

# Domáca lekáreň :

Zloženie a použitie čajov.....	11
Čaj zelený .....	11
Čaj prieduškový.....	11
Čaj na nervy.....	11
Čaj horký žalúdočný.....	11
Čaj večerný na dobrý spánok.....	11
Čaj povzbudzujúci.....	11
Čaj detský.....	11
Čaj na chudnutie.....	11
Čaj diabetický.....	12
Čaj čierny s mäťou.....	12
Čaj ženský.....	12
Čaj regeneračný.....	12
Čaj urologický.....	12
Čaj pre pánov.....	12
Čaj čistiaci ľadvinový.....	12
Čaj šťastia.....	13
Čaj ovocný – babičkina záhrada.....	13
Choroby.....	13
Angína.....	13
Hrdlo – chronický zápal.....	13
Hrdlo – keď škriabe.....	13
Hrdlo – bolesti.....	13
Hrdlo – zápal.....	13
Zápal mandlí.....	13
Hnisavé mandle.....	14
Zápaly ústnej dutiny.....	14
Zapálený čípok v hrdle.....	14
Astma.....	14
Astmatický kašeľ.....	14
Astma (záduch).....	14
Biely výtok (ženský).....	14
Bledá tvár.....	14
Bodnutie hmyzom.....	14
Bodnutie osou do jazyka.....	14
Bolesti brucha a žalúdka (vetry).....	15
Bolesti hlavy .....	15
Bolesti hlavy z tepla.....	15
Bolesti hlavy z prechladnutia.....	15
Bolesti hlavy pri prepracovaní.....	15
Bolesti hlavy zo slniečka.....	15
Bolesti v zadnej časti hlavy.....	15
Boleť hlavy reumatická.....	15
Bolesti celej hlavy.....	15

Rozpálená hlava.....	15
Bolesti močových ciest.....	16
Pri zápale.....	16
Pri bolesti z prechladnutia.....	16
Bolesti močových ciest pri piesku.....	16
Bolesti od močového kameňa.....	16
Kamene v močových cestách.....	16
Uviaznutý kameň v močovej trubici.....	16
Aby sa netvoril močový kameň.....	16
Bolesti močového mechúra.....	16
Bolesti - rôzne.....	16
Bolestivá menštruácia.....	16
Bolesti po pôrode.....	17
Bolesti po protitetanovej injekcii.....	17
Bolesti očí.....	17
Bolesti ucha.....	17
Bolesti zubov.....	17
Bolesti zubov z prechladnutia.....	17
Bolesti zubov deravých.....	17
Bolestivé rezanie zúbkov u detí.....	17
Bolesti zubov a ucha.....	17
Bolestivé miesta a opuchy.....	18
Bradavice.....	18
Bradavice na ženských prsníkoch.....	18
Cukrovka.....	18
Červený nos.....	18
Červené ruky.....	18
Červienka.....	18
Čierny kašeľ.....	18
Čierne vlasy.....	19
Čkanie.....	19
Čistenie pleti.....	19
Črevná tuberkulóza .....	19
Dávenie.....	19
Defekty na tele – staré.....	19
Deťom po antibiotikách.....	19
Divé mäso na tele narastené.....	19
Dna.....	19
Dušnosť nervového pôvodu.....	20
Dvanástorníkové vredy.....	20
Dych páchnuci od zubov.....	20
Dych páchnuci od žalúdka.....	20
Dych ťažký od hlienov.....	20
Ďasná zapálené a nemocné zuby.....	20
Ekzémy :.....	20
Ekzém mokvavý.....	20
Ekzém hnisavý.....	20
Ekzém s vodnatými pľuzgierikmi.....	21
Ekzém – kožná pleseň.....	21
Ekzém suchý.....	21

Ekzém svrbivý.....	21
Epilepsia.....	21
Hadie pohryznutie.....	21
Hemoroidy.....	21
Hlas stratený.....	22
Hlasivky (zachrípnutosť).....	22
Hlieny v dýchacej trubici.....	22
Hlísty drobné.....	22
Hlísty aj škrkavky.....	22
Hluchota.....	22
Hľuzy tvrdé (nezhubné zatvrdnuté miesta).....	22
Hmla pred očami.....	23
Hnačka (podráždené hrubé črevo).....	23
Hnev, clivotu a zármutok zaháňa.....	23
Hnisanie : .....	23
Hnisavý zápal v ústach.....	23
Hnis v útrobach.....	23
Hnis, ktorý zostane v tele.....	24
Hnisanie v ušiach.....	24
Hnisavé rany.....	24
Hnisavú ranu prehryzie.....	24
Hnisanie okolo nechtov.....	24
Horúčky : .....	24
Horúčka silná.....	24
Horúčka od zápalu ľadvín.....	24
Horúčka so zimnicou.....	24
Hrčky:.....	24
Hrčka tvrdá.....	24
Hrča od udreniny.....	24
Hrče tvrdé.....	24
Hrčka na prsníku.....	25
Huby jedovaté.....	25
Hučanie v ušiach.....	25
Hystéria a hypochondria.....	25
Chĺpy – vlasy odstráni.....	25
Chĺpy vytrhnuté, aby opäť nenarástli.....	25
Cholera (akékoľvek brušné bolesti).....	25
Chrasty.....	25
Chrípka.....	25
Chrípka prechodená.....	25
Chrípkový kašeľ.....	25
Chudokrvnosť.....	26
Chuť neprirodzená u tehotných.....	26
Infekcia jazyka a zápal dutiny ústnej.....	26
Ischias.....	26
Jačmeň na oku.....	26
Jazyk necitlivý, stĺpnutý.....	26
Jed – ochrana pred ním.....	26
Jed včely.....	26
Jedy vyháňa (čistí).....	26

Jedy ničí (detoxinácia).....	26
Kamene žlčové drobí a vypudzuje.....	27
Kašeľ.....	27
Kašeľ dlhodobý.....	27
Kašeľ suchý.....	27
Kašeľ astmatický.....	27
Kašľanie krvi.....	27
Katar žalúdka a čriev.....	27
Katar pľúc.....	27
Kĺbne mazivo (obnovenie tvorby).....	27
Kolika (všeobecne).....	28
Koprivka.....	28
Kosti.....	28
Kostižer (infekčný kostný zápal).....	28
Koža, keď puká – na rukách, alebo na pätách.....	28
Kožné vyrážky (akné).....	28
Krče :.....	28
Kfč kýchací.....	28
Kfče svalov.....	28
Kfče nôh.....	29
Kfče žalúdka.....	29
Kfče žalúdka a čriev.....	29
Kfče žľzníka, alebo močového mechúra.....	29
Kfčové žily.....	29
Kfčové žily otvorené (bercové vredy).....	29
Krvácanie :.....	29
Krvácanie z rany.....	29
Krvácanie z nosa zastaví.....	29
Krvácanie z maternice.....	30
Krvácanie prílišné pri menštruácii.....	30
Krvácanie vnútorné.....	30
Krvácanie po páde.....	30
Krvné zrazeniny.....	30
Krvný tlak (úprava).....	30
Kurie oká.....	30
Kyselina žalúdočná.....	31
Kývanie zubov.....	31
Ľadviny :.....	31
Ľadviny čistí.....	31
Ľadviny ..... Ľadvinové kamene.....	31
Ľadvinový piesok.....	32
Ľadviny ..... Ľadviny ..... Ľadviny .....	32
Ľaknutie.....	32
Laktáciu zvyšuje.....	32
Laktáciu znižuje.....	32
Lámka.....	32
Lišaj (exém).....	32
Lupiny vo vlasoch.....	32
Mandle a zápaly ústnej dutiny.....	32

Mandle hnisavé.....	32
Maternica :.....	33
Maternica slabá.....	33
Maternicu po pôrode čistí.....	33
Maternica padnutá.....	33
Maternica – zápal z prechladnutia.....	33
Mechúr zranený – krvavé močenie.....	33
Menštruácia :.....	33
Menštruáciu tlmí.....	33
Menštruácia dlhotrvajúca.....	33
Menštruácia zastavená.....	33
Menštruácia zastavená z prechladnutia.....	34
Menštruácia príliš slabá.....	34
Migréna.....	34
Mihanie pred očami.....	34
Mlieko zrazené pri zápale prsníka.....	34
Moč :.....	34
Moč, kto nemôže udržať po prechladnutí mechúra.....	34
Moč vyháňa – pri rezáku (bolestivé močenie).....	34
Moč vyháňa a menštruáciu privodí.....	34
Močenie s krvou (prechladnutie, zápal).....	34
Pomočovanie.....	35
Močopudné.....	35
Močenie do postele u detí.....	35
Mor – jedy.....	35
Morovú nákazu zaháňa.....	35
Mora keď niekoho trápi.....	35
Nádcha :.....	35
Nádcha.....	35
Nádcha v začiatku.....	35
Nádcha zastavená.....	35
Nádcha zastavená so zápalom dutín.....	36
Nádory :.....	36
Nádory nezhubné.....	36
Nádor vnútorný.....	36
Nádor na prsníku.....	36
Nádor vonkajší.....	36
Nadúvanie – čkanie.....	36
Náruživosť u žien znižuje.....	36
Nedokrvenosť končatín.....	36
Nechuť k jedlu.....	36
Nechutenstvo u tehotných.....	37
Nervy poranené a pohmoždené.....	37
Nespavosť.....	37
Nevolnosť.....	37
Nizky tlak.....	37
Nočné potenie.....	37
Nohy boľavé.....	37
Nohy opuchnuté.....	37
Nohy unavené.....	37

Nohy páchnuce.....	37
Nos upchatý.....	38
Nosné mandle.....	38
Nové tkanivo v rane narastie.....	38
Oči :	38
Oči slabé.....	38
Oči zapálené.....	38
Oči slabé, karpavé, zapálené.....	38
Oči krvavé.....	38
Oči – šedý zákal.....	38
Oči posilňuje.....	38
Oči - beľmo.....	38
Očný zápal.....	38
Oko udreté.....	38
Oko zapálené.....	38
Oko zaprášené vápnom.....	39
Obrna údov.....	39
Ochrnutie údov po viacnásennom prechladnutí.....	39
Ochrnutie po porážke.....	39
Ochromenie údov.....	39
Ochromenie jazyka.....	39
Omrzliny.....	39
Omladzovací čaj.....	39
Opálenie na horúcom plechu.....	39
Opilosť.....	40
Opilosti zabráni.....	40
Opuchy :	40
Opuchy.....	40
Opuch celkový.....	40
Opuch členka.....	40
Opuch prsníkov.....	40
Opuch na pohladných údoch.....	40
Opuchy tvrdé.....	40
Opuchy horúce.....	40
Opuch následkom vodnateľky.....	40
Oslabenie nôh a rúk.....	40
Ospalosť.....	41
Osýpky.....	41
Osýpky keď nemôžu vyraziť.....	41
Otlačené nohy.....	41
Otravy rôzne.....	41
Otravy hřibami.....	41
Otrava krvi pri poranení.....	41
Pád, pohmoždenie, odreniny.....	41
Pach z úst.....	41
Páchnutie z úst od žalúdka.....	41
Pakostnica (dna).....	41
Palec na nohe zapálený.....	41
Pamäť slabá.....	42
Pálenie záhy.....	42

Pankreas a žlčník posilňuje.....	42
Pásomnica.....	42
Pečeň :	42
Pečeň zväčšená.....	42
Pečeň – zápal.....	42
Pečeň opuchnutá.....	42
Pečeň chronická.....	42
Pečeň keď nepracuje.....	42
Pečeň keď zle pracuje.....	43
Pečeň čistí.....	43
Pečeň keď tvrdne.....	43
Pečeň .....	43
Pehy a škrvny.....	43
Pery popukané.....	43
Pery a ruky popukané.....	43
Piesok v moči.....	43
Pigment strata.....	44
Pichanie v boku.....	44
Pleseň kožná.....	44
Plešatosť.....	44
Plod pri pôrode pomáha vypuďiť.....	44
Plodnosť u žien napomáha.....	44
Pľúca – posilnenie.....	44
Popálenina.....	44
Popálenina od slnka.....	45
Popukané ruky.....	45
Popukané ruky a nohy.....	45
Poranenia vnútorné aj vonkajšie.....	45
Porazené údy (následok mozgovej príhody).....	45
Pokrčené a stiahnuté údy.....	45
Porážka (mozgová príhoda).....	45
Porážka jednostranná.....	45
Proti porážke (prevencia).....	45
Postieľku po pôrode vypuďí.....	45
Poštípanie hadom.....	45
Potencia prílišná.....	46
Potenciu zvyšuje.....	46
Prasknuté päty.....	46
Podagra (dna).....	46
Pohmoždeniny – modriny.....	46
Pohrudnica – zápal.....	46
Pohryznutie besným psom.....	46
Pohryznutie psom alebo hadom.....	46
Pohryznutie koňom.....	46
Potenie rúk.....	46
Potenie nôh.....	47
Potenie privodí.....	47
Polyp v nose.....	47
Pomočovanie.....	47
Potrat.....	47

Preležaniny.....	47
Priedušky.....	47
Prietrž u detí (pruh).....	47
Prostata zväčšená.....	48
Prsia : .....	48
Prsia opuchnuté pri zápale.....	48
Prsia zatvrdnuté z nevyprázdneného prsníka pri kojení.....	48
Prsia zapálené.....	48
Prsia zhnisané.....	48
Prsníky.....	48
Pupok keď vychádza .....	48
Pupoček u kojencov vyskočený.....	48
Rak a vlk (Fándly).....	48
Rakovina.....	49
Rakovinové rany.....	49
Rakovina kožná.....	49
Rany všeobecne.....	49
Rany.....	49
Rany, ktoré treba šiť.....	49
Rany staré - otvorené.....	49
Rany a vredy.....	49
Rany vnútorné po pádoch.....	49
Rany s poškodením nervov.....	49
Rany na nohách.....	49
Rany ťažko hojiteľné.....	49
Rany hnisajúce.....	50
Rany staré hnisajúce.....	50
Rana krvácajúca.....	50
Rana sa rýchlo zahojí.....	50
Rebrá – konce na dotyk bolestivé.....	50
Reuma.....	50
Reuma chronická (artróza).....	50
Reuma so zablokovaním kĺbov.....	50
Reumaticky zdúrené svaly.....	51
Rezák – bolestivé močenie.....	51
Ruky keď sa trasú.....	51
Ruža.....	51
Semenotok.....	51
Semenom mužovi tvorí.....	51
Senná nádcha.....	51
Silenie na stolicu.....	52
Skleróza ciev.....	52
Skleróza multiplex.....	52
Slabé deti.....	52
Slabosť telesná.....	52
Slabý žalúdok.....	52
Slepé črevo.....	52
Slezina chorá.....	52
Slezina tvrdá.....	53
Smäd hasí.....	53



