

БИБЛИОТЕЧКА
«СЕМКО»



АПТЕКА
НА ГРЯДКАХ



«Семко» Лтд — одна из первых в России негосударственных семеноводческих фирм.

Год основания — 1991. Центральный офис — в Москве.

Специализация: производство, заготовка и реализация семян овощных, бахчевых, цветочных культур, кормовых корнеплодов и посадочного материала, красочная упаковка, торговое оборудование, оформление интерьеров магазинов, оказание маркетинговых услуг, в том числе и рекламных.

АПТЕКА НА ГРЯДКАХ

Овощи, плоды и ягоды не только пищевые продукты, они — спутники здоровья человека. Прием лечебных препаратов целесообразно согласовывать с лечащим врачом.

Культуры	Болезни	Рецептура приготовления и прием лечебного препарата
----------	---------	---

ОВОЩИ

Брюква	Цинга, запоры, отхаркивающее и мочегонное средство	Сок брюквы + $\frac{1}{4}$ часть смородинового или малинового сока пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день перед едой
Горох	Почечнокаменная болезнь	1. Гороховое пюре: зеленый и созреваемый желтый горох варят в равном количестве воды. Измельчают в ступке. Принимают в пищу 2 раза в неделю 2. Настойка: 2 столовые ложки измельченных листьев и стеблей (до цветения) настаивают 30 мин в 1– $\frac{1}{2}$ стаканах горячей воды. Принимают по 2 столовые ложки перед едой

Культуры	Болезни	Рецептура приготовления и прием лечебного препарата
Капуста	Язвенная болезнь желудка, гастрит с пониженной кислотностью, холецистит, язвенные колиты, запоры Атеросклероз, заболелвание легких (для отхаркивания)	Сок пьют по $1/2$ стакана за 40–50 мин до еды в течение месяца Сок пьют натошак по 1 стакану в день
Картофель	Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрит при повышенной кислотности, запоры, изжога, диспепсия, энцефалит, метеоризм Заболелвания почек и сердца, запоры, отеки, гипертония, мочегонное, слабительное Раковые опухоли внутренних органов Болезненные мозоли, плодeрмия, ожоги, варикозные язвы, шпоры на ногах, флегмонозные угри, экземы, дерматит	Свежий сок пьют по $1/2$ стакана 2 раза в день за 30 мин до еды в течение недели Употребление теплого вареного картофеля в кожуре (кожuru снимают перед едой) до полного насыщения Пьют настой по $1/2$ стакана 3 раза в день за 30 мин до еды (1 столовую ложку цветков настаивают в 0,5 л воды 2–3 часа) Салфетку с нанесенным тонким слоем кашицы накладывают на больные места, сменяя салфетку 3 раза в сутки (промытые в воде клубни вместе с кожурой протирают на густой терке для получения кашицы)
Лук репчатый	Атеросклероз, половая слабость, авитаминоз, снижение кровяного давления, уровня холестерина и сахара в крови	Употребление свежих плодов

Культуры	Болезни	Рецептура приготовления и прием лечебного препарата
	<p>Атеросклероз, анги-на, камни почек</p> <p>Круглые глисты, хро-ническая дизентерия (100 г зеленого лука в день)</p> <p>Мозоли</p>	<p>Сок с медом (1 : 1) пьют по 1 сто-ловой ложке 3 раза в день</p> <p>Употребление свежего лука по 15–20 г в день в течение 7–10 дней</p> <p>Луковая шелуха заливается сто-ловым уксусом, настаивается в закрытом сосуде 2 недели при комнатной температуре, затем после стекания уксуса она подсу-шивается, на ночь накладывает-ся на мозоль слоем 3 мм, кожа вокруг смазывается вазелином с последующим бинтованием. Утром мозоль соскабливают. При недостаточной эффективно-сти процесс повторяется</p>
Морковь	Остеохондроз, малокро-вие, заболевания желу-дочно-кишечного тракта, расстройство зрения, желчнокамен-ная болезнь, авитами-ноз, геморрой, золотуха, одышка, болезни почек	<p>1. Сок пьют по одному стакану до еды</p> <p>2. Отвар семян пьют по $\frac{3}{4}$ ста-кана 3 раза в день (3 столовые ложки семян парят в течение 6 часов в 3 стаканах воды)</p>
Огурцы	Заболевания щито-видной железы, сус-тавов, зубов, десен, желудочно-кишечно-го тракта, нарушение обмена веществ, на-рушение сердечной деятельности, водян-ка, отеки, желтуха	<p>1. Употребление плодов</p> <p>2. Сок пьют по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день</p>

