

Przepisy z miodem - medycyna naturalna

Wstęp

Historia stosowania miodu w medycynie sięga kilku tysięcy lat. Kodeks Ebersa sprzed 3500 lat zawiera informacje na ten temat. O stosowaniu miodu jako środka zapobiegającym chorobom i leczącym pisał Hipokrates i Awicenna. Powszechna była zawsze opinia o miodzie zapewniającym długowieczność. Miód był składnikiem maści, płynów stosowanych w leczeniu ran. Wykorzystywano tu działanie antybiotyczne, antibakteryjne miodu. Oczywiście stosowanie to było podyktowane praktyką, wiedzą o skuteczności miodu, a nie wiadomościami na temat wirusów, bakterii wówczas nie znanych. Poza działaniem miejscowym notowano zastosowania w schorzeniach przewodu pokarmowego, serca.

W ostatnich latach obserwujemy zwrot w medycynie od leków syntetycznych w kierunku leków naturalnych. Miód pszczele samodzielnie lub w połączeniu z ziołami znalazł tu duże zastosowanie. Obecnie następuje powrót do produktów żywnościowych naturalnych, nie ulepszanych, rafinowanych przez człowieka.



Wszystkie naturalne miody mają działanie lecznicze, niektóre z nich dzięki swemu składowi fizycznemu mają działanie skierowane w kierunku grupy chorób. Przykładem tu jest miód gryczany, dzięki dużej zawartości rutyny obniża ciśnienie krwi. Miód można stosować na wiele różnych sposobów. Prosty, łatwy to roztwór miodu z przegotowaną i ostudzoną wodą przygotowany 12 godzin przed spożyciem. Napój można doprawić do smaku cytryną. Poniżej podano proste przepisy na środki farmakologiczne z wykorzystaniem miodu. Medycyna naturalna (medycyna ludowa, medycyna niekonwencjonalna) zawsze w swoich przepisach uwzględniała miód pszczele. Przepisy te od wielu, wielu lat były stosowane w domowej aptece z dobrym skutkiem. Zachęcam jednak do konsultacji z lekarzem przed zastosowaniem.

Choroby układu oddechowego

1. W szklance przegotowanego mleka rozpuścić łyżkę miodu i dodać odrobinę masła. Wypić wieczorem przy przeziębieniu, chrypce, gorączce.
2. Do szklanki wrzącej wody dodać sok z połowy cytryny i posłodzić łyżką miodu. Pić przy przeziębieniu, grypie, zapaleniu oskrzeli, płuc.
3. Miód rozcieńczyć sokiem z cytryny lub chrzanu w stosunku 1:1. Pić 3 razy dziennie po łyżeczce przy przeziębieniu, anginie.
4. Zaparzyć szalwią lekarską i posłodzić miodem. Płukać gardło w przypadku jego zapalenia.
5. Wymieszać 1 szklankę drobno startej cebuli z szklanką miodu. Odstawić na godzinę, następnie zagotować i

przecedzić. Uzyskany syrop pić 3 razy dziennie po łyżeczce, czysty lub dodawać do ciepłego mleka przy przeziębieniu, kaszlu, katarze.