Spánok hlboký prináša.....	53
Srdce slabé posilňuje.....	53
Srdce – nepravidelný rytmus.....	53
Srdce a nervy posilňuje.....	53
Srdcová vada.....	54
Srdce – búšenie.....	54
Srdce po infarkte.....	54
Starecké svrbenie.....	54
Stolica tuhá.....	54
Stredné ucho – zápal.....	54
Suchoty – TBC.....	54
Suchoty v začiatkoch.....	54
Svrab (ako doplnok terapie).....	54
Svrbenie okolo konečníka a pohlavných orgánov.....	55
Svrbenie – pupáky po komároch a muchách.....	55
Šarlach – doplnok terapie.....	55
Škrabance hojí.....	55
Škŕkanie v črevách.....	55
Šestonedielky po pôrode.....	55
Škrkávky – mrle.....	55
Škvry na tvári.....	55
Šľachy stiahnuté.....	55
Štikávka ťažká.....	55
Štikávka od cholery (pri črevnom ochorení).....	55
Štítna žľaza zväčšená.....	56
Trávenie narušené.....	56
Trávenie.....	56
Triaška.....	56
TBC pľúc.....	56
TBC čriev.....	56
TBC s kavernou.....	56
TBC ľadvín.....	56
TBC bacily ničí.....	57
Tučnota.....	57
Trojklaný nerv.....	57
Údy skrčené aj zlámané.....	57
Uhry mäkkí.....	57
Ucho, keď v ňom pichá.....	57
Upchanie ciev.....	57
Únava očí.....	57
Úsad (ischias).....	57
Úžeh (z tepla).....	57
Vetry zastavené.....	57
Vlasy, aby nepadali a dobre rástli.....	58
Vlasy kaderavé narastú.....	58
Vlasy mastné.....	58
Vlka lieči (zaparenie konečníka).....	58
Voda v kolene.....	58
Vodnatieľka.....	58
Vodnatieľka v začiatkoch.....	58

Vodnateľka brušná.....	58
Vodu z tela ťahá (odvodnenie).....	58
Vrásky na tvári.....	58
Vred všeobecne.....	59
Vred starý uvoľní.....	59
Vred otvorí.....	59
Vred žalúdočný lieči.....	59
Vreďy na nohách.....	59
Vyklbený úd.....	59
Vyrážky po prechladnutí.....	59
Výtok dlhotrvajúci.....	59
Výtok z ucha.....	60
Vysoký tlak.....	60
Záduch (astma).....	60
Záha.....	60
Zachrípnutie.....	60
Zákal šedý.....	60
Zápal pľúc.....	60
Zápal pľúc zastaralý.....	60
Zápal prínosných dutín.....	60
Zápal lymfatických uzlín.....	60
Zápal mozgových žliaz (blán ?).....	61
Zápal jazyka.....	61
Zápal mandlí.....	61
Zápal hrdla.....	61
Zápal žalúdka a čriev.....	61
Zápal žlčníka bez kameňa.....	61
Zápal ľadvín.....	61
Žalúdočné kľče.....	61
Žlčníková kolika.....	61
Žlčníkové kamene.....	61
Žľazy na krku zdúrené.....	62
Žľazy na krku zatvrdnuté.....	62

## Zloženie a použitie čajov

### Čaj zelený

*Použitie:* uvoľňuje z tela voľné radikály, znižuje cholesterol v krvi a krvný tlak. Má silné povzbudzujúce účinky, pomáha nielen proti fyzickej únave, ale povzbudzuje aj myseľ. Zvyšuje obranyschopnosť pokožky, hydratuje pleť a zásobuje ju vitamínmi, znižuje riziko vzniku rakoviny kože. Má preventívny účinok proti tvorbe zubného kazu.

### Čaj prieduškový

*Zloženie:* mäta pieporná, skorocel kopijovitý, rebríček kopcovitý.

*Použitie:* má priaznivé účinky na dýchacie cesty, uľahčuje dýchanie a odkašľávanie, regeneruje organizmus a podporuje látkovú výmenu, čaj vhodný aj pre deti.

### Čaj na nervy

*Zloženie:* ľubovník bodkovaný, rebríček, medovka lekárska, levanduľa úzkolistá, skorocel.

*Použitie:* má upokojujúce účinky pri stresových situáciách spojených s nespavosťou a psychickou labilitou. Je to „balzam na nervy“.

### Čaj horký žalúdočný

*Zloženie:* repík lekárske, rebríček kopcovitý, mäta pieporná, archangelika lekárska.

*Použitie:* pôsobí kladne pri žalúdočných, pečenejých a žľazových poruchách. Uvoľňuje činnosť čriev a pomáha pri nadúvaní.

### Čaj večerný na dobrý spánok

*Zloženie:* medovka lekárska, slez lesný, ibiš ružový, nechtík lekárske.

*Použitie:* pôsobí uvoľňujúco na celý organizmus. Podporuje hlboký a príjemný spánok s pocitom šťastia, po ktorom je človek oddýchnutý a svieži, čaj vhodný aj pre deti.

### Čaj povzbudzujúci

*Zloženie:* mäta pieporná, levzea šustivá, malina lesná.

*Použitie:* pôsobí povzbudzujúco na celý organizmus a nahrádza kávu. Regeneruje sily a čiastočne podporuje potenciú. Odbúrava únavu a pocit spánku.

### Čaj detský

*Zloženie:* fenikel, kamilka, mäta, medovka, chmeľ.

*Použitie:* má upokojujúce a uvoľňujúce účinky pri zažívacích problémoch spojených s plynatosťou. Podporuje trávenie a chuť do jedla.

### Čaj na chudnutie

*Zloženie:* medovka, mäta, šalvia, kamilka, žihľava, ľanové semeno.

*Použitie:* čaj na chudnutie obsahuje látky, ktoré podporujú tlmenie chuti do jedla, urýchľujú výprázdňovanie a napomáhajú látkovej výmene v organizme.

### Čaj diabetický

*Zloženie:* medovka, mäta, fazuľové lusky, nechtík.

*Použitie:* vhodným používaním liečivých rastlín môžeme priaznivo ovplyvniť priebeh chorôb akou je napr. cukrovka. Podobne ako inzulín, ovplyvňuje výmenu sacharidov v organizme.

### Čaj čierny s mäťou

*Zloženie:* mäta pieporná, čierny čaj.

*Použitie:* čaj obsahuje triesloviny, tonizujúce látky a tanín, ktorý podporuje chuť do jedla a zmierňuje bolesti hlavy.

### Čaj ženský

*Zloženie:* myší chvost, materina dúška, alchemilka, medovka, ľubovník.

*Použitie:* je vhodný pri ženských ťažkostiach, pri menštruácii, v období klimaktéria a zápaloch maternice. Je odporúčaný v tehotenstve, po pôrode na zotavenie organizmu a pri poruchách látkovej výmeny.

### Čaj regeneračný

*Zloženie:* silybum mariánske, nechtík lekárske, čakanka obyčajná, mäta pieporná, rumanček.

*Použitie:* môže sa používať pri poruchách funkcie žľazy a pečene. Priaznivo pôsobí na funkciu pečenej buniek, podporuje vylučovanie žlče.

### Čaj urologický

*Zloženie:* vrbovka, praslička rošná, breza bradavičná, žihľava, ľanové semeno, materina dúška.

*Použitie:* pôsobí kladne pri liečbe zápalových ochorení močových ciest, ľadvín a vďaka vrbovke malokvetej je vyhľadávaný pri liečbe prostaty. Napomáha pri vyplavovaní piesku a ľadvinových kamienkov.

### Čaj pre pánov

*Zloženie:* žihľava, fenikel, rumanček pravý, materina dúška, mäta pieporná, kukuričné vlasy.

*Použitie:* má podporný účinok pri poruchách prostaty, očisťujúci a omladzovací účinok, upravuje trávenie a vylučovanie moču, činnosť pečene, ľadvín, pankreasu a čriev. Pitnú kúru pre pánov treba striedať s kúrou z vrbovky a urologického čaju. Denne treba vypíť 1 – 2 šálky teplého čaju minimálne 14 dní a 7 dní 1 – 2 šálky vrbovky.

### Čaj čistiaci ľadvinový

*Zloženie:* petržlen, žihľava dvojdomá, praslička rošná, rumanček pravý.

*Použitie:* čistiaci čaj pôsobiaci ako čistič tela, odstraňuje soľ z tela a kĺbov. Tým napomáha pri liečení dny, osteoporózy, poruchách chrčtice a pohybových orgánov. Taktiež má močopudný účinok a napomáha pri ochoreniach mechúra a obličiek, lieči reumu, poruchy srdcového rytmu, je vhodný pri vodnatielke a na liečenie kataru.

## Čaj šťastia

*Zloženie:* mäta pieporná, šalvia lekárska, žihľava dvojdomá, pamajorán obyčajný.

*Použitie:* používa sa ako podporný prostriedok na posilnenie nervov, proti stresu a boľeniu hlavy. Urýchľuje trávenie a taktiež pôsobí podporne pri žalúdočnej nervozite a vredoch, ženských ochoreniach, reumatizme, črevných parazitoch, bolestiach zubov a bolestiach krku, proti hemeroidom, pľúcnym ochoreniam, astme, čaj vhodný aj pre deti.

## Čaj ovocný – babičkina záhrada

*Zloženie:* zmes sušeného ovocia, šípkovvej dužiny, kvet ibiška, prírodné ovocné arómy, vhodný aj pre deti.

## Choroby

### Angína

teplý obklad na hrdlo zo semena ľanu uvareného v sladkom mlieku na kašu, 3 polievkové lyžice kvetu bazy čiernej navlhčiť mliekom, chvíľu podusiť, vysypať do gázy a priložiť teplé na 3 hodiny, 2 – 3 dni po sebe. Navrch treba dať teplú šatku. plátky slaniny namočiť do horúcej vody a priložiť ako obklad – opakovať 3 noci, pečené zemiaky rozotrieť s maslom – dať ako obklad. Zemiaky by nemali byť postrekované, 200 g cibule dusiť – poliať 2 lyžicami vody, pridať 4 malé lyžičky anízu, ešte 10 minút podusiť, dať do gázy. Teplý obklad priložiť na 2 hodiny 1 x denne do zlepšenia stavu.

### Hrdlo – chronický zápal

klokať záparom šalvie. Na 1/2 litra vody 1 polievkovú lyžicu šalvie. Do odvaru pridať med, prípadne aj 1 polievkovú lyžicu liehu. Doporučuje sa tiež žuvať semeno ľanu, ukludní sliznicu.

### Hrdlo – keď škriabe

klokať odvarom paliny pravej 1/2 litra vody, 1 polievková lyžica čaju, 2 x denne.

### Hrdlo – bolesti

1/2 litra vriacej vody, 1/2 lyžičky papriky, klokať.

### Hrdlo – zápal

klokať záparom šalvie a tymiánu. Na 1/2 litra vody 1 polievková lyžica šalvie a 1 polievková lyžica vňate tymiánu.

slané teplé obklady, Na 1 liter vody 100 g soli.

### Zápal mandlí

nahrievať ovos trochu navlhčený, alebo ovsené vločky – obklad. Keď vychladne, vymeniť. Po štvrtom obklade už ovos vymeniť.

### *Hnisavé mandle*

listy slivky povariť vo víne, odvar držať v ústach. Odvarom výhonkov stružiny varenej vo víne vyplachovať ústa. Na 1/2 litra vína 7 listov slivky, 2 minúty povariť, 5 x denne držať v ústach 1 minútu.

### *Zápaly ústnej dutiny*

klokať odvarom majoránky, alebo kvetu bazy čiernej, alebo šalvie lekárskej, alebo tymiánu. Na 1/2 litra vody 1 polievková lyžica majoránky, na 1/2 litra vody 2 polievkové lyžice kvetu bazy čiernej, na 1/2 litra vody 1 polievková lyžica šalvie, na 1/2 litra vody 1 polievková lyžica tymiánu. Klokať viackrát denne.

### *Zapálený čipok v hrdle*

slivkový list varený vo víne a tým vyplachovať ústa. 8 slivkových listov variť s 1,5 dcl bieloého vína.

### *Astma*

pri záchvate umývať hrud' horúcim octom.

### *Astmatický kašeľ*

suchý podbeľový list hodiť na žeravé uhlie – dym vdychovať. Prevzaté zo starých herbárov.

### *Astma (záduch)*

čaj z kvetov bazy čiernej piť, med a maslo pojesť (ako doplnok terapie).

### *Biely výtok (ženský)*

piť čaj z alchemilky obyčajnej, k 1 čajová lyžička na 2 dcl vody, 2 x denne.

šalvia lekárska v červenom víne. Na 1 liter vína 2 polievkové lyžice vylúhovať za studena 8 hodín. Scediť a piť 3 x denne 1 dcl pred jedlom. Piť asi 2 týždne.

piť vo víne varený myší chvostík. Na 1/2 litra červeného vína 1 polievková lyžica myšieho chvostíka, 2 minúty variť. Užívať 2 polievkové lyžice 2 x denne po jedle. Opakovať podľa potreby.

5 – 6 nocí obklad na oblasť podbruška (maternicu) navlhčené ľanové, alebo konopné plátno čerešňovicou (pálenkou).

1/2 litra červeného vína, 2 malé lyžičky rozmarínu, 2 minúty variť, 2 polievkové lyžice odvaru 2 x denne pred jedlom. Užívať 5 dní.

### *Bledá tvár*

piť čaj z betoniky lekárskej a ním aj tvár potierať. Zápar: 1 čajová lyžička na 2 dcl vody, 2 x denne.

### *Bodnutie hmyzom*

(ovad, osa, komár, včela) potrieť ihneď šťavou skorocela, alebo cibule, tiež octom.

### *Bodnutie osou do jazyka*

1 lyžička navlhčenej soli – pomaly prehltať.

### *Bolesti brucha a žalúdka (vetry)*

vypiť zápar z rumančeka kamilkového

biele víno varené so zázvorom a rascou. Na 2 dcl vína na špic noža zázvoru a tak isto rasce na panvici zohiať ražné otruby, pokropiť octom a teplé priložiť v plátenom vrecku na bolestivé miesto na celú noc

šálka mlieka, v ktorom sme 2 minúty varili 2 lyžičky feniklu. Použiť ako obklad a meniť po 10 minútach do ustúpenia bolesti

nadúvanie zastaví aníz uvarený vo víne alebo vo vode. Piť, alebo z toho odvaru pripraviť obklad na bolestivé miesto

zastavené vetry – strúčik cesnaku rozotrieť, zmiešať s mliekom, natrieť na chlieb a zjesť.

### *Bolesti hlavy*

#### *Bolesti hlavy z tepla*

citrón rozrezať na polovičky a položiť ich na spránky na 2 hodiny

postaviť sa do studenej vody na 4 minúty

#### *Bolesti hlavy z prechladnutia*

obklad zo záparu mäty piepornej. Na 4 dcl vody 1 polievkovú lyžicu mäty piepornej priložiť na bolestivé miesto.

#### *Bolesti hlavy pri prepracovaní*

vlažný obklad z tvarohu na čelo na 2 hodiny

#### *Bolesti hlavy zo slniečka*

(môžu byť spojené s nevoľnosťou a zvracaním) – na 2 hodiny sa uložiť do zatienenej, vetranej miestnosti a na čelo a spánky dať obklad zo studeného tvarohu, zmiešaného s rozsekanou cibuľou. Vložiť do gázy a priložiť na bolestivé miesto, po 15 minútach vymeniť. Počet obkladov podľa potreby.

#### *Bolesti v zadnej časti hlavy*

obklady z horúcej vody na bolestivé miesto.

