед, который сказал, что бородавки во все времена сводились и без импортных химикалий. Я не особо доверяла народным методам, но, чтобы не обижать деда, согласилась попробовать. Он и научил меня, во-первых, прикладывать к ступням сырой баклажан и картофель. Во-вторых, смазывать бородавки три раза в день свежими измельченными листьями можжевельника, смешанными со сливочным маслом. Он говорил, что можно делать из хвои и веток можжевельника настойку на спирту, тоже отлично помогает. Но такая настойка должна настаиваться 20 дней, а мы так долго ждать не хотели. Нам и не пришлось, потому что дедовский метод меня избавил от бородавок за неделю. Если они у меня еще когда-нибудь появятся, я лучше возьму настойку из можжевельника, один стакан которой я сделала на всякий случай. Это, в отличие от хороших аптечных средств, бесплатно, а помогает ничуть не хуже.

Камарина Полина

Рецепт для очищения кожи мне подсказали в Печорах

В 14 лет у меня были прыщи. Я лечила их всякими мазями, но эффекта не было. Хотя у меня была легкая форма, не было таких диких волдырей, как иногда бывает у других. Как ни странно, в итоге мне помогли не

специальные химические препараты, а самый натуральный продукт. Рецепт я узнала от одной местной жительницы из г. Печоры, куда я ездила посмотреть древний монастырь. По ее рецепту я взяла одинаковые части хвои можжевельника, листьев подорожника, корней одуванчика, корней цикория и листьев березы, на щепотку больше крапивы, хвоща и травы репешка. Что-то из этих компонентов росло в моем саду и в поле рядом с ним, что-то купила в аптеке. Все составные части перемешала, 2 ст. ложки смеси положила в эмалированную посуду, залила двумя стаканами крутого кипятка и час настаивала под крышкой. Потом процедила и пила по половине стакана четыре раза в день, перед завтраком, перед обедом, между обедом и ужином и перед ужином. Через неделю прыщей стало меньше, через месяц кожа у меня уже была совсем чистая.

Савельева Ирина

Легко избавились от бородавок

Бородавки появились одновременно у меня и моего шестилетнего сына. Я побоялась намазывать его кожу неизвестными аптечными препаратами и попробовала лечить нас народными средствами. Я брала густую смесь из касторового масла и соды, наносила на лоскуток тонкой ткани, прикладывала к бородавкам и забинтовывала. Сверху надевала носок. Новую смесь накладывала утром и вечером, на ночь. Через неделю и у него, и у меня бородавок как не стало.

К. Д. Терентьева

Теперь от всего лечусь уриной

Мне 39 лет. Год назад начала пробовать уринотерапию. Сначала пробовала только пить мочу. Через месяц протирала ею лицо, шею и глаза. Стала бы делать это раньше, но не знала, что и так можно. Знала бы, стала бы сразу,

потому что мне приходится принимать гормональные таблетки, у меня от них кожа очень чувствительная и на холоде обветривается и шелушится. После протирания мочой лицо стало мягким, даже шелушение пропало, которое у меня могло месяцами держаться. Еще я втирала мочу в волосы, и они стали лучше выглядеть, на голове кожа тоже шелушиться перестала. Я рассказала о своем лечении моей сестре, у нее тоже была своя проблема с кожей, у нее уже пять лет на ногах грибок. Она его постоянно расчесывала, и от этого у нее между пальцев ног даже кровило иногда. Она перепробовала очень много всяких препаратов. Ведь в аптеках их полно, а аптекарши всегда с охотой посоветуют – как же, они во всех болезнях специалисты. И зачем на врачей люди учатся? Встань в аптеке за прилавок – и вот ты уже советчик от вздоха и оха.

Моя сестра на мази потратила денег уйму, и все бы не жалко, но ведь толку-то ноль. Бывали улучшения, но все временные. Потом грибок все равно снова появлялся и начинал болеть и чесаться. По моему совету сестра стала ставить на стопы компрессы из мочи, и ей сразу стало легче. Она стала и из упаренной урины компрессы делать, и из старой, не только из свежей. Боли уменьшились, между пальцами, как говорит, теперь уже не чешется, как раньше, до одури. Сложнее всего дался грибок на большом пальце. Она его подержала пятнадцать минут в горячей упаренной моче, и через несколько процедур и этот грибок стал сходить. А ведь он у нее появился даже не пять лет назад, как грибок между пальцами, а еще раньше. У нашей матери такой же точно был на том же пальце, и у бабушки тоже.

Мне очень хотелось еще что-то для себя сделать с помощью уринотерапии. Я подумала, раз уж кожа проходит, значит, лечение пошло, можно и дальше продолжать. Выяснила все подробно про голодание на моче и легко за него взялась. Одни мне рассказывали, что им голодание сложно давалось, а у меня так вообще без неприятностей. Просто правильно себя настроила, сказала себе, что мне это нужно, а не дяде какому-то, и легко голодала десять дней. Во время голодания пила холодную воду и выпивала всю мочу, из нее же делала клизмы. Сложно было не голодать, сложно было смотреть, как вылезают наружу все болячки. Почки побаливали, уши, спину ломило. Я знала, что это из меня старая грязь выходит, и держалась. А грязи и правда выходило предостаточно, выходили и сгустки слизи, и даже глист один вышел, и полипы, похожие на нанизанные бусины, обваленные в слизи.

Вообще, слизь не только после клизм выходила. Даже через нос и уши она шла, когда я в них мочу закапывала, и даже вместе с гноем. Зато после голодания у меня дыхание стало, как в детстве, когда зимой на воздухе снеговиков лепили. И даже суставы стали гнуться, а я-то всегда думала, что они и не должны так сгибаться. Очень много слизи ртом шло, через неделю голодания ее можно было горстями из глотки выгребать. На работе стыдно было показываться, сижу и отхаркиваюсь, как курильщица с пятидесятилетним стажем. Но это я зря стыдилась, потому что рассказала одной коллеге, которая спросила, что со мной. Она тоже захотела попробовать, потому что у нее гипертония и лишний вес. Она стала голодать тоже, даже дольше, чем я, у нее получилось 19 дней. Я даже обалдела: это же надо, как она настроилась, а ведь толстым-то, поди, тяжелее, чем нам, которые всю жизнь худые. Так она за время голодания и клизм похудела заметно, пузо пропало, давление снизилось. И еще интересно, что, как и мне, ей тоже стало легче дышать.

Крапивницкая Елена Антоновна

Прошли заеды

У моего сына с трех лет возникали вокруг рта заеды. Мы перепробовали кучу кремов, мазей и прочих притирок. Заеды пропадали, но все равно потом появлялись опять. Потом я сделала ему за четыре дня две клизмы по два стакана, с его мочой. И еще стала протирать ею же эти заеды. После второй клизмы они подсохли, а потом и совсем прошли.

Коваленко А. М.

Свела бородавки твоей за две недели

Когда я неожиданно увидела у себя бородавки на пальцах ног, я сразу позвонила подруге, у которой они тоже недавно были. Помню, она говорила,

что смогла их быстро убрать. Она сказала, что справилась с бородавками за три недели и ей помогла спиртовая настойка из свежих листьев туи. У нее немного осталось, и она отдала ее мне. Мне хватило на пять дней, потом я приготовила настойку сама, взяла всего столовую ложку туи и пять столовых ложек водки. Потом еще несколько раз готовила новую порцию, думала, что лечение займет у меня три недели, потому что подруге понадобилось как раз столько времени. Но у меня бородавки сошли быстрее, всего за две недели или даже чуть быстрее.

Марченко Вероника

Теперь волосы удаляю без бритвы

Мне всегда хотелось найти такое средство, которым можно было бы намазать ноги один раз – и больше никогда их не брить. Пока такого средства не нашла, но зато нашла другое, от которого волосы вырастают гораздо медленнее и становятся более тонкими и прозрачными. Беру траву дурмана обыкновенного, заливаю горячей водой и полчаса кипячу на медленном огне. Потом процеживаю и смазываю им ноги. Женщина, которая мне посоветовала это средство, предупредила, что на лице его использовать нельзя, а жаль, так бы оно помогло моей подруге, которая много лет борется с усиками.

Т. А. Асташонок

Больше не выпадают волосы

Мне 37 лет. Три года назад после тяжелой болезни и сильного стресса у меня стали выпадать волосы. Пробовала сначала обычные шампуни, про которые в рекламе обещали, что после них ни одна волосинка не выпадет. Чушь, как до них выпадали, так и после. Потом перешла на аптечные средства. Небольшой эффект был, но что толку, если выпадает не пучок, а половина пучка. Потом

случайно в старой книге по траволечению, которая была у моей свекрови, нашла состав, которым лечили выпадение волос. По этому рецепту нашла все компоненты – по 10 г корня аира, корня лопуха, мордовника амурского, цветков календулы, листьев и цветков настурции, листьев крапивы. Залила их литром горячей воды, настаивала три часа. По рецепту надо было в очень теплом и темном месте, я залила в термос. Этим составом мыла голову после своего шампуня. Насухо после него волосы вытирать нельзя, поэтому лишь слегка подсушивала их полотенцем, феном не сушила (это вообще вредно для волос). Через месяц волосы стали гораздо крепче держаться, сейчас уже так сильно не выпадают. Надеюсь, дальше будет еще лучше.

Антонова Марина

Заживает кожа

У меня очень хорошо получается использовать уринотерапию для излечения от кожных болячек. У моей дочери вскочил большой гнойник, который не открывался. Я поставила ей несколько раз компрессы из упаренной мочи на ночь, и гнойник открылся, весь вышел. Потом еще ставила на него компрессы, и он быстро зажил, даже следа не осталось, а раньше след мог бы держаться долго.

Потом я варила картошку, стала кастрюлю переставлять с плиты на стол и не удержала. Вылила кипятком прямо на ногу, ниже колена, попало и на стопу. Выскочил волдырь на лодыжке и на стопе, а когда прорвался, я не углядела, и в него попала грязь. Потом больное место долго гноилось и кровоточило. Я догадалась поставить на него компресс с мочегоном на всю ночь. С утра даже поверить своим глазам не могла. Нога не болела, стопа запросто гнулась где надо, было не больно влезть в тапок, а там, где был след от ожога, стала наконец-то нарастать новая кожа. Рассказала соседке, она мне не поверила, но я на нее не в обиде. Сама бы ни за что поверила, если б она мне похожее рассказала. Я зато поняла, что мочой можно вылечить любые раны на коже. Заставила мужа попробовать избавиться от трещин на пятках. Они его умучили за пять лет. Иногда даже до крови были у него эти трещины, мази не помогали. Он поставил пять подряд компрессов из свежей мочи, тоже на



ночь, а потом два компресса из трехдневной мочи. И у него ноги стали как у младенца. Трещины сначала перестали кровить и болеть, а потом и вовсе заросли. Только почесались немного, но ведь говорится же, что чешется – значит, заживает. И стоило ему мучиться так долго? Надо было сразу из мочи компресс сделать, все бы и прошло, и не страдал бы человек.

Полетаева Наталья Владимировна

Цветочное средство помогло от выпадения волос

Мне 49 лет. У меня всегда были слабые волосы. К сорока пяти начал их быстро терять. Мне было это не особо важно. Но жена сказала, что не хочет, чтобы муж облысел так рано. Стала искать какие-то средства, я тоже стал искать, чтобы не огорчать ее. Помогла уборщица на работе. Я ее даже не спрашивал, она сама в разговор вступила: мол, что это у вас, Виталь Борисыч, каждый вечер из кабинета волосы выметаю, неужели так выпадают? Дала мне рецепт: по 100 г листьев настурции и крапивы и 20 г корневища лапчатки залить двумя стаканами водки, настоять две недели, взбалтывать каждый день по два-три раза. Этот состав я должен был втирать в волосы раз в два дня. Стал все делать, как она сказала. Втирал старательно. Главное, при этом надо было следить, чтобы в глаза не попало, иначе может быть вредно. И не пожалел: через два месяца волосы уже так не сыпались.