6. Miód rozcieńczyć sokiem z czarnej rzepy w stosunku 1:1. Stosować 3 razy dziennie po łyżeczce przy przeziębieniu, chrypce, kaszlu.
7. Do jednego kilograma miodu dodać 100 gram soku z świeżej pokrzywy. Pić trzy razy dziennie po łyżce dla wzmocnienia organizmu przy przeziębieniach, grypie.
8. Herbata napotna. Zaparzyć w jednej szklance wody łyżeczkę kwiatu lipowego, łyżeczkę rumianku, łyżeczkę malin. Parzyć pod przykryciem 10 minut. Dodać łyżeczkę miodu. Działa napotnie przy przeziębieniach.
9. Herbata napotna z kwiatów bzu czarnego.
Dwie łyżeczki suszonych kwiatów bzu czarnego (bez szypułek) zalać szklanką wrzącej wody, przykryć i odstawić na kwadrans. Następnie przecedzić i dodać dwie łyżeczki miodu lipowego, oraz sok z połowy cytryny. Herbatka orzeźwia, działa napotnie, obniża gorączkę.
10. Przysmak leczniczy. Zmleć 100 gram orzechów, dodać sok z dwóch cytryn, dwie łyżki oleju, 3 łyżki miodu. Wymieszać. Żuć powoli kilka razy dziennie przy chorobie gardła.
11. Balsam czosnkowo-miodowy. Wymieszać 50 gram miodu z 50 gramami startego czosnku. Stosować 3 razy dziennie po łyżeczce przy grypie, przeziębieniach.
12. Syrop buraczano-chrzanowy. Zetrzeć na drobnej tarce 300 gram czerwonych buraków, 200 gram chrzanu. Pozostawić na godzinę, odcisnąć sok. Do soku dodać sok z cytryny i dodać 500 gram miodu. Trzymać w chłodzie. Stosować 3-4 razy dziennie po łyżeczce przy przeziębieniach, kaszlu.
13. Miód anyzowy. Wymieszać dokładnie dwie łyżki miodu z jedną łyżką dokładnie sproszkowanego anyżu. Stosować dwa razy dziennie po łyżeczce po jedzeniu jako środek wykrztuśny.
14. Syrop chrzanowy. Zetrzeć 100 gram chrzanu, dodać ½ szklanki przegotowanej i ostudzonej wody. Odczekać ½ godz. Następnie sok wycisnąć i dodać 100 gram miodu. Zażywać 3 razy dziennie po łyżce przy kaszlu i nieżytach górnych dróg oddechowych.
15. Syrop sosnowy. Świeże pączki sosnowe zebrane w okresie od jesieni do wiosny rozdrobnić, zalać ciepłym miodem i zostawić na tydzień. Powstały syrop stosować po łyżeczce 3 razy dziennie w nieżytach gardła, krtani, jamy ustnej, kaszlu.
16. Wino z miodem. Do 1¼ litra białego wina dodać dwie łyżki miodu, dwa kurze żółtka, zmiksować. Napój pożywny, zimny orzeźwia, ciepły przydatny przy przeziębieniach.
17. Syrop dla dzieci na kaszel. Do 250 gram miodu dodać dwie garście świeżo zerwanych, wypłukanych liści babki lancetowatej, oraz 100 ml wody. Zmiksować i ostrożnie gotować tak długo, aby powstał gęsty syrop. Stosować dając łyżkę syropu na szklankę herbaty trzy razy dziennie.
18. Herbata na kaszel. Wymieszać ze sobą w równych częściach suszony kwiat lipy i suszony kwiat bzu czarnego. Łyżkę mieszanki zalać szklanką wrzątku, parzyć 15 minut. Dodać łyżeczkę miodu.
19. Lipowe cukierki na kaszel. Do 120 gram miodu dodać 100 gram cukru, dwie łyżki bardzo mocnego naparu z kwiatu lipy, sok z połowy cytryny. Gotować tak długo, aż kropla mieszanki nałożona na talerz twardnieje. Mieszanke wyłożyć na wilgotną lub natłuszczoną deskę, utworzyć gruby placek, który wilgotnym nożem pokroić na kostki. Gdy zastygnie przełożyć do szczelnych słoików aby nie stwardniały. Smaczne i dobre na kaszel i przeziębienia.
20. Miętowe cukierki na kaszel. Do 120 gram miodu dodać 100 gram cukru, sok z połowy cytryny. Gotować długo, aż mocno zgęstnieje. Wówczas dodać dwie łyżki mocnego naparu z mięty. Nadal gotować aż kropla syropu nałożona na talerz twardnieje. Mieszanke wyłożyć na wilgotną lub natłuszczoną deskę, utworzyć gruby placek, który wilgotnym nożem pokroić na kostki. Gdy zastygnie przełożyć do szczelnych słoików aby nie stwardniały. Stosować przy kaszlu.
21. Miodowe karamelki na chrypkę. Do połowy szklanki mleka lub śmietany dodać 120 gram miodu, 100 gram cukru. Gotować tak długo, aż zacznie ciągnąć się nitka przy wyjmowaniu łyżki z syropu. Wylać na marmurową lub porcelanową deskę pokrytą olejem lub masłem, pozostawić w chłodzie do stwardnienia. Pokroić w kostki. Stosować przy chrypce, kaszlu.
22. Dżem borówkowy z miodem i orzechami. 30 dag wyłuskanych orzechów włoskich wymoczyć przez 30 minut w wrzącej wodzie, odcedzić. Do jednego litra miodu dać jeden kilogram borówek brusznic, odcedzone orzechy (w całości lub grubo rozdrobnione). Gotować do zgęstnienia. Dżem stosować przy przeziębieniach.
23. Likier z kwiatu lipowego. Świeżo zebrane lipowe kwiaty ułożyć w dużym słoiku do połowy jego pojemności. Następnie zalać kwiaty czystym spirytusem. Wystawić zamknięty słoik na ciepłe, słoneczne miejsce na dwa tygodnie. Po maceracji nalew zlać i przecedzić. Zagotować 700 gram miodu z 1¼l wody, odszumować. Do 1 l