#### *Boleť hlavy reumatická*

prikladať čerstvý, pomliaždený kelový list na čelo

obklad z bazového kvetu namočeného do octu na 1 hodinu.

#### *Bolesti celej hlavy*

15 minút močiť nohy v teplej vode

na 1 minútu nohy tuho obiazať okolo členkov

namočiť štvormo zloženú látku do bielej pálenky a priložiť na čelo

držať v ústach teplý ocot, alebo dať do bieleho vína vylúhovať trocha majoránky a piť.

#### *Rozpálená hlava*

rozdrvený cesnak alebo cibuľu zmiešať s octom a priložiť na chodidlá.

## *Bolesti močových ciest*

### *Pri zápale*

1/2 litra ovsu alebo ovsenných vločiek navlhčiť, zohriať, po zohriatí primiešať 1 polievkovú lyžicu rozdrvených borievok – vysypať do pláteného vrečka, priložiť na 3 hodiny jeden krát denne. Obklad opakovať podľa potreby + piť čaj z odvaru maku celého. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička maku, 5 minút variť, piť počas dňa po hltoch. Cca 2 týždne.

### *Pri bolesti z prechladnutia*

Obklad z rozdrvenej rasce, ktorou posypeme plátno namočené do bieleho vína, alebo octu. Toto ešte prekryjeme ďalším plátnom, aby to neprišlo na holé telo. 2 x denne na 4 hodiny, opakovať podľa potreby. Vždy treba použiť čisté plátno a novú rascu.

### *Bolesti močových ciest pri piesku*

Čerstvý postrúhaný koreň paštrnáku s medom 1 x denne 1 polievková lyžica po jedle v pomere 1 : 1, cca 2 týždne.

### *Bolesti od močového kameňa*

Spáliť suchú betoniku lekársku a popol zmiešať s masťou zo slepačej polievky, alebo bravčovou masťou. Teplá prikladať na celú noc podľa potreby, Zohriaty ovos (ovsenné vločky) + 2 polievkové lyžice drvených borievok – obklad, Rozdrvený kvet rasce, 3 polievkové lyžice + 6 polievkových lyžíc glukopuru zmiešať a užívať 1 x denne 1/2 kávovej lyžičky a zapíť vodou

### *Kamene v močových cestách*

Red'kovka čierna sa postrúha na jemno, dá sa na porcelánový tanierik, prikryje sa porcelánovou šálkou a z toho sa užíva 1 malá lyžička každý druhý deň. Red'kovka rozpúšťa aj kamene v ľadvinách.

### *Uviaznutý kameň v močovej trubici*

Rozvariť bôb s kozím, alebo kravským mliekom na kašu, namazať to na modré plátno a celé lono obložiť.

### *Aby sa netvoril močový kameň*

Semená pivonky lekárskej – 1 čajovú lyžičku rozdrvených semien na 2 dcl vody, povariť 5 minút, 1 x denne večer pomaly piť, 2 – 3 týždne.

Lieky na vyhánanie kameňov, najmä ľadvinových sa nemôžu užívať každý deň, lebo pri vychádzaní piesku veľmi trpí sliznica močovodov. Tieto orgány treba nechať oddýchnuť, šetriť. Treba sa vždy poradiť s lekárom. Dôležité je zistiť vopred ich veľkosť.

### *Bolesti močového mechúra*

napariť nad prasličkou. Príprava: 1,5 litra vody 4 hrste sušenej prasličky (8 polievkových lyžíc).

## *Bolesti - rôzne*

### *Bolestivá menštruácia*

obklad zo zohriateho ľanového semena, na sucho v plátenom vrecúšku na podbruško,



vypit' 3 x denne 1 dcl čaju z odvaru mäty piepornej alebo nátržníka husieho.

### *Bolesti po pôrode*

bolesti pôrodné tíši a posteľku vypudzuje varené ľanové semeno a popol z dreva. Dať do vrecúška a priložiť na päty. Semeno ľanu treba variť s popolom naraz. Postieľku vypudí: kvet, vňať a byl' nechtíka spáliť a napariť sa nad tým.

Náparka nad majoránkou, na 1,5 litra vody dať 2 lyžice majoránky.

### *Bolesti po protitetanovej injekcii*

celkový kúpeľ z odvaru ovsenej slamy. Na liter vody dať 200 g porezanej slamy, 5 minút variť, 10 minút vylúhovať a potom prilíť do kúpeľa. Kúpeľ trvá približne 15 minút.

### *Bolesti očí*

(keď sú slabé) umývať slanou vodou. Na 0,5 litra vody pridať 5 g soli, 2 dni umývať a 2 dni prestávka. Takto pokračovať 1 mesiac.

### *Bolesti ucha*

nakvapkať do ucha pár kvapiek teplého olivového oleja, alebo rozpusteného masla (nie horúceho), potom prikladať na ucho zohriaty chlieb. Chlieb treba po ochladnutí znova zohriať. (nie ako hrianku, ale nech je mäkký, nenechať ho uschnúť). Zastaví sa tým zápal stredného ucha,

sol' do pálenky, do toho namočiť vatú a vložiť do ucha. Alebo nahriať jedierko z orecha na sviečkou, zabaliť ho do vaty a vložiť do ucha. Zastaví sa zápal aj bolesť, najmä keď sa to urobí hneď,

(aj keď je zápal) – nakvapkať do ucha Jánov olej. Príprava: čerstvý kvet ľubovníka bodkovaného dať do pohára a zaliať olivovým olejom. Nechať stáť na slnku, kým olej sčervenie. Asi 10 dní. Precediť cez gázu. Používa sa aj na popáleniny.

### *Bolesti zubov*

odvar májových dubových listov, teplé držať v ústach, alebo odvar z nátržníka husieho držať v ústach. Príprava: na 1/2 litra vody dať 2 lyžičky nátržníka alebo dubových listov.

Hlboko vdýchnuť, zadržať a potom prudko a rýchlo vydýchnuť. Opakovať viackrát.

### *Bolesti zubov z prechladnutia*

natierať zvonku borievkovým olejom. Príprava: 10 drvených bobulí jalovca nechať vylúhovať 30 dní v jedlom oleji. K tomu sa pridá 1 diel olivového oleja.

### *Bolesti zubov deravých*

namočiť kúsok vaty do hoffmanských kvapiek a vložiť do zubov.

### *Bolestivé rezanie zúbkov u detí*

dať deťom cnúľať kožu zo slaniny, na ktorej je ešte trocha slaniny, alebo natierať líčka kozím maslom. Prevzaté zo starých herbárov.

### *Bolesti zubov a ucha*

rozomletá rasca pokvapkaná vínom – prikladať teplé v gáze.

### *Bolestivé miesta a opuchy*

Hrst' lúpaných pagaštanov pokrájať, zaliať rozriedeným liehom a nechať stáť 14 dní. Potierať výluhom.

### *Bradavice*

potrieť párkrát menštruačnou krvou,  
denne natierať suchým mydlom, popraskajú a stratia sa,  
ocot zmiešať so soľou a tým potierať,  
natierať šťavou z jablka.

### *Bradavice na ženských prsníkoch*

natierať olejom zo semena majoránky zmiešaným s kozím alebo jelením lojom.

### *Cukrovka*

zistíme si ju sami keď dáme do teplého moču kvasnice. Keď kvasnice pracujú je tam cukor, ak zostane moč čistý, nie je tam cukor.

1 lyžica kôprového semena, nechať vylúhovať v 1 litri slivovice, užívať denne 1 lyžicu.

Piť kávu z cigórie – psychotronicky vytestovať dávky.

Často jedávať banány.

Ťažká forma – nátržník husí alebo žerucha. Na 3 dcl vody jedna kávová lyžička nátržníka, uvariť, piť tri krát denne pred jedlom. Piť 3 týžde, každý druhý deň.

Pri cukrovke ak je zistená, že bola spôsobená patogónnou zónou, piť zápar šalvie, vypiť to na tri krát po 1 dcl pred jedlom. Piť 3 týžde každý druhý deň.

### *Červený nos*

vo vriacej vode rozpustiť trocha bieleho liadku (kamenec) a tým umývať nos. Treba dať pozor, aby sa tekutina nedostala do nosa. Po 5 – 10 minútach umývania, priložiť si z toho obklad.

### *Červené ruky*

zemiaky uvariť v šupke, olúpať, rozmačkať s trochou mlieka na kašu a týmto natierať ruky ako obklad na noc a dať si rukavice.

### *Červienka*

od ošípanej pri práci s mäsom chorého zvierat'a. Poranenú časť tela treba močiť v odvare repíka a octu. Pa pol litra vody dať 2 dcl octu a 2 lyžice repíka. Kúpeľ trvá 4 minúty.

Uvariť listy rozmarínu – 1 lyžicu rozmarínu uvariť v 1/4 litri mlieka a horúce vypiť. Pôsobí aj proti hnačke.

### *Čierny kašeľ*

každé 2 hodiny piť 1 lyžičku šťavy z čiernych ríbezlí v teplom čaji z kvetov bazy čiernej.

Nesmie sa piť mlieko !

silný odvar materinej dúšky osladený medom. Na 3 dcl vody 1 lyžica materinej dúšky. Piť po lyžiciach.

Obklady 18 – 20 stupňové na priedušky, obviazať ich teplou šatkou. Keď obklad uschne, treba to zopakovať.

Rybí tuk užívať, 1 lyžičku ráno a večer, cca 5 dní.

Cibuľa s cukrom, urobiť sirup za studena. Príprava: 100 g čerstvej cibule nakrájať nadrobno, pridať 3 lyžice vody a 3 lyžice cukru.

Škrupiny zo šiestich orechov, kukuričné zrno z polovičky šúlka, 1 cibuľu dať variť do 3/4 litra vody. Nechať to vyvariť na polovicu, pridať med a maslo a po troche piť. Ako doplnok liečby.

Na doliečenie čierneho kašľa – 2 polievkové lyžice semena slnečnice upražiť, rozomlieť, potom variť v litri vody, precedené, osladené medom, piť podľa chuti najlepšie večer pred spaním. Pre dieťa do 6 rokov.

### *Čierne vlasy*

si udržia farbu a lesk – umývať odvarom šalvie lekárskej. Nepomáha na šedivé vlasy.

### *Čkanie*

vypiť vodu s citrónovou šťavou, alebo zadržať vdýchnutie, kým sa napočíta do 50, alebo piť čaj z mäty piepornej.

### *Čistenie pleti*

umývať odvarom myšieho chvostíka (príprava ako čaj).

### *Črevná tuberkulóza*

jedávať cesnak, semeno ľanu spráškované alebo jeho odvar.

Spráškovať semeno ľanu, zmiešať s glukopurom v pomere 1:2, užívať 1 lyžicu 1 krát denne a zapíť, cca 3 týždne.

### *Dávenie*

(zvracanie) vyvolať šupka z červenej reďkovky rozomletá s octom a medom – zjesť.

### *Defekty na tele – staré*

(nedobre zahojené rany) – odvar slivkového listu vo víne, umývať. Príprava: 0,5 litra vína, 7 slivkových listov.

### *Deťom po antibiotikách*

na vyčistenie organizmu. 7 dcl vody, 1 lyžica dubovej kôry, 1/4 hodiny variť. V tomto odvare kúpeľ nôh cca 10 minútový, 1 krát denne, cca 3 dni.

### *Divé mäso na tele narastené*

alebo zarastené necht na nohe. Postihnuté miesto posypať mletým cukrom do vyličenia.

Repík je určený na ťahanie hnisu, keď v rane nič nie je, kúpeľ sa nemá predlžovať, lebo repík vytiahne živé mäso.

Posypať suchým spráškovaným kamencom, alebo v 1/2 litra vody rozpustiť 1 lyžičku kamenca bieloha a močiť v nej postihnuté miesto 20 minút.

### *Dna*

obklady z medu, alebo zo surovej kapusty, taktiež obklady zo surovej repy podrveneje alebo z varenej na postihnuté miesto.

Natierať liehovým výluhom z vňate slezu nebadaného.

2 lyžice postrúhaného zeleru dať do 1/2 litra vody uvariť do mäkka, pridať citrónovú šťavu a na 3 krát to vypiť cez deň po jedle. Do zlepšenia stavu.

Obklad z čerstvého potlčeného listu skorocelu na postihnuté miesto na noc.

Prikladať šáčok ohriatej soli, po 10 násobnom použití soľ vymeniť. Do zlepšenia stavu.

Uvariť aj so šupkou domáce nechemizované zemiaky a do odvaru ponoriť postihnuté miesto na 15 minút a potom masírovať. Osušiť, natrieť teplým olejom (môže byť slnečnicový) a zaviazať. Do zlepšenia stavu 3 krát denne.

Natierať olejom z ľubovníka (Jánov olej).

### *Dušnosť nervového pôvodu*

kúpeľ nôh, striedavo studená a horúca voda 2 – 3 sekundy.

Koreň čakanky nosiť na prsiach. Môže byť čerstvý i sušený. Rozdrviť a dať do ľanového vrečka.

### *Dvanástorníkové vredy*

najsôr liečiť padnutý žalúdok (bioenergiou) a potom 14 dní piť ráno na lačno 1 lyžičku paliny pravej sparenej v 1/4 litri vody. Vylúhovať 6 minút.

### *Dych páchnuci od zubov*

žiť klinček (hrebíček).

### *Dych páchnuci od žalúdka*

je to obyčajne pri padnutom žalúdku.

Čaj z mäty, zemežlče (do zlepšenia), alebo čerstvá vňať paliny pravej na chlebe s maslom (iba 2 týždne).

### *Dych ťažký od hlienov*

odvar z veroniky lekárskej piť 3 krát denne pred jedlom. Príprava: 3 dcl vody, 1 lyžička veroniky, 2 minúty variť a 4 minúty vylúhovať. Piť po 1 dcl. Užívať podľa potreby.

### *Ďasná zapálené a nemocné zuby*

vyplachovať odvarom šalvie lekárskej. Príprava: 1/2 litra vody, 1 lyžica šalvie, variť 2 min.

### *Ekzémy :*

#### *Ekzém mokvavý*

zasýpať fazuľovou alebo hrachovou múkou a doplniť stravu vitamínmi A, E. Jedlá s obsahom vitamínu A treba jesť denne, jedlá s obsahom vitamínu E len každý 4 – 5 deň. Vitamíny dopĺňať 5 týždňov.

#### *Ekzém hnisavý*

roztopiť maslo, vyliať ho do veľmi studenej vody, aby rýchlo stuhlo, vybrať ho a tým mastiť Postihnuté miesto treba umývať čajom zo slezu nabadaného, na 1/2 litra vody 1 lyžica slezu, spariť, nechať stáť 10 minút.

### *Ekzém s vodnatými pluzgierikmi*

umývať odvarom dubovej kôry. 1/2 litra vody + 1 lyžica kôry, variť 1/4 hodinu. Umývať viackrát denne.

### *Ekzém – kožná pleseň*

vodný roztok kamenca bieloho – kúpele. 1 polievková lyžica na 5 litrov vody.

### *Ekzém suchý*

doplniť stravu vitamínom A, E (viď recept na ekzém mokvavý). Umývať domácim sladkým mliekom, alebo domácou sladkou smotanou.

### *Ekzém svrbivý*

dať do úst kocku cukru, rozmiešať ju so slinami a tým natierať.