Балахнин В. Б.

У меня теперь крепкие волосы

Мне 22 года. Год назад у меня случилось очень плохое для меня событие. Я его болезненно переживала. Моя подруга, которая за меня беспокоилась, предложила мне погостить у нее, чтобы я могла отвлечься. Я поехала к ней (из Петербурга в Лугу). Где-то через неделю она мне сказала, что заметила, что у меня сильно выпадают волосы. Они и в комнате, где я сплю, и в ванной

после меня, и в прихожей, когда расчесываюсь. Я подумала, это она меня укоряет за то, что я мусорю, и расстроилась: я ведь не специально вредничаю, у меня же не назло ей волосы выпадают! Оказалось, она вовсе не хотела меня обвинить, а просто обеспокоилась за мои волосы. Я-то даже не заметила, что с ними что-то не так, мне было совсем не того. У нее мать – врач-гинеколог, но вообще большой специалист по народным средствам. Она мне сама приготовила отвар из листьев мать-и-мачехи и крапивы, корней лопуха и медуницы. Этим отваром я стала мыть голову раз в два дня по вечерам. Когда вернулась домой, стала готовить это средство сама, тем более что ничего сложного: три столовые ложки заливаешь стаканом воды и варишь 5 минут. Средство помогло через две недели, волосы стали лезть меньше, через месяц вообще больше не выпадали.

Кириллова М.

Кожа стала по-настоящему красивой

Мне 37 лет. Я всегда ухаживала за своей кожей, никогда не отказывалась применять новые средства, которые на нее хорошо действуют. Я давно слышала про уринотерапию, но особого внимания не обращала, думала, что мне это просто не нужно – в конце концов, на здоровье я и так не жаловалась. Потом узнала, что урина очень полезна для кожи. Моя подруга рассказывала мне, что она втирала в лицо свою упаренную урину и кожа переставала шелушиться, становилась более упругой и мягкой. Я подумала, что это из-за большого количества минералов, которые содержатся в урине. Поэтому тоже решила попробовать. Никакой брезгливости я не испытывала. Можно подумать, когда делаешь подтяжку и тебе сначала отрывают от мышц кожу на лбу, а потом ее обрезают, это эстетично. Но ведь люди и это делают, чтобы выглядеть красиво. Я не против подтяжек, в конце концов, я ведь ремонтирую зубы и наращиваю акриловые ногти, почему бы и этим средством не пользоваться. Только вот пользоваться им хотелось бы как можно позже. Потому что если первые подтяжки начинать делать до сорока лет, то потом от них вообще никуда не денешься, придется повторять постоянно.

Свои процедуры я начала с клизм с уриной. Сейчас подумываю о том, чтобы уже основательно почистить себя изнутри. После первой клизмы у меня болела печень, потом вышли пленки и белые сгустки. Ставила я и микроклизмы с упаренной до 1/4 уриной. После них стала не только лучше выглядеть, но и чувствовать себя гораздо лучше. Раньше не жаловалась на самочувствие, думала, что оно в норме. А оказалось, что это было совсем не то состояние, которое у меня должно быть. Даже после таких простых процедур я стала гораздо лучше спать, мне стало проще ходить на длительные расстояния (хотя у меня и есть машина, я предпочитаю почаще ходить пешком, не хочу, чтобы от неподвижности у меня выросла необъятная попа и появился геморрой). Такие результаты меня вдохновили, и я сделала следующий шаг – стала полоскать уриной рот и горло. Одновременно я умывала лицо и шею, упаренную урину втирала в кожу, как это делала моя подруга, которая мне про все и рассказала.

У меня был такой же отличный результат, как у нее. Кожа подтянулась и посвежела. Она у меня комбинированная, а зимой всегда становилась сухой и чувствительной, начинала шелушиться и стягиваться. На ней плохо заживали самые мельчайшие раздражения. Достаточно было ее чуть-чуть царапнуть, например случайно задеть ногтем, как ссадина потом не заживала неделями. А теперь кожа восстанавливается мгновенно. Зимой она выглядела так же хорошо, как и в другие времена года, ни разу не было стянутости и шелушения. Кожа стала действительно очень красивой, я как раз такую всегда и хотела. Я очень довольна результатом.

Каверина Анастасия

Я смогла сделать волосы крепче

У меня были слабые и ломкие волосы. Сразу скажу, что все шампуни, которые так широко рекламируются, я перепробовала. И даже те, о которых у нас никто не знает, потому что они продаются только за границей. Я даже разозлилась, что эффект нулевой! Казалось бы, платишь деньги, покупаешь вещь, а она оказывается бесполезной! Правда, это даже подло, так людей обманывать. Своим недовольством я поделилась с одной женщиной, которая

стояла рядом со мной в длинной очереди в аптеке. Она сказала, что у нее где-то завалялся превосходный рецепт, который мне должен помочь, но она его наизусть не помнит. Мы обменялись телефонами. Я ей в тот же вечер позвонила, и она меня научила, что надо делать.

Я стала делать по ее совету вот что. Взяла луковицу, натерла ее на крупной терке, потом четыре чайные ложки лука смешала с чайной ложкой меда. Можно было и меньше, и больше, главное, чтобы осталась пропорция 1 : 4. Для дальнейших процедур мне уже так много было не надо, и я брала две чайные ложки лука на половину чайной ложки меда. Так вот, эту смесь я втирала в корни волос. Волосы надо было заранее вымыть и высушить. Потом я обвязывала голову махровым полотенцем и так ходила минут сорок. Потом полотенце снимала, а волосы промывала теплой водой. Никаких шампуней при этом использовать нельзя. У меня волосы были ужасно сухие, поэтому я сама догадалась в следующий раз добавить к луку и меду еще и немного кукурузного масла (вместо него можно было брать соевое или оливковое, но у меня не было ни того ни другого). На самом деле, про то, что такое масло полезно для сухих и ломких волос, я давно знала, просто добавить его в этот рецепт решила уже сама. Ах да, масло сначала слегка разогревала, не вливала холодное.

Потом, поскольку луковую маску можно делать раз в две недели, я стала втирать кукурузное масло в промежутках между луковым лечением. Точно так же обвязывалась полотенцем и не смывала масло сорок минут. Через два месяца у меня уже были гораздо более прочные волосы. Скажу честно, что у меня не получилось, как обещала моя советчица, привести волосы в норму за две недели. Мне понадобилось месяца четыре. Но ведь главное-то – результат! А волосы у меня в результате стали крепче, мягче, уже не такие сухие. Держатся прочно, даже если за них потянуть, не выпадают и при расчесывании не лезут пучками. Я теперь стала делать разные прически, до такой степени рада своим волосам, будто первый раз их вижу! Хотя в таком состоянии я их действительно раньше и не знала.

Селиванова Ирина

## От угрей мне отлично помогло алоэ

У меня не было сильной угревой болезни, но все-таки прыщики на щеках появлялись. Иногда их было совсем мало, несколько штук, иногда случались обострения, когда они просто высыпали. Я привела кожу в порядок благодаря алоэ. Оно входит в состав многих косметических кремов. Мне стало интересно, почему так, и я узнала, что алоэ, оказывается, может устранять раздражения и воспаления с кожи. Но только на жирной, я что-то ни разу не слышала, чтобы алоэ использовали для сухой кожи, даже ни в одном таком креме алоэ не видела. Одним словом, я такой экспериментатор, подумала, что если алоэ есть в дорогом креме, то не имеет ли мне смысла взять чистое алоэ? Так я и сделала.

Срезала листья средней длины, не стала брать ни слишком старые, ни слишком молодые. Промыла эти листья в минералке. Наверное, можно было бы и в обычной, но я руками и ногами за целительные свойства минеральной воды. Так вот, потом я листья высушила, на десять дней положила в коробку и поставила в холодильник. Через десять дней эти листья порубила. Одну часть взяла, отжала сок, протерев через сито. Этот сок перелила в банку и им смазывала очищенную кожу утром и вечером. Вторую часть листьев я залила холодной водой, тоже минеральной, разумеется, так уж я люблю ее. У меня было измельченных листьев в стакане на один палец, я долила воды так, чтобы было примерно две трети стакана. Настаивала час. Потом прокипятила настой буквально несколько минут и процедила через марлю, ну и потом использовала как обычный лосьон. Сам процесс приготовления лекарств доставлял мне такое огромное удовольствие, что уже одно это должно было мне помочь! И я была так рада, когда действительно помогло! У меня сошли мелкие прыщики, новые не появляются, я для профилактики раз в месяц устраиваю себе «неделю алоэ».

Епифанова Анна

Я стала лучше выглядеть

Мне 35 лет. Полтора года назад я начала применять урину в косметических целях. Стала полоскать носоглотку, смазывать лицо, шею, руки, ставить микроклизмы и спринцеваться. Через полтора месяца заметила, что стала выглядеть намного лучше. Кожа лица стала более упругой, гладкой и мягкой. Раньше чувствовала, что ей чего-то не хватает, теперь у меня такого ощущения нет. Во время уринотерапии я ставила опыты, подмечала, что мне лучше подходит. Например, для меня в косметических целях самая лучшая урина – утренняя. Когда я массирую кожу на лице и шее этой уриной, то ощущение такое, будто втираю очень мягкий увлажняющий крем, который прекрасно впитывается в кожу. Еще мне однажды сказали, что хороший эффект дает урина своих детей. Я попробовала использовать урину своей пятилетней дочки и никаких изменений не заметила. Наоборот, эффект был даже меньше.

Евстафьева Валентина

Для хороших волос использовали бабушкины средства

Моя бабушка знала про травы все. Когда моя тетя прошла химиотерапию, у нее стали выпадать волосы. Бабушка сделала специально для нее травяной отвар, и я на всякий случай записала, как его готовить. Две столовые ложки корней лопуха надо было залить стаканом горячей воды и прокипятить на медленном огне, часто помешивая, потом охладить, процедить и на 100 г отвара добавить две столовые ложки сока настурции. Этим средством тетя мыла голову, и волосы у нее выпадать перестали. У меня волосы не выпадали никогда, потому что я лет с двадцати пяти стала для профилактики раз в неделю мыть голову этим отваром. Сейчас мне сорок, и они у меня крепкие, как в молодости.

Вдовиченко Мария Георгиевна

## Итальянское средство помогло моим волосам

Мне 27 лет. Однажды я поехала в Италию. В отеле, где я остановилась, была горничная, которая говорила по-русски. Она заметила, что у меня выпадают волосы, когда меняла мне постельное белье: вся моя подушка была в выпавших волосах. Я стала ее уверять, что у меня волосы не выпадают, человек и должен каждый день терять нужное количество волос. Она сказала, что хоть и должен, но не в таких количествах. Мы с ней даже поспорили. Она сказала, что даст мне одно средство, которое я использую, а потом посмотрю, нормально ли у меня сейчас выпадают волосы, или их не должно выпадать так много. Оказалось, надо всего лишь было взять помидор, очистить от кожуры, размять деревянной ложкой (или пестиком) и делать из него маску для волос на 15 минут два раза в неделю. Удивительно, но после такой маски волосы выглядели гораздо лучше, а потом их стало выпадать гораздо меньше. Еще и стали быстрее расти. За месяц вырастают теперь на столько, на сколько раньше вырастали за три. Я искренне считала, что у меня волосы выпадали как надо, а оказалось, она была права, я их просто теряла, потому что они были слабые. В тот отель я не возвращалась, но если бы вернулась, то уже не стала бы спорить с той горничной, честно бы ей сказала, что она была права. И еще сказала бы спасибо.