Культуры	Болезни	Рецептура приготовления и прием лечебного препарата
Перец горький	Ревматизм, радикулит, неврит Грипп, простуда, против кровоизлияний, ломкость кровеносных сосудов, пониженная кислотность желудочного сока	Втирание смеси в больные места: 10 г толченого перца смешивают со 100 г растительного масла Настой пьют по 1 чайной ложке 3 раза в день перед едой (50 г красного перца настаивают в 500 г воды 2–3 недели)
Петрушка	Водянка, отеки, подагра, воспаление почек и мочевого пузыря, кишечные колики, болезни десен, цинга, а также ухудшение зрения	Настой корней принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день (20 г заливают стаканом кипятка и настаивают 30 мин) Употребление листьев
Помидоры	Сердечно-сосудистые заболевания, заболевания печени, гастрит с пониженной кислотностью, малокровие, нарушение обмена веществ, упадок сил, ослабление памяти, запоры	1. Употребление плодов 2. Сок пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день
Редька	Заболевания легких, бронхов, кашель, почечнокаменная болезнь, цинга, коклюш, бронхит, подагра, малокровие, метеоризм Предупреждение образования камней в желчном пузыре и почках, атеросклероз	Сок пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды; дети — по 1 чайной ложке Пьют сок с медом (1 : 1) по $\frac{1}{2}$ стакана в день, доводя до 2-х стаканов (в течение 10 дней)

Культуры	Болезни	Рецептура приготовления и прием лечебного препарата
Репа	Цинга, почечнокаменная болезнь, заболевания суставов	Сок пьют по $1/2$ стакана 3 раза в день до еды
Салат	Гастрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, диабет, ожирение	Настой листьев пьют по 1 стакану на ночь (1 столовую ложку измельченных свежих листьев заливают стаканом кипятка и настаивают до охлаждения)
Свекла	Малокровие, плеврит, бронхит, цинга, заболевание почек, желчного пузыря, щитовидной железы, запоры, атеросклероз, гипертоническая болезнь, упадок сил, истощение, нарушение обмена веществ	Сок пьют по $1/2$ стакана 2 раза в день
Стахис	Сахарный диабет, болезни дыхательных путей, желудочно-кишечные заболевания, нормализация кровяного давления, успокаивание нервной системы	Употребление свежих клубеньков
Сельдерей	Половая потенция, нарушение обмена веществ, кроветворение, нарушение деятельности нервной системы, дерматиты, ожирение	Регулярное употребление в пищу в свежем виде

Культуры	Болезни	Рецептура приготовления и прием лечебного препарата
Тыква	<p>Заболевания желчного пузыря, печени, почек, атеросклероз, подагра, воспаление толстого кишечника</p> <p>Глисты</p>	<p>1. Сок пьют по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день</p> <p>2. Отвар семян пьют натошак по $\frac{1}{4}$ стакана (измельченные семена выпаривают в двойном количестве воды в течение 2 часов)</p> <p>1. Употребление до 300 г семян в день</p> <p>2. Принимают натошак кашицу в течение часа по 1 чайной ложке (300 г измельченных семян + 50 г воды + 15 г меда)</p> <p><u>Дети:</u> 2–3 года — 50 г такой кашицы; 4–5 лет — 70 г; 6–7 лет — 90 г; 8–9 лет — 120 г; 11–12 лет — 150 г; 13–15 лет — 200 г</p>
Укроп	Снижение артериального давления, улучшение зрения и деятельности желудочно-кишечного тракта, одышка, болезни дыхательных путей, куриная слепота	<p>1. Употребление свежего укропа</p> <p>2. Отвар принимают по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день (1 чайная ложка толченых плодов + 200 г кипятка, настаивают 20 мин)</p>
Хрен	Цинга, водянка, желтуха, ревматизм, подагра, почечнокаменная болезнь, малокровие	Настой пьют по 1 столовой ложке 2–4 раза в день (6–8 г корня заливают стаканом кипятка и настаивают до охлаждения)
Чеснок	Атеросклероз, запоры, колиты, неврозы сердца, бронхолегочные и гипертоническая болезни, цинга, ревматизм, дизентерия, холера, тиф, туберкулез	<p>Настой пьют малыми дозами (1 луковица настаивается в 1 стакане воды)</p> <p>Сок пьют по $\frac{1}{2}$ чайной ложке 3 раза в день (10 головок измельчают, настаивают в бутылке воды в течение 8 дней)</p>