Zasýpať práškom z kvetom rumančeka.

Umývať rozriedeným odvarom dubovej kôry a potom potierať sladkou smotanou a posypať hrachovou múkou (smotana – A vitamín, hrach – E vitamín).

Natierať bravčovou masťou pomiešanou s práškovým cukrom.

### *Epilepsia*

chrenový list veľkosti chodidla opačnou stranou priložiť na chodidlo, list namasiť maslom.

Okrem toho priložíme ešte 2 ks listov nenamastených. Opakovať 3 večery za sebou.

Olej z borovicového dreva natierať na chrbticu a piť čaj z alchemilky obyčajnej. Príprava: na 3 dcl vody 1 lyžička čaju, spariť vypiť na trikrát pred jedlom.

### *Hadie pohryznutie*

obklad z čerstvej vňate betoniky lekárskej + piť suchú práškovú vňať rozpustenú vo víne, na 2 dcl vína na špic noža prášku.

Čerstvé listy z jaseňa – obklad.

Prikladať cesnak.

Priložiť rozomletú čerstvú reďkovku s medom.

Priložiť rozdrvené horčičné semeno s octom.

### *Hemoroidy*

keď je hrubé črevo boľavé, alebo vytlačené von, najskôr upraviť stolicu pomocou vitamínu B1 v potrave alebo užívaním vlákniny.

1 lyžičku celého surového ľanového semena zmiešať s jogurtom, alebo iným jedlom a jesť denne kým stolica nebude pravidelná a mäkká. Na stiahnutie hemoroidov treba 4 – 5 dní ráno na lačno zjesť 1 lyžicu masle rozpusteného s 1 lyžicou medu. Raňajkovať až o 1 hodinu.

Teplý obklad z tvarohu na postihnuté miesto. 1 krát denne na 1 hodinu.

Keď krváca, namočiť vatú do zriedenej citrónovej šťavy a priložiť. Alebo posypať práškovou živicom z borovice.

Čaj z myšieho chostíka, piť 2 týždne. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička čaju. Na 3 krát vypiť po jedne cez deň.

Keď vychádza konečník – večer robiť sedací kúpeľ v odvare dubovej kôry, 1 liter vody, 1 polievková lyžica kôry, variť 1/4 hodiny a 10 minút kúpeľ.

Boľavý konečník masť bravčovou masťou zmiešanou s mletým cukrom.

Alpou umyť, maslom natrieť.

Pri bolestiach zmiešať ľanový olej s čistým liehom, alebo s voňavkou a natierať. Hojí aj zapareniny.

Obklad z uvarených listov póru, nie odvar.

Hemoroidné uzlíky keď bolia – priložiť kúsok pečenej cibule na boľavé miesto.

### *Hlas stratený*

vracia šťava z čerstvého kapustného listu alebo sa môže aj žuť.

### *Hlasivky (zachrípnutosť)*

šepot chronický spôsobený vdychovaním farieb a náterov – 5 dní po sebe inhalovať v pol litri vody uvarených (10 min.) 10 ks roztláčených strúčkov cesnaku. Inhalovať 2 krát denne. Vždy pripraviť čerstvý odvar.

2 – 3 strúčiky cesnaku rozotrieme a podusíme na bravčovej masti. Pred spaním zohriať a natrieť nohy – chodidlá, potom obviazať na celú noc.

### *Hlieny v dýchacej trubici*

rozpušťa horúca cukrová voda so surovým žĺtkom, piť.

### *Hlísty drobné*

v 1/2 litri vody variť 2 lyžice maku 8 minút, potom do odvaru namočiť plátno, obklad priložiť na brucho na celú noc. Prekryť suchým. Opakovať po 3 noci. Odvar vždy čerstvý.

### *Hlísty aj škrkavky*

čerstvé listy z broskyne potĺcť a priložiť na brucho na celú noc. Nakrájať čerstvú cibuľu, namočiť na noc do pitnej vody a na druhý deň piť.

Uvariť krmnu repu, postrúhať a priložiť na brucho teplé ako obklad. Opakovať 3 noci.

Chorého najskôr okúpať v odvare z listov orecha (1 liter vody a 5 celých listov orecha čerstvých alebo suchých, 4 minúty voariť, 10 minút vylúhovať) asi 10 minút, potom celé telo natrieť riedkym cestom z hladkej múky, do ktorého sme pridali 1 strúčik rozotretého cesnaku a trochu octu. Nechať pôsobiť kým nevidieť vychádzať hlísty cez póry v pokožke v podobe malých hrbolčekov. Potom zotrieť froté rukavicou a umyť.

### *Hluchota*

uvariť hrach a paru z neho púšťať do ucha lievikom, na ktorý sme nasadili gumennú hadičku. Robiť niekoľko dní za sebou. Hrach dať do nádoby s úzkym hrdlom, aby sa dal na ňu priložiť lievik.

Odvar z kapusty kvapkať do ucha.

2 kvapky oleja z kvetu divozelu nakvapkať do ucha 2 – 3 krát denne, tíši bolesť a lieči hluchotu.

Keď sa z ucha nevyučuje mazivo – 1 lyžička olivového oleja, 2 lyžičky glycerínu, zmiešať, 1 krát denne pierkom pomastiť ucho. Predtým musí byť dobre umyté a do sucha utreté.

1 dcl olivového oleja variť 2 minúty s 1 strúčikom rozotretého cesnaku, keď vychladne precediť, kvapnúť do ucha pár kvapiek a upchať vatou.

Dať si preliečiť ľadviny.

### *Hľuzy tvrdé (nezhubné zatvrdnuté miesta)*

čerstvý koreň ľalie bielej rozotrieť, pridať semeno ľanu rozomleté, ešte pridať slepačie sadlo obklad na postihnuté miesta.

### *Hmla pred očami*

nakvapkať čaj z paliny pravej do kútikov očí na noc.

Oči umývať čajom z očianky. Na 2 dcl vody 1 polievková lyžica očianky. Umývať 3 krát denne.

### *Hnačka (podráždené hrubé črevo)*

Pripraví sa maslová polievka, ktorá vytvorí ochranný obal na črevá. 6 dkg masla + hladká múka, z toho urobiť bledú zasmažku, zaliať 1/2 litrom vody a trochu rasce, soli, nechať povariť a zjesť. Užíva sa vtedy, keď sú črevá na všetko veľmi citlivé. Môže sa užívať denne pri chronickej hnačke vždy ako prvé jedlo.

Bolestivá – 1 zarovnaná polievková lyžica rasce drvenej upražíme do svetlohnedá, pridáme 1/2 litra vody, povaríme 15 minút. Vypiť počas dňa po hltoch.

1 šálka vareného červeného vína – na špic noža škoricice a cukor, najlepšie vypiť večer. Užívať do zlepšenia stavu.

2 dcl červeného vína + 3 celé dubové listy, 2 minúty variť, vypiť naraz.

5 minút močiť nohy v odvare ľubovníka bodkovaného. Na 1/2 litra vody 2 polievkové lyžice ľubovníka.

Silná – odvar z pastierskej kapsičky v červenom víne. Na 3 dcl vína 1 polievkovú lyžicu kapsičky, variť 1 mútu. Piť po hltoch celý deň.

Do 1/4 litra dobrej ražnej pálenky alebo slivovice vysypať hrst' čučoriedok. Nechať vylúhovať v teple 10 dní. 10 – 20 kvapiek na cukor, alebo 1 kávovú lyžičku do teplej vody. Môže sa použiť aj po 1 dňovom vylúhovaní.

Pri katare hrubého čreva jesť čučoriedky s tvarohom alebo piť odvar zo sušených čučoriedok.

Na 3 dcl vody 2 malé lyžičky čučoriedok 8 minút variť. Piť po hltoch celý deň.

Spojená so zvracaním – obklad zo suchej teplej sennej mrvy na brucho.

Keď zaškodí jedlo – vypiť 1 šálku dobre teplej vody a jesť suché kôrky chleba.

Čučoriedky varené v červenom víne a cukor. Na 3 dcl vína 1 polievková lyžica čučoriedok.

Piť teplé 3 – 4 krát denne 1/2 šálky. Brucho udržiavať v teple.

Do teplej pálenky namočiť vlnené handry a obklad na brucho. Historické – mach stromový varený vo vode alebo v červenom víne. 3 dcl vína + 1 malá lyžička machu (prevzaté zo starých herbárov).

Krvavú hnačku zastaví kôra z jaseňa varená vo víne. Na 3 dcl vína 1 polievková lyžica koreňa jaseňa.

### *Hnev, clivotu a zármutok zaháňa*

omanový koreň varený vo víne. 1/2 litra bieleho vína + 1 polievková lyžica strúhaného koreňa. Užívať 2 krát denne 1 polievkovú lyžicu do zlepšenia stavu.

### *Hnisanie :*

#### *Hnisavý zápal v ústach*

uvariť v 1/2 litri vína 5 ks listov slivky. Odvar držať v ústach.

#### *Hnis v útrobach*

vyťahuje čerstvý list srdcovníka – prikladať na postihnuté miesto na noc (prevzaté zo starých herbárov).

### *Hnis, ktorý zostane v tele*

keď sa predčasne uzavrie rana. List kapusty namočiť do horúcej vody, aby zmäkol. Potom ho namastiť maslom, ktoré bolo rozškvažené a prudko schladené vyliatim do studenej vody. Hnis bude listom vytiahnutý pod kožu, potom sa už ľahko dostane von.

### *Hnisanie v ušiach*

na špic noža kadidla rozpustiť v 1 dcl sladkého vína. Kvapkať do uší.  
Kvapkať do nich Jánov olej.  
Preliečiť si ľadviny, má to súvislosť.

### *Hnisavé rany*

omývať odvarom šalvie, 3 dcl vody, 1 pol.lyž.suchého hrachu rozmiešaného s bravčovou masťou. Obklad na noc.

### *Hnisavú ranu prehryzie*

mrtvá žihľava (druh žihľavy – zahavka), sušená alebo čerstvá + slaninka + cibuľka. Priložiť na ranu.

### *Hnisanie okolo nechtov*

Obklad zo surového slepačieho sadla.

## *Horúčky :*

### *Horúčka silná*

vlažný obklad na hrudník z odvaru listu fialky voňavej. Na 4 dcl vody 4 polievkové lyžice byľe. Nemocný pokojne zaspí.

### *Horúčka od zápalu ľadvín*

piť čaj zo záparu listu jahody s pridaním vriaceho mlieka. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička čaju. Len zapariť a nechať stáť 15 minút (prevzaté zo starých herbárov).

### *Horúčka so zimnicou*

jesť kyslé pomaranče.

## *Hrčky:*

### *Hrčka tvrdá*

zvápnená na dlani ruky – potierať rosou z okna a rozotierať o tvrdý predmet. Natierať denne viackrát. Ide o zväpnatené šľachy na prsoch a dlani.

### *Hrča od udreniny*

obklady z vína bieleho alebo čerstvý list podbeľa, pomliaždený.

### *Hrče tvrdé*

náplasť z dobre vymiešaných fig – priladať obklady.



### *Hrčka na prsníku*

od udretia – 2 dcl vína bieleho + 1 polievková lyžica rozomletého semena ľanu, octan hlinitý (2 balíčky prášku), urobiť z toho kašu, trocha povariť, dať medzi gázu, priložiť na 24 hodín. Opakovať podľa potreby. Konzultácia s lekárom.

### *Huby jedovaté*

ako prvá pomoc vypiť nevarené sladké mlieko a ihneď vyhľadať lekársku pomoc. Odvar paliny pravej vo víne. Príprava: na 1/2 litra vína 1 polievkovú lyžicu paliny. Obklad na pečeň. **Použiť ako doplnok liečby !**

### *Hučanie v ušiach*

náparka nad suchou vňaťou rasce, kôpru alebo majoránky. Na 1/2 litra vody 2 polievkové lyžice vňate. Odvar dať do nádoby so zúženým hrdlom, priložiť lievik a na lievik navliecť gumenú hadičku, túto vložiť do ucha.

Cibuľovú šťavu nakvapkať na vatú a vložiť do ucha.

Niekoľko kvapiek olivového oleja kvapnúť do ucha.

Teplý kúpeľ nôh v octovej vode (pár lyžíc octu na 1 liter vody).

### *Hystéria a hypochondria*

piť čaj z odvaru čakanky. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička čaju, piť 2 krát denne pred jedlom.

### *Chlpy – vlasy odstráni*

3 krát denne natierať pokožku šťavou zo sliviek. Miesto zostane celkom holé (prevzaté zo starých herbárov).

### *Chlpy vytrhnuté, aby opäť nenarástli*

prikladat' na 3 noci čerstvé pomliaždené lusky bôbu (prevzaté).

### *Cholera (akékoľvek brušné bolesti)*

piť po lyžičkách šampanské.

### *Chrasty*

niektoré druhy potierať rosou z okna.

### *Chrípka*

horúčka nad 39 stupňov – celé telo zabaliť do mokrej plachty, potom do deky a uložiť do postele na 2 hodiny. V 1/2 šálke teplej vody rozpustiť 1 polievkovú lyžicu soli, naliať z toho na dlaň a vdychovať aspoň 6 krát denne.

### *Chrípka prechodená*

Následky odstráni: niekoľko dní po sebe celé telo po častiach vydrhnúť octovou vodou do červena. U dospelých pomer 1:1, u detí iba troška octu. Potom vypiť ešte čaj na potenie. Všetky škodliviny sa vypotia.

### *Chrípkový kašeľ*

krvavé hlien – do 2 dcl červeného vína 1 malú lyžičku pastierskej kapsičky, alebo pľúcnička lekárskeho vypiť po hltoch celú dávku 1 krát denne.

### *Chudokrvnosť*

vymiešať žltok s lyžičkou cukru do spenenia, zaliať pohárom červeného vína. Vypiť po hltoch, opakovať podľa potreby.

Jedávať med, najskôr rozriedený v mlieku, neskôr neriedený.

Dať do poriadku žalúdok, lebo veľakrát je na príčine chudokrvnosti. Keď nemá dosť kyseliny, nevstrebe železo. Úprava tvorby kyseliny. Na 5 nocí teplý obklad z odvaru trezalky (ľubovník), 4 – 5 polievkových lyžíc na 4 dcl vody. Priložiť navrch niečo suché, aby sa obklad udržal v teple.

### *Chuť neprirodzená u tehotných*

zjesť citrón.

### *Infekcia jazyka a zápal dutiny ústnej*

vymývať odvarom zo skorocela. Na 4 dcl vody 1 polievková lyžica byliny.

### *Ischias*

obklad z odvaru listov bazy čiernej. Na 1/2 litra vody 4 polievkové lyžice listov. Okolo drieku, navrch dať suché. **Neužíva sa vnútorne !**

### *Jačmeň na oku*

kôrka zo žemle sa v mlieku rozvarí na kašu, pridá sa trocha medu a priloží sa obklad na oko. Opakovať každý deň do zlepšenia stavu.

Natierať na postihnuté miesto vlastné sliny pri prvých príznakoch.

Tvaroh rozrobený s mliekom – teplé prikladať na 2 hodiny. Potom tvaroh vymeniť a opakovať.