Семенова Елена

## Поверила в оздоровление со второй попытки

Мне 27 лет. Когда мне было 12, у меня появились возрастные прыщи. С ними ничего нельзя было сделать, тем более при тогдашнем финансовом положении моей семьи. А было оно, прямо скажем, не завидным. Наверное, как и у большинства россиян после перестройки. Правда, у меня есть знакомая семья, которая в 1991-м году всем составом ездила на заграничные морские курорты пить коктейли, когда в моей семье с голода пухли. Думаю, тяжелое финансовое положение было тогда у большинства людей. Моя семья не имела возможности вести меня к дерматологу: официальные лечебные учреждения тогда были в застое, а когда вскоре появились платные, у нас не было денег. Через три года я стала лечиться в дерматологии, в стационаре, но

тогда кожа была уже так запущена, что толку не было никакого. Да и разве выдавить прыщ – значит его вылечить? Одна мамина знакомая сказала, что у нее есть какой-то знакомый дед, от любой болезни лечащий. Познакомили меня с этим дедом, оказалось – простой шарлатан, которому лишь бы деньги тянуть. Моя мать готова была ему отдать последнее, лишь бы он помог, и надеялась, что мне будет лучше.

Тот дед меня подбил на уринотерапию. Начала очень неохотно, месяца два занималась, результат нулевой. К слову, очищение тоже делала – и кишечника, и печени. Все так же безрезультатно. Одним словом, я это забросила, а моя вера в народные методы вообще и в уринотерапию в частности была сильно подорвана. Прыщи я смогла напрочь свести, когда мне было уже 24 года, благодаря хорошему уходу и правильному питанию. Но к тому времени появились новые проблемы. От большого количества стрессов – в течение восьми лет подряд в моей жизни было много переживаний и несколько особо тяжелых событий – я наработала повышенное давление. Для моего возраста 180/110 – это много. А так у меня случалось нередко. Когда училась в институте, то доходило даже до 200.

Так как я училась на факультете журналистики, то и работать стала в газетах. В очень многих была внештатным журналистом, в нескольких – ответственным секретарем, заместителем редактора. Потом стала работать в журнале, посвященном народной медицине. Все материалы, идущие в печать, были на мне. Я должна была их собирать и проверять, какую-то недостоверную информацию я пропускать в печать не имела права. К тому времени я была крайне скептически настроена по отношению и к лечебному голоданию, и к лечению уриной, считала, что все эти варианты не являются естественными и потому не приемлемы. Но чем больше я узнавала про них – а узнавать мне приходилось много, – тем более менялось мое отношение. Кстати, в наш журнал приходило множество отзывов о том, как люди успешно лечились этими методами от самых разных заболеваний. Я не изменила свое мнение сразу. Но однажды поняла, что в моем возрасте успела накопить достаточное количество всевозможной грязи в организме. Когда я думала об этом, мне становилось противно, тем более что у меня появился жених, я собиралась выйти замуж и очень хотела быть к тому времени здоровой, чтобы родить здорового малыша. А в своем здоровье я уверена не была. Давление оставалось высоким, я чувствовала, как кровь застаивается в



голове и как густо и медленно оттуда стекает. После длительного застоя, примерно раз в год, у меня случались жесточайшие приступы головной боли. Они длились по полтора-два дня и были настолько адскими, что несколько раз мне хотелось повеситься – я не шучу и не преувеличиваю. Одним словом, я сделала для себя вывод: однажды народные методы мне не помогли, но сейчас, когда дело идет о моей жизни и о здоровье моих будущих детей, я попробую их опять. И я попробовала.

Долго думать не стала, принялась за все сразу. Заново прошла очищение всего организма. Поскольку я в этом вопросе, благодаря своей работе, была подкована, то сделала все по самому четкому графику. Никаких поблажек себе не давала. Легко перенесла несколько длительных голоданий, тем более что с 19 лет пришла в Церковь и стала держать все посты, так что опыт воздержания от еды у меня был немалый. Занялась и уринотерапией, веру в которую однажды потеряла. И я ни о чем не пожалела. Сейчас не только принимаю читательские отзывы, но и сама такой отзыв пишу. У меня теперь нормальное давление, стабильно держится 120/80. Невыносимые приступы головной боли отошли, вообще голова болит очень редко, и то слегка, когда сильно устану или поволнуюсь. Но и проходит такая боль быстро. Пропала аритмия, а ведь сердцебиение было сбито еще раньше, синусоидную аритмию мне ставили, дай Бог памяти, еще когда мне было 17. Наконец, чисто по-женски мне приятно, что я, во-первых, скинула лишних семь килограммов, а во-вторых, хотя я последние годы за собой ухаживала и выглядела хорошо, теперь стала еще лучше. А еще я смотрю на все, что со мной происходит, философски. И меня очень радует то, что даже утраченная вера восстанавливается, а этого-то нам чаще всего и не хватает, ведь вера способна сдвинуть гору.

Холодова Екатерина

Избавилась от перхоти безо всякой рекламы

Мне 39 лет. Вспоминаю, что когда в самом начале 90-х годов на телевидении появилась реклама, то первые рекламные ролики были про вентиляторы, тампоны и шампуни. Так что всевозможные средства от перхоти у нас

рекламируются уже почти двадцать лет. За все это время ни одно, ни одно из этих средств не давало мне того, чего я ждала. Кожа головы у меня имеет такую особенность, что чем ее ни мой, как за ней ни ухаживай, она постоянно шелушится. Я сначала думала, что мою перхоть можно убрать обычными шампунями. Как бы не так! Самые раскрученные средства удаляли мне перхоть лишь на то время, пока я ими пользовалась. Как только я, обрадованная тем, что перхоти больше нет, переходила на другой шампунь, она появлялась вновь. Впрочем, оно и понятно. Очень нужно производителю навсегда избавлять потребителя от перхоти! Кто же тогда будет покупать эти средства? Нет, надо, чтобы люди без этих средств вообще жить не могли, только их и покупали. А как только отменишь – пиши пропало. Я очень быстро заметила эту закономерность, но сделать с ней ничего не могла. Было неприятно, что производители шампуней просто используют меня как дойную корову, но что можно было изменить? Если уж быть дойной коровой, то лучше без перхоти, чем с перхотью.

И вот этими соображения я поделилась со своей соседкой. Она рассказала мне, что есть средство из натуральных компонентов, которое может мне помочь, даже на 100% поможет. Я к натуральным средствам относилась скептически, потому что все, что мне помогало, было отнюдь не натуральное, а те самые естественные компоненты вообще не давали никакого эффекта. Правда, я думаю, что в этих шампунях, про которые говорят, что они на натуральных травах, на самом деле одни отдушки да красители. Одним словом, народное средство я решила попробовать назло косметической промышленности. Средство, о котором мне рассказала соседка, делалось из коры ивы, корней лопуха, крапивных листьев и листочков настурции. Все это надо было порубить, в равных частях смешать, четыре столовые ложки залить литром кипятка и проварить на медленном огне полчаса. Потом процедить и вот этим отваром мыть голову каждый вечер. Соседка предупредила, что если у меня волосы слабые и выпадают, то реже надо мыть, раз в три дня. Но у меня они, Бог миловал, держатся прочно, хотя я начинала уже бояться, что с такой перхотью они у меня повыпадают.

Этим средством я пользовалась две недели, голову после мытья феном не сушила, лаков и пенки для волос не использовала. Через две недели перхоть прошла. Я не спешила радоваться, потому что помнила, что бывало раньше. И продолжила использовать средство еще две недели. А потом взяла и

перестала, чтобы проверить, не появится ли снова. И самое удивительное, что не появилась! Полтора месяца я ждала – и не дождалась, к счастью. Для профилактики я в первую неделю каждого месяца мою голову этим отваром и перхоти не знаю уже больше года.

Головина Елена

Ни одно средство не могло помочь от перхоти

Мне 41 год. У меня всегда были хорошие волосы, но после болезни они стали выпадать, а кожа головы постоянно шелушилась и зудела. Я не очень-то верила косметическим шампуням, которые продаются в обычных магазинах, и за лекарством пошла в аптеку. Там я несколько раз покупала французское средство за 700 рублей и к нему одно наше, за 250. В аннотациях было сказано, что эти средства остановят выпадение волос и уберут перхоть, а волосы начнут расти быстрее и станут гуще. Долго рассказывать не буду, скажу лишь, что эти средства мне не помогли, я просто зря выбросила на ветер почти три тысячи рублей.

После этого началась моя эпопея с народными средствами. Для начала я использовала средство из корневища кубышки. Две столовые ложки мелко нарезанного корня надо было залить двумя стаканами горячей воды, прокипятить в закрытой эмалированной посуде на водяной бане в течение 20 минут, потом процедить, потом отжать, а потом еще и кипяченой водой довести объем до первоначального. Вдогонку ко всему этому коктейлю добавлялось полстакана пшеничного пива. Этим средством я мыла голову раз в три дня, и через две недели волосы у меня стали крепче, к ним постепенно начала возвращаться сила, перхоти стало гораздо меньше, волосы почти перестали выпадать. Потом одна самая умная специалистка посоветовала мне к этому отвару добавлять буквально треть чайной ложки уксуса. Мол, волосы будут расчесываться и блестеть не хуже, чем после бальзама. И действительно: волосы и заблестели, и закрипели. Заодно и перхоть вернулась.

Я была в панике: ведь она недавно наконец-то прошла, а теперь нате вам – снова тут как тут. Я немедленно отказалась от этого средства, решив, что таким плохим замедленным действием обладает кубышка. А потом оказалось, что дело вовсе не в ней, а в уксусе. Это же кислота, и она разъедает кожу. Моя и так шелушилась, а я еще стала ее дополнительно раздражать. Я поняла, что средство было хорошее, просто не надо было добавлять какие-то другие компоненты. Но к тому времени я уже использовала другой метод. Благо у меня был отпуск, который я собиралась провести дома, поэтому и метод можно было использовать... Я брала по одной части настоя чеснока, две части отвара корня лопуха и четыре части настоя листьев крапивы. Все это смешивала, подогревала (но не кипятила) и мыла голову по вечерам. Через неделю перхоть исчезла и больше не появлялась, ее нет уже полтора года. Я раз в месяц мою голову этим средством, для профилактики. Сейчас волосы восстановились, выглядят отлично, не выпадают, очень хорошо лежат.

Светлана Киселева

Я вылечилась от дерматита

Мне 32 года. Я работаю на предприятии, которое производит удобрения. Моя работа связана с различными химическими препаратами, которые вызывают у меня экзему, руки от них краснеют и шелушатся. У меня был сильный дерматит не только на руках, но и на груди, на лопатках, на ногах и очень сухая кожа. Мне помог один мой коллега. Он рассказал мне очень простое и действенное средство. Я последовала его совету и стала принимать ванны, в которых растворяла 35 г соды, 20 г марганцовки и 15 г пербората магния. Я принимала такую ванную около 15 минут, постепенно прибавляя горячую воду, чтобы вода в моей ванне не остывала. После таких ванн кожа становилась гораздо лучше. Я принимаю их регулярно, и у меня кожа не шелушится, не трескается, не зудит, экзема прошла.

Ксенофонтова Галина

Рада, что лечилась и лечусь древними методами

По профессии и призванию я археолог. Фанатик своей работы, я практически осталась без здоровья к 45 годам. Частые экспедиции, неправильное питание, безобразные условия жизни (в палатках, часто без средств гигиены). В молодости казалось, что это все ерунда, можно и потерпеть ради науки. Но когда у тебя и гастрит, и начинающаяся близорукость, и воспаление глаз, и выпадение волос, и кожа раньше времени стала дряблой, тут в пору задуматься: а не пора ли изменить образ жизни?

Я подошла к этому вопросу глобально, по-научному. Не потому, что я отвергаю достижения современной медицины, а потому, что доверяю тому, что прошло проверку многими поколениями людей. Мы ведь очень часто не ценим собственное наследие и традиции, поэтому и имеем то, что имеем. Прежде всего я обратилась к источникам, во многих книгах по истории народной медицины я натыкалась на примерно одинаковые рекомендации. Все они сводились к тому, что сегодня называется уринотерапией. Это комплексное очищение всего организма, что мне как раз и требовалось. Кроме того, там был замечательный рецепт для лечения глаз. В медной (именно в медной!) посуде упаривать мочу с медом, а потом делать примочки из этой смеси. Не могу сказать, что клизмы и голодание прошли для меня очень легко, поначалу, казалось, самоощущения ухудшились. А вот примочки очень быстро помогли: сначала ушло воспаление, затем вместе со всем организмом и зрение стало совершенствоваться. Теперь решаю проблемы кожи с помощью глинолечения.