nalewu dodać 1 l miodowego roztworu, wymieszać. Rozlać i odstawić na kilka tygodni. Likier jest doskonały na przeziębienia i kaszel.

24. Miód z cebulą i czosnkiem na suchy kaszel, zapalenie gardła.

Do ½ szklanki płynnego miodu (najlepiej lipowego) dodać jedną szklankę pokrojonej cebuli i ¼ szklanki rozdrobnionego czosnku. Dobrze wymieszać, przełożyć do słoika, ucisnąć, zamknąć i pozostawić na kilka godzin w ciepłym miejscu.

Wycisnąć sok, przechowywać w lodówce. Stosować kilka razy dziennie przy uporczywym, suchym kaszlu, zapaleniu gardła.

Choroby układu krążenia



1. Miód rozcieńczyć z sokiem świeżych buraków w proporcji 1:1. Pić 3 razy dziennie przed jedzeniem po pół szklanki przy nadciśnieniu.
2. Połączyć 100 g miodu z 100 g soku z marchwi, chrzanu i buraków. Dodać sok z jednej cytryny. Stosować na czczo 3 razy dziennie po łyżce przy nadciśnieniu.
3. Do szklanki przegotowanego mleka dodać 1 łyżkę miodu. Pić 3 razy dziennie po pół szklanki dla wzmocnienia serca.
4. Zaparzyć 1 łyżkę owoców z dzikiej róży w połowie szklanki wody. Dodać łyżkę miodu. Pić po pół szklanki 3 razy dziennie przy osłabionym sercu, nadciśnieniu.
5. Rozcieńczyć łyżkę miodu w połowie szklanki przegotowanej, letniej wody. Pić taką wodę miodową do 2-ch szklanek dziennie dla wzmocnienia wewnętrznych organów.

Choroby układu pokarmowego

1. Szklankę mleka lub kefiru wymieszać z 2-ma łyżkami miodu, 2-ma łyżkami zmielonych płatków owsianych i jednym żółtkiem. Wypić rano przy braku apetytu, chorobie żołądka.
2. Liście trzyletniego aloesu odciąć, przetrzymać w lodówce przez 10 dni. Odciąć kolce, zmiksować. Na jedną część aloesu dodać dwie części miodu, następnie zagotować, przecedzić, przechowywać w lodówce, unikać światła. Pić po łyżeczce na czczo przed posiłkami dla pobudzenia apetytu, na wzmocnienie.
3. Jedną szklankę zsiadłego mleka wymieszać z łyżeczką zmielonego siemienia lnianego i łyżką miodu. Wypić przy niezbytach żołądka i dwunastnicy.
4. Do połowy szklanki wody dodać dwie łyżki miodu i sok z połowy cytryny. Pić dla poprawy przemiany materii.
5. Do 100 g miodu dodać sok z połowy cytryny i łyżeczkę oliwy z oliwek. Pić na czczo po jednej łyżce 2 razy dziennie przy wirusowym zapaleniu wątroby, dla odtrucia komórek wątroby.
6. Sproszkowane nasiona anyżu wymieszać z miodem w stosunku 1:1. Zażywać dwa razy dziennie po łyżce przy wzdęciach i bólach brzucha.
7. Rozpuścić w szklance przegotowanej wody łyżkę miodu, dodać soku z cytryny do smaku, pozostawić na 12 godzin. Pić w przerwach między posiłkami w chorobach żołądka, jelit.
8. Liście kilkuletniego aloesu odciąć i pozostawić w ciemności na kilka dni. Następnie zmiksować je i wymieszać z miodem i z czerwonym winem (Bycza krew) w stosunku 1:1:1. Mieszaninę przetrzymać w ciemności przez kilka dni, przecedzić i przechowywać w lodówce. Pić trzy razy dziennie po łyżeczce dwie godziny przed jedzeniem w celu poprawy apetytu i wzmocnienia.
9. Do 600 ml wina białego dodać 100 g miodu oraz 200 g rozdrobnionej cebuli. Po 48 godzinach przecedzić. Pić 3 łyżeczki dziennie przy osłabieniu, awitaminozie.