### *Jazyk necitlivý, strpnutý*

klokať odvarom z klinčekov. 1/2 litra vody 10 ks (prevzaté).

### *Jed – ochrana pred ním*

2 orechy, 2 sušené figy, 20 listov ruty, trocha soli, všetko spolu rozdrviť, užívať na lačno. Prevzaté zo starých herbárov.

### *Jed včely*

potierať šťavou hociktorého slezu, alebo šťavou skorocela, cibule, octom.

### *Jedy vyháňa (čistí)*

obklad na pečeň z odvaru dubovej kôry varenej v mlieku. Na 1 liter mlieka 2 polievkové lyžice kôry mierne povariť. Obklad 3 noci.

### *Jedy ničí (detoxinácia)*

1/2 litra vína, 1 pol.lyžica šalvie lekárskej, 1 pol.lyžica ruty, 5 minút variť. Obklad na pečeň 3 noci.

### *Kamene žlčové drobí a vypudzuje*

fazuľové struky z bielej fazule vylúpané. 3 polievkové lyžice strukov sa varia 1 litri vody pol hodiny. Odvar sa nechá stáť 3 hodiny, potom sa precedí. Táto dávka sa vypije cez deň. Kúra trvá mesiace. Môže súčasne znižovať obsah cukru v krvi – doplní sa užitím lyžice medu, alebo glukopúru podľa potreby.

Užívať rozomletú usušenú žltú kožu z vnútra slepačieho žalúdka. 3 krát 1 malú lyžičku po jedle asi 10 dní. Rozpustí aj piesok.

### *Kašeľ*

strúčik cesnaku rozotrieť, pomiešať s bravčovou masťou, priložiť na noc na chodidlá.

1 šálka vody, 7 lyžíc cukru prevariť, pridať šťavu z citróna podľa chuti – vypiť teplé.

Zmiešať citrónovú šťavu s cukrom, užívať z toho každých 15 minút.

Zjesť osolený citrón.

### *Kašeľ dlhodobý*

smrekové omládky naložiť do pálenky, alebo iného asi 40 % alkoholu na 3 týždne. Potom zliať. Užívať po 5 kvapiek na kocku cukru do zlepšenia stavu.

### *Kašeľ suchý*

2 týždne piť čaj z odvaru majoránky. Na 3 dcl vody 1 malú lyžičku majoránky. Na 3 krát to vypiť po jedle + 5 nocí obklad na priedušky z bravčovej masti.

### *Kašeľ astmatický*

suchý list podbeľový hodiť na žeravé uhlie a vdychovať dym. Prevzaté.

### *Kašľanie krvi*

prsia umývať studeným a nohy vložiť do teplej vody, vypiť lyžičku citrónovej šťavy. Prevzaté.

### *Katar žalúdka a čriev*

3 krát denne zjesť 1/2 listra sladkej smotany do zlepšenia stavu.

5 nocí obklad z uvareného semena ľanu v mlieku. Natrieť na plátno a teplé priladať na celú noc.

### *Katar pľúc*

(zahlienenie dýchacích ciest) – Piť odvar deväťsilu – na 3 dcl vody 1 malú lyžičku čaju, na 3 krát vypiť po jedle. Rozpúšťa hlien a čistí pľúca.

### *Kĺbne mazivo (obnovenie tvorby)*

1/2 litra korzára (pálenka) + 10 vajíčok celých a trocha medu. Korzára vylejeme do mixéra, pridáme najprv škrupiny z vajíčok adobre to rozmixujeme, potom sa pridajú vajička a med, dobre sa to v mixéri premieša. Užívať každý deň na lačno 1 štamperlík, celú dávku. K tomu treba užívať každý piaty deň 5 ks vlašských orechov 5 týždňov. Orechy obsahujú horčík a ten sa viaže na vápnik. Obyčajne obidva chýbajú a jeden bez druhého sa nevstrebe.

4 celé vajička zalejeme citrónovou šťavou. Odložíme do chladničky. Asi za 10 dní sa škrupina na vajičkách rozpustí. Odstránime z nich blanu, rozšľaháme, pridáme k tomu med v pomere 1:1 a ešte pridáme pre dospelých 15 polievkových lyžíc dobrého koňaku. U detí polovičku. Užívať 1 štamperlík denne na lačno. K tomu orechy ako je uvedené vyššie. Musí

byť zaručené, že vajíčka sú zdravé. Konzumácia surových vajec môže spôsobiť salmonelózu. Obidva prípravy treba pred použitím premiešať, lebo škrupina padá na dno. Kým sa nám vápnik v organizme doplní, je dobre nepremývať si jedlá z cestovín. Sliz na cestovinách je výborné náhradné mazivo do kĺbov. Tiež z odvaru cestovín treba robiť polievky. Kĺby mazať olejom z kvetu ľubovníka.

### *Kolika (všeobecne)*

do 1/2 litra teplého vína dať 1/2 lyžičky škorice – piť na 3 krát po 5 minútach. Zdúvanie – rozomelieme v rovnakých pomeroch aníz, fenikel a rascu. 1/2 lyžičky prášku na 3 dcl vriacej vody, nechať 5 minút vylúhovať, zliať a piť teplé. Na brucho priložiť teplé vrečko s horkou soľou a ovsom. Pri samovoľnom vychádzaní kameňa – ľanové plátno namočiť do horúcej vody – obklad na bedrá. Piť veľké dávky teplého čaju z kvetu lipy. Šálka mlieka, v ktorom sme 2 minúty varili 2 lyžičky rozdrveného feniklu. Obklad na brucho, meniť po 10 minútach. **Pozor však, aby to nebol zápal slepého čreva, alebo nepriechodnosť čriev !**

### *Koprivka*

pokožku potierať citrónom.  
Doplniť vitamíny A a E.

### *Kosti*

úlomky pri zranení vytáhuje utlčená čerstvá zelená vňať betoniky lekárskej. Keď nie je zelená vňať, suchú namočiť a priložiť obklad na noc. Ráno vymyť ranu vínom. Prevzaté.

### *Kostižer (infekčný kostný zápal)*

omývanie alebo obklad z odvaru prasličky. Na 1/2 litra vody 2 polievkové lyžice byliny. Obklady z odvaru listu orecha, na 6 dcl vody 3 listy orechov, alebo 3 polievkové lyžice drvených suchých listov.

### *Koža, keď puká – na rukách, alebo na päťach*

obklady z tvarohu na 3 hodiny. Opakovať podľa potreby, ale vždy len 1 krát denne. Potom natrieť výživným krémom.

### *Kožné vyrážky (akné)*

natierať bravčovou masťou pomiešanou s práškovým cukrom. Prevzaté.

### *Krče :*

#### *Krč kýchací*

pri neprestajnom kýchaní sýkať do nosa spráškovany gáfor. Možno aj inhalovať, alebo sa naparovať. Prevzaté

#### *Krče svalov*

teplý kúpeľ v odvare sennej mrvy. Na liter vody 6 polievkových lyžíc mrvy, 5 litrov odvaru na celkový kúpeľ.

Obklad, alebo omývanie odvarom materej dúšky. Na 5 dcl vody 4 polievkové lyžice odvaru.

### *Krče nôh*

potierať ich zohriatym rumom.

Omývanie studenou vodou s trochou octu. Krče bývajú obyčajne pri nedostatku vápnika.

Natierať liehovým výťažkom z koreňa velriány.

### *Krče žalúdka*

obklad z ľanového semena. Na liter vody 6 polievkových lyžíc semena, 4 minúty variť. Teplé prikladať.

Obklad z odvaru mäty s trochou sódy bikarbóny. Na 5 dcl vody 4 polievkové lyžice mäty. Horúce mokré obklady, na to priložiť suché.

Suchý horúci ovos, alebo ovsenné vločky v plátenom vrecku prikladať na žalúdok.

Potieranie žalúdka olivovým olejom.

Teplé obklady z ľanovej kaše, alebo z ovsenných vločiek. Každú hodinu piť 1 dcl odvaru fenikla (10 ks) a medzi tým 10 kvapiek valeriánovej tinktúry na kocke cukru.

### *Krče žalúdka a čriev*

piť odvar rumančeka – na 3 dcl vody 1 polievková lyžica rumančeka.

### *Krče žľníka, alebo močového mechúra*

obkladey z rozomletého semena ľanu vareného v mlieku. Prikladať na postihnuté miesto.

Žľníková kolika – odvar z rumančeka s citrónovou šťavou. Na 2 dcl vody 1 malá lyžička čaju, na to piť srvátku, alebo studenú vodu. Sedacie kúpele – 5 hrstí narezanej ovsennej slamy v 1/2 litri vody variť 1/4 hodinu. Asi 28 stupňový kúpeľ trvá 15 minút.

Teplý obklad z vody z niektorého pútnického miesta.

Žľníkový záchvat – teplý obklad zo sennej mrvy. Historické.

Teplý obklad z prostejovskej starorežnej a vody v pomere 1 : 1.

Zjesť spráškovanosú kožu z vnútornej strany žalúdka hydiny a zapiť. Pri pitvaní hydiny sa koža dobre umyje, usuší a odloží.

### *Krčové žily*

5 dní po sebe obklady na 1 hodinu denne z kyslej kapusty.

Obklady z teplej srvátky na 4 hodiny denne do zlepšenia stavu.

Obklady z čerstvého zeleného listu lopúcha, rozdrviť.

### *Krčové žily otvorené (bercové vrede)*

obklady z čerstvého listu mrlíka dobrého. Doplniť vitamín B1.

## *Krvácanie :*

### *Krvácanie z rany*

zastaví rozdrvený čerstvý list skorocelu kopijovitého, priložiť ako obklad.

Rozdrvená čerstvá vňať pastierskej kapsičky.

### *Krvácanie z nosa zastaví*

spráškovanosá suchá živica z borovice + bielok z vajca. Obklad na čelo a sluchy. Prevzaté.

Čerstvá vňať pastierskej kapsičky alebo skorocelu, niekedy stačí, keď sa táto bylina drží v ľavej ruke alebo v pravej podľa toho, z ktorej nosnej dierky tečie krv.

Voňať rozkrojenú cibuľu.

Trieť čelo čerstvou vňaťou nátržníka vzpriameného, alebo obklad z neho.

Kúsok vaty namočený v roztoku kamenca, alebo pavučina zabalená do vreckovky – priložiť na nos.

Rasca rozotretá s octom – voňať.

Šťava zo skorocela a rovnaký diel octu, obklad na chodidlá, dlane a na pravý bok nad pečeňou – zastaví krvácanie.

### *Krvácanie z maternice*

okrem rakoviny, ak je vylúčené krvácanie z nádoru – obklad z odvaru myšieho chvostíka. Na 5 dcl vody 5 polievkových lyžíc bylín. Počet obkladov podľa potreby.

### *Krvácanie prílišné pri menštruácii*

asi 5 dní pred menštruáciou piť čaj z odvaru myšieho chvostíka. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička čaju na 3 krát vypiť po jedle denne.

Piť odvar plúcника lekárskeho v bielom vína. Na 3 dcl bieleho vína 1 polievková lyžica plúcника, vypiť na 3 krát pred jedlom počas 2 dní.

Na lačno zjesť spráškovaný pamajorán + glukopur v pomere 1 : 2. Užívať 2 krát denne pol kávovej lyžičky. Užívať 2 dni.

### *Krvácanie vnútorné*

piť čaj z kôry broskyne. Prevzaté.

### *Krvácanie po páde*

piť betoniku lekársku v červenom víne (odvar) alebo v kyslom mlieku alebo v kozom mlieku. Prevzaté.

### *Krvné zrazeniny*

čerstvá udrenina – obklad z bieleho vína.

Modrina – obklad z čerstvého listu podbeľa, keď uschne vymeniť, v zime údené bravčové sadlo.

Priložiť kapustný list alebo rajčiny rozmiešané s medom.

### *Krvný tlak (úprava)*

najlepším liekom je nenosiť hodiny na ruke, ani vo vrecku, ani kľúče alebo iné kovy u seba

pri náhlom vystúpení tlaku je dobre vypiť citrónovú vodu.

3 týždne, každý deň piť čaj z rasce. Na 1 šálku vody 1 malá lyžička rasce, variť 5 minút, potom počas dňa piť po hltach, alebo kúpeľ rúk v odvare rasce. Na 3/4 litra vody 3 lyžice rasce, variť 8 minút, potom pridať 2 strúčiky cesnaku, nechať vylúhovať ešte 10 minút.

V odvare kúpať dlane rúk 20 minút 1 krát denne, cca 4 dni. Výborne čistí cievy.

### *Kurie oká*

natierať každý večer jódomovou tinktúrou kým neuschne. Nakoniec kúry si nohy vymočiť a otlaky odstrániť.

Cibuľa sa rozkrojí na polovicu po dĺžke a vloží sa do pohára s octom. Po 8 hodinách vyberieme jednu šupinu cibule, priložíme na kurie oko. Ostatná cibuľa zostane v octe. Takto prikladáme vždy na noc ďalšiu a ďalšiu šupinu. Kurie oko najprv obelie a neskoršie sa začne olupovať, až nakoniec sa dá vytrhnúť aj s koreňom.

Obuvnícku smolu natrieť na kúsok bavlnenej látky a priložiť. Po 2 týždňoch zopakovať a opakovať stále až kým sa nedá vytrhnúť. Prevzaté.

Na kurie oko rýchlo pôsobí zmes 7 dielov liehu a 1 diel chloroformu, navlhčiť tým vatú a priložiť. Bez bolesti sa vylúpi po niekoľkých minútach.

### *Kyselina žalúdočná*

zvýšená tvorba (pri nervozite) viac dní (podľa potreby) piť ráno 1 hodinu pred raňajkami šálku teplej vody. Niekedy je príčina v padnutom žalúdku.

### *Kývanie zubov*

pri paradentóze si najprv treba doplniť vápnik a horčík.

4 – 6 krát denne si vyplachovať ústa studeným odvarom prasličky, ale podržať ho trocha v ústach. Na 1/2 litra vody 3 polievkové lyžice prasličky roľnej.

Odvar pamajoránu vo víne držať v ústach. Na 1/2 litra vína 1 polievková lyžica pamajoránu.

### *Ľadviny :*

#### *Ľadviny čistí*

a vylepšuje ich činnosť pitie srvátky denne.

#### *Ľadviny*

udreté, keď má chorý horúčku, piť čaj z odvaru prasličky. Na 4 dcl vody 2 malé lyžičky byliny. Keď nemá chorý horúčku, môže byť odvar vo víne. Na 3 dcl vína 1 malá lyžička prasličky roľnej.

Čaj zo zelerovej vňate. Príprava: 4 dcl vody, 1 malá lyžička vňate, piť 3 krát denne po jedle.

Obklad na ľadviny z bieleho vína.

Keď bolia od zdvíhania ťažkej váhy – obklad z čerstvého chrenového listu na bolestivé miesto. Pokožku vopred nakrémovať.

Zápal – piť odvar zo suchých fazuľových luskov. Príprava: 1/2 litra vody, 1 polievková lyžica luskov, 10 minút variť, vypiť počas dňa. Používať ako doplnok liečby.

Piť odvar z lipkavca pravého.