Маргарита Валерьевна Рогова

Избавилась сразу от многих болячек

К моим сорока пяти годам болячек у меня было накоплено более чем достаточно, на пятерых хватит. И колит, и хронический гастрит, и камни в почках, и варикозное расширение вен, и стенокардия, и остеохондроз, и запоры, и геморрой, и конъюнктивит. Плюс избыточный вес, плохая кожа,

редкие волосы, которые еще и выпадали. Самооздоровлением я занялась ради того, чтобы похудеть. Мой лишний вес причинял множество проблем. От него и давление было выше, и настроение хуже. При росте 164 у меня был вес 90 килограммов. Я голодала целый месяц, похудела за это время на 15 кг. Но сначала я только голодала, даже и не думала о других методах самооздоровления, в том числе про очищение. Так что начала чистить кишечник, сначала водой, потом обычной уриной, потом упаренной. Это было очень тяжело, просто катастрофа какая-то и пытка. Начала пить утреннюю урину по 150 г каждый день, стала раз в неделю голодать, три дня голодала на урине. Стала втирать теплую урину в шею и голову, закапывать в уши, промывать глаза свежей уриной, 20 дней подряд делала массаж упаренной уриной.

Было непросто, но я слышала, что это очень сильная лечебная процедура. Потом я еще чистила печень оливковым маслом и лимонным соком и умывалась свежей, а потом и упаренной уриной. Когда я начала процедуры, мне было сорок три, значит, лечусь я всего два года. За это время я похудела до того веса, о котором всегда мечтала. Теперь вешу 67 кг. Знаю, что это еще многовато, мне бы хотелось хотя бы 57. Но еще не вечер. Самое главное, что, сбрасывая вес, я обратно его не набираю. Еще у меня ничего не болит внутри и голова не болит. Я стала гораздо лучше выглядеть, с дочкой иду по улице, так прошу на людях меня мамой не звать, пусть думают, что сестры. Вообще кожа стала отменная, такая гладкая и упругая. Волосы лезть перестали, теперь только здоровым блеском блестят, а не жирным, как раньше. Важно, что мне не только другие про это говорят, а что я сама это вижу, и мне нравится то, что я вижу в зеркале. А когда женщина сама себе любя, она и людям мила будет!

Ткаченко Лариса Геннадьевна

Аллергия не проходила четыре года

Мне 26 лет. С 21 года у меня появилась аллергия. Высыпания были на лице, шее, иногда на руках. Мне много лекарственных средств прописывали врачи, я честно принимала все лекарства и тщательно следовала всем

рекомендациям. Прошла и таблетки, и мази, и уколы, и всевозможные процедуры. Ничего не помогало. Я очень переживала, особенно когда аллергия вылезала на лицо, это ужасно. А потом решила попробовать уринотерапию. Я натирала мочой пораженные места утром и вечером, не смывала и не вытирала. Лечение заняло у меня три месяца. Как только я стала этим заниматься, мне сразу стало лучше, а сейчас аллергия и вовсе прошла. Кожа такая чистая, что даже не верится, что раньше у меня была такая проблема.

Кузнецова Марина

Правильное лечение избавило от экземы

Мне 58 лет. Всегда читала очень много книг о том, как быть здоровым. Не все из книжных рецептов можно использовать. То времени нет, то денег, а на самом деле просто нет желания. И нужды нет. Я брала отовсюду понемногу и думала, что так оно и надо, я так придумаю собственную систему здоровья. Никому не собиралась ее подавать как что-то всем подходящее, делала только для себя. То один метод, то другой, тут народная русская медицина, там народная испанская, тут современный американский метод, там древний буддистский. И получалось, что ничего не получалось. Никакого смысла не было в том, что я делаю. Давление, которое у меня после юношеской травмы всегда было повышенным, стало еще выше. Иногда верхний столбик выше 250 поднимался. Ну а 200 – такое у меня и в 18 лет бывало. И ничего не менялось, разве что хуже не становилось.

Я всячески пыталась помочь своему мужу, у которого были те же болезни, что и у меня. На двоих у нас были гипертония, гастрит, панкреатит, геморрой, изжога, а у меня еще и экзема. Только вот вылечить все это у меня не получалось. Как-то я сидела и думала, почему же у меня ничего не выходит. Прямо о том и молилась, чтобы понять. Ну что же я делаю неправильно, ведь умных людей слушаю?.. И ответ ко мне пришел. Я его все-таки получила. Не нужно хватать частями то здесь, то там. Взял какую-то одну систему здоровья – ей и следуй. Моя ошибка была в том, что я пыталась пить из многих источников одновременно. Тогда я решила не придумывать

больше ничего своего и не совершенствовать методы, которые разработали люди, более меня в этом понимающие.

Я не стала ходить вокруг да около и занялась, во-первых, уринотерапией, а во-вторых, стала уже по-умному чиститься, а не как раньше – клизму раз в месяц поставлю с составом, приготовленным по собственному усмотрению. Нет, на этот раз стала все делать комплексно, последовательно. Сначала кишечник, потом печень. Печень пять раз чистила. Еще почки и даже лимфатическую систему. Дольше всего почему-то мучиться пришлось с желчным пузырем. Потом, на следующий год, дважды повторила очищение печени. И вообще, стала заниматься профилактикой, а не лечением. Чтобы почки не беспокоили, делаю так: в конце июля пью огуречный сок, в конце августа – кабачковый, в конце сентября – тыквенный. Можно по отдельности их пить, а можно к каждому соку добавлять какой-то еще. Например, свекольный, томатный, морковный, капустный, яблочный, сливовый.

За время своего лечения по новому методу, который теперь называю единственным, мы с мужем избавились от всего, что мешало жить. Геморрой прошел совсем. Кожа тоже выглядит хорошо, никаких на ней раздражений. Давление нормальное, конечно, не 120, но жить можно. Лучше, чем раньше. Прошла изжога, желудок тоже больше не беспокоит. Даже соли из суставов вышли.

Андреева А. Д.

Крапивница перестала меня мучить

Во время сильного стресса у меня началась крапивница. Все тело покрывалось зудящими волдырями. Только на лице их не было, но они высыпали на спине, на груди, на ногах и на руках, и чесались до невозможности. Они были огромные и красные. Высыпали, а потом исчезали. Затем снова высыпали в одно мгновение: только что кожа была чистая – и вдруг вся превращается в один сплошной волдырь.



Я тогда лечилась у хирурга и спросила, может, мне пойти к дерматологу с моей крапивницей. Он сказал, что можно и сходить, но пока я жду приема, почему бы не попробовать начать лечиться. Конечно же, я согласилась, хотя и записалась на прием к дерматологу. По совету хирурга я принимала два раза в день теплые ванны, в которых растворяла четыреста граммов соды. Пятнадцать минут купалась в такой ванне, потом вытиралась махровым полотенцем, а не вафельным, чтобы не растревожить крапивницу. А после этого обтиралась абрикосовым маслом. Врач сказал, можно использовать вместо него или миндальное масло с ментолом, но у меня его не было, или свежий томатный сок, но у меня на него аллергия. Когда через неделю пришла моя очередь к дерматологу, он вообще не понял, зачем я к нему пришла, потому что от крапивницы не осталось даже следа.

Терлецкая Елена Вячеславовна

Себорея больше не беспокоит

Мне 19 лет. С тринадцати лет у меня была себорея, которая возникла из-за нарушения гормонального равновесия. На коже постоянно были воспаления, угри, иногда возникали кисты сальных желез. Особенно все это было на лбу, носу и подбородке. В этих местах кожа была очень жирная, по утрам и к вечеру выглядела так, будто я только что щедро смазала ее маслом. Волосы быстро пачкались, были очень-очень жирные, их надо было мыть каждый день. Даже кожа головы зудела. Мне говорили, что себорея может привести к выпадению волос в будущем, и я этого безумно боялась. Я лечилась у дерматологов в престижных клиниках, где мою маму, которая платила за лечение, ободрали как липку. Потом я случайно попала в дерматологическое отделение обычной городской больницы. Больница хорошая, с хорошими врачами. Я там не была на приеме, но говорила с врачом, когда навещала свою подругу. Врач мне сказала протирать лицо слабым раствором соды или 3%-ным раствором очищенной серы и ими же мыть волосы. А когда кожа станет лучше, перейти на спиртовые настои ландыша, боярышника, валерианы, салициловой и борной кислоты. Я так и сделала и всего через месяц заметила первые улучшения. Всего лечение заняло у меня полгода, это

очень быстро, если учесть, что до того меня безрезультатно лечили шесть лет.

Якунина Э. Р.

Стала лучше себя чувствовать, голова ясная

Мне 59 лет. Болезни накапливала с юности: геморрой, бронхит, камни в почках, межреберная невралгия, вегетососудистая дистония. Для лечения решила попробовать принимать урину. Многие из моих заболеваний ощутимо отступили. Больше не чувствую сильных проявлений дистонии и бронхита, голова не кружится, перестало шуметь в голове, не кашляю так сильно, как прежде, кашель есть лишь немного ночью, а в течение дня его вообще нет. Курить начала в 17 лет, бросила в 55, но к тому времени пресловутый кашель курильщика уже успела заработать, он у меня до этой поры так и оставался напоминанием об ошибках молодости. Лучше стало и в плане геморроя, нет таких болей, как были прежде. И ведь это при том, что я ничего особенного не делаю, просто утром пью семь глотков урины, умываюсь ею, промываю нос и рот, втираю в нос, закапываю в глаза и уши, растираю руки и ноги, делаю ножные ванны. Хочу подключить к лечению своего мужа. Так как хочу поплотнее заняться самооздоровлением, сменить питание, то его поддержка здесь просто необходима, а лучше всего, чтобы и он составил мне компанию. Вместе нам будет легче все делать, да мы, в принципе, привыкли друг друга понимать и поддерживать. Мне и для него хочется здоровья. У него псориаз, как понервничает чуть-чуть, сразу на коже бляшки высыпают. Да и вены на ногах ему подлечить бы неплохо. У меня одна хорошая знакомая есть, она мне рассказывала, что ее другая знакомая уринотерапией вылечила варикоз. Очень даже допускаю, что такое могло быть. Когда разузнаю все подробно и с доказательствами для моего скептика, то он меня наверняка поддержит. Потом, надеюсь, дети на нас посмотрят и тоже нашему примеру последуют. Очень об этом мечтаю.

Савельева Антонина Петровна

У меня был ожог на руке

Когда вынимала из духовки пирог, очень сильно обожгла руку о противень и о крышку духовки. Стала лечить больное место упаренной уриной. Раньше у меня ожоги заживали очень долго, а сейчас за 1,5 суток он прошел. Раньше бы появился пузырь, который бы жутко болел. Долго держалась бы рана. А на этот раз появилась темно-вишневая пленка. В течение этих полутора суток я не снимала компресс из упаренной мочи, просто меняла его, но и дневала, и ночевала с ним. Потом, через полтора дня, когда появилась корка, просто смазывала ее мочой. За такое короткое время она спала, отек тоже спал. На шестой день место ожога уже только слегка чесывалось. Кожа восстанавливалась очень быстро. Теперь знаю, что если обожгусь, то только так буду лечиться, без всяких химических средств.