10. Wymieszać 10 g zmielonych nasion kminku z 100 g miodu. Spożywać trzy razy dziennie po łyżeczce przy niestrawności, wzdęciach, braku apetytu.
11. Syrop kminkowy dla dzieci. Sproszkować łyżkę kminku, zalać szklanką wrzącej wody, pozostawić pod przykryciem na 30 minut. Przecedzić i dodać miodu do smaku. Stosować po łyżeczce 3 razy dziennie po jedzeniu. Działa wiotropędnie.
12. Miód z koprem. Wymieszać łyżkę miodu z ½ łyżeczki sproszkowanego kopru włoskiego!!. Stosować 3 razy dziennie po łyżeczce po jedzeniu. Działa wiatropędnie, rozkurczowo.
13. Likier orzechowy. Rozdrobnić 5 świeżych, zielonych orzechów włoskich i zalać ½ l wódki. Macerować zamknięte przez 6 tygodni. Dodać 300 gram miodu, wymieszać i pozostawić na 2 tygodnie. Pić po ½ łyżce 2-3 razy dziennie między posiłkami przy dolegliwościach żołądkowych.
14. Miód z dynią przeciw pasożytom. Zmiksować 200 gram świeżych!!! nasion dyni, dodać miodu do smaku. Podzielić na dwie części. Zażyć rano na czczo jedną porcję, po 30 minutach drugą porcję. Po 3 godzinach przyjąć środek przeczyszczający.
15. Zapalenie jamy ustnej i gardła. Do szklanki octu jabłkowego dodać pięć łyżek miodu, pięć rozgniecionych ząbków czosnku. Dobrze wymieszać i odstawić. Używać do płukania jamy ustnej i gardła biorąc pięć łyżek mieszanki na szklankę wody.

Choroby skóry

1. Wymieszać 100 g miodu z dwoma żółtkami. Dodać nieco olejku ze słodkich migdałów. Smarować popękaną skórę dwa razy dziennie.
2. Łyżeczkę miodu wymieszać z kilkoma kroplami tranu. Smarować rany. Zawinąć gazą.
3. Wymieszać miód z gliceryną w stosunku 1:1. Robić okłady na przemarznątą, popękaną skórę trzy razy dziennie.
4. Wymieszać 80 g miodu z 20 g oleju rzepakowego, dodać 10.000 j.m. witaminy A. Robić okłady na oparzenia, zgorzele, wrzody.

Choroby układu moczowego



1. Zaparzyć w jednej szklance wody łyżkę owoców dzikiej róży. Dodać łyżeczkę miodu. Pić trzy razy dziennie przy chorobie nerek, skąpomoczu.
2. Pół lub całą szklankę soku z rzodkiewek osłodzić łyżką miodu. Pić raz dziennie przy chorobie nerek.
3. Wymieszać oliwę z oliwek z sokiem z cytryny i z miodem w stosunku 1:1:1. Pić trzy razy dziennie po łyżce przy piasku w nerkach.
4. Zaparzyć herbatę z biedrzeńca i owoców dzikiej róży, posłodzić miodem. Pić jedną szklankę dziennie przy kamieniach pęcherza moczowego.

Choroby narządu wzroku

1. W szklance ciepłej przegotowanej wody rozpuścić łyżeczkę miodu. Roztwór ten gotować przez 5 minut. Z roztworu robić kompres i przykładac na oczy przy zapaleniu spojówek, rogówki, jęczmienia. Spożywanie miodu poprawia widzenie w niektórych schorzeniach siatkówki.

2. Zapalenie spojówek, zmęczone oczy. Do gotującej 1½ litra wody dodać łyżkę miodu, dwie łyżki rumianku. Gotować przez trzy minuty, odcedzić. Przemywać oczy wacikiem nawilżonym wywarem kilka razy dziennie, najlepiej ciepłym.

