**Камни в почках**

Причина образования камней в почках (почечнокаменной или мочекаменной болезни) - нарушение обмена веществ, особенно водно-солевого, и изменение химического состава крови.

Нередко заболевание носит наследственный характер

Возникновению камней в почках способствуют: малоподвижность, ведущая к нарушению фосфорно-кальциевого обмена, характер питания (обилие белка в пище либо однообразная диета), климатические, географические и жилищные условия, профессия и наследуемые генетические факторы, инфекция мочевыводящих путей, анатомические изменения в верхних мочевыводящих путях (гидронефроз, например), нефроптоз и другие, приводящие к нарушению нормального оттока мочи из почек, а также обменные и сосудистые нарушения в почке.

Наиболее изученной причиной нарушения обмена кальция (основы большинства мочевых камней) является нарушение функции паращитовидных желез.

В настоящее время во всем мире принята минералогическая классификация мочевых камней. 70—80% мочевых камней являются неорганическими соединениями кальция: оксалаты; фосфаты, кальция карбонат. Магнийсодержащие камни часто сочетаются с инфекцией в моче. Мочекислые камни составляют до 10 — 15% всех мочевых камней (ураты), причем, чем старше больной, тем чаще у него встречаются мочекислые камни. Реже остальных встречаются белковые камни (цистиновые, ксантиновые и пр.), свидетельствующие о нарушении обмена соответствующих аминокислот в организме больного. Однако в чистом виде камни выявляются не более чем в 40% случаев. В остальных случаях в моче образуются смешанные по составу (в различных вариантах) камни.

Наиболее ярко (приступообразная почечная колика) проявляется болезнь при небольших (до 1,0 см.) камнях почек и мочеточников, тогда как коралловидные и крупные камни длительное время (иногда до полной гибели почки) могут существовать не проявляя себя. Ультразвуковое и рентгенологическое обследование практически в 100% случаев позволяет диагностировать камни в мочевых путях.

При отсутствии лечения болезнь может привести к гибели почки, нагноению почки, хронической почечной недостаточности, инвалидизации и даже смерти больного.

Для почечной колики характерно внезапное появление сильнейших болей в поясничной области, отдающих в паховую область, половые органы, бедро. Боли носят очень резкий характер, сила их не меняется от перемены положения тела больного. Боли часто сопровождаются резями про мочеиспускании, учащением мочеиспускания, изменением цвета мочи.

**Лечение камней в почках**

Общие принципы в соблюдении диеты и водного баланса при мочекаменной болезни: употребление жидкости в количестве, позволяющем поддерживать суточное количество мочи от 1,5 до 2,5 л. Часть жидкости можно принимать в виде морсов из клюквы или брусники, минеральной воды.

Суточный прием жидкости при при кальцийфосфорных камнях должен составлять не менее 2 — 2,5 л. Диета предусматривает ограничение употребления молока, сыра, рыбных продуктов.

При наличии оксалатов: суточный прием жидкости — не менее 2 — 2,5 л. Диета предусматривает ограничение употребления молока, сыра, шоколада, щавеля, салата, черной смородины, клубники, крепкого чая, какао.

При уратах: суточный прием жидкости желателен в количестве не менее 2 — 2,5 л. Диетотерапия заключается в ограничении приема жареного и копченого мяса, мясных бульонов, субпродуктов, бобовых, кофе, шоколада, алкоголя, исключении острых блюд. [Подробнее о диете при мочекаменной болезни](http://www.narmed.ru/articles/pitanie/lech_pitanie/d_litos)

Назначение индивидуальных лекарственных фитосборов должно учитывать характер камней (их состав).

При мочекислом диатезе и уратах рекомендуются сборы:

* почки березы, семена льна, трава петрушки, плоды шиповника, лист земляники - поровну. Приготовление и применение: 2 столовых ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать ночь в термосе. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день. Курс 2-3 месяца. Через 2 недели курс повторить.
* лист брусники, трава спорыша, курильский чай, корень аира, кукурузные рыльца - поровну. Приготовление и применение: 2 столовых ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать ночь в термосе. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день. Курс 2-3 месяца. Через 2 недели курс повторить.
* плоды можжевельника, трава пастушьей сумки, корень солодки, плоды укропа - поровну. Приготовление и применение: 2 столовых ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать ночь в термосе. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день. Курс 2-3 месяца. Через 2 недели курс повторить.
* лист брусники, трава спорыша, плоды укропа, лист мяты - поровну. Приготовление и применение: 2 столовых ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать ночь в термосе. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день. Курс 2-3 месяца. Через 2 недели курс повторить.
* почки березы, трава лабазника, трава синеголовника, трава донника, семена льна, трава пустырника, трава хвоща полевого - поровну. Приготовление и применение: 2 столовых ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать ночь в термосе. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день. Курс 2-3 месяца. Через 2 недели курс повторить.
* почки березы, лист брусники, трава синеголовника, курильский чай, побеги багульника, трава мяты, плоды укропа - поровну. Приготовление и применение: 2 столовых ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать ночь в термосе. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день. Курс 2-3 месяца. Через 2 недели курс повторить.
* 100 г измельченных корней хрена, 2 ст ложки измельченной сухой травы спорыша, 5 ст ложек меда залить 1 л сухого красного вина, настоять 2-3 дня, довести до кипения, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 50 мл 3 раза в день до еды. Хранить в холодильнике.

При оксалатных и фосфатных камнях рекомендуются сборы:

* цветки бессмертника, лист брусники, трава донника, корень марены, трава пустырника - поровну. Приготовление и применение: 2 столовых ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать ночь в термосе. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день. Курс 2-3 месяца. Через 2 недели курс повторить.
* цветки василька, трава грушанки, лист толокнянки, лист мяты - поровну. Приготовление и применение: 2 столовых ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать ночь в термосе. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день. Курс 2-3 месяца. Через 2 недели курс повторить.
* трава зверобоя, корень марены, трава репешка, трава мяты, плоды укропа - поровну. Приготовление и применение: 2 столовых ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать ночь в термосе. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день. Курс 2-3 месяца. Через 2 недели курс повторить.
* цветки бессмертника, трава лабазника, трава спорыша, лист толокнянки, корень кровохлебки - поровну. Приготовление и применение: 2 столовых ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать ночь в термосе. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день. Курс 2-3 месяца. Через 2 недели курс повторить.
* лист брусники, трава донника, трава зверобоя, корень марены, трава пустырника, трава репешка - поровну. Приготовление и применение: 2 столовых ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать ночь в термосе. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день. Курс 2-3 месяца. Через 2 недели курс повторить.
* плоды укропа, шишки хмеля, лист черники, трава цикория, корень лопуха - поровну. Приготовление и применение: 2 столовых ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать ночь в термосе. Принимать по 1/3-1/4 стакана 3-4 раза в день. Курс 2-3 месяца. Через 2 недели курс повторить.

