

ЛУК В НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ

Очень много болезней можно победить с помощью обычного репчатого лука. Лечебные рецепты с этим растением смогут вам заменить половину аптечки. И лечение это будет натуральное, без применения химикатов.

Лук не только используют для профилактики, он способен стать главным средством при лечении различных заболеваний.

Лук улучшает работу сердечно-сосудистой системы, помогает сохранить здоровье костей, служит для профилактики развития онкологических заболеваний, помогает наладить работу пищеварения. О его антибактериальных и противовоспалительных свойствах известно широко, а количество заболеваний, при которых он поможет, очень велико.

Заболевания верхних дыхательных путей

Лук служит отличным средством для укрепления иммунной системы, а также профилактики и лечения простудных заболеваний. Лук усиливает циркуляцию крови и, как результат, повышает потливость. Рекомендуется употреблять больше лука в пищу в холодные месяцы, характеризующиеся наличием простуд и инфекций.

Для профилактики простуды

Очень действенный рецепт в том случае, когда чувствуете, что только начинаете заболевать. Очистить и порезать 1 луковицу, залить ее кипятком на 5 минут, затем процедить. Пить этот чай нужно сразу, так как витамины быстро разрушаются из-за горячей воды. Если вам не очень приятен вкус, можно добавить немного меда.

Взять мед, лук, яблоки в равном количестве. Смешать поровну мед, кашу лука и протертые яблоки. Полученную смесь принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день до еды.

Укрепление иммунитета луковой шелухой

Взять 3 ст. ложки сосновой хвои, 1 ст. ложку луковой шелухи, 2 ст. ложки плодов шиповника.

Хвою и размельченную в муку луковую шелуху засыпать в кастрюлю, залить 2 л воды. Поставить на слабый огонь и кипятить 15–20 минут. Затем хорошенько размять плоды шиповника и добавить их в кастрюлю, дать еще немного прокипеть. Снять кастрюлю с огня и поместить ее в тепло (можно укутать в одеяло или перелить отвар в термос). Настаивать 12 часов, не меньше.

Затем средство процедить, снова довести до кипения, охладить. Пить по 0,5 стакана каждый день. Хранить в холодильнике.

При насморке

Закладывать в нос на 10–15 минут 3–4 раза в день ватные тампоны, смоченные смесью лукового сока с кипяченой водой (разбавлять в пропорции 1:1).

Не рекомендуется применять детям до 10 лет.

Масляные луковые капли от насморка

Луковицу очистить и измельчить, залить 50 мл подсолнечного или другого растительного масла, перемешать. Полученную смесь настоять не менее 6 часов, после чего процедить. Закапывать 4 раза в день по 2–3 капли в каждый носовой ход. Срок годности таких капель — неделя.

При простуде

Мелко растолочь 2 луковицы, подогреть кашу и наложить на верхнюю часть шеи.

Взять 1 луковицу, 2 соцветия сушеных цветов черемухи, 1 стакан воды. Залить черемуху крутым кипятком и дать ей настояться в теплом месте, обязательно накрыть крышкой. Через 20 минут добавить в отвар сок лука. Этим раствором следует полоскать рот, а также можно немного отвара проглотить.

При бронхите

Очистить 1 луковицу, опустить в стакан молока и поставить в кастрюле на огонь. Варить около 5 минут, пока лук не станет сверху мягким. После этого остудить и порезать. Съесть лук, затем выпить молоко.

Перетереть 1 луковицу с 1 ст. ложкой сахара, сварить смесь и принимать по 1 ст. ложке через каждые 3 часа. Курс лечения — неделя.

Залить стаканом кипятка 1 ст. ложку корня алтея, дать постоять 20 минут. Добавить в отвар 1 натертую луковицу. Еще через 20 минут процедить. Пить отвар по 1 ст. ложке каждые 3–4 часа.

Подогреть на сковороде 1 ст. ложку жира и поджарить на нем 1 измельченную луковицу до золотистого оттенка. Есть лук утром и вечером перед едой.

Залить 4 ст. ложки луковой шелухи 400 мл кипятка и варить в течение 10 минут. Процедить.

Из отвара делать компресс: пропитать марлю, отжать и положить на грудь на 20 минут. Сверху накрыть махровым полотенцем.

При трахеите

1 луковицу мелко натереть. Больного посадить перед тарелкой с луком, накрыть одеялом. Вдыхать пары лука в течение 10 минут, глаза лучше закрыть. Повторять процедуру можно каждый день. Ингаляции помогает при таких заболеваниях, как трахеит и бронхопневмония.

При кашле

Смешать 500 г нарезанного лука, 50 г меда, 400 г сахара, 1 л воды. Залить водой и варить на слабом огне 3 часа. Затем жидкость остудить и налить в закупоренную бутылку. Принимать по 1 ст. ложке 4–5 раз в день.

Подготовить 10 луковиц, 1 головку чеснока, 1 л молока, 1 ст. ложку меда. Лук и чеснок нарезать мелкими кусочками и кипятить в молоке до тех пор, пока они не станут мягкими. Добавить мед. Принимать по 1 ст. ложке через каждые 2 часа.

При воспалении легких

Каждый день перед сном накладывать горсть нарезанного и подогретого лука на грудь и горсть на спину и перевязывать тканью.

Лор-заболевания

При сильных болях в горле

Съесть большую луковицу вечером перед сном, затем съесть 1 лимон вместе с кожурой. Для того чтобы это можно было легче сделать, одновременно можно употреблять сыр.

Смешать 2 ст. ложки луковой шелухи и 2 ч. ложки ромашки аптечной. Залить смесь шелухи и ромашки 500 мл холодной воды и кипятить на слабом огне 15 минут. Затем настаивать 4 часа, процедить и полоскать горло через каждый час.

При ангине

Подготовить 1 луковицу, 1 свеклу, 1 ст. ложку столового уксуса. Свеклу и лук очистить и натереть на мелкой терке. Выжать из овощей сок. Смешать сок свеклы, уксус и сок