Культуры	Болезни	Рецептура приготовления и прием лечебного препарата
	Глисты	Сок принимают по 1 чайной ложке 3 раза в день
Соки овощные	Аллергия, болезни желчного и мочевого пузыря, ревматизм, артрит, катаракта, цирроз печени, язва желудка, запоры; импотенция, атеросклероз и другие болезни	Смесь соков пьют ежедневно в течение 1–3 недель: 280 г морковного + 85 г свекольного + 85 г огуречного
Смесь петрушки и сельдерея; мед, вода	Песок в почках	Сироп пьют по 3 столовые ложки перед едой (500 г нарезанной свежей петрушки с корнями, $\frac{1}{2}$ большого корня сельдерея, 500 г меда, 0,5 л воды доводят до кипения, настаивают 3 дня. Затем доливают еще 0,5 л воды, доводят до кипения и сразу процеживают)
Смесь тыквы, розовых лепестков, подорожника; мед, красное сухое вино	Астма	Сироп пьют по 1 столовой ложке 5 раз в день (250 г натертой сырой тыквы + 2,5 нарезанных листа подорожника, 50 г розовых лепестков, 1 столовая ложка меда, 0,5 л красного сухого вина доводят до кипения, но не кипятят; настаивают 24 часа, процеживают)
Кукуруза	Камни в почках, желчном и мочевом пузыре, холангит, цистит, холецистит, желтуха, диабет, водянка, воспаление придатков, матки, другие женские болезни	Пьют по $\frac{1}{4}$ стакана настоя 3 раза в день за 30 мин до еды (1 стакан кипятка + 1 столовая ложка «рылец» настаивают 2 часа)

Культуры	Болезни	Рецептура приготовления и прием лечебного препарата
	Атеросклероз, склероз мозга и сосудов сердца, мигрень, гипертония, астма, эдема, опухоли, экзема, перхоть и плохой рост волос, высокое содержание холестерина в крови	Принимают кукурузное масло по 1 столовой ложке 3 раза в день

ЯГОДНИКИ

Барбарис	Заболевания печени и желчного пузыря Мочекаменная болезнь, ревматизм, подагра, маточное кровотечение	Сок пьют по 1 столовой ложке до еды Настой из сухих листьев пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день (1 столовую ложку измельченных сухих листьев заливают двумя стаканами кипяченой воды, настаивают до охлаждения)
Брусника	Желудочно-кишечные заболевания, болезнь почек и мочевого пузыря Подагра, ревматизм Мочекаменная и желчнокаменная болезнь, ревматизм, понос, подагра, заболевание мочевого пузыря, гипертония, цистит, артрит, отложение солей, полиартрит, хронический кашель	Употребление свежих ягод Пьют чай (2 чайные ложки сухих ягод кипятят в 1 стакане воды 5–10 мин) Настой пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день (способ приготовления — см. Барбарис) или отвар по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день (2 столовые ложки измельченных листьев настаивают в 0,5 л воды 8–9 часов, затем кипятят 10 мин в закрытой посуде, настаивают 1 час)