Для детей рекомендуют готовить настои и отвары в следующей суточной дозе сухого лекарственного сбора: до 1 года - 1/2 - 1 ч. ложка, от 1 до 3 лет - 1 ч. ложка, от 3 до 6 лет - 1 десертная ложка, от 6 до 10 лет - 1 ст. ложка, старше 10 лет и взрослым - 2 ст. ложки сбора.

Сборы трав могут применяться в сочетании с другими лекарствами.

Перед тем, как принимать тот или иной сбор, желательно ознакомиться с противопоказаниями к травам, входящим в состав этого сбора в [травнике](http://www.narmed.ru/travnik/).

Если у вас возникла почечная колика, до приезда "скорой" обегчить свое состояние можно, приняв горячую ванну с температурой воды 38-39 градусов продолжительностью 10-20 минут. После ванны следует находиться не менее 1,5-2 часов в постели тепло укутанным.

Прежде чем воспользоваться рецептом, посоветуйтесь со специалистом.  
  
Авторские права на данную статью принадлежат авторам сайта, если не указано иначе. При цитировании материалов ссылка на источник обязательна.

### Профилактика образования камней в почках с помощью диеты

Профилактика и лечение больных мочекаменными диатезами и мочекаменной болезнью не возможна без правильно подобранной диеты (диетотерапии) и периодического контроля кислотно-щелочного состояния мочи. Рациональная диета способствует восстановлению нормального обмена веществ и поддержанию гомеостаза. Реакция мочи определяет возможность образования камней. Уратных в кислой, оксалатных в нейтрально-кислой, фосфатных камней в более щелочной среде. С помощью рН тест-полосок или не дорогого, ручного электронного рН-метра можно легко, быстро и точно проследить за ответной реакцией мочи на подобранную диету. Положительная динамика рН может служить критерием правильности выбранной диеты или лечения. Значение рН мочи ниже 5,0 говорит о резкой закисленности мочи. Значение рН мочи выше 7,5 говорит о ее резко щелочной реакции. Если уровень рН мочи колеблется в пределах 6,0 - 6,4 по утрам и 6,4 - 7,0 вечером, то ваш организм функционирует нормально. Наиболее оптимальный уровень рН мочи слегка кислый, в пределах 6,4 - 6,5. Так, например камни мочевой кислоты фактически никогда не встречаются при рН мочи более 5,5, а фосфатные камни никогда не образуются, если моча не щелочная. Лучшее время для определения уровня рН - за 1 час до еды или спустя 2 часа после еды. Проверяйте уровень рН 2 раза в неделю 2-3 раза в день.

При **оксалурии** происходит нарушение кислотно-щелочного равновесия в сторону ацидоза (закисления) и выпадение в мочевых путях камней состоящих в основном из солей щавелевой кислоты.

Профилактика направлена на ощелачивание мочи и ограничение продуктов богатых щавелевой кислотой.

При **уратурии** происходит нарушение кислотно-щелочного равновесия в сторону ацидоза и выпадение в мочевых путях камней состоящих из солей мочевой кислоты.

Профилактика направлена на ощелачивание мочи и ограничение продуктов богатых белками, содержащими пуриновые основания, или пурины, являющиеся источником образования в организме мочевой кислоты.

При **фосфатурии** происходит нарушение кислотно-щелочного равновесия в сторону алкалоза и выпадение в мочевых путях малорастворимого фосфата кальция.

Профилактика направлена на подкисление мочи и ограничение продуктов богатых кальцием.