Sedací kúpeľ z odvaru kvetov divozel'u. Na 1,5 litra vody, 5 polievkových lyžíc. Vyliať do kúpeľa, 10 minút kúpeľ + obklad z ľanovej kaše natretý na omastenom kapustnom liste na brucho.

Bolesti tíši a hojí šťava zo žltej tekvice. Prevzaté.

Pri cyste a glomerulonefritíde – 2 x denne obklad z dusenej cibule na masti, iba na 2 hodiny.

Potom cibuľu vymeniť. Opakovať niekoľko dní podľa potreby do zlepšenia stavu. Ako doplnok liečby.

Zastavenie močenia – semeno žihľavy zapíť dúškom bieleho vína. 1 malá lyžička rozomletého semena na 2 dcl vína.

#### *Ľadvinové kamene*

uvoľní kapusta varená v slepačej polievke – obklad.

Drobí – odvar koreňa ihlice trnistej vo víne. Na 1 liter vína 2 polievkové lyžice byliny. Užívať 3 x denne 2 polievkové lyžice bylinného vína.

Pichanie v ľadvinách – piť čaj z betoniky lekárskej. Na 3 dcl vody, 1 malá lyžička betoniky, 3 x denne vypiť po jedle, alebo spráškovanosť betoniku užívať zmiešanú s glukopúrom v pomere 1:2, 2 x denne 1/2 malej lyžičky asi 2 týždne.

### *Ladvinový piesok*

čaj zo zemežľče. Zápar: 1 malá lyžička, 3 dcl vody, 3 x denne vypiť 1 dcl. *Prevenčia:* vynechať ovocie okrem hrušiek, zo zeleniny ješť iba petržlen, piť odvar z púpavy lekárskej (koreň, list). Sladiť karamelom. Občas obklad zo surovej cibule na močový mechúr na 2 hod. denne. Nezadržiavať moč. Pri ľadvinových ochorenia sa doporučuje piť väčšie množstvo tekutín.

### *Ladviny*

horúčka – pri ochorení piť odvar uhorkového semena veraný s medom. Na 1/2 litra vody, 1 polievková lyžica semena, 5 min. varť. Vypiť na 3 x pred jedlom. Ako doplnok terapie.

### *Laknutie*

piť cukrovú vodu.

Vypiť horúce varené mlieko – ako sa dá zniešť.

### *Laktáciu zvyšuje*

pri kojení piť odvar vrškov a semena kôpru. Na 1/2 litra vody jednu malá lyžičku kôpru. Vypiť na 3 krát pred jedlom.

Nosiť bedrovník za ňadrami na holom tele.

Piť varený kôpor vo víne – na 2 dcl vína, 1 lyžička kôpru. Piť po hltoch.

### *Laktáciu znižuje*

čaj zo šalvie lekárskej – 1/2 lyžičky na šálku 1 x denne 2 týždne.

Potierať bradavky šťavou skorocela kopijovitého.

### *Lámka*

(reuma) jedávať často jahody.

Obklad zo spareného kapustného listu.

### *Lišaj (exém)*

umývať odvarom tabakových listov. Na 1/2 litra vody 1 polievková lyžica listov.

### *Lupiny vo vlasoch*

šťava z cibule s trochou alpy. Natierať 1 krát za týždeň.

Pred umytím poliať hlavu zriedeným (asi 40 %) denaturovaným liehom kúpeným bežne v obchode a hlavu zaviazať asi na 2 hodiny uterákom. Potom umyť. Lieh hreje, t.j. hlavu prekrví, vlasom sa dostane výživy, narastú nové. Kúra trvá dlhšie, t.j. aj pol roka.

### *Mandle a zápaly ústnej dutiny*

klokať odvarom majoránky, alebo kvetu bazy čiernej, alebo šalvie lekárskej, alebo tymiánu.

Na 1/2 litra vody jednu polievkovú lyžicu majoránky, alebo 1 polievkovú lyžicu šalvie, alebo 2 polievkové lyžice kvetu bazy čiernej, alebo 1 polievková lyžica tymiánu.

### *Mandle hnisavé*

listy slivky vo víne, odvar držať v ústach a odvarom výhonkov ostružiny varenej vo víne vyplachovať ústa. Na 1/2 litra vína 7 listov slivky, 2 minúty variť, 5 krát denne držať v ústach po 1 minúte, potom vyplúť.



Na 1/2 litra vína 2 polievkové lyžice výhonkov ostružiny, 2 minúty variť.

## *Maternica :*

### *Maternica slabá*

keď nemôže žena donosiť plod, alebo počať, sedacie kúpele v odvare ovsenej slamy, 10 minút. Na 2 litre vody 2 hrste rezanej ovsenej slamy 4 minúty variť, 8 minút vylúhovať. Kúpeľ 3 dni po sebe po menštruácii. Sedací kúpeľ z odvaru slezu nebadaného. Dávkovanie a postup ako u ovsenej slamy.

### *Maternicu po pôrode čistí*

jesť veľa petržlenovej polievky.

### *Maternica padnutá*

zmiešať rovnaké množstvo alechemilky a plavúňa, hodiť na žeravé uhlie – napařit sa nad tým. Prevzaté. Namočiť špongiu do dobrého silného vínneho octu a teplé priložiť na brucho. Vopred namstiť pokožku.

### *Maternica – zápal z prechladnutia*

konopné alebo ľanové plátno navlhčiť čerešňovicou a priložiť ako obklad. Alebo navlhčiť bielym hroznovým vínom a posypať práškovým zázvorom. Obklad na noc. Opakovať do zlepšenia stavu.

## *Mechúr zranený – krvavé močenie*

utlčené uhorkové semeno s vínom alebo mliekom vypiť. Príprava: 2 polievkové lyžice uhorkového semena + 3 dcl červeného vína alebo mlieka. Prevzaté. Varené listy a semeno skorocela jesť alebo prášok z toho do pokrmu. (10 listov skorocela alebo 1 polievková lyžica semena – zjesť v nejakom pokrme). Doplnok terapie. Prevzaté.

## *Menštruácia :*

### *Menštruáciu tlmí*

stavikrv vtáčí varený v kyslom víne. Príprava: 3 dcl vína, 1 lyžička stavikrvu, na 3 krát vypiť pred jedlom. Náparka nad dubovým listom (1 liter vody + 15 dubových listov, 3 minúty variť, náparka 1 krát denne počas 2 dní).

### *Menštruácia dlhotrvajúca*

10 g dubovej kôry 15 minút variť v 1/4 litri vody – denne vypiť na 3 krát pred jedlom počas 2 dní.

### *Menštruácia zastavená*

slabý odvar materinej dúšky (4 dcl vody + 1 lyžička materinej dúšky vypiť na 3 krát pred jedlom cez deň).

### *Menštruácia zastavená z prechladnutia*

horúci obklad z odvaru vratiča na podbruško (1/2 litra vody + 4 polievkové lyžice vratiča). Obklad dať na celú noc. Vnútorne sa neužíva lebo je toxický.

### *Menštruácia príliš slabá*

piť odvar pľúcника lekárskeho v bielom víne (3 dcl bieleho vína + 1 polievková lyžica pľúcника, vypiť na 3 krát pred jedlom počas 2 dní).

Na lačno ješť spráškováný pamajorán + glukopúr v pomere 1:2. Užívať 2 krát denne pol kávovej lyžičky. Užívať 2 dni.

### *Migréna*

pijavý papier namočený v octe, posypaný čiernym korením priložiť na hlavu a sluchy len na 1 hodinu, pokožku pred tým nakrémovať. Prevzaté.

1:2 slivovica a rybí olej, poliať tým ľanovú alebo konopnú handričku a priložiť na hlavu, dať na to igelit. Opakovať podľa potreby.

7 dcl pohár na zaváranie sa naplní mladými výhonkami zo smreku, pridá sa 1/2 dcl bieleho vína a 1 malá lyžička soli a obsah sa doplna doleje ALPOU. Dobré uzavrieť a nachať 3 týždne vylúhovať. Na migrénu, bolesti zubov, ischias a trojklanný nerv, natierať alebo obklady.

### *Mihanie pred očami*

studené obklady na tvár a chrbát

### *Mlieko zrazené pri zápale prsníka*

uvošní obklad z postrúhaného zeleru na celú noc.

Ješť šošovicu varenú v posolenej vode.

### *Moč :*

#### *Moč, kto nemôže udržať po prechladnutí mechúra*

sedacie kúpele slané – 1 hršť soli do kúpeľa a náparka nad prasličkou 1/4 hodiny, jeden krát denne. Opakovať 2 dni (2 litre body + 3 lyžice prasličky).

#### *Moč vyháňa – pri rezáku (bolestivé močenie)*

semeno kôpru varené vo víne (3 dcl vína + 1 lyžica semena kôpru, vypiť na 2 krát, opakovať 2 dni).

#### *Moč vyháňa a menštruáciu privodí*

kvet paliny pravej s rascou varený vo víne. Na pol litra červeného vína 1 lyžička paliny pravej a 1/2 lyžičky rasce, vypiť na 3 krát, užívať 1 deň.

#### *Močenie s krvou (prechladnutie, zápal)*

čaj z kôry broskyne, alebo kvet nechtíka lekárskeho vareného vo víne. Príprava: na pol litra vody 1 lyžica broskyňovej kôry (z trojročného stromčeka) variť 8 minút, vypiť cez deň 3 krát po jedle, do zlepšenia stavu.

3 dcl bieleho vína + 1 lyžicu nechtíka variť 3 minúty, vypiť cez deň 3 krát pred jedlom, do zlepšenia stavu.

### *Pomočovanie*

odvar ľubovníka bodkovaného, na 2 dcl vody 1 lyžička ľubovníka, vypiť na 3 krát pred jedlom, dĺžka užívania podľa potreby. Odvar použiť vždy čerstvý, zlatožltý !

### *Močopudné*

upražiť na masle rozdrvený chren, teplý odklad na podbruško.  
Jesť uvarenú cibuľu.

### *Močenie do postele u detí*

môže byť aj z patogénnej zóny. Niekedy stačí položiť pod posteľku zrkadlo obrátené lesklým dolu. Kov na zrkadle zachytí žiarenie zo spodných vôd, ktoré oslabuje zvierač mechúra. Zrkadlo po jednom týždni treba dať von na slnko a vymeniť za iné. Použitý zrkadlo treba dať potom stojmo medzi okná otočené lesklým von. Toto opakovať každý týždeň.

### *Mor – jedy*

v 4 dcl červeného vína uvariť 2 lyžice koreňa nátržníka husieho, vypiť cez deň na 3 krát pred jedlom, opakovať 5 dní. Pri horúčke variť koreň vo vode. Historické.

### *Morovú nákazu zaháňa*

všetko, čo je na borovici – živica, suchý koreň, čerstvé a zrelé semená alebo halúzky. Zapáliť a dym nákazu zaháňa. Historické.

Rozpáliť tehlu, liať na ňu ocot a výparmi dom naplniť.

Okiadzať sa klinčekmi, jesť ich alebo umývať si ruky a tvár octom, v ktorom sa máčali klinčeky (silný dezinfekčný účinok).

Jesť surovú cibuľu. Historické.

### *Mora keď niekoho trápi*

15 semien pivonky červenej rozdrviť, dať do medu alebo vína vypiť (1 dcl vína), vypiť na 3 krát pred jedlom. Použiť jednorázovo. Historické.

### *Nádcha :*

#### *Nádcha*

hodiť kadidlo na žeravé uhlie, výpary vdychovať a nos vyplachovať studenou vodou.

Hodiť ľanové semeno na žeravé uhlie a vdychovať.

Náparka nad zemiakmi uvarenými v šupke.

Natierať nos nechtíkovou masťou.

#### *Nádcha v začiatku*

alpou poľkať vreckovku položiť na tvár a dýchať cez to.

Strúčik cesnaku zabaliť do vaty a vložiť do nosa na 1/2 hodiny.

#### *Nádcha zastavená*

čelo potierať masťou z majoránky (1 lyžica jemne spráškovanej majoránky + 1 lyžica bravčovej masti)

pri prechladnutí (poklep na čelo bolí) – vložiť do plátna alebo gázy roztláčený teplý zemiak a prikladať na dutiny čelné a lícne. Cez toto položiť teplý, suchý obklad, aby to neochladlo. Po

vychladnutí zemiak vymeniť. Obklad má byť položený 3/4 – 1 hodinu, opakovať viackrát za deň.

Nahriať 1/2 kg soli na suchom pekáči a prikladať v plátenom vrecku na dutiny 2 krát denne. Soľ možno použiť iba 2 krát potom ju treba vymeniť. Soľ máme priloženú kým neochladne. Potierať koreň nosa olejom z kvetu ľubovníka.

### *Nádcha zastavená so zápalom dutín*

po vyhriatí soľou natierať tvár – dutiny pálenkou, v ktorej sa vylúhovalo pár kolíček chrenu. Tvár potom ošetriť krémom.

## *Nádory :*

### *Nádory nezhubné*

obklady z ľanového semena vareného v mlieku. Historické.

### *Nádor vnútorný*

jačmenná múka alebo otruby s octom a maslom, vypracovať z toho cesto a prikladať obklady. Prevzaté.

Zhubný (ako doplnok liečby po konzultácii s lekárom), čerstvý postrúhaný kaleráb dusený na masle, teplé priložiť na postihnuté miesto ako placku. K tomu treba 6 týždňov piť čaj z myšieho chvostíka (1 malá lyžička byliny na 3 dcl vody, variť 2 minúty). Túto dávku vypiť na 3 krát cez deň po jedle.

### *Nádor na prsníku*

(nezhubný) koreň bielej ľalie variť v kozej srvátke – obklad. Prevzaté.

### *Nádor vonkajší*

praslička naparená na sitku nad vriacou vodou (pozor nie variť). Teplú vňať prikladať, prekryť suchým a nechať až kým nevychladne.

### *Nadúvanie – čkanie*

zastaví aníz uvarený vo víne alebo vo vode, piť alebo z tohto odvaru obklad na žalúdok.

### *Náruživosť u žien znižuje*

ofbst, slrno prášok z koreňa archangeliky lekárskej užitý v bielom víne. Vylúhovať 8 hodín – 1 lyžica na 1/2 litra vína, vypiť na 3 razy cez deň alebo užiť na špic noža prášku jednorázovo. U mužov – vrbové listy spráškované do nápoja (1 lyžička) alebo palina pravá varená vo víne, na 2 dcl vína 1 zarovnaná lyžička paliny alebo prášok na špic noža jednorázovo.

### *Nedokrvenosť končatín*

náparka končatín nad odvarom sennej mrvy, na 1 liter vody 4 hrste mrvy. Končatiny striedavo ponárať do studenej a teplej vody.

### *Nechuť k jedlu*

(pre dospelých) 2 hrianky zo žemle posypať na obe strany škoricom, potom nalíať na panvicu dobrého starého vína, dať na to hrianky a variť až kým víno nevyvrie a hrianky nesčernejú. Potom ich zjesť.

Uvariť vo vode rozmarín, pomiešať to v pomere 1:1 s vínom a máčať do toho chlieb. Na 2 dcl vody 1/2 lyžičky rozmarínu 2 krát denne.

### *Nechutenstvo u tehotných*

medzi jedlom vypiť pohárik šampanského alebo lyžicu koňaku v pohoriku vody.