Культуры	Болезни	Рецептура приготовления и прием лечебного препарата
	<p>Ночное недержание мочи</p> <p>Глисты</p> <p>Туберкулез, кровохаркание Астма</p>	<p>Принимают 3 стакана отвара с 15 часов и за 2 часа до сна (3 стакана воды + 1 столовая ложка ягод + 1 столовая ложка листьев + 1 столовая ложка травы зверобоя настаивают 3 часа, затем кипятят 8 мин, настаивают 1 час)</p> <p>Пьют утром натошак 0,5 л брусничной воды (ягоды вымачивают в воде)</p> <p>В течение дня принимают вареную бруснику с медом (1 : 1) Пьют настой по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день за 30 мин до еды (0,5 л воды + 2 столовые ложки смеси из 8 частей листьев брусники, 8 частей листьев земляники, 8 частей листьев клевера, 8 частей травы зверобоя, 8 частей листьев смородины черной, 4 частей листьев подорожника настаивают 6–7 часов, доводят до кипения, настаивают 1 час)</p>
Земляника	<p>Склероз, желудочно-кишечные заболевания, малокровие, заболевание суставов, гипертония, язвенная болезнь желудка, почечнокаменная и мочекаменная болезни</p> <p>Воспаление тонких кишок, гастрит, катар толстых кишок, подагра, желтуха, геморрой, отложение солей, цинга</p>	<p>Употребляют свежие ягоды или пьют 4–8 столовых ложек сока натошак</p> <p>Настой пьют по 1 стакану 2 раза в день (1 столовую ложку сухих измельченных листьев заливают стаканом кипятка и настаивают 4–6 часов)</p>

Культуры	Болезни	Рецептура приготовления и прием лечебного препарата
Крыжовник	Заболевания мочевого пузыря, почек, малокровие, нарушение обмена веществ, запоры	Употребление свежих ягод
Лимонник (антистрессовое растение)	Гастрит, расстройство зрения, слуха Увеличивает сопротивляемость стрессам	Употребляют плоды Сок пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 1 раз в день
Малина	Желудочно-кишечные заболевания, атеросклероз, малокровие, неврастения, ухудшение зрения Понос, воспаление кишечника, менструации, корь, ревматизм, бронхит, грипп, ангина, гастрит, гипертония, неврит, отеки, стоматит, головные боли, упадок сил, гингивиты Корь, сыпь	Употребление свежих ягод без ограничения за 30–40 мин до еды Теплый настой пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день до еды (2–3 столовые ложки сухих листьев или плодов настаивают 3 часа в 4 стаканах кипятка)
	Лихорадка, геморрой, женские болезни, воспаление глаз, конъюнктивиты, рожистые воспаления	Теплый настой пьют по 1 стакану 3 раза в день (2 столовые ложки сухих плодов настаивают в 3 стаканах кипятка + 1 чайная ложка меда на стакан настоя)
	Геморроидальные кровотечения, малярия, простуда, бронхиальная астма, экзема, крапивница	Пьют настой по 1 стакану 3 раза в день (3 столовые ложки цветков настаивают в 1 л кипятка 1 час) Пьют настой по 1 стакану 3 раза в день (4 столовые ложки корней и веток малины в равных частях настаивают в 1 л кипятка 3–4 часа)