Таблица лечебного питания для трех типов почечных камней

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Лечебное питание** | | |
| **При оксалурии** | **При уратурии** | **При фосфатурии** |
| **Исключить** | | |
| Продукты богатые щавелевой кислотой: щавель, шпинат. Чай (крепкий), какао, кофе, хлебный квас, шоколад. Изделия из сдобного теста, проросшую пшеницу. Желатин, студень. Поливитамины и добавки, содержащие витамин "С". | Продукты богатые пуринами: субпродукты, печень, почки, язык, мозги, мясо молодых животных, телятину, цыплят, жирные сорта мяса. Говяжий, свиной и кулинарный жир. Мясные и рыбные бульоны и отвары, консервы. Мясные и рыбные соусы. Красное вино, пиво. “Жесткую” воду с большим содержанием кальциевых солей. | Продукты богатые кальцием: молоко и молочные продукты (творог, сыр, простоквашу), за исключением сметаны. Острые закуски, копчености, соусы мясные и рыбные. Пряности: перец, горчицу, хрен, чеснок. Из рациона исключаются зелень и овощи кроме брюссельской капусты, гороха. Орехи. Сладкие блюда в виде бисквита, пирожных. Какао. Дрожжи. Алкоголь. |
| **Ограничить** | | |
| Поваренную соль, пряности, перец. Углеводы до 300 гр. в сутки. Молоко и молочные продукты в период обострения. Баклажаны, кабачки, морковь, брюссельскую капусту, свекла, фасоль, горох, соя, лук, сок томатный, помидоры, картофель, салат, сельдерей, петрушку, ревень. Говядину, курицу, заливное, печень, треску. Продукты, содержащие большое количество витамина "С" - смородину, рябину садовую, антоновские яблоки, сливу, землянику, клубнику, крыжовник, клюкву, грейпфрут, апельсины, мандарины, лимон и лимонную цедру, шиповник, перец красный сладкий, мангольд, укроп, хрен, черемша, грибы белые сушеные и подосиновики. | Соль. Острое, пряности, кофе, крепкий чай, какао, шоколад. Рыбу пресноводную и морскую (сельдь, в том числе и икру, макрель, скумбрию, сардины) и супы из них. Бобовые: горох, фасоль, соя, чечевица. Брюссельскую капусту, щавель, шпинат, лук. Хлеб и зерновые (из цельного зерна, сдобный хлеб), овес. Количество употребляемого белка. | Молочно-растительную пищу. Хлеб. Яйца (особенно желтки) в ограниченном количестве. Употребление яиц - не более 1 в день. Сметаны (до 50 г в сутки). Изделия из сдобного теста в небольшом количестве. Грибы. |
| **Показано** | | |
| Диета должна быть растительно-мясной, исключающей продукты, содержащие желатин и щавелевую кислоту. Слабощелочные минеральные воды типа “Нафтуси”, (рекомендуются курсом на протяжении 3- 4 недель с последующим 3- 4 месячным перерывом). Масло животное и растительное, яйца (без желтков). Мясо (не более 150 гр. в сутки), рыбу (не более150 гр. в сутки), птицу (в отварном виде). Блюда из круп и теста. Хлеб белый и черный (вчерашний). Огурцы, тыква, капуста белокочанная. Груши, яблоки не кислых сортов, абрикосы, бананы, бахчевые, персики, айва. Вегетарианские супы (на разрешенных овощах и фруктах). Жидкости и соки – до 2-х литров в день, если нет противопоказаний. Хорошее ощелачивающее действие оказывают огуречный сок, а так же тыквенный, но их необходимо принимать только в сочетании с антигипоксантами: листьями крапивы, листьями липы, листьями или почками березы, цветками ноготков (календулы). Полезен сок кинзы. | Диета должна быть молочно-растительной. Пищевой рацион должен быть беден пуринами (мясные продукты) и богат фруктами, овощами, молочными продуктами. Больше жидкости (не менее 1,5-2 л, желательно щелочные – минеральные воды типа “Боржоми”, “Ессентуки №4, № 20”, “Джермук”). Молочно-растительная диета: молоко, сыр, сливочное масло, творог, яйца. Баклажаны. Виноградный сок, клубника, земляника. Злаки, семечки, орехи. Сахар, фруктовые сиропы, сладости (кроме шоколада). Больше витамина С: шиповник, лимон, черная смородина, облепиха. Больше витамина В: пшено, гречневая крупа, ядрица, мука пшеничная, хлеб ржаной, макаронные изделия, сухой шиповник, перец сладкий, дрожжи, картофель, помидоры. | Диета с преобладанием мясной пищи, мучных блюд с достаточным содержанием витаминов “А” и “Д” и обильным введением жидкости. Минеральные воды типа “Нарзан”, “Доломитный Нарзан”, “Дарасун” “Арзни”, “Смирновская”. В рацион можно включить: Слабый чай без молока и некрепкий кофе с небольшим количеством сливок. Масло сливочное и растительное, сало. Супы мясные и рыбные. Мясо и рыбу во всех видах (разрешается неострые рыбные закуски, не очень соленая сельдь, рыбные консервы в небольшом количестве). Макаронные и мучные изделия. Сладкие блюда, сахар и сладости во всех видах, мед. Зелень и овощи, только бедные кальцием и щелочными валентностями (горох, брюссельская капуста). Из фруктов и ягод: яблоки кислых сортов, брусника, клюква, красная смородина. Хлебный квас. *Примечание.* Витамина “А” содержится достаточно в печени животных и рыб, рыбьей икре, сливочном масле. Витамина “Д” много в тунце, лососе, горбуше, икре белужьей зернистой и осетровой. |
| **Выводят камни** | | |
| Яблоки, груши, айва. *Примечание:* отвары из кожуры этих фруктов усиливает выведение щавелевой кислоты. Оксалатолитическим эффектом обладают листья и почки березы, цветки бузины черной, почечный чай, корни фиалки душистой. | Виноград (плоды и листья), черная смородина (плоды и листья). | Листья брусники, листья толокнянки. Эти растения целесообразно сочетать с горцем птичьим, хвощом полевым. *Примечание*: перед употреблением этих лекарственных растений необходимо проконсультироваться с лечащим врачом. |
| **Другие рекомендации** | | |
| Режим питания: частая еда - 5 раз в день. Включить продукты с большим содержанием растительной клетчатки. Вводить обильное количество жидкости до 2,0-2,5 л в день преимущественно в виде различных фруктово-овощных соков. | Периодически проводить курсы приема мочегонных трав (мочегонные сборы утром и вечером): включающих клевер, василек, лопух (корни), одуванчик (корни). Мочегонно действуют также: курага, яблоки, черника, костяника, рябина, барбарис, чеснок, морковь, тыква, хрен, свекла, укроп, корень петрушки, лавровый лист. | Исключить очень холодные блюда. Нужно больше двигаться. |

Общие рекомендации при всех видах почечных камней:

* Сильно не переохлаждаться, всегда держать в тепле поясницу.
* Пить много воды, не менее 1,5 л в сутки. Летом пить столько, чтобы никогда не ощущать жажды.
* Регулярно принимать мочегонные настои или отвары различных трав.
* При появлении пусть даже небольших неприятных ощущений в области поясницы немедленно обращаться к урологу.

Таким образом, роль диетотерапии в профилактике и лечении больных мочекаменными диатезами и мочекаменной болезнью предельно важна и заключается, прежде всего, в нормализации обмена веществ в организме и регуляции уровня рН мочи, что способствует прекращению повышенного выделения почками мочевых солей и усиливает их растворимость в моче за счет мобилизации защитных коллоидов.

Подробнее о камнях почках читайте в нашей статье: [Камни в почках](http://health.mpei.ac.ru/stoun.htm).

Источник  
Покровский А.А., Самсоов М.А. Справочник по диетологии. - М, 1981 г  
Михайловский А.В. Энциклопедия народной медицины. В 2-х т. Мн.: ПолиБиг, 1997, 608 с.

© Здоровье-МЭИ 2005г. При перепечатке ссылка обязательна.