Alergie pyłkowe

3. Profilaktycznie żuć raz lub dwa razy dziennie kawałek plastra miodu przez okres dwóch miesięcy poprzedzających okres pojawienia się kataru siennego. Jeśli katar sienny zaatakuje żuć plastry miodu pięć razy dziennie przez pierwsze dwa dni, następnie trzy razy dziennie, dopóki nie zniknie.
4. Metoda Williama Petersova przeciwdziałania alergiom. Kurację rozpoczynamy od użycia jednej łyżki dziennie i codziennie zwiększamy dawkę aż do użycia 15 łyżek miodu dziennie, poczym stopniowo obniżamy dawkę do stanu początkowego, czyli jednej łyżki dziennie.
5. Miód z odsklepinami. Przed wirowaniem miodu, plastry są odsklepiane (ścianane są wieczka komórek plastra). Ścięte wieczka (odsklepiny) to mieszanina wosku, miodu, dość dużej ilości pyłku. Przełożyć odsklepiny do małych słoików, ubić, szczelnie zamknąć, pozostawić do przedwiośnia. Miesiąc przed spodziewanym wystąpieniem kataru siennego rzuć wosk. Po 10-15 min. wosk wypłuć. Zacząć od małych ilości stopniowo zwiększając dawki. Następnie dawki zmniejszać.

Ogólne, wzmacniające

6. Napój wzmacniający. Do szklanki przegotowanej i ostudzonej wody dodać łyżkę miodu, wymieszać i pozostawić na 12 godzin. Napój można doprawić do smaku cytryną.
7. Balsam wzmacniający. Liście trzyletniego aloesu odciąć, przetrzymać w lodówce przez 10 dni. Odciać kolce, zmiksować. Do 300 gram miodu dodać 100 gram aloesu, następnie dodać 400 gram rozdrobnionych orzechów włoskich i sok z trzech cytryn. Stosować trzy razy dziennie po łyżeczce dla ogólnego wzmocnienia.
8. Aronia z miodem. Zmleć 2-3 krotnie w maszynce owoce aronii. Na jedną część aronii dać 3 części miodu. Dodać sok z cytryny, wymieszać. Stosować 3-4 razy dziennie po łyżeczce. Aronia zawiera bardzo dużo witaminy P oraz inne C, B₂, E, PP, A a także mikroelementy. Przetwory z aronii mają działanie przeciwutleniające, przeciwbakteryjne, przeciwgrzybiczne, przeciwwirusowe. Wskazana jest po leczeniu antybiotykami, odtruwa organizm, regeneruje. Aronia usprawnia układ krążenia, poprawia wzrok, wspomaga leczenie owrzodzeń żołądka i dwunastnicy.
9. Miód pokrzywowo-orzechowy. Dokładnie sproszkować równe ilości suszonych liści pokrzywy i liści orzecha włoskiego. Do 500 g płynnego ciepłego miodu dodać 4 łyżki sproszkowanych liści, dokładnie wymieszać. Zażywać po 1 łyżeczce 2-3 razy dziennie po jedzeniu. Wzmacnia mechanizm obronny organizmu, stosować w profilaktyce zagrożenia rakiem sutka.
10. Miód na wzmocnienie. Do 100 gram miodu dodać trzy posiekane ząbki czosnku, wymieszać, zamknąć w słoiku i odstawić do lodówki na jeden miesiąc. Zażywać jedną łyżkę dziennie przy osłabieniu.
11. Miód z owsem lub otrębami pszennymi na wzmocnienie po przebytych chorobach. Jeden kilogram dokładnie umytego ziarna owsa zalać dwoma litrami wody. Gotować tak długo, aż wyparuje połowa wody. Przecedzić i dodać trzy łyżki miodu, ponownie zagotować. Wypić całość w ciągu dnia, dzieci połowę tej ilości.
Zamiast owsa możemy użyć otręby pszenne. Dawki: dorośli dwa razy dziennie szklanka nopoju, dzieci dwa razy dziennie ½ szklanki.

Autor: Edmund Rostowski

Przedruk ze strony: <http://www.pasieka.rostkowski.info/przepisy.html>

Artykuł pobrano ze strony eioba.pl