Потапова Вероника Сергеевна

Я изменила состояние кожи, и это изменило мою жизнь

Мне 26 лет, прыщи появились у меня в 11 лет, а прошли лишь два года назад. Когда они у меня только возникли, мне все говорили, что со временем они исчезнут. А они все не проходили. Я испробовала все варианты лечения, которые только могут быть. Лежала в самых разных клиниках. Использовала и традиционные, и нетрадиционные методы. Ходила к экстрасенсам, каждый из которых оказывался просто самозванцем и вымогателем. На них денег тратилось больше, чем на дорогие лекарства. Отсюда возникло мое разочарование в народной медицине. Я злилась, когда такие вот «целители» говорили, что официальная медицина лишь тянет из человека деньги, а народная медицина бесплатна. Я всегда говорила: «Ничего себе бесплатная! Прием у врача в обычной больнице бесплатен, прием в частной клинике – 200 рублей, а прием у целителя или экстрасенса – полторы тысячи! Дерматолог дает мне совет бесплатно, а какая-то умелица взяла с меня две тысячи, чтобы открыть настоящую тайну лечения. Этой тайной оказалось то, что я должна утром протереть лицо росой! Совет, который найдешь в любой газете по народной медицине!» Потом я поняла, что все те, которые дерут такие деньги, к народной медицине не имеют никакого отношения. Это

просто люди, которые сделали из чужого горя бизнес. И дорогой клинике не нужно мое здоровье, чтобы лечить меня годами за мои деньги. И такой «целительнице», которая позорит само честное имя народной медицины, вовсе не надо, чтобы я поправилась, потому что она тоже хочет тянуть с меня мои тысячи. Впрочем, честно скажу, я никогда не была против народных средств. Я против, когда на них наживаются.

С такими мыслями я пришла к тому, что вообще отказалась от любого лечения. Мне было уже 20, а прыщи оставались, они вовсе не прошли сами и не собирались проходить. Три с половиной года я вообще ничего не делала с лицом. Мне было так обидно, оттого что мне ничего не помогает, что я просто поставила на себе крест. А потом, в 23 года, у меня появилась хорошая работа – в журналистике. Я очень часто ходила на различные мероприятия, конференции, брала много интервью. Я захотела сделать карьеру в этой области. Все, кто говорит, что для карьеры внешность не важна, – как на подбор красотки. Еще ни одна дурнушка не сказала, что внешность не имеет значения. Еще как имеет! Я ненавидела себя за то, что из-за моих прыщей моя карьера не продвигается. Мои коллеги, менее талантливые и менее работающие, но зато со смазливymi мордашками, уже были редакторами, пока я мытарилась в корреспондентах. И я тогда так разозлилась, что решила измениться во что бы то ни стало.

Я начала ухаживать за собой. В качестве ежедневного ухода использовала уже не ту дешевку, которой наводнены наши магазины, а по-настоящему качественные средства. Начала ухаживать за лицом не когда придется, а каждый день. Утро начинала с очищения, непременно протирала лицо тоником, смазывала увлажняющим кремом, перед выходом на улицу наносила защитный крем, чтобы грязь не попадала в поры. Вечером тоже все тщательно смывала, протирала тоником, увлажняла. Два раза в неделю делала маски. Напрочь отказалась от мыла, чтобы не наносить на кожу вредную для нее щелочь. Это и есть правильный уход за кожей, так надо делать каждый день.

Через месяц прыщи перестали высыпать, остались лишь те, которые появились раньше (они могли держаться месяцами). Вместе с обычными средствами по уходу я использовала и все, что могло усилить их эффект.

Утром и вечером после тоника протирала лицо кубиками льда, в которые добавляла настои различных лекарственных растений (календула, ромашка, тысячелистник, зверобой, калина), протиралась ими в течение дня. Летом протирала лицо соком облепихи. Таким образом, сама не заметила, как вернулась к народным средствам. Я изменила питание, совершенно отказалась от жирного и жареного, стала есть гораздо меньше. Двухдневное голодание и дальнейшее сокращение количества пищи дало очень быстрый результат, кожа стала выглядеть еще лучше.

Через полгода меня было не узнать. Прыщи появлялись лишь перед критическими днями. За год я добилась того, что моя кожа полностью очистилась. Теперь на ней если и появляется раз в месяц одинокий крохотный прыщик, то он проходит за день и не оставляет следа. Для меня это просто победа! Я стала уверенней в себе, моя карьера быстро пошла вверх. Пока я оставалась на той же должности, мне стали больше платить за работу. Меня приглашали в другие газеты, я работала там внештатным сотрудником. Вскоре мой заработок был такой же, как у редактора, потом – как у главного редактора. Потом я ушла из газеты, в которой начинала, в другую, где платили больше. Благодаря активности и большому количеству работы, у меня были отличные перспективы. На конференциях я знакомилась с другими издателями, и они предлагали мне те задания, которые раньше отходили к моим смазливym конкуренткам. Когда я ходила в стажерах, когда от меня все отворачивались, я и представить себе не могла, что у меня будет такая работа, такая карьера и такая жизнь! Нужно было просто измениться внешне и не останавливаться, не отчаиваться, когда лечение не давало результатов! Я потеряла больше трех лет, копаясь в своем отчаянии, вместо того чтобы довести начатое до конца. Теперь я все-таки сделала это!

Долгова В. С.

Летом покусали комары до крови

Летом мы ездили в дом отдыха в Псковскую область. Там нас до одури искушали комары, ведь мы останавливались на озере, а там их пруд пруди. Все средства от укусов закончились моментально, потому что мы не думали,

что будет столько комарья, и использовали на себя, да еще и поделились с соседями. Я и муж еще как-то справлялись, мы все-таки привычные, а вот мою пятилетнюю дочку очень сильно покусали, и она расчесала кожу до крови. Кожа у нее болела, зудела, покраснела, отекала. А как ей объяснишь, что чесать нельзя, будет хуже?.. Мы далеко не стали ходить за лекарством, прикладывали на пораженный участок ее свежую мочу. Удивительно, но уже через полчаса у нее прошли зуд и боль. А через несколько часов кожа буквально на глазах стала затягиваться.

Алексеева Т. П.

Очень сильно обожглась паром

Этим летом мы устроили встречу выпускников. Поехали по общему решению на природу. Там стали делать шашлыки. Чай варили над костром в котелке. Вода кипела под крышкой, я стала котелок снимать, а крышка была больше, чем сам котелок. Она слетела, и меня обожгло горячим паром. Рука вся покраснела, и я испугалась, что она еще и заболит. Все-таки ожог сильный. Ребята сели пить чай, а я побежала в кухню, которая была на турбазе. Там у нас было припасено холодное пиво. Я взяла бутылку и приложила ее на место ожога. Жечь стало меньше. Я дошла до туалета, потом свою мочу в бутылке из-под лимонада поставила в холодильник на пять минут. Хорошо хоть, народ у нас весь был на пикнике, если бы кто-то вернулся и заглянул в холодильник, удивился бы несказанно. Потом я поставила себе из этой мочи примочку. Побоялась ставить сразу из свежей, потому что она же теплая, а у меня руку и так жгло. Самое главное, что у меня не появился волдырь и рука не заболела.

Когда мы на следующий день вернулись домой, я приложила на ожог компресс из упаренной мочи. Болело совсем чуть-чуть, хотя я испугалась, что болеть будет сильно, ведь у меня кожа очень чувствительная, ее чуть обожги, и хана. Плавали, знаем. И еще у меня следы от ожогов очень долго держатся. А на этот раз через пять дней вообще следа не осталось, кожа была как новая. Компресс я делала все эти дни, снимала иногда, когда надо было куда-то на деловую встречу идти. А так все дома лечилась. Через неделю

совсем перестало болеть, стала восстанавливаться кожа. Как-то рядом с ожогом, буквально на кромке, появился гнойник. Я тут же смазала его мочой, он на следующий день прошел. Он бы быстро прошел и от спиртового лосьона, но не мазать же спиртом ожог, это какая-то пытка. Теперь вообще не боюсь ожогов, знаю, как с ними бороться. Но главное, с тех пор как я это знаю, ни разу не обожглась.

Марина Архипова

Деньги могут и не дать здоровья

Про то, что для здоровья вовсе не нужно много денег, я узнала не в самом юном возрасте. До тридцати пяти лет я была в полной уверенности, что лучшее лечение – то, которое приобретается лишь за очень большие деньги. Честно скажу, они у меня и были, и есть, потому что я занимаю ответственный пост в крупной компании, я всегда много работала и неплохо зарабатывала. И никогда не жалела средств на здоровье. Всегда проходила обследование в самых престижных клиниках города (я живу в Петербурге). До лечения за границей дело не дошло просто потому, что мне это было не надо. Но мода на такое лечение уже начала распространяться. Многие мои подруги ездили к врачам кто в Швецию, кто в Германию. Для этого не нужен был какой-то серьезный повод вроде сложного заболевания, за тысячи километров к врачу-иностранцу можно было съездить и за консультацией по поводу простой косметической операции типа коррекции формы ушей. Одна моя подруга хотела увеличить грудь и ради этого поехала в Штаты – хотя эта операция прекрасно делается и у нас. Просто там она стоит в несколько раз дороже. Когда она вернулась, то поняла, что с новой грудью ей неудобно спать на животе. Тогда она поехала снова в Штаты, чтобы ей там вынули имплантаты. В общей сложности этот эксперимент с размером обошелся ей в двадцать тысяч долларов.

Я все это рассказываю для того, чтобы показать, как просто можно сейчас тратить деньги. Очень многие люди считают, что чем дороже, тем гарантированней. Я не спору, что квалифицированная помощь – очень полезная вещь, но она не всегда гарантирует вам стопроцентное здоровье. И

об этом я узнала не из чужих разговоров. Как раз в тот момент, когда я была на пороге нового этапа моей карьеры, меня подвело то, во что я так вкладывалась и в чем была так уверена, – мое здоровье. До сих пор не знаю, что привело к такому резкому ухудшению: неужели возраст? Мне ведь было не так много лет...

Буквально за несколько месяцев я очень сильно сдала. Враг номер один – вегетососудистая дистония. Про это заболевание совершенно точно знаю, что вот оно-то как раз от нервов. Как себя помню, этот диагноз был у меня еще с первого курса института. Уже тогда в жизни было достаточно самых разных переживаний. К этой «радости» добавлялась еще и невралгия. Какое-то время я про нее вообще не вспоминала, но тогда она слишком уж яростно напомнила о себе. В груди сдавливало так, были такие дикие спазмы, что невозможно было дышать. Болели мышцы шеи, рук и спины. Дошло до того, что иногда я даже не могла наклониться за упавшим на пол листком бумаги: стоило это сделать, как сердце начинало бешено и неровно колотиться, дыхание сбивалось, а в спине ломило так, как, помнится, жаловалась моя прабабушка в 80 лет. Работа стала даваться мне все сложнее и сложнее. Мои дорогостоящие врачи продолжали активно тянуть из меня деньги: им выгодно лечить меня долго. Я понимаю, что чем дольше я болею, тем больше они зарабатывают, но мне почему-то свое здоровье дороже их благополучия. А им – наоборот.

В результате получилось так, что фактически я осталась один на один со своими проблемами. Слушать моих подруг, которые продолжали заниматься всей этой дорогостоящей блажью, я больше не могла. При всей напыщенности они сами далеко не походили на идеал здоровья. Поэтому я присмотрелась к людям, о которых мне совершенно точно известно, что их здоровье в норме на все сто процентов. Такие люди еще в нашей стране не перевелись, а благодаря рецептам самооздоровления, которые становятся все более доступны, их с каждым годом прибавляется. Свое самооздоровление я начала с самого основного – очищения. А именно, с очищения кишечника. Между прочим, еще до дефолта в 1998 году за ту же самую клизму в элитной клинике с меня брали до двухсот долларов – а вы помните, какие это по тем временам были деньги? Гораздо более внушительные, чем сейчас. Кишечник я очистила водой и лимонным соком, потом взялась за печень, и здесь мне помогло оливковое масло и все тот же лимонный сок. Хорошо, что ко всем



этим продуктам я отношусь благосклонно. Помнится, одна моя знакомая, делясь все той же практикой оздоровления, назвала оливковое масло «омерзительной зловонной жидкостью». Дорогая моя, зловоние – в городской канализации. А оливковое масло мало того что отлично очищает организм, еще и превосходно влияет на кожу. Рекомендую столовую ложку каждое утро. Можно выпить, а можно подержать во рту минут пять и выплюнуть. Кожа будет выглядеть превосходно.