Культуры	Болезни	Рецептура приготовления и прием лечебного препарата
Смородина черная	<p>Водянка, атеросклероз, ревматизм, малокровие, болезни почек и мочевого пузыря, золотуха</p> <p>Воспаление мочевого пузыря, мочекаменная болезнь, коклюш, язвенная болезнь желудка, ревматизм, подагра</p> <p>Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки</p>	<p>Употребление свежих ягод (80–100 г — 2 раза в день)</p> <p>Настой из высушенных ягод или листьев пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день (2 чайные ложки высушенных ягод или 1 столовую ложку измельченных сухих листьев заливают двумя стаканами горячей воды и настаивают до охлаждения)</p> <p>Сок из ягод пьют по 1 столовой ложке перед едой 3 раза в день</p>
Облепиха	<p>Язвенная болезнь, цинга, ухудшение зрения</p> <p>Авитаминоз, цинга</p>	<p>Принимают масло по $\frac{1}{2}$ столовой ложке 2–3 раза в день</p> <p>Сок пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 1 раз в день</p>
Смесь листьев кустарников	<p>Отложение солей, язвенная и мочекаменная болезни, воспаление мочевых путей, кишечника, малокровие, невроты</p> <p>Нарушение обмена веществ, пищеварения, кроветворения</p> <p>Склероз</p>	<p>Пьют чай: 4 ложки измельченных листьев черной смородины, вишни, земляники и малины в равных частях (летом — свежих, зимой — высушенных) кипятят 10–15 мин в 3 л воды, затем отстаивают 2 часа</p> <p>Пьют чай: 1 стакан 3 раза в день (0,5 л кипятка + 40 г сухих листьев черной смородины, 30 г малины, 30 г ежевики, настаивают 10 мин) или 40 г сухих листьев шиповника, 30 г черной смородины, 30 г земляники. Рецепт тот же</p> <p>Пьют чай: 1 стакан 2–3 раза в день. 70 г сухих листьев ежевики, 30 г черной смородины. Рецепт тот же</p>

Культуры	Болезни	Рецептура приготовления и прием лечебного препарата
	Нарушение обмена веществ, болезни почек и печени	Пьют чай: 1 стакан 2–3 раза в день. 30 г земляники, 25 г ежевики, 25 г шиповника Рецепт тот же
Черноплодная рябина (арония)	Психические расстройства, цинга, кожные болезни	Принимают соки из черноплодной рябины и других плодовых культур. Плоды черноплодной рябины измельчают, массу подогревают до 80°С, добавляют воду из расчета 1 часть на 2 части плодов, выжимают сок, добавляют соки из др. плодовых культур и сахар, затем пастеризуют 15–20 минут (0,6 л сока черноплодной рябины + 200 г сахара; 0,2 л сока черноплодной рябины + 0,3 л сока яблочного + 0,3 л сока рябинового + 300 г сахара; 0,1 л сока черноплодной рябины + 0,3 л сока яблочного + 0,2 л сока шиповника + 50 г сахара + 0,4 л воды)

СКОРЛУПА КУРИНЫХ ЯИЦ

Скорлупа содержит до 90% карбоната кальция, 27 необходимых микроэлементов: железо, медь, фтор, фосфор, кремний, марганец и др. Она лечит анемию, рахит, искривление позвоночника, кариес зубов, хрупкость костей у пожилых людей, малокровие, аллергию, ломкость костей и волос, запоры, бессонницу, крапивницу, астму, сенную лихорадку, кровотечение из десен. Особенно она полезна в зонах радиационного заражения, т. к. препятствует накоплению стронция-90 в костном мозгу.

Технология использования скорлупы куриных яиц: яйца моют в теплой воде с мылом, хорошо промывают водой, скорлупу после жарения или снятую после варки яиц (вкрутую, всмятку) растирают в порошок в ступке. Принимают по 1,5–3 г (а радиационных условиях — 2–6 г) ежедневно с утренней едой.

ЗЕРНА ЗДОРОВЬЯ

Известно, что пророщенные зерна пшеницы являются стимулятором активности организма человека. Рецепт приготовления этого лекарственного препарата несложен.

Тщательно промывают 50 г зерен пшеницы для детей и 100 г для взрослых, высыпают в эмалированную посуду и заливают водой, ставят в теплое место, прикрывают марлевой или бумажной салфеткой. Через 1–1,5 суток зерно прорастает (ростки должны быть длиной около 1 мм), его 2–3 раза промывают водой, затем перерабатывают мясорубкой, добавляют сразу же в только что закипевшее молоко или воду (1 : 1), по вкусу — мед.

Принимают кашу или кисель (когда берется больше молока) на завтрак или по 1–2 столовые ложки 3–4 раза в день до еды. Курс лечения — 3–5 недель.