|  |
| --- |
| **Камни в почках (почечнокаменная или мочекаменная болезнь)** |
| **1. Описание заболевания**  Причина образования камней в почках (**почечнокаменная** или **мочекаменная болезнь**) – нарушение обмена веществ, особенно водно-солевого, и изменение химического состава крови.  Одной **причины образования камней** не существует. Это целый комплекс причин, к которым относятся: качество и характер питания (обилие белка в пище либо однообразная диета), недостаток витаминов, воспалительные процессы в организме, малоподвижность (ведущая к нарушению фосфорно- кальциевого обмена), профессия и наследуемые генетические факторы, инфекция мочевыводящих путей, анатомические изменения в верхних мочевыводящих путях (гидронефроз, например), нефроптоз и другие, и даже климат региона проживания и состав воды. Все это может оказать влияние на состав мочи, препятствовать ее оттоку из почек. Тогда соли, содержащиеся в моче, накапливаются, кристаллизуются, и в итоге образуется камень.  Возникновению камней в почках способствуют характер питания, климатические, географические и жилищные условия, Наиболее изученной причиной нарушения обмена кальция (основы большинства мочевых камней) является нарушение функции паращитовидных желез.  В настоящее время во всем мире принята минералогическая классификация мочевых камней. 70-80% мочевых камней являются неорганическими соединениями кальция: оксалаты; фосфаты, кальция карбонат, магний содержащие камни часто сочетаются с инфекцией в моче. **Мочекислые камни** составляют до 10-15% всех мочевых камней (**ураты**), причем, чем старше больной, тем чаще у него встречаются **мочекислые камни**. Реже остальных встречаются **белковые камни** (цистиновые, ксантиновые и пр.), свидетельствующие о нарушении обмена соответствующих аминокислот в организме больного. Однако в чистом виде камни выявляются не более чем в 40% случаев. В остальных случаях в моче образуются смешанные по составу (в различных вариантах) камни.  Наиболее ярко (приступообразная почечная колика) проявляется болезнь при небольших (до 1,0 см.) камнях почек и мочеточников, тогда как коралловидные и крупные камни длительное время (иногда до полной гибели почки) могут существовать не проявляя себя. Ультразвуковое и рентгенологическое обследование практически в 100% случаев позволяет диагностировать **камни в мочевых путях**.  При отсутствии **лечения почечнокаменной болезни** может привести к гибели почки, нагноению почки, хронической почечной недостаточности, инвалидизации и даже смерти больного.  Для почечной колики характерно внезапное появление сильнейших болей в поясничной области, отдающих в паховую область, половые органы, бедро. Боли носят очень резкий характер, сила их не меняется от перемены положения тела больного. Боли часто сопровождаются резями про мочеиспускании, учащением мочеиспускания, изменением цвета мочи.  **2. Лечение камней в почках (почечнокаменной или мочекаменной болезни)**  Общие принципы в соблюдении диеты и водного баланса при мочекаменной болезни: употребление жидкости в количестве, позволяющем поддерживать суточное количество мочи от 1,5 до 2,5 л. Часть жидкости можно принимать в виде морсов из клюквы или брусники, минеральной воды.  Суточный прием жидкости при кальцийфосфорных камнях должен составлять не менее 2 -2,5 л. Диета предусматривает ограничение употребления молока, сыра, рыбных продуктов.  При наличии оксалатов: суточный прием жидкости – не менее 2-2,5 л. Диета: ограничение употребления молока, сыра, шоколада, щавеля, салата, черной смородины, клубники, крепкого чая, какао.  При уратах: суточный прием жидкости желателен в количестве не менее 2-2,5 л. Диетотерапия заключается в ограничении приема жареного и копченого мяса, мясных бульонов, субпродуктов, бобовых, кофе, шоколада, алкоголя, исключении острых блюд.  **3. Сборы применяемые при почечнокаменной болезни**  **Сбор 1:** - Корень аира болотного – 2 ч; - Трава будры плющевидной – 4 ч; - Лист земляники лесной – 5 ч; - Семя льна посевного – 3 ч; - Лист мяты перечной – 2 ч; - Плоды паслена перечного – 5 ч; - Трава полыни обыкновенной – 3 ч; - Корневище ревеня тангутского – 2 ч; - Корневище с корнями солодки голой – 4 ч; - Трава тысячелистника обыкновенного – 1 ч; - Соплодия хмеля обыкновенного – 3 ч.  **Сбор 2:** - Корень барбариса – 2 ч; - Цветки василька синего – 2 ч; - Трава зверобоя продырявленного – 5 ч; - Корень крапивы двудомной – 5 ч; - Корень лопуха большого – 4 ч; - Лист мяты перечной – 2 ч; - Трава пастушьей сумки – 2 ч; - Лист почечного чая – 3 ч; - Трава руты душистой – 2 ч; - Трава спорыша – 4 ч; - Плоды укропа огородного – 2 ч; - Лист черники обыкновенной – 2 ч.  **Сбор 3:** - Лист брусники – 4 ч; - Трава зверобоя продырявленного – 3 ч; - Рыльца кукурузы обыкновенной – 4 ч; - Лист мяты перечной – 1 ч; - Трава петрушки огородной – 5 ч; - Корневище пырея ползучего – 5 ч; - Лист смородины черной – 3 ч; - Побеги туи западной – 3 ч; - Трава хвоща полевого – 4 ч; - Плоды шиповника коричного – 3 ч. Во время приступов почечной колики принимают один из сборов 1-3 в максимальных дозах (5-6 столовых ложек на 1 л. кипятка; заваривать в термосе – суточная доза) в течение 2-3 недели. В межприступном периоде сборы № 1-3 принимают как обычно (2-3 столовые ложки сбора на 0,5 л. кипятка – суточная доза). Сборы меняют через 1½- 2 месяца; через 2 месяца делают небольшие перерывы (на 7-10 дней). Перед тем, как принимать тот или иной сбор, желательно ознакомиться с противопоказаниями к травам, входящих в состав сбора. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | **4. Рецепты и способы применяемые в народной медицины при почечнокаменной болезни**  **Рецепт 1:** Способствует растворению камней в почках следующее средство пить небольшими глотками каждые 3 ч. настой кукурузных рыльцев (заварить 1 стаканом кипятка 2 чайные ложки рыльцев и настоять 30 мин.) и одновременно 3 раза в день по 150 мл. отвара дурнишника и грубых стеблей репешка, очищенных от листьев (заварить 0,5 л. кипятка 5 столовых ложки смеси, кипятить 15 мин. на слабом огне и настоять 30 мин.).  **Рецепт 2:** Народный рецепт: мед, водку, сок редьки, сок свеклы в равных количествах перемешать и поставить в теплое место на 5 дней, принимать по 1 столовой ложке, разводя в 0,5 стакана кипятка перед едой 3 раза в день. Курс – выпить литр.  **Рецепт 3:** Самый быстрый способ выведения камней из почек: 10 лимонов вымыть теплой водой, пропустить через мясорубку вместе с кожурой. Всю кашицу положить в 3-литровую банку и залить 2 л. кипяченой холодной воды, добавить 2 столовые ложки медицинского глицерина, дать настояться с полчаса и процедить. Выпить всю эту жидкость за 2 ч. по стакану с интервалом в 10 мин., следовательно, каждые 10 мин. – стакан жидкости. Когда выпьете весь раствор, положите на область почки теплую грелку. Через некоторое время боли усилятся, станет выходить песок. Это растворяются камни.  **Рецепт 4:** Возьмите 1 кг. репчатого лука и 400 г. сахарного песка. Пропустите лук через мясорубку, смешайте с сахарным песком, поместите в эмалированную кастрюлю, поставьте на огонь, все время помешивайте. Как только начнет закипать, уменьшите огонь и тушите 2 ч. Горячую смесь процедите через марлю. Можно положить марлю в дуршлаг и выжимать сок ложкой. Должно получиться 0,5 л сока. Сок должен быть коричневатый или желтоватый. Это количество разделите на четыре части и выпейте в течение дня — например, в 8.00, 12.00, 16.00 и 20.00 часов за 20 минут до еды. Не запивать! Через несколько месяцев можно повторить лечение.  **Рецепт 5:** Нарежьте лук и тушите его в духовке 3,5 ч. Получится тягучая сладкая жидкость. Принимайте ее по 1 столовой ложке перед завтраком. Уменьшатся камни в почках, выйдет песок. Другой вариант. Нарежьте тонкими ломтиками 2 средние луковицы. Посыпьте их сахарным песком. За ночь лук пустит сок. Этот сок выжмите и пейте по 2 столовые ложки после еды.  **Рецепт 6:** Чтобы вывести песок и камни из почек и мочевого пузыря, пропустите редьку через мясорубку и залейте медом. Через 2 дня процедите. Пейте по 1-2 глотка перед едой. На курс лечения требуется 5 кг. редьки. Мед по вкусу.  **Рецепт 7:** При камнях в почках залейте 1 столовую ложку кукурузных рылец, 1 столовую ложку толокнянки, 1 чайную ложку спорыша 0,5 л. воды и доведите до кипения. Настаивайте в теплом месте и пейте вместо воды.  **Рецепт 8:** Прокипятить в 0,5 л. молока в течение 5 мин. 1 столовая ложка травы и 1 столовая ложка корней лапчатки гусиной и настоять 30 мин. Пить за 20 мин. до еды: утром – 150 мл., в обед – 100-120 мл., в полдник – 70-80 мл. и остаток – перед ужином. Одновременно с отваром лапчатки нужно принимать по 1/3 стакана настоя спорыша. Заварить 1 стаканом кипятка 1 столовую ложку спорыша, настоять 1 ч. И процедить.  **Рецепт 9:** При камнях в почках помогает следующий состав: 1 кг. моркови и 1 кг. изюма, не доводя до кипения, томить 5 ч. в 8 стаканах воды. Процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день. **Рецепт 10:** Заварить 3 стаканами кипятка 6 столовых ложек измельченных корней шиповника, поставить на огонь и кипятить 15 мин. с момента закипания. Пить теплым по 1 стакану 3 раза в день после еды. Примерно через 20 мин. после отвара шиповника нужно выпить 1/2 стакана отвара толокнянки. Заварить 3 стаканами кипятка 3 столовые ложки травы, выпарить на плите 1/3 отвара.  **Рецепт 11:** Цветами сирени с успехом лечат камни в почках. Водочный настой сирени: 1 стакан цветов сирени на 0,5 л. водки.  **Рецепт 12:** Для выведения камней из почек рекомендуют принимать порошок бирюзы на кончике ножа 3 раза в день за 30 мин. до еды, запивая его водой.  **Рецепт 13:** Для выведения камней из почек: размолоть в кофемолке 70 зернышек перца, смешать с мукой и сделать небольшие лепешечки (35 штук). Эти лепешечки нужно принимать по одной в день.  **Рецепт 14:** При камнях в почках и мочевом пузыре: залить 100 мл. кипятка 4 чайные ложки растертых корней петрушки огородной и настоять ночь в термосе. Пить по 1 столовой ложке 3-4 раза в день за 20 мин. до еды.  **Рецепт 15:** Рекомендуется принимать отвар корня лопуха: 2 столовые ложки измельченного корня залить 0,5 л. кипятка и варить 30 мин. Пить по 1/2 стакана 3-4 раза в день.  **Рецепт 16:** Настой цветов калины разрушает камни в почках, мочевом и желчном пузырях. Залить 1 стаканом воды 2 чайные ложки цветов и настоять 4 ч. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды.  **Рецепт 17:** Заварить 1 стаканом кипятка 1 столовую ложку травы спорыша и, укутав, настоять 1 ч. Пить по 1/3 стакана за 30 мин. до еды. Затем с интервалом в 5-10 мин. (тоже до еды) выпить 1/2 стакана отвара листьев дурнишника. Заварить 1 стаканом кипятка 1 столовую ложку листьев, укутав, настоять ночь в термосе и процедить. Самыми лучшими являются листья дурнишника, собранные в середине августа.  **Рецепт 18:** В течение недели ешьте арбузы и черный хлеб. Если в почках или мочевом пузыре есть камни, то наиболее подходящим временем для их выведения является время между 2 и 3 ч. ночи. Садитесь в теплую ванну и ешьте арбуз. Вместе с мочой пойдут камни и песок.  **Рецепт 19:** Заварить 1 стаканом кипятка 1/2 столовой ложки плодов шиповника, кипятить 10 мин. на малом огне, настоять в течение суток и пить по 1/2 стакана 2-3 раза в день до еды. Можно выпивать по 1 стакану перед сном.  **Рецепт 20:** Разрушению камней в почках способствует сок незрелой цветущей ржи поровну с соком стебля и колоса лапчатки гусиной. Принимать 2 раза в день по 3 столовых ложек.  **Рецепт 21:** Для растворения камней в почках и мочевом пузыре рекомендуется принимать отвар полевого хвоща: залить 1 стаканом кипятка 30-50 г. хвоща, подержать на малом огне 20 мин. и принимать по 3 столовых ложек 3-4 раза в день. Наружно принимать ванны из отвара полевого хвоща.  **Рецепт 22:** Камни в почках растворяются постепенно и безболезненно, если в течение продолжительного времени пить свекольный сок.  **Рецепт 23:** Растворению камней и песка в почках способствует яблочная диета: в 8.00 выпить 240 г. яблочного сока и затем каждые 2 ч. пить по 480 г. сока, завершая последней порцией в 20.00. Первые 2 дня этой диеты больше ничего есть не следует. В конце дня можно принять слабительное из трав. В исключительных случаях рекомендуется сделать клизму из теплой воды и принять после нее горячую ванну (обязательно без мыла). На третий день нужно в 8.00 выпить 480 г. яблочного сока, через 30 мин. – 120 г. чистого неразбавленного прованского масла и сразу же после этого – 1 стакан яблочного сока. Если появится слабость, лечь и отдохнуть. Обычно результат появляется на третий день через 1-2 ч. после приема сока. Из организма начнут выходить камешки.  **Рецепт 24:** При камнях в почках, мочеточниках и мочевом пузыре: смешать по 10 г. цветов пижмы обыкновенной и травы полевого хвоща и по 20 г. Листьев брусники, корневищ аира и корневищ пырея. Залить 1 стаканом кипятка 1 столовую ложку смеси, кипятить 5 мин. и процедить. Выпивать утром во время завтрака и вечером по 1 стакану,  **Рецепт 25:** Одно из самых сильных средств при камнях в почках, мочевом и желчном пузырях – чистая высушенная кровь четырехлетнего козла. Лучше всего брать кровь в конце августа. Собранную кровь нужно оставить до полного ее сворачивания, затем порезать ее на мелкие части и приготовить из них лепешечки размером 15-20 мм. Положив эти лепешечки на решето или на чистую тряпку, их нужно поставить на солнце, прикрыв марлей или куском шелка от пыли и мух, а часов через пять переложить в сухое место. Принимают лепешечки по 2 штуки, запивая ложкой сладкого вина или сиропа или соком петрушки, когда нет приступа.  **Рецепт 26:** Для выведения камней из почек, печени и мочевого пузыря нужно взять скорлупу яиц, из которых вылупились цыплята, растереть ее в порошок и принимать 3 раза в день по 0,5 чайной ложки, запивая водой.  **Рецепт 27:** Для профилактики при предрасположенности к образованию камней в почках и выведения уже образовавшихся камней рекомендуется постоянно и в большом количестве принимать следующий настой: 1 столовая ложка дикой мальвы заварить 1 стаканом кипятка и добавить в настой по 1 столовой ложке топленого масла и меда.  **Рецепт 28:** Для растворения камней растворить в 180 мл. свежего земляничного сока 3,7 г. пищевой соды, принимать по 4 столовые ложки в течение 20 дней, лучше перед едой.  **Рецепт 29:** При болезненном выходе любых камней полезны ванны из травы чернобыльника. Кипятить 5 мин. в 3 л. воды 3 полные горсти травы, настоять, укутав, 3 ч., вылить в ванну и добавить воды до нужного объема.  **Рецепт 30:** Для разрушения камней в почках рекомендуется принимать, золу корня капусты по 1 чайной ложке 3 раза в день за 30 мин. до еды и запивать ее глотком воды.  **Рецепт 31:** Выведению камней из почек способствуют растертые в порошок и настоянные в течение трех дней на марочном виноградном вине корни щавеля (4-5 чайных ложек порошка на 0,5 л. вина). Принимать 3 раза в день по 1 чайной ложке за 30 мин. до еды.  **Рецепт 32:** Для безболезненного удаления камней из почек: смешать 200 мл. кипяченой холодной воды и сок 1/3 лимона средней величины. Пить в течение 10 дней утром натощак, перед обедом и вечером перед сном.  **Рецепт 33:** Хорошо разбивает камни в почках средство, приготовленное следующим способом: поставить в теплое место трехлитровую стеклянную бутыль с молоком для того, чтобы оно прокисло. После этого налить в кастрюлю немного воды, а на дно положить тряпочку. Поставить кастрюлю на огонь, а бутыль с кислым молоком – в кастрюлю. Когда на поверхность всплывет творог, поместить его в марлевый мешочек. В остывшую сыворотку положить, не разбивая, 3 свежих яйца со скорлупой и поставить бутыль снова на 10 дней в теплое место. По окончании этого срока взять из сыворотки яйца, пробить их оболочку вилкой или ножом, добавить 300 г. натурального меда, тщательно смешать яйца с медом, вылить их в баночку с сывороткой и поставить на сутки в холодильник. Перед употреблением вылить средство в стакан и подержать некоторое время при комнатной температуре. Пить по 0,5 стакана утром натощак и вечером перед сном. Одновременно с приемом средства готовить новую его порцию, а то и две - в зависимости от состояния здоровья и от величины камней.  **Рецепт 34:** От камней в почках помогают березовые листья. Весной, как только сойдет клейкость с листьев (она держится только 3 дня), сразу собрать их, разложить на бумаге и просушить. Приготовленные таким образом листья разложить по бумажным мешочкам. Для приготовления настоя заварить 1 стаканом кипятка 1 чайную ложку (для более тяжелых случаев – 1 десертную ложку) сушеных листьев, настоять 30 мин., процедить. Пить как чай, натощак, 3-4 раза в день, лучше, если вприкуску с медом. Во время лечения исключить из рациона мясные и молочные продукты, заменив их кашами из разных круп, овощами, фруктами и травами.  **Рецепт 35:** Успокаивает боли при камнях в почках компресс из отваренного полевого хвоща, который ставится на область почек. Одновременно пить ежедневно отвар хвоща.  **Рецепт 36:** При камнях в почках: заварить 1 стаканом кипятка 20 г. листьев брусники, настоять 1 ч., процедить и пить 3 раза в день по 1/3 стакана за 30 мин. до еды, добавив мед по вкусу.  **Рецепт 37:** При камнях в почках греют 15 мин. на водяной бане смесь 1 стакана меда и 1 столовую ложку порошка корневища аира, остывшую смесь перемешивают до получения однородной массы и принимают по 1 чайной ложке 3-4 раза в день до еды. Прием этой смеси следует чередовать с приемом настоя черной редьки на меду с водкой (смешать по 1 стакану сока редьки, меда и водки, настоять 3 дня и принимать по 40 мг. 3 раза в день). Аир, являясь хорошим мочегонным средством, обладает антисептическими и противовоспалительными свойствами, обеспечивает некоторый успокаивающий и обезболивающий эффекты.  **Рецепт 38:** При камнях в почках помогает настой: на 0,5 л. кипятка 60 г. травы тысячелистника настоять в течение 30 мин., процедить и принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день. Еще лучше настойка на водке из травы и цветов тысячелистника. Принимать по 2 столовые ложки (разведя водой) перед едой.  **5. Ванны при камнях в почках**  **Ванна 1:** Эффективным средством при камнях в почках считается отвар овсяной соломы (вместо нее можно употреблять полевой хвощ), Солому варят 30 мин. И делают из отвара теплую ванну (около 40°С) 20-60 мин. Ежедневно можно принимать 3 такие ванны, а в дополнение к этому больной обязательно должен пить каждый день по 2 чашки овсяного отвара, причем, овес для отвара следует кипятить не более 30 мин. Отвар из овсяной соломы или полевого хвоща действует сильнее, но его не следует принимать дольше 2-3 недель.  **Перед началом применения рецептов обязательно проконсультируйтесь с лечащим врачом.** | | [1](http://www.sknowled.com/rezept/kamn_poch_1.htm) 2 | | |  | | --- | |  | | |  | | --- | |  | | http://www.sknowled.com/images/reklam.gif | | [**Почки: безопасное лечение дома**](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=bN*3-0hBQEGR5--AZDA0IlG3QL5HxFU-7A14vag*5rnaKPS0QrZpetTnk3-PjPAKS1VHx8TZQmajBJVvfzF9Kegfts5nUvgStxOKMGpDDnutTLc0EePP*NT-lOSBuGAUm*PDxv4PvHxsJBXngvaWQz74uvxkAwOhpwIu-b*qJp0Y*ApNQW-RG9LFwd7x4WTfgCUIi9S3WX62DFv8JsL5Qm0YMT7yBSNWzPIl4SlP31ZMJCtXj4gmUqMo9rVBo0GwwVyjstNpW7eBRoADfcJG4idpGsIc5-BB-ZsjX2owQhG802pH*EsHsj0TeWmeyuhA00JeSgbz*17DvYZeTLCn-fm105F*ns2iaKe13oPpUq49YO6PnrGaA-buIJoWTXUz-vjBYQ)  [Прибор Парацельс 7 успешно лечит **почки**, выводя паразитов из организма.](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=bN*3-0hBQEGR5--AZDA0IlG3QL5HxFU-7A14vag*5rnaKPS0QrZpetTnk3-PjPAKS1VHx8TZQmajBJVvfzF9Kegfts5nUvgStxOKMGpDDnutTLc0EePP*NT-lOSBuGAUm*PDxv4PvHxsJBXngvaWQz74uvxkAwOhpwIu-b*qJp0Y*ApNQW-RG9LFwd7x4WTfgCUIi9S3WX62DFv8JsL5Qm0YMT7yBSNWzPIl4SlP31ZMJCtXj4gmUqMo9rVBo0GwwVyjstNpW7eBRoADfcJG4idpGsIc5-BB-ZsjX2owQhG802pH*EsHsj0TeWmeyuhA00JeSgbz*17DvYZeTLCn-fm105F*ns2iaKe13oPpUq49YO6PnrGaA-buIJoWTXUz-vjBYQ)  [www.antiparazit.ru - Казахстан](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=bN*3-0hBQEGR5--AZDA0IlG3QL5HxFU-7A14vag*5rnaKPS0QrZpetTnk3-PjPAKS1VHx8TZQmajBJVvfzF9Kegfts5nUvgStxOKMGpDDnutTLc0EePP*NT-lOSBuGAUm*PDxv4PvHxsJBXngvaWQz74uvxkAwOhpwIu-b*qJp0Y*ApNQW-RG9LFwd7x4WTfgCUIi9S3WX62DFv8JsL5Qm0YMT7yBSNWzPIl4SlP31ZMJCtXj4gmUqMo9rVBo0GwwVyjstNpW7eBRoADfcJG4idpGsIc5-BB-ZsjX2owQhG802pH*EsHsj0TeWmeyuhA00JeSgbz*17DvYZeTLCn-fm105F*ns2iaKe13oPpUq49YO6PnrGaA-buIJoWTXUz-vjBYQ)   * [**Здоровая тема на ztema.ru!