После печени я очистила почки пихтовым маслом, а потом суставы – лавровым листом. В отличие от затяжного лечения в клинике, на этот раз результаты появились сразу. По большому счету они стали заметны уже по ходу лечения. Для начала наладилось загубленное еще в школьные годы пищеварение. Гастрит перестал напоминать о себе ежедневным нытьем. Сердце начало биться быстрее разве что после пробежки на сто метров, во всяком случае, тахикардия больше не мешала выполнять какие-то элементарные действия. Про спазмы в груди я и вовсе забыла после того, как очистила легкие черной редькой и специальными дыхательными упражнениями.

Закреплять результат правильным питанием мне не пришлось, потому что уже года три как я перешла на разумное и грамотное питание. Вдобавок к этому у меня значительно улучшилось настроение. Под моим началом находится более семидесяти человек, и они это сразу заметили и оценили. Очень приятно иметь уравновешенного и благожелательного руководителя, а еще приятнее быть именно таким руководителем. Не срываться на людях, которые не виноваты в твоих проблемах. Наконец, ночами я смогла спать, а не нервно думать о работе. А в качестве приятного добавления мне стали сниться легкие красочные сны. И жизнь теперь мне видится в таких же красках.

Светличная Ольга

Надежда на выздоровление должна быть всегда

Когда моей сестре было 11 лет, у нее начался нейродермит. Кожа при этой болезни выглядит просто ужасно. Вся красная шелушится, трескается... И чешется до безумия. Когда моя сестра лежала в кожном отделении, я ее там навещала и видела других детей с нейродермитом, у них у всех в руках были расчески. Я сначала не поняла зачем, а потом увидела, что они этими расческами чешутся. Врачи запрещают, но разве за всеми углядишь. Юлька (это моя сестра) рассказывала, что некоторые, у которых болезнь в особо тяжелой форме, по ночам вообще чешутся о батарею. Короче говоря, она полежала в больнице месяца два, потом ее направили в санаторий еще на месяц, потом она опять лежала в больнице, но ее болезнь не проходила. Она периодически отступала, но потом возвращалась опять. Случались и обострения, когда краснело и шелушилось на лице, на сгибах рук и ног, на пальцах. Что Юля переносила в школе – страшно сказать. Подростки – люди жестокие, они ее доводили до истерик своими издевательствами. Один врач дал ей больничный на время лечения, потому что догадался, как над ней издеваются, и пожалел. Она целый месяц дома сидела, счастливая, что одноклассники ей кровь не портят. Но только болезнь все равно не прошла.

Потом матери какая-то знакомая рассказала про голодание и уринотерапию. Мы все отнеслись к этому очень скептически, потому что методов мы и так испробовали массу, в том числе и народных. Но Юля – а ей к тому времени было уже 16 лет – за эту возможность уцепилась, сказала, что это мы можем сомневаться

я за себя, а у нее выбора нет, она готова до седых волос все пробовать, лишь бы вылечиться. Нас с мамой эти ее слова резанули. Мы ведь искренне переживаем за нее, не хотим, чтобы она опять мучилась из-за неоправдавшейся надежды. Но решили, что если ей нужна наша поддержка, то мы должны это делать искренне, ведь фальшь всегда чувствуется. Одним словом, мы от души поддержали Юлю, а чтобы она поняла, что мы с ней, стали тоже делать многое из того, что делала она. В итоге мы всей семьей перешли на раздельное питание, занялись уринотерапией, чистили по одному разу кишечник и по пять раз печень. Несколько раз все вместе голодали по три дня, Юля сама дважды голодала пять дней.

Честно скажу, результат мы заметили не сразу. Первый месяц его вообще не было заметно. Улучшение появилось лишь месяца через два, а то и три, но Юля не сдавалась. Через полгода ей стало уже очевидно лучше. Все лечение заняло около года. Это долго, но ожидание было не напрасным. Ведь Юля пыталась лечиться пять лет подряд вообще без всякого результата. Теперь у нее все по-другому. Самое главное, что у нее изменилось не только состояние кожи, но и состояние души. Она поверила в себя. А для любого человека это – самое главное. И я счастлива лишь оттого, что счастлива она.

Берцова И. Д.

Случайно сорвал родинку

Я случайно сорвал родинку на плече, вышло много крови, а потом, когда она остановилась, на месте родинки образовалась язвочка. Эта язва не заживала три года, периодически корочка с нее срывалась, и родинка вновь начинала кровить. Я попробовал наложить на нее компрессы из упаренной урины, и язвочка исчезла. Даже кожа, которая в том месте была темно-красная, стала обычного цвета.

Месхиевич Р.

Аллергическая реакция на укус пчелы

Мне 27 лет. У меня с детства сильнейшая аллергическая реакция на укусы жалящих насекомых. Если меня кусала оса, пчела или шмель в мизинец, то рука распухала до локтя. Если в пятку, то распухала нога до ляжки. И температура держалась несколько суток в районе 38 градусов.

Когда я выросла, ничего не изменилось, то есть я поняла, что причина не в том, что я была ребенком с плохой переносимостью каких-то ферментов. В

прошлом году летом я поехала в Турцию, никаких средств с собой не взяла, потому что обычно не болею и на курортах со мной вообще никаких неприятностей не случается. А на этот раз, как назло, меня ткнула пчела. Я брала со стола арбуз и не заметила, что она там сидела. Я испугалась до паники: отпуск только начался, впереди всего неделя, и я очень не хотела все это время проваляться с температурой! Положим, ее мне врачи собьют, но отек-то никуда не денется. А мне хочется и в море поплавать, и на танцы походить. Я пришла к администратору, рассказала ей со слезами о том, как мне не повезло. Она мне в ответ поведала ужасную историю, как оса кусила ее за язык: она пила пиво и не заметила, как насекомое залетело в стакан. Прямо с осой и отхлебнула. Я спросила, как она работала, если у нее был флюс во все лицо. Она сказала, что флюса не было, потому что сразу после укуса она стала полоскать рот своей мочой. Честно говоря, меня такое средство удивило. Но я подумала, что выбора особого у меня нет, да и полоскать рот мне не надо, меня же за руку укусили. Тем более рука уже начинала болеть и распухать прямо на глазах.

Я побежала в свою комнату, там быстренько положила на укус примочку с мочой. А уже через какие-то полчаса опухоль спала, место перестало болеть и зудеть, и я прямо почувствовала, как нейтрализуется впрыснутый в меня яд! Это было удивительно, я своим глазам не поверила! А температура у меня так и не появилась, наверное, как раз потому, что от яда за считанные минуты не осталось и следа!

Озерова Ника

Апельсины стали для меня лекарством от грибка

У меня постоянно появлялся на ногах грибок. Пробовал сводить его аптечными мазями, он проходил, а потом появлялся опять. Одновременно кожа на ногах шелушилась и трескалась, трещины были очень болезненны. Еще бы, попробуй походи, когда у тебя пятки кровят. Потом мне кто-то сказал, что такие проблемы с кожей могут быть от недостатка витаминов. На кожу особенно влияет витамин С, он помогает ее поддерживать в нормальном состоянии. Я стал принимать аскорбиновую кислоту, а потом

есть больше цитрусовых – апельсинов, грейпфрутов, лимонов. Пил цитрусовые соки. Ел капусту брокколи, в ней витамина С даже больше, чем в апельсине, и квашеную капусту, в ней этого добра тоже хватает. В результате грибок перестал появляться, кожа перестала трескаться. Уже полтора года не знаю, что такое плохая кожа на ногах.

Васильев В. В.

Кожа была всегда в мелких прыщиках

У меня раньше была хорошая кожа, но потом, когда я стала работать на фабрике, где производились моющие средства, кожа у меня стала хуже выглядеть в целом, на ней появились мелкие морщинки, хотя мне было чуть больше тридцати, вообще кожа стала менее упругой. Кроме того, на ней появились небольшие прыщички. Они высыпали на лбу и на щеках. С расстояния были незаметны, но где-то с метра уже становилось видно, что кожа плоховата. Я стала подходить к этому вопросу серьезно, потому что знаю, что кожа у меня одна, вторую не дадут. Голодала раз в неделю по одному дню, хотя голод давался тяжело. Но я знала, зачем это делала. В итоге дошла до того, что на автомате смогла голодать неделю. Окрылилась успехом и в следующий раз голодала уже десять дней. Для меня это была еще и психологическая победа над собой.

Одновременно чистила в себе все, что поддается чистке: толстый и тонкий кишечник, печень, почки, кровь, суставы, сосуды. Во время чисток кишечника и печени выходили сгустки слизи и каловые камни, во время чистки почек шел песок. И вот чудо: кожа стала гладкой, упругой и чистой! Прошло это все не быстро, скажу сразу. Потому что у меня все-таки очень плохие условия работы, организму еще и с ними бороться приходилось. С одной стороны, я лечусь, а с другой – обстановка опять рушит все, что я делала. Но моя настойчивость и мое лечение победили! И еще: стоило коже прийти в норму, как я нашла работу получше и совсем не пыльную.

Вот так жизнь все ставит на свои места. Я во всем ищу скрытый смысл, не сомневаюсь, сложности мне были даны для того, чтобы я еще больше оценила то, что получилось. Разве будешь ценить то, что далось без труда?

Лапицкая Евгения

Самолечением занимаюсь осмотрительно

О том, что такое самооздоровление, мы с подругой узнали одновременно. Услышали, что оно помогает сохранить красоту, а многие женщины, которые это делали, начинали очень хорошо выглядеть. Вот и мы решили попробовать. Мы начали все делать в один день, но разница была в том, что почему-то в разной последовательности. Наверное, я тогда что-то напутала. И даже догадываюсь, что именно. Подруга сделала чистку кишечника, а потом печени. Выглядеть стала – просто на загляденье. Кожа расцвела, разгладилась, просто изнутри стала светиться. А у меня – как назло: куда ни глянь – прыщи, гнойники да мелкая сыпь. Все это появилось месяца через полтора после того, как я очистила кишечник. Мне тогда этого показалось достаточно, и я решила ничего другого с собой не делать. Когда у меня начались такие высыпания, я решила, что организм очищается, так и нужно. Хотя меня смущало, почему того же нет у подруги. Я от многих слышала, что подобные высыпания проходят довольно быстро, но у меня и через две недели все осталось, как прежде. Я решила сменить питание, села на диету, потом принялась голодать. Сначала по полтора дня, потом смогла пять дней. А кожа все равно оставалась в таком ужасном виде.

Не знаю, сколько еще я бы промучилась, если б моя подруга, которую тоже начало беспокоить мое состояние, не поговорила про меня со своим знакомым биологом. Он и объяснил, что организм очищается многими путями, в том числе и через кожу. Отсюда и высыпания. Но высыпаний можно было избежать, если бы после кишечника я очистила главный фильтр организма – печень. Печень была не очищена, и потому очищать кровь она тоже не могла. Отсюда и были все мои проблемы. Послушав его совета, я сразу же провела чистку печени. Уже за неделю кожа почти пришла в норму, через полторы недели от высыпаний и следа не осталось. Это меня научило,

что, если медицина народная, это еще не значит, что в ней нет правил. Все-таки она на то и медицина, чтобы иметь свои законы. Это же не игрушки. Мне очень нравятся результаты, которые дал мне мой опыт самооздоровления: я стала не только лучше выглядеть, но и лучше себя чувствовать. Поэтому теперь всем советую. И обязательно говорю, чтобы прежде, чем начинали этим заниматься, узнали, как это делать правильно.