### *Nervy poranené a pohmoždené*

obklad – z bôbovej múky a octu vypracovať cesto.

### *Nespavosť*

cibuľu pokrájať na kúsky, poliať plátenkou, nechať to stáť 10 dní v teple, pridať do toho uvarený cukrový sirup. Večer 1 – 3 kávové lyžičky.

Kúpeľ nôh v teplej slanej vode pred spaním.

Studená voda 2 diely a ocot 1 diel, namočiť do toho bavlnené pančuchy, natiahnuť na nohy, obviazať vlnenou šatkou a ľahnúť si na 1 – 2 hodiny do postele. Ak pacient zaspí má si to po zobudení vyzuť.

5 – 6 makovičiek vlčieho maku uvariť v 3 dcl vody, obklad na čelo.

Obklad na čelo z čerstvých kvetov bazy alebo suchých do pláteného vrecka (nie z odvaru).

### *Nevôľnosť*

po šunke, párkoch, saláme, hríboch – 1/2 litra vody, 2,5 lyžičky dubovej kôry, 1/2 citróna, 1 malá lyžička petržlenu, 8 minút variť, potom vypiť.

### *Nizky tlak*

3 krát denne požívať pár lístkov rozmarínu.

Viac soliť, lebo to obyčajne pochádza nedostatku sodíka pri slabom žalúdku.

### *Nočné potenie*

pohár mlieka + 1 lyžica koňaku, vypiť pred spaním.

### *Nohy boľavé*

šľapy močiť v odvare ovsu. Na 1 liter vody 5 lyžíc ovsu. Kúpeľ 20 minút.

### *Nohy opuchnuté*

obklad na nohy z ľanovej látky namočený do vlastného moču.

Rozohriať dubovú dosku a postaviť sa na ňu kým neochladne. Prevzaté.

Prikladat' teplé suché pšeničné otruby.

### *Nohy unavené*

kúpeľ v odvare repíka alebo paliny pravej. Na liter vody 3 polievkové lyžice paliny, na liter vody 4 polievkové lyžice repíka. Kúpeľ by mal byť 2 minúty (teplý).

### *Nohy páchnuce*

vložiť mach čo rastie na zemi do topánok a preliečiť si ľadviny urologickým čajom aspoň 2 týždne. Prevzaté.

### *Nos upchatý*

uvoľní sa sľkaním teplého odvaru majoránky.

### *Nosné mandle*

figy sušené rozotreté a dobre vymiešané priložiť ako náplac na nos.

### *Nové tkanivo v rane narastie*

zasýpac usušeným spráškovacím semenom tekvice (keloidná jazva).

### *Oči :*

#### *Oči slabé*

umývac odvarom jačmeňa. Na 1/2 litra vody 2 polievkové lyžice jačmeňa, 5 minút varit', teplým odvarom umývac 2 – 3 krát denne.

#### *Oči zapálené*

priložiť šupu z plodu tekvice.

Obklad z teplého bieloho vína na 10 minút.

Obklad zo slivovice na 2 minúty. Potom ošetriť bravčovou masťou.

#### *Oči slabé, karpavé, zapálené*

obklad z prevarených jabĺk.

#### *Oči krvavé*

obklad z odvaru paliny pravej (slabý).

#### *Oči – šedý zákal*

obklad z lístkov ruského čaju teplý na 10 minút, piť ruský čaj.

#### *Oči posilňuje*

jedávac často čučoriedky.

#### *Oči - bel'mo*

v začiatkoch – oči najprv vymyť vodou z pútnického miesta, potom kvapnúť tekutého medu. Historické – prevzaté.

#### *Očný zápal*

obklad z odvaru listu vlašského orecha, 3 dcl vody, 1 lístom z orecha čerstvý alebo sušený.

#### *Oko udreté*

obklad z bieloho vína.

#### *Oko zapálené*

jačmeň – obklad z tvarohu a mlieka, každé 2 hodiny.

Pšeničný chlieb namočený do studenej vody – obklad.

Vymývac oči viacrát čajom z očianky, na 1/2 litra vody 1 polievková lyžica, nechat' prejsť varom.

*Okno zaprášené vápnom*  
vymyť cukrovou vodou.

### *Obrna údov*

plátno položené na noc do mraveniska, potom do neho zabaliť ochrnutý úd na 1/2 hodiny. Natierať gáfrovým olejom a rozcvičovať. Rozotrieť veľkú dávku chrenu, zabaliť do plátna, pofíkať vodou a prikladať na postihnuté miesta. Keby miesto sčervenelo, dať studený obklad.

### *Ochrnutie údov po viacnásobnom prechladnutí*

do plátenky namočiť konopný uterák – nežmýkať, len nechať odliecť, zabaliť do toho údy – 5 krát denne po 14 dní. Po 14 dňoch rozmiešať plátno s bravčovou masťou a robiť jemnú, ale rýchlu masáž 5 krát denne.

### *Ochrnutie po porážke*

piť odvar zemežľče. Na 3 dcl vody 1/2 malej lyžičky cca 2 týždne.

### *Ochromenie údov*

oviazať zajačou kožušinou alebo trieť vlnenou látkou.

### *Ochromenie jazyka*

žuje sa koreň bedrovníka.

### *Omrzliny*

denne umývať omrzlinu v horúcom odvare z orechového listu. Na 1 liter vody 4 listy orecha. Kúpele v odvare šošovice.

4 cibule rozrezať na kúsky, nasypať 2 polievkové lyžice soli, nechať pár hodín stáť. Potom touto šťavou natierať a nechať to uschnúť.

Vyčistenú uhorku od jadierok dáme vysušiť a odložíme. V prípade bolesti dať uhorku do teplej vody a priladať ju kým sa omrzlina nezahojí.

Umývať vlastným močom, odstráni to svrbenie a pálenie.

Rybí tuk + krieda, natrieť a posypať alebo urobiť z toho kašu a natrieť.

Vytopiť slaninku a do masť z nej pridať pár kvapiek arnikovej tinktúry, natierať. Arniku môže nahradiť aj nechtík lekársky.

Jedľové ihličie – 3 polievkové lyžice na 1 liter vody, variť 2 – 3 hodiny, precediť a v odvare kúpeť 3 krát denne 10 – 15 minút.

Pri svrbení – kúpeľ v odvare zemiakových šupiek.

### *Omladzovací čaj*

veľmi slabý čaj z kvetu alechemilky, na 3 dcl vody 1/2 malej lyžičky čaju. Upevňuje prsia u žien a osviežuje starcov.

### *Opálenie na horúcom plechu*

hojí sa veľmi ťažko. Obklad z kvetu bielej ľalie namočenej v olivovom oleji. (ľalia sa máča v oleji najmenej mesiac).

### *Opilost'*

dať vyplíť silnú čiernu kávu alebo sladké mlieko. Propolisová tinktúra – 6 kvapiek na 1 dcl vody vypíť jednorázovo.

### *Opilosti zabráni*

piť na lačno zápar z paliny pravej, na 3 dcl vody 1/2 malej lyžičky byliny. Jednorázovo.

### *Opuchy :*

#### *Opuchy*

odvar octový z koreňa ihlice trnistej. Na 3 dcl octu 1 polievková lyžica koreňa, 5 minút variť, obklad.

Dym zo spálenej mäty (ľudový názov konskej, vodnej, ktorá rastie pri potokoch) púšťať na opuch.

#### *Opuch celkový*

balíť do upraženého ovsu 1 krát denne, opakovať kým sa opuch nestratí. Nemocný sa od toho potí.

Uvariť koreň bazy čiernej, na 1/2 litra vody 1 polievkovú lyžicu koreňa, odvarom umývať celé telo.

#### *Opuch členka*

keď je opuch okolo členka ako venček a po žiadnom lieku neodpuchne, ide obyčajne o čiastočné vykĺbenie. Treba to dať napraviť a potom sa doliečuje.

#### *Opuch prsníkov*

hrst rumančeka pravého sparíť v 1/2 litri vody a prikladať teplé obklady.

#### *Opuch na pohladných údoch*

jačmenné otruby zmiešať s octom a maslom a cesto priladať.

#### *Opuchy tvrdé*

aj vnútorné zmäkčuje – ľanové semeno s olejom, medom a vodou. 6 polievkových lyžíc semena, 1 polievková lyžica oleja, 1 polievková lyžica medu a 1,5 litra vody 10 minút variť.

#### *Opuchy horúce*

pastiersku kapsičku rozdrvať, zmiešať s octom a prikladať vlažné.

#### *Opuch následkom vodnatel'ky*

borievku rozdrviť, zaliať olejom, 10 dní nechať stáť – potom natierať.

Olej borievky s lojom zmiešať a použiť ako masť. Môže sa pridávať aj do kúpeľa.

### *Oslabenie nôh a rúk*

4 čajové šálky olivového oleja, 2 polievkové lyžice gáfru, 2 polievkové lyžice mentolu vymiešať, natierať tým ruky a nohy.



### *Ospalosť*

piť varené klinčeky vo víne. Na 1/2 litra vína 5 – 6 klinčekov, piť 3 krát denne 1 dcl.

### *Osýpky*

uvarené figy dať do nápoja a do šošovicovej polievky pridať semeno repy. 2 diely vody a 1 diel liehu – natierať telo.

### *Osýpky keď nemôžu vyraziť*

pri zachladení – z čerstvého kyslého mlieka urobiť tvaroh a do teplého tvarohu zabliť najdlhšie na 1 hodinu. Navrch suchý zábal.

### *Otlačené nohy*

pečená cibuľa na chodidlá na noc ako obklad.  
Natierať šťavou z cibule zmiešanou so slepačím tukom.

### *Otravy rôzne*

užiť odvar dubovej kôry v mlieku. 1/2 malej lyžičky práškovej kôry na 2 dcl mlieka. Kôru vyriť 1/4 hodiny v 1 dcl vody potom pridať mlieko a nechať zovrieť. Túto dávku užiť 2x denne.

### *Otravy hričkami*

1 krát užiť odvar z červenej reďkovky ako prvú pomoc. Vyvolá zvracanie. 2 polievkové lyžice olúpanej nastrúhanej reďkovky variť 5 minút v 4 dcl vody. Navštíviť lekára.

### *Otrava krvi pri poranení*

umývať odvarom z listu červenej repy (1/2 litra vody a 2 listy červenej repy).

### *Pád, pohmoždenie, odreniny*

odvar betoniky, čakanky, myšieho chvostíka a skorocel'u v pive – piť. Prevzaté.

### *Pach z úst*

zobrať studenú, pramenitú vodu (môže byť z pútnického miesta), dobre ju osoliť a po 3 dni ráno na lačno s ňou zjesť toľko ražného chleba koľko človek vládze.

### *Páchnutie z úst od žalúdka*

vo víne variť palinu pravú (1/2 lyžičky na 2 dcl) a citrónovú kôru. Citrón najprv dobre umyť v octovej vode. Páchnutie býva obyčajne od spadnutého žalúdka, treba urobiť diagnostiku. Citrónovú kôru variť 5 minút, pridať palinu 2 minúty variť a 5 minút vylúhovať.

### *Pakostnica (dna)*

koreň žihľavy varený v silnom víne – piť. Na 3 dcl vína 1 polievková lyžica koreňa, 5 minút variť. Vypiť na 3 krát po jedle.

### *Palec na nohe zapálený*

1,5 dcl sladkého mlieka dať zohriať, pridať malú lyžičku octu, aby sa to zrazilo – z toho potom obklad na 1 hodinu 1 krát denne.

### *Pamäť slabá*

3 krát do roka si urobiť prečistenie ciev čajom z rasce. Na 3 dcl vody malá lyžička rasce, 8 minút variť. Čaj piť počas dňa po hltoch 5 dní po sebe.

### *Pálenie záhy*

je vždy pri padnutom žalúdku. 4 dni po sebe vypiť ráno na lačno 3 dcl dobre teplej vody. Až o 1 hodinu jesť.

### *Pankreas a žľčník posilňuje*

1 balíček majoránky, 20 bobkových listov spráškovať, preosiať cez jemné sitko. Potom pridať 1 malú lyžičku práškoveho zázvoru a 8 lyžíc glukopúru. Zmiešať spolu, dobre uzavrieť a užívať 2 krát denne 1/2 malej lyžičky a zapíť. Môže sa užiť aj pri narušenom trávení. Pri dlhších problémoch so žľčníkom a pankreasom treba užívať aj 3 týždne.

### *Pásomnica*

skoro ráno jesť olúpané jadierka z uhorky alebo hodne jahôd.

4 dni po sebe večer namočiť do vody 2 polievkové lyžice celého maku. Ráno na lačno 1 hodinu pred raňajkami ho zjesť, ale pre jeho zjednením treba vypíť za štamperlík koňaku alebo borovičky, potom zjesť mak.

Kto nemôže jesť mak, môže sa z jeho odvaru urobiť obklad. Na 7 dcl vody 7 polievkových lyžíc maku, 8 minút variť. Do odvaru namočiť handru, priložiť teplé na celé brucho. Opakovať 4 noci.

### *Pečeň :*

#### *Pečeň zväčšená*

vínové obklady z portugálu (víno).

#### *Pečeň – zápal*

obklad z utlčených malinových listov na pečeň. Obklad odníma horúčku.

Do odvaru šošovice namočiť ľanové plátno a priladať na pečeň.

Malinové listy ako obklad sa dávajú dovtedy, kým neuschnú.

Obklady z odvaru vňate čakanky. Na 1/2 litra vody 2 polievkové lyžice vňate variť 10 minút.

#### *Pečeň opuchnutá*

ľanové semeno varené vo vode a oleji – obklad. Na 1/2 litra vody 3 polievkové lyžice semena a 1 polievkovú lyžicu oleja. Variť 10 minút.

#### *Pečeň chronická*

natierať teplým olivovým olejom a k tomu užiť polievkovú lyžicu olivového oleja. Po porade s lekárom.

#### *Pečeň keď nepracuje*

piť čaj z betoniky lekárskej alebo obklady z nej. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička čaju, na pitie.

Na obklad 4 dcl vody 4 polievkové lyžice betoniky. Čaj sa pije 2 – 3 týždne, obklad cca 5 nocí pretože obklad má taký účinok ako pitie čaju celý týždeň.

Obklad z prostějovskej starorežnej s vodou v pomere 1:1 na noc.

Práškovaný horec vo víne. Zapíť prášok, alebo zmiešať. Na špic noža do 1 dcl vína.

### *Pečeň keď zle pracuje*

čaj z koreňa púpavy lekárskej. Na 3 dcl vody 1 polievková lyžica koreňa. Na 3 krát vypiť pred jedlom, 2 týždne. Vínný odvar z ihlice trnistej. Na 1/2 litra vína 1 polievková lyžica koreňa ihlice, 5 minút variť. Na 3 krát vypiť pred jedlom cez deň. Kúra 2 týždne.

Piť čaj zo skorocelu a jesť veľa tvarohu. Na 3 dcl vody 1 malú lyžičku čaju. Vypiť na 3 krát pred jedlom. Piť 2 týždne.

### *Pečeň čistí*

kúpeľ nôh 20 minútový v odvare dubovej kôry 5 – 6 dní. Na 7 dcl vody 2 polievkové lyžice kôry, 1/4 hodiny variť. Odvar sa pripraví vždy čerstvý.