**](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=bN*3-0RNTE3gIapuyp6ajP8Z7hCT-J0B*-M1IuptDLg3dVm3HK*VJLspcB*GhQD3AKoO4kSumoQqDCKag54qRMjRxp4a1G*v1xVArrWuHL*L5Pk7tFWWsnmTR6a5abin*RMusdlwNB-C2N9yNZSIp3AFlwcdAID8cESWLEXkrtKIxaxAyuUHUze-YYM1Rl-E5kfX-8A4HXkM07tMq1ih2sq2YkuoshNuEnH07qxn7gqQ29IP-LfYfzj3Kgmwm-b5mJhi*C6*0ffiVDr74Uu*ZIkPNuezi1DFWIGj807gK-i64EHZU1ZGt*40T4PEMnb15pJ30LQ*m5ijdOXOuEcLfVtAG*o-9RGccDE*pHj5fxxUjtsqEnHgL4*dyKBaHq7LmeLtaw)   [Что такое "**Мочекаменная** **болезнь** (Уролитиаз)"? Это - ...](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=bN*3-0RNTE3gIapuyp6ajP8Z7hCT-J0B*-M1IuptDLg3dVm3HK*VJLspcB*GhQD3AKoO4kSumoQqDCKag54qRMjRxp4a1G*v1xVArrWuHL*L5Pk7tFWWsnmTR6a5abin*RMusdlwNB-C2N9yNZSIp3AFlwcdAID8cESWLEXkrtKIxaxAyuUHUze-YYM1Rl-E5kfX-8A4HXkM07tMq1ih2sq2YkuoshNuEnH07qxn7gqQ29IP-LfYfzj3Kgmwm-b5mJhi*C6*0ffiVDr74Uu*ZIkPNuezi1DFWIGj807gK-i64EHZU1ZGt*40T4PEMnb15pJ30LQ*m5ijdOXOuEcLfVtAG*o-9RGccDE*pHj5fxxUjtsqEnHgL4*dyKBaHq7LmeLtaw)  [ztema.ru](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=bN*3-0RNTE3gIapuyp6ajP8Z7hCT-J0B*-M1IuptDLg3dVm3HK*VJLspcB*GhQD3AKoO4kSumoQqDCKag54qRMjRxp4a1G*v1xVArrWuHL*L5Pk7tFWWsnmTR6a5abin*RMusdlwNB-C2N9yNZSIp3AFlwcdAID8cESWLEXkrtKIxaxAyuUHUze-YYM1Rl-E5kfX-8A4HXkM07tMq1ih2sq2YkuoshNuEnH07qxn7gqQ29IP-LfYfzj3Kgmwm-b5mJhi*C6*0ffiVDr74Uu*ZIkPNuezi1DFWIGj807gK-i64EHZU1ZGt*40T4PEMnb15pJ30LQ*m5ijdOXOuEcLfVtAG*o-9RGccDE*pHj5fxxUjtsqEnHgL4*dyKBaHq7LmeLtaw)   * [**Здоровая тема.**](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=bN*3-8HJyMkc8aR82IyInu0L-AKB7o8T6eEnMDBOhRgDpWUh1dmSfWZ-ez6Df8fWuJhw5unWx3wi9goipZEurcIxul6DmHNXTVlnm9X1h1LZRHM8B2mHB*QkPIxVlkzb-G8kjlPWJUDAS9YFj1VfRjweZ7rtUO8Bb0eFdAwoB43RoZhUTzqTxj*4IH452cgqzuI1Z43-4AA2gYAe3EhoD1UnWNdMLgIob2YCA00BBRzuY9sCfLh6krqVT5GykGWDHhYq6PI8SWztyCmMU6RJPn0V328Mn59sxx9wuYYgeD4yRZarNMcBlf8Nwna-qAKojsX1iTfK*tNboGTtIcjgFYmul1OJ8u-PWRdpdf3-iEXiaG21WK0aaI*DAaHK*qXC3sgbVc3SlMerUaRv6JV6x4Rm7AY)   [Что такое "**болезни** **мочевого** **пузыря**"? Узнай больше на ztema.ru!](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=bN*3-8HJyMkc8aR82IyInu0L-AKB7o8T6eEnMDBOhRgDpWUh1dmSfWZ-ez6Df8fWuJhw5unWx3wi9goipZEurcIxul6DmHNXTVlnm9X1h1LZRHM8B2mHB*QkPIxVlkzb-G8kjlPWJUDAS9YFj1VfRjweZ7rtUO8Bb0eFdAwoB43RoZhUTzqTxj*4IH452cgqzuI1Z43-4AA2gYAe3EhoD1UnWNdMLgIob2YCA00BBRzuY9sCfLh6krqVT5GykGWDHhYq6PI8SWztyCmMU6RJPn0V328Mn59sxx9wuYYgeD4yRZarNMcBlf8Nwna-qAKojsX1iTfK*tNboGTtIcjgFYmul1OJ8u-PWRdpdf3-iEXiaG21WK0aaI*DAaHK*qXC3sgbVc3SlMerUaRv6JV6x4Rm7AY)  [www.ztema.ru](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=bN*3-8HJyMkc8aR82IyInu0L-AKB7o8T6eEnMDBOhRgDpWUh1dmSfWZ-ez6Df8fWuJhw5unWx3wi9goipZEurcIxul6DmHNXTVlnm9X1h1LZRHM8B2mHB*QkPIxVlkzb-G8kjlPWJUDAS9YFj1VfRjweZ7rtUO8Bb0eFdAwoB43RoZhUTzqTxj*4IH452cgqzuI1Z43-4AA2gYAe3EhoD1UnWNdMLgIob2YCA00BBRzuY9sCfLh6krqVT5GykGWDHhYq6PI8SWztyCmMU6RJPn0V328Mn59sxx9wuYYgeD4yRZarNMcBlf8Nwna-qAKojsX1iTfK*tNboGTtIcjgFYmul1OJ8u-PWRdpdf3-iEXiaG21WK0aaI*DAaHK*qXC3sgbVc3SlMerUaRv6JV6x4Rm7AY)   * [**Народная медицина!**](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=bN*3-09HRkeJ8fG0EERAViXDNMq38rM5U3sUwKJ1SCzbDC9xX7r4F14ZrFXzrM0eSUSL8ZlakblEqLrZtikTxF5hNI1YqqEQXOnCOZ*2om05Z*iFOVVS2pMFn4TvwvGzu06EweAPQaLV5Q02ym65YHV2fFYq9RQI9s7Br-6U81GYjJPdAeaKRlC1UMXqSZEikUjzfF2eWJnyVAi3gy8q0C7WdonKp5qrM*qwL4Xot*hn9KYmZzcd7ig7NBAHGi66ilOfq-JIP30-AZvfr1960sA6Euu5yTurJeEEcFgsyXwZFFEBsccIWkVD6h6rihTCj90HTa-BOPmBnpjCQrqFXgvtncpx-WSDLHQrIJweBWrUIlrHWqJKdaf6CKu9Hl-neCe918Kvd9eI*Ez583QC4gzD*b3vaHsDQk2OleQB3TKzG-WW)   [Всё о **народной** **медицине**: **рецепты**, статьи - в рубрике "Без лекарств"](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=bN*3-09HRkeJ8fG0EERAViXDNMq38rM5U3sUwKJ1SCzbDC9xX7r4F14ZrFXzrM0eSUSL8ZlakblEqLrZtikTxF5hNI1YqqEQXOnCOZ*2om05Z*iFOVVS2pMFn4TvwvGzu06EweAPQaLV5Q02ym65YHV2fFYq9RQI9s7Br-6U81GYjJPdAeaKRlC1UMXqSZEikUjzfF2eWJnyVAi3gy8q0C7WdonKp5qrM*qwL4Xot*hn9KYmZzcd7ig7NBAHGi66ilOfq-JIP30-AZvfr1960sA6Euu5yTurJeEEcFgsyXwZFFEBsccIWkVD6h6rihTCj90HTa-BOPmBnpjCQrqFXgvtncpx-WSDLHQrIJweBWrUIlrHWqJKdaf6CKu9Hl-neCe918Kvd9eI*Ez583QC4gzD*b3vaHsDQk2OleQB3TKzG-WW)  [www.healthnews.ru](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=bN*3-09HRkeJ8fG0EERAViXDNMq38rM5U3sUwKJ1SCzbDC9xX7r4F14ZrFXzrM0eSUSL8ZlakblEqLrZtikTxF5hNI1YqqEQXOnCOZ*2om05Z*iFOVVS2pMFn4TvwvGzu06EweAPQaLV5Q02ym65YHV2fFYq9RQI9s7Br-6U81GYjJPdAeaKRlC1UMXqSZEikUjzfF2eWJnyVAi3gy8q0C7WdonKp5qrM*qwL4Xot*hn9KYmZzcd7ig7NBAHGi66ilOfq-JIP30-AZvfr1960sA6Euu5yTurJeEEcFgsyXwZFFEBsccIWkVD6h6rihTCj90HTa-BOPmBnpjCQrqFXgvtncpx-WSDLHQrIJweBWrUIlrHWqJKdaf6CKu9Hl-neCe918Kvd9eI*Ez583QC4gzD*b3vaHsDQk2OleQB3TKzG-WW)  [Реклама на Бегуне](http://www.begun.ru/advertiser/?r1=Begun&r2=adbegun)  [Стать партнером](http://www.begun.ru/partner/?r1=Begun&r2=become_partner) | |  | |  | | http://www.sknowled.com/images/ob.gif | | рации рекомендуем [midland 225lpd](http://www.radio-station.ru/prod_12_160.htm) для рыбалки [личный блог создать сообщение](http://jamber.info/blogs/) [изготовление алюминиевых дверей](http://alum.com.ru/) | | http://www.sknowled.com/images/chet.gif | | [Рейтинг@Mail.ru](http://top.mail.ru/jump?from=1219810) | | [Rambler's Top100](http://top100.rambler.ru/top100/) | | [Яндекс цитирования](http://www.yandex.ru/cy?base=0&host=www.sknowled.com) | | http://www.sknowled.com/images/obmen_ck.gif | |  | |  | |

|  |
| --- |
|  |
| © 2007-2008, Sknowled.com Использование материалов разрешается при обязательной установке активной гиперссылки на сайт Sknowled.com  (http://www.sknowled.com/) рядом с опубликованным материалом. |