Арсеньева Алина

#### От грибка спасли народные средства

Когда у меня на обеих ногах появился грибок, я не стала обращаться к врачам, а сразу взялась за народные средства. У моей семьи вообще богатый опыт борьбы с этой неприятностью, потому что грибок был почти у всех из нас. Бабушка свела его уксусом, которым протирала распаренную кожу между пальцами. Мама использовала примочки из пихтового масла. Я применяла несколько способов сразу, потому что хотела верного и быстрого результата. Смешивала соду с теплой водой так, чтобы получилась густая замазка, этой замазкой натирала кожу с грибком, минут пять держала, а потом смывала. После мытья не вытирала, а ждала, пока высохнет само, и присыпала кукурузным крахмалом. Так делала по вечерам. В течение дня делала ванночку для ступней из теплой воды, соды и соли (по столовой ложке на таз). Держала ноги в тазу около десяти минут, потом обмывала обычной водой. С утра ополаскивала кожу настоем из 1 части индийского лука и 2 частей череды, анютиных глазок и горца перечного. Чайную ложку заливала половиной крутого кипятка, час настаивала, а потом сразу использовала. Такой настой хранится два дня, поэтому на третий день готовила новый. Долго даже не пришлось этого делать, потому что грибок у меня сошел за две недели.

Коваленко А.

## Я победил собственные предубеждения

С приятелями дружим с армейских времен. Сейчас нам по 60 лет. Когда начали понимать, что годы берут свое, то к обычным мужским темам прибавилась и еще одна – здоровье. Или, точнее, его отсутствие. У нас у всех была бурная молодость – бурная в смысле всяческих излишеств. Особенно алкоголя. Потом пришлось количество спиртного сбавить, иначе организм уже не выдерживал. Выпивали только в бане по субботам. Но по поводу лечения мы никогда не могли прийти к общему знаменателю. Вообще не любили что-то пробовать и ставить над собой какие-то опыты. Нам было больше по душе обсуждать то, о чем говорят. Может, спрашивать тех, кто уже попробовал. Один мужик восьмидесяти лет в бане как-то нам рассказал, что он всю жизнь лечился мочой и никогда в больнице не лежал. Мы заспорили: один говорил, что такого быть не может, другой сказал, что если и может, то ему такого лечения не надо. А я сказал: почему бы и нет, мужику зачем врать? Словом, подбили меня друзья-товарищи на спор. Говорят, если хотя бы неделю такого лечения сдюжишь, с нас стол. Мужик меня успокоил, что пить мочу вроде как и не обязательно, достаточно промывать нос и глаза. Разумеется, когда промываешь нос, она в рот попадает. Но могу сказать: если накануне не пить спиртного и не лопать мяса, то ничего на вкус противного нет, даже запах практически отсутствует. Словом, у меня это никаких негативизмов не вызывало. Так что я спокойно ее и пить начал.

А теперь скажу, какие у меня на то время были болезни. Я же вроде старик, мне полагается про болезни говорить. Одним словом, у меня были панкреатит, гастрит, катастрофический остеохондроз, эпиконделит локтевых суставов, от которого ничего не помогало, частые судороги мышц ног и спазмы сосудов мозга. Голова у меня болела по расписанию: каждый день с утра ныла по полтора часа, раз в месяц – болела сильно, а раз в год прихватывала на двое суток с дикой пульсирующей болью, от которой единственным спасением только топор и казался.

Поскольку уринотерапией я занялся активно, на удивление и себе и товарищам, то решил вообще себе в лечении не отказывать. Тем паче такое вот лечение меня устраивало. Не надо тебе ни по поликлиникам бегать, ни деньги тратить, ни остатками здоровья рисковать. По совету того же самого



деда прочистил кишечник. Масло использовал оливковое, стакан выпивал залпом как мама не горюй. Тогда из меня посыпались камни, большие и помельче. Правильно говорят про больных стариков – песок из них сыплется. Это и имеется в виду. Но не обо мне, из меня уже высыпался весь. Камней стакан набрал, и песка вышло столько, что и не мерил. Слизь выходила всякого разного цвета. И во время очищения, и после продолжал пить мочу каждое утро. Иногда добавлял днем до обеда. Мочегонном натираюсь утром с головы до пят. Еще делаю ножные ванны минут по 40. Очень удобно, сидя перед телевизором. Как раз любую программу успеваешь посмотреть. После ванны еще и упражнения делаю. Неделя уже давно прошла, на которую спорил. Да какая там неделя, уже месяц прошел!

Стал смотреть, что еще сделать можно. Никогда в жизни книг в ларьках не покупал, а теперь купил про здоровье. Хотелось суставы поправить. Узнал, что испытанное средство – лаврушка. Стал пить отвар, после которого суставы поднывали, но не больно, даже ничего неприятного. Просто они будто бы просыпались. Из суставов уже шла соль в количествах невероятных. Рассказал мужикам, как много в нас дерьма. Они не верят, говорят, баня всю хренотень выгоняет, а водка стерилизует. Уж не знаю, сам всю дорогу так лечился, не могу их винить. Хотя и обидно. За них, не за себя. Видят же, что мне лучше стало. У меня ведь за целый год, что я начал лечиться правильно, а не через задницу, голова болела всего три раза. И то – это не боль, а недоразумение. Мысли ясные, никакой забывчивости, все помню. Даже лучше память стала работать, чем раньше. Про панкреатит и гастрит вообще не думаю. Ни разу не простудился, зимой во время эпидемии грипп не подхватил. Волосы выпадать перестали, а даже чуть-чуть расти начали, кожа на черепушке больше не шелушится. Даже пузо подтянулось, стало как в тридцать пять лет, над ремнем не висит. А еще душу греет, что спор я выиграл. И не просто выиграл, а себе же на пользу. Мужики давно готовы обещанную поляну накрыть, но мне недосуг. Теперь уже во вкус вошел, не хочется сбивать.

Большаков Максим Богданович

Вместе со зрением подлечила кожу

Врачи меня предупреждали, что делать лазерную коррекцию до родов глупо. Может случиться так, что при большом напряжении сетчатка не выдержит и зрение опять начнет ухудшаться, причем может стать хуже, чем до операции. Но я не собиралась в ближайшее время заводить детей, поэтому согласилась без колебаний. И надо же такому случиться?! Буквально через год я уже была беременна! Когда пришла пора и меня отвезли в роддом, акушеры поинтересовались, не хочу ли я делать кесарево – на всякий случай, чтобы глаза побережь. И снова я не послушала добрых людей. Роды были тяжелыми, все-таки не девочкой рожала, мне за 30 было. А самое неприятное, что прогнозы врачей сбылись. Зрение стало заметно слабеть. Тут, конечно, не могло уже быть и речи о повторной операции. Денег и времени просто не было, надо и за ребенком, и за домом присмотреть, и мужа накормить, обстирать. Требовалось простое решение, чтобы лечиться дома, без лишних затрат, но качественно, чтобы был толк.

По телевизору посмотрела передачу про уринотерапию. Оказалось, она снимает сразу все мои проблемы, в том числе и самую болезненную – с глазами. Голодать я не могла, потому что кормила ребенка, поэтому начала сначала делать примочки и втирания. Вернулась не только острота зрения, но и кожа подтянулась! Потом уже, когда перестала кормить, начала пить и капать в глаза урину. И сейчас чувствую себя и выгляжу даже лучше, чем до родов.

Алина Машкова

У меня появилась надежда вылечиться от псориаза

Мне 57 лет. Псориаз у меня с сорока пяти. Были поражены голова, уши, руки ниже локтей, поясница, ноги ниже колен. Позорно было показываться на людях с такой кожей. Разумеется, пробовала лечиться, не надеялась, что пройдет само. А она все не проходила и не проходила, эта болезнь. Я начала лечиться уринотерапией, пила мочу, натирала ею больные места, провела

несколько голодовок по пять дней и три голодовки по семь дней. Также очищала организм, ставила очистительные клизмы и с упаренной до 1/4 уриной. За несколько месяцев подобного лечения у меня стало меньше проявлений псориаза. На голове стало заметно меньше, на руках прошло, на ушах чуть еще осталось, на спине и ногах тоже остались очаги. Но в целом стало гораздо лучше. У меня теперь появилась надежда, что я смогу вылечиться от псориаза совсем!!!

Матвеева Татьяна Георгиевна

Я вылечила грибок раствором и клизмами

У меня грибок держался несколько лет. Больших беспокойств не причинял, иногда чесался, но выглядел очень некрасиво. Мне давали массу советов, и я записала кучу народных рецептов. Все они мне и негодились, потому что помогло первое же средство. Я смазывала кожу спиртовым раствором маточного молочка, разведенным в 2 раза, и принимала внутрь раствор маточного молочка в меде, разведенный в 5 раз. А еще из этого же раствора ставила микроклизмы. Через неделю картина изменилась, а еще через две недели грибок совсем прошел.

Борисова Елена

Пошла на убыль красная волчанка

Мне 65 лет, моя болезнь – красная волчанка. Лечилась уринотерапией. Пила и растиралась, сейчас продолжаю пить и растираться в виде профилактики, курсами по месяцу. Дважды чистила печень, прошла курс лечебного потения, сейчас продолжаю принимать теплые ванны с пихтовым маслом. Кроме печени, я два раза чистила толстый кишечник. Каждая чистка занимала 25 дней. Очищалась с соком чистотела. На второй день очищения было резкое обострение болезни, на десятый все стало хорошо, а потом снова обострение,

которое проходило медленно. Сделала голодание на урине, две недели голодала, и обострение прошло.

С тех времен болезнь пошла на убыль. Очень хорошо помогает чистотел, я постоянно пью травяные настои с чистотелом. Болезнь отступила. Это заняло у меня довольно длительный период, несколько месяцев, и конечно, мне-то хотелось уложиться в неделю! Но зато сейчас я чувствую себя здоровой и окрепшей, не только кожей, но и телом и душой. Даже внутреннее психологическое состояние изменилось в лучшую сторону. Занимаюсь физкультурой – немного, но несколько лет назад об этом и речи не могло быть. Болели сильно суставы, и изводила тахикардия. Сейчас не мучает, хотя много хожу, по дому все делаю сама: и стираю, и готовлю, и пол мою. Стала думать, что еще могу для себя сделать, ведь в моем возрасте здоровье – единственная собственность, которая по-настоящему ценна. А у многих вообще ничего нет, кроме здоровья. Но ведь как это много! Я так захотела заботиться о себе, перешла на раздельное питание, чаще вообще отказываюсь от мяса. Благодаря этому исчезло урчание в кишечнике, пропали запоры. Я стала лучше выглядеть и меньше весить, хотя у меня не было жира. Одна моя подруга, ей 51, чистилась голубой глиной, похудела на 7 килограммов за месяц, хотя на фигуре это было не заметно. Она с медициной дружит, объяснила мне, что эти 7 килограммов были не жиром, а шлаками. Когда они из нее вышли, она и стала меньше весить, хотя внешне оставалась той же. Фигура у нее хорошая.

Пахомова Полина Ивановна

Никогда не думала, что вылечу нейродермит таким образом

Мне 38 лет. У меня всегда, всю жизнь был нейродермит, лет с восьми. Я знала, что это связано с нервами и нервной системой, но последние годы у меня была очень спокойная жизнь. Да и вообще, у меня и раньше не было особых нервов, все было хорошо и в семье, и с работой, и в личной жизни. Поэтому я не знала, что еще может быть причиной. И когда один умный человек – он не медик, но я ему доверяю больше, чем иным с дипломами, – сказал, что у меня, может быть, причина в пищеварении. Я ему сказала, что у

меня бывают запоры. Он сказал, что тогда и думать больше нечего, причина в этом. Потому что организм не может очиститься сам, как надо, через кишечник, и очищается через кожу. На то это и самый большой орган человека. Я была удивлена, что дело в запорах, но он все так доходчиво и убедительно объяснил, что я поверила. Узнала, как можно справиться с запорами и очистить кишечник. Три чистки провела легко. Потом на энтузиазме еще и печень почистила, и кровь. И запоры-то пропали! Этого одного было достаточно для радости! А когда через пару недель стала просто на глазах очищаться кожа, я думала, что ума лишусь от счастья! На такой волне сделала еще одну чистку печени, и уже через две недели у меня процентов тридцать осталось от бывшего нейродермита! Ура!!!

