Автор: admin
17.04.2011 17:48 -

Как за один вечер одолеть злую простуду?

По-своему приятно лежать с книгой и любимым котом под теплым пледом, медленно выздоравливая от простуды и потягивая чай с лимоном. Однако не всегда уход на больничный позволителен (аврал на работе, бизнес-обязательства, маленькие дети).

Впрочем, есть почти гарантированный способ исцелиться за один вечер и ночь. Для него нужны четыре вещи.
1. Тепло общее.2. Тепло локальное.3. Масло эфирное.4. Жидкость.

В самом жестком варианте способ выглядит так: деревянный дом протапливается до +30 и выше, в поддувало печи брызгается пихтовое (мятное, эвкалиптовое) масло. На ноги – шерстяные носки с горчичниками, на грудь – перцовый пластырь, на тело – теплый свитер. Сидим спиной к печке, читаем любимую книгу и медленно пьем литрами горячий чай (морс, отвар трав, некоторые рекомендуют пиво с медом и маслом, но это от лукавого). По ощущению шума в ушах, легкости в теле необыкновенной и ручьев пота (не раздеваться!) – под теплое одеяло, положив рядом сухие простыню и рубашку.

В мягком варианте печка заменяется батареей центрального отопления (масло на нее тоже можно брызгать), горчичники и пластырь – бальзамом «Звездочка» или мазью со змеиным или пчелиным ядом, литры питья – стаканом горячего молока с медом и соком 1 – 2 лимонов, 5 таблеток аскорутина или 1 грамм аскорбинки внутрь (если желудок и почки в порядке). В остальном явных различий нет.

Способ мало подходит для людей со слабым сердцем, при воспалении легких и ангине (без антибиотиков не обойтись). Лучше всего делать на выходных, если в будни – выходить из дому укутанным. Ягода подходит любая (малина, брусника, черника), как и фрукты (лимоны, яблоки, чернослив).

Способ успешно апробирован в армии среди военных летчиков, помогает и людям штатским ничуть не хуже. Так что всем – здоровья, а коли прихворнули – не отчаивайтесь!

Автор - **Сергей Зиновьев**

Источник