Проросшая пшеница улучшает здоровье у людей всех возрастов, восстанавливает ослабленное зрение, координацию движений, цвет и густоту волосяного покрова, укрепляет зубы, помогает лечить бронхит, головные боли, полиневриты, гипертонию, инфаркт миокарда, тромбозы, желудок, камнеобразование, экземы, глаза, почки, артрит, стенокардию, склероз, пищеварительный тракт, очищает организм от солей, известковых отложений, улучшает обмен веществ.

ЧЕСНОК ОМОЛАЖИВАЕТ ОРГАНИЗМ

Чеснок (350 г) очищают, измельчают, протирают в сосуде деревянной (фарфоровой) ложкой. Берут 200 г этой массы, лучше снизу, где больше сока, кладут в стеклянный (глиняный) сосуд, заливают 200 г 96% спирта и плотно закрывают. Сосуд выдерживают в темном прохладном месте 10 суток, затем массу процеживают через плотную ткань (многослойную марлю), отжимают и еще отстаивают 2–3 дня.

Настойку пьют с холодным молоком (50 г на прием) 3 раза в день за 20 минут до еды каплями по схеме:

<u>День приема</u>	<u>Завтрак</u>	<u>Обед</u>	<u>Ужин</u>
1-й	1	2	3
2-й	4	5	6
3-й	7	8	9
4-й	10	11	12
5-й	13	14	15
6-й	15	14	13
7-й	12	11	10
8-й	9	8	7
9-й	6	5	4
10-й	3	2	1

С 11-го дня принимают по 25 капель с молоком 3 раза в день до еды, пока не будет выпита вся настойка. Повторный курс лечения не раньше, чем через 5 лет.

Присм настойки очищает организм от жиров, известковых отложений, улучшает общий обмен веществ, эластичность сосудов, предупреждает инфаркт, стенокардию, склероз, паралич и образование опухолей, улучшает зрение.

Для лечения болезней применяют растения по принципу симпатических (Солнце и Марс, Солнце и Юпитер, Луна и Юпитер, Венера и Юпитер, Марс и Сатурн) и антипатических (Солнце и Сатурн, Луна и Сатурн, Меркурий и Юпитер, Венера и Марс) планет. Болезни, связанные с воздействием какой-либо планеты, лечатся настоями, отварами или употреблением свежих листьев, стеблей, плодов растений, управляемых той же самой планетой, или управляемых антипатической планетой.

Полезно-лечебные растения для людей, родившихся под соответствующими знаками Зодиака:

Овен, Скорпион — чистотел, мята, алоэ, крапива, молочай, можжевельник, подорожник, чертополох, лук, чеснок, редис, горчица, барбарис, боярышник;

Телец, Весы — мята, алтей, гвоздика, клевер, фиалка, вербена, вишня, гранат, грецкий орех;

Близнецы, Дева — валериана, звездчатка, Иван-да-Марья, морковь, петрушка, тмин, укроп, фенхель, бобовые, виноград;

Рак — белая лилия, розмарин, тыква, капуста, огурцы;

Лев — девясил, дягиль, календула, лавр, мать-и-мачеха, чистотел, лопух;

Стрелец, Скорпион, Рыбы — абрикос, грецкие орехи, миндаль, оливковое дерево, лимоны, огуречная трава, липа, белена, воловик аптечный;

Козерог, Водолей — вахлик, полынь, жимолость, спорыш, черная смородина, хвойные деревья.

Составитель *Абрамов В. Ф.*

Технический редактор-оператор *Рутковская Т. Г.*

Зак. 531	Объем 1,0 п. л.	Тираж 20 000 экз.
ПИК Роскомхлебопродукта	123290, Москва, Шмитовский пр., 39	

«СЕМКО»—ВАШ ПРОВОДНИК В ВОЛШЕБНЫЙ МИР СЕМЯН



Дорогие друзья!

Мы открываем серию наших советов огородникам и любителям-овощеводам, а также всем тем, кому интересен волшебный мир семян.

Главное для всех нас — это хорошее самочувствие и здоровье. Как с помощью растений добиться этого — об этом Вы и узнаете, прочитав нашу первую брошюру.

С уважением,

Юрий АЛЕКСЕЕВ
Генеральный директор
агрофирмы «Семко» Лтд