Горшкова Маргарита

От мозолей избавили лимоны

Летом я носила просто зверски неудобные туфли. Они стерли мне ноги, но снимать я их не могла, потому что других у меня просто не было. Когда они перестали натирать кожу до крови, у меня появились мозоли на всех пальцах. Ранней осенью я туфли эти сняла и стала носить удобные ботинки, но мозоли сами не прошли. Мне помогла моя мама, которая где-то слышала, что на распаренную мозоль надо привязывать корку лимона с мякотью и оставлять на всю ночь, и так три ночи подряд. Я стала это делать перед выходными, когда можно было не носить вообще никакой обуви. Через три дня мозоли вообще снялись безо всяких усилий.

Кирова Т.

Как мы спасали ноги в турпоходах

Впервые я пошла в турпоход, когда училась в пятом классе. С тех пор меня было уже не убедить от них отказаться. Я ходила в походы регулярно,

круглый год, зимой – раз в полтора месяца, в теплое время – каждый месяц. Постоянно выезжала на природу, в августе – за грибами и ягодами. Наверное, многие такие ходки знают, что натертые ноги способны испортить все удовольствие. Я спасалась от этой напасти так. Брала кусочек листа алоэ (если дорога намечалась с ночевкой, забирала листик с собой), разрезала его вдоль и накладывала срезом на натоптыш или мозоль. Потом накрывала полиэтиленом и забинтовывала на ночь. Утром мозоль можно было соскабливать, если же меня беспокоила не мозоль, а просто натертость, к утру она проходила.

Степанова Ирина

Герпес у меня прошел!

Я инвалид войны, у меня много разных болячек. Я занимался уринотерапией и, применяя урину, с успехом избавился от кожного заболевания, которое меня беспокоило давно, а именно, от герпеса. Эту болезнь я лечил в стационарах, у дерматологов, лечил долго и мучительно, а результаты были невразумительные. Потом стал втирать в кожу старую мочу и по очереди с ней – упаренную. Он упаренной кожа немного зудела, от старой зуд сразу прекратился. Я перешел только на старую, и герпес у меня прошел!

Вдовиченко О. Б.

Цветы помогли снять мозоль

Когда летом я поехала на дачу, то в дорогу надела новые сандалии. Дорога занимает три часа в электричке и тридцать минут пешком. Когда я добралась до дому, ноги были безнадежно стерты. Я ждала неделю, думала, само пройдет. Но не прошло, наоборот, у меня на нескольких пальцах кожа стала очень грубая. Когда это заметила моя бабушка, она тут же взялась за дело. У нас в саду растут ирисы, так она сорвала один листочек, его истерла, залила

кипятком, а я сделала себе из этого припарку и держала три часа. Уже через три дня мозоли можно было совершенно безболезненно удалить.

Кириленко Е.

Удивилась многочисленным результатам лечения

Одно время у меня постоянно пучило живот. Я попробовала несколько таблеток, про которые говорили, что они спасают от вздутия живота. Они действительно спасали, но только на время. Потом мне один знакомый посоветовал взять плоды тимьяна, столовую ложку залить стаканом воды и дать настояться. Это средство я принимала четыре раза в день по 2 столовые ложки. Через неделю меня уже мучили вздутия, но самое любопытное даже не в этом. Я заметила, что у меня улучшилось настроение и повысился жизненный тонус.

Дело в том, что последние месяцы у меня был сильный стресс. Вызван он был проблемами на работе и слишком большой нагрузкой. А теперь мне вдруг стало легче справляться со всеми заданиями, откуда-то взялись психологические силы. Я стала думать, в чем тут дело, и оказалось, что тимьян обладает хорошим успокаивающим эффектом. Еще я выяснила, что у него есть желчегонное и антисептическое действие. Для меня это оказалось очень полезной информацией, теперь смело советую тимьян своим знакомым как средство от многих болезней. Мои коллеги тоже стали более спокойны благодаря этому лекарству, а одна, у которой на коже периодически появлялись воспаления, избавилась от них. Тоже благодаря тимьяну, который снимает воспаления.

Алексеева Ю. В.

## И молодые тоже болеют

Почему-то принято считать, что болезни – это удел пожилых людей, а все молодые здоровые, как кони. По собственному опыту могу сказать, что это далеко не так. Мне всего 26 лет, геморроем мучилась лет, наверное, с 20. А что удивительного: сначала школа, потом институт, а после занятий не какой-то активный отдых, а все больше дома, перед телевизором или за компьютером. Потом работа, тоже сидячая, после работы отдых все такой же, лишь бы посидеть, идти никуда не хочется... Такой вот у нас век технического прогресса. Я видела много рекламы различных мазей, кремов, таблеток от геморроя. Не хочу их охаивать, но скажу честно: все эти средства, даже дорогие, помогали лишь на время. Может, в начальной стадии или при легкой форме они и помогают, но я почему-то длительного эффекта не замечала, все равно через месяц заново все начиналось. Уже стала подумывать об операции, но проблема не в том, что дорого, а в том, что страшно. Да и сам процесс представить как-то неприятно.

Про уринотерапию не только слышала, но даже как-то пробовала, лет 12 назад. Тогда о ней много не говорили, но в моду входить начинало, вот мне и вызвался помогать какой-то самозванный целитель. Вреда его «лечение» не принесло, но и толку не было никакого, во всяком случае, те болезни, от которых мне надо было тогда избавиться, остались без изменений. Всем хочу сказать: если уж обращаетесь к целителям, то слушайте проверенных, тех, кто доказал, что на самом деле знают и умеют. Такие люди обычно не бьют себя в грудь и не кричат, что они супер-профессионалы, потому что об этом и так все знают. Как бы то ни было, прежнее впечатление от уринотерапии было скорее нейтральное, чем положительное. На этот раз решила попробовать уже назло всем своим сомнениям. Только теперь уже знала, как делать правильно. Не только пила урину, но и чистила печень.

После первой чистки не было выраженного эффекта, но после второй уже началось заметное облегчение. Чистку делала в полнолуние, четыре раза подряд, и геморрой отступил. Изжога пропала еще раньше, а до этого возникала от любой еды, даже слегка приправленной специями. После пятой чистки результат уже закрепился. Как ни странно, в виде побочного эффекта перестали появляться прыщи – не скажу, что я от них прямо страдала, но раз



в месяц обязательно один вскакивал. Теперь даже таких редких гостей не бывает. Всем советую не бояться пробовать те методы лечения, которые на первый взгляд кажутся непривычными. В них – самый большой смысл, потому что они нацелены не на то, чтобы тянуть из вас деньги, а на то, чтобы давать вам здоровье!

Гречина Марина

Больше года не возвращается себорея

У меня была очень сильная и застарелая жирная себорея, кожа жесткая и грубая на ощупь. Стала заниматься уринотерапией, смазывать кожу и принимать мочу внутрь. Первые недели дали эффект очень хороший, кожа стала глаже и менее жирной. Но, как ни странно, появилась сыпь на коже. Я знаю, это была реакция на очищение. Но реакция эта очень долго держалась. Ее было примочками не снять, зато удалось снять отдельным и вегетарианским питанием, клизмами с мочой, питьем урины. Еще мне помогли регулярные голодовки раз в четыре дня. После этого кожа стала чистой. Я лечилась больше года назад, себорея до сих пор не вернулась!

Костенко Людмила

Я даже не ожидала такого эффекта

Начала заниматься уринотерапией полтора года назад. Пила урину утром, очищала кишечник сначала свежей мочой, затем упаренной. Результаты за месяц были просто ошеломительными. Во-первых, мне удалось сбросить лишних семь килограммов веса, которые мне были совершенно не нужны. Я пыталась их скинуть упражнениями и всякими биодобавками, но за месяц даже килограмма не теряла. Потом у меня перестала болеть и кружиться голова. Меня не беспокоит тахикардия. Я чувствую приятную гибкость в суставах, у меня не болят мышцы, не ноет поясница. А моя кожа, на которой

до тридцати лет высыпали прыщики, вообще забыла, что такое несовершенства. А ведь я начинала заниматься уринотерапией просто так, ради профилактики заболеваний! Я даже не ожидала таких эффектов от своего лечения!

Леонтьева Светлана

Я чувствую себя новым человеком

Мне 33 года. При росте 165 вешу 50 кг, т. е. немного ниже нормы, если считать, что идеальный для женщины вес – рост минус 110. У меня были большей частью хронические заболевания: гастрит, колит, геморрой, панкреатит, холецистит, аллергия, остеохондроз, удалены миндалины, аппендикс, киста правого яичника. Из всех моих болезней меня больше всего донимали колит и геморрой, потому что были самыми болезненными. Также неприятности доставляли остеохондроз и аллергия, которая проявлялась на коже в виде покраснений, высыпаний, шелушений и зуда. Как правило, все эти болезни обострялись от нервов. Когда несколько лет назад одновременно попали в больницу моя мама на операцию по миоме и я с аппендицитом, у меня по всему телу высыпали огромные малиновые волдыри. Они бешено чесались, держались где-то час, потом исчезали бесследно, а затем появлялись вновь. Так продолжалось три недели, в том числе после того, как и маму, и меня уже выписали. Другое появление того же высыпания тоже было при сильном стрессе, когда сына грозили оставить на второй год.

Лечилась я так. За год сделала три чистки кишечника. Один раз водой с лимонным соком, один раз свежей мочой и один раз упаренной. После первого очищения пошли наружу белесые сгустки, не знаю, что это было. На второй раз их уже не было. Третье очищение вывело из меня каловые камни темно-коричневого и серого цвета. Они были очень твердые. Клизмы давались мне нелегко, больно, из-за колита. Печень чистила тоже три раза, после каждого очищения кишечника. После этого из меня выходили круглые темно-зеленые камушки. За полгода пять раз проводила 36-часовое голодание, следующие полгода голодала раз в неделю, тоже по 1,5 суток. Привыкла. Также делала компрессы, сначала из свежей, потом из до четверти

упаренной урины и с глиной на область поясницы. Боли прошли. Попробовала свежей мочой спринцеваться, когда неожиданно появились выделения. Они быстро прошли. На всякий случай сходила к врачу – никакой инфекции или болезни, все в порядке. Может, только начиналась болезнь тогда, а может, просто так, временное явление, у меня такое бывало.

Подумала, что мочой можно много вылечить, попробовала даже опыт поставить – компрессы на голову, вдруг поможет от выпадения волос. Помогло, стали выпадать меньше. Эти компрессы ставила сначала на час из свежей мочи (таких всего два раза) и один компресс поставила из упаренной.

Делала обтирания упаренной уриной, после этого принимала теплую ванну. Также промывала нос, рот и глаза. Зимой не простудилась, насморк не подхватила. Такое ощущение, что сейчас смогу вылечить у себя любую болезнь. Все, что мне мешало, или уже прошло, или проходит. Я будто бы рождаюсь заново.

Белова Е. С.

Данный файл представлен исключительно в ознакомительных целях. После ознакомления с содержанием данного файла Вам следует его незамедлительно удалить.

Сохраняя данный файл вы несете ответственность в соответствии с законодательством.

Любое коммерческое и иное использование  
кроме предварительного ознакомления запрещено.

Публикация данного документа не преследует за  
собой никакой коммерческой выгоды.

Эта книга способствует профессиональному росту  
читателей и является рекламой бумажных изданий.

Все авторские права принадлежат их уважаемым владельцам.

Если Вы являетесь автором данной книги и её распространение  
ущемляет Ваши авторские права или если Вы хотите  
внести изменения в данный документ или опубликовать  
новую книгу свяжитесь с нами по email.