Obklad na pečeň z odvaru dubovej kôry. Dávka ako do kúpeľa. U veľmi preliekovanej pečene postačí 10 obkladov po celú noc. Ak sa chce čistenie po čase opakovať, potom sa použije obklad z odvaru šalvie lekárskej. 4 – 5 lyžíc byliny na 1 liter vody, 5 minút variť.

Čakanka – byl s kvetom – dávka na 1 liter bieleho vína vylúhovať 8 – 10 dní. Užívať ráno a večer 0,5 dcl.

### *Pečeň keď tvrdne*

listy kopytníka európskeho máčané cez noc vo víne, ráno vypiť teplé. Na 1/2 litra vína 1 polievková lyžica listov. Vypiť 1 dcl pred jedlom, 1 krát denne. Kúra trvá 2 týždne.

### *Pečeň*

vodnatieľka od nej – koreň pastrnáka usušiť, rozdrviť a užívať s medom 1 malú lyžičku prášku a 1 malú lyžičku medu. Pri opuchoch brucha užívať 1 krát denne 2 týždne. Ako doplnok liečby.

List kopytníka macerovať vo víne – piť teplé. Na 1/2 litra vína 1 malá lyžička kopytníka macerovať celú noc. Dávka je na 3 dni. Kúra trvá 6 dní, pôsobí močopudne.

Koreň špargle varený vo víne. Na 1/2 litra vína 2 lyžice postrúhaného koreňa. Užiť cca 2 dávky 1 krát denne. Uvedená dávka je na 4 dni, kúra trvá 8 dní.

### *Pehy a škvrny*

zmiešať škoricu s medom a natierať.

Natierať octovým výťažkom z chrenu.

Hrst rozkrájaného koreňa petržlenu zaliat 1 litrom vody a nechať stáť 1 týždeň na slnku dobre prikryté – natierať viac týždňov pred spaním.

Umývať slanou vodou.

Do 1 litra mlieka vytlačiť 1 citrón, pridať 1 lyžičku pálenky, lyžičku cukru, všetko pár minút povariť. Po vychladnutí natierať.

### *Pery popukané*

bravčovú masť zmiešať s práškom z listov bazalky pravej a natierať.

### *Pery a ruky popukané*

zohriať sladkú smotanu až vyzerá ako maslo – 2 krát denne natierať.

### *Piesok v moči*

čaj z vňate zeleru – 4 dcl vody, 1 polievková lyžica vňate zeleru, 4 minúty variť, vypiť cez deň na 3 krát po jedle každý druhý deň 3 týždne. Obklad na obličky alebo mechúr podľa toho, kde

sa piesoch nachádza cca 5 nocí. Na 4 dcl vody 2 polievkové lyžice postrúhaného koreňa zeleru 4 minúty variť a zmes natrieť na plátno, priložiť každú druhú noc. Keby sa obklad a čaj dával každý deň, vylučovanie by bolo príliš prudké, piesok by mohol narušiť a poškodiť sliznicu močovodu.

### *Pigment strata*

javí sa, že je to z nedostatku vitamínu A a E, treba doplniť. Vitamín E jedávať len každý piaty deň v prirodzenej forme, vitamín A každý deň cca 5 týždňov. A – listová zelenina, fazuľa, mrkva, marhule, paradajky, hrach, zeler, maslo, mlieko, olej z rybacej pečene. E – orechy, semená – mak, hrach, sója, jedlé oleje lisované za studena.

### *Pichanie v boku*

v chrbáte – v krížoch – obklady z nastrúhaného chrenu, keď miesto sčervenie odložiť. Ak vznikne na mieste pľuzgier, treba ho ošetriť ako popáleninu. Je to účel liečby aby škodlivina vyšla na povrch.

Pšeničné otruby pokropiť octom a zohriate prikladať.

Obklad z uvareného semena ľanu, teplý prikladať na konopnom alebo ľanovom plátne.

Priložiť kapustný list, ktorý sme predtým ponorili do horúcej vody, aby zmäkol, potrieť ho maslom alebo slepačím tukom, posypať práškovou rascou a teplý priložiť.

### *Pleseň kožná*

vodný roztok z kamenca – 1 malá lyžička na 3 dcl vody – kúpele.

### *Plešatosť*

vtierať čistú šťavu z cesnaku do pokožky alebo nakrájanú cibuľu vylúhovať cez noc v čistom liehu. Natierať aj obklady. Sčervenanie kože nie je na závalu, pretože sa jedná o prekrvenie, ktoré je užitočné pre výživu vlasového lôžka. Šťavu necháme pôsobiť na pokožke 10 minút, potom umyjeme. Ak dávame obklady z vylúhovanej cibule treba pokožku ošetriť krémom pretože lieh vysušuje. Obklad necháme pôsobiť 3 hodiny.

### *Plod pri pôrode pomáha vypudiť*

vypíť vodu, v ktorej sa varilo 4 – 5 kusov vajec na tvrdo. Dá sa vypíť žene až keď už nemá sil na vytlačenie plodu. Historické, prevzaté zo starých herbárov.

### *Plodnosť u žien napomáha*

nohy kúpať v odvare vratiča a materinej dúšky. Na 1 liter vody 2 polievkové lyžice vratiča a 2 polievkové lyžice materinej dúšky. Kúpeľ 1 krát denne 20 minút 3 dni pred menštruáciou.

### *Plúca – posilnenie*

piť jeden krát denne 3 polievkové lyžice vína z veroniky lekárskej po jedle cca 10 dní. Na 1/2 litra vína 1 polievková lyžica byliny, prevariť.

### *Popálenina*

posypať sódou bikarbónou alebo namočiť viackrát do kyslej smotany.

Ľanový olej a vápenná voda z lekárne v pomere 1:1 – obklad.

Pri ťažkej popálenine obklad s hrubým náterom čistého včelieho vosku.

Surové postrúhané zemiaky rozmiešať s potlčenou kriedou a ľanovým olejom – potierať.  
Silný odvar z ruského čaju, 2 polievkové lyžice variť niekoľko minút v litri vody.  
Obklad z kyslej kapusty alebo surového postrúhaného zemiaka alebo natierať medom

### *Popálenina od slnka*

natierať kyslou smotanou alebo zriedenou slabou octovou vodou.

### *Popukané ruky*

4 lyžičky masla a 1 lyžička medu, zmiešať a natierať.

### *Popukané ruky a nohy*

umývať v mlieku so záparom rumančeka. Na 3 dcl vody 1 polievková lyžica rumančeka.

### *Poranenia vnútorné aj vonkajšie*

piť alchemilku obyčajnú alebo dávať z nej obklady.

### *Porazené údy (následok mozgovej príhody)*

natierať levanduľovým olejom.

### *Pokrčené a stiahnuté údy*

palina obyčajná s rascou a repíkom uvariť v bielom víne a napařit postihnuté miesta alebo sa kúpať v odvare. Príprava: na 1 liter vína 2 polievkové lyžice paliny obyčajnej, 2 polievkové lyžice repíka, 1/2 malej lyžičky rasce, 4 minúty variť. Napařovať pokiaľ je odvar teplý, prípadne prihrievať podľa potreby. Deti 10 minút, dospelí 15 – 20 minút.

### *Porážka (mozgová príhoda)*

napařovať sa nad odvarom z fazuľového struku, rumančeka a čistca. Náparka – 1 liter vody, hrst fazuľových strukov, 2 polievkové lyžice rumančeka, 2 polievkové lyžice čistca. Fazuľové struky variť prvé 4 minúty, potom pridať čistec a variť 2 minúty, nakonie rumanček iba zapariť. Napařovať sa nad tým 10 minút najviac 10 dní. Pri kašľaní sa môže objaviť krv, netreba sa zľaknúť. Ako doplnok liečby.

### *Porážka jednostranná*

šalviový odvar piť ráno a večer a natierať aj údy. Odvar na jeden deň – 3 dcl vody, 1 malá lyžička šalvie, variť odokryté 3 minúty – vypiť na 3 krát po jedle. Užívať 7 dní.

### *Proti porážke (prevencia)*

ráno na lačno jesť niekoľko horčičných semien. Prevzaté.  
Pustiť krv z nosa pomocou žihľavovej šťavy alebo šnupnutím tabaku. Prevzaté.

### *Postielku po pôrode vypudí*

kvet, vňať a byľ nechtíka spáliť a napařit sa na dymom. Prevzaté.  
Palina obyčajná – teplý obklad z odvaru na podbruško. Na 1/2 litra vody 5 lyžíc paliny.  
Historické, prevzaté zo starých herbárov.

### *Poštipanie hadom*

postrúhaný cesnak ako obklad a zároveň ho aj jesť. Historické, prevzaté zo starých herbárov.

### *Potencia prílišná*

15 g koreňa valeriány, 30 g chmeľovej šišťice spolu zmiešať. Pripraviť zápar z 1 malej lyžičky zmesi, 1 hrnček vody, 2 minúty variť – vypiť pred spaním.

### *Potenciu zvyšuje*

2 g vanilky 2 – 3 krát denne. Spráškovanos vanilku zmiešať s glukopúrom v pomere 1:1, takto užívať.

### *Prasknuté päty*

balit' do tvarohu na 1 hodinu 1 krát denne a doplnit' si vitamín A a E.

### *Podagra (dna)*

na postihnuté miesto prikladať horúcu soľ, len čo ochladne vymeniť. Jdenu soľ možno použiť len 2 krát.

Pri chronických záchvatoch obklady z horúcej vody, potom zabaliť do suchého.

### *Pohmoždeniny – modriny*

obklad z bieleho hroznového vína.

Obklad zo sparených listov betoniky lekárskej.

Obklad z čerstvej vňa ľubovníka bodkovaného.

Umývať odvarom materej dúšky.

3 lyžice soli do pohára vody, pridať 3 lyžice octu dávať obklady.

### *Pohrudnica – zápal*

listy kapusty zohriať na horúcej tehle, aby zmäkli, pomastiť masťou alebo slepačím tukom, posypať mletou rascou a teplé priladať na hrudník. Ako doplnok terapie.

### *Pohryznutie besným psom*

obklad z utlačenej čerstvej mäty so soľou. Historické, prevzaté zo starých herbárov.

### *Pohryznutie psom alebo hadom*

umývať v hypermangáne. Historické, prevzaté zo starých herbárov.

Uhorkové listy varené vo víne. Historické, prevzaté zo starých herbárov.

### *Pohryznutie koňom*

priložiť rozžutú fazuľu. Historické, prevzaté zo starých herbárov.

### *Potenie rúk*

hrst' dubovej kôry variť pol hodiny v 2 litroch vody, vo vychladnutom kúpať ruky 10 minút denne cca 5 dní.

20 g listov šalvie lekárskej povariť 5 minút v 3/4 litri vody, odstaviť a po pol hodine zliať – robiť kúpele rúk 10 minút denne cca 5 dní.

Potierať šťavou z pastierskej kapsičky.

### *Potenie nôh*

1/4 kg dubovej kôry variť 10 minút v 5 litroch vody – kúpeľ nôh 1 krát denne, dospelí 20 minút, deti 10 minút vo vlažnom odvare.

### *Potenie privodí*

čerstvé brezové lístie dať v hrubej vrstve na telo a zabaliť sa do vlnenej prikrývky na dve hodiny.

### *Polyp v nose*

na prášok utľený sladičový koreň vkladat' do nosa.

### *Pomočovanie*

sedací kúpeľ v odvare vratiča – kvitnúce vršky. Na 1 liter vody 3 vršky, kúpeľ dospelí 20 minút, deti 10 minút.

### *Potrat*

proti nemu – po 4. mesiaci tehotenstva 1 krát denne piť zápar z alchemilky obyčajnej. Jedna čajová lyžička na 2 dcl vody.

### *Preležaniny*

natierať telo zriedeným liehom (prevencia).

Dať pod posteľnú plachtu srnčiu kožu hore chlpmi (prevencia).

Natierať telo rozrezaným citrónom (prevencia).

Natierať telo výživným kozmetickým krémom (prevencia).

Obklady z odvaru šalvie, 1/2 litra vody, 3 lyžice šalvie (liečba).

### *Priedušky*

inhalácia nad mäťou piepornou,

na žeravé uhlie vhodit' cukor a toto dýchať,

upražit' na masle chren do ružova, pridať medu, zjesť a zapit' čajom,

zápal – obklad zo záparu šalvie. Na 1/2 litra vody 2 lyžice šalvie. Teplý obklad na noc,

zápal chronický – asi 2 týždne piť čaj zo záparu majoránky. Na 3 dcl vody 1 malú lyžičku

čaju a súčasne 5 nocí obklad na priedušky alebo chodidlá nôh z bravčovej masti,

zápar z mladých výhonkov borievky obyčajnej. Na 3 dcl vody 1 čajovú lyžičku výhonkov, cez deň vypit' na 3 krát, užívať 2 týždne,

vyčistenie od usadených hlienov – najskôr treba piť denne ráno na lačno 1 šálku čaju z odvaru kvetu bazy čiernej + 1/2 žltka a trochu medu do toho. Vypit' naraz 1 hodinu pred raňajkami.

Na noc dať ešte obklad z toho istého odvaru len silnejšieho bez žltka a medu na priedušky. Po

týždňovej kúre sa hlieny odvlhčia. Potom ešte treba na noc rozotrieť 1 strúčik cesnaku

s bravčovou masťou, natrieť na handričku, priložiť na chodidlá toľko nocí, koľkokrát sme pili

čaj. Po tejto kúre sa priedušky vlhkým kašľom vyčistia. Aby sa ďalšie hlieny neusadili na

prieduškách treba doplniť vitamín A a E, ktoré budujú dobrú sliznicu na prieduškách. **U malých detí treba dávku znížiť až na jednu tretinu a cesnak na polovicu.** Toto mnohokrát pomôže aj astmatikom.

### *Prietrž u detí (pruh)*

bioterapeut môže prietrž sceliť energiou + obklady z alchemilky obyčajnej. Na 3 dcl vody 1 polievkovú lyžicu čaju cca 5 nocí.

### *Prostata zväčšená*

aspoň 2 týždne piť čaj z myšieho chvostíka. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička čaju, na 3 krát cez deň vypiť po jedle,  
tiež piť čaj z vrbovky a zlatobyľu v pomere 1:1. Pri ochorení prostaty veľmi škodí nosenie hodínok a kľúčov u seba. Kovy priťahujú žiarenie a škodia.

### *Prsia :*

#### *Prsia opuchnuté pri zápale*

pšeničné otruby varené s múkou – obklad,  
medzi handru (najlepšie konopnú) dať kyslé mlieko a prikladať. Keď sa mlieko zrazí na tvaroh, treba ho vymeniť.

#### *Prsia zatvrdnuté z nevyprázdneného prsníka pri kojení*

obklad z varenej šošovice vo vode a soli prikladať vlažné. Alebo obklad zo záparu mäty. Na 5 dcl vody 3 polievkové lyžice mäty, zápar.

#### *Prsia zapálené*

obklad zo silného liehu na konopnom, prípadne ľanovom plátne.

#### *Prsia zhnisané*

priložiť cesto z medu a ražnej múky. Keď cesto uschne, odlepí sa a priloží sa nové. Pri každom odlepení sa z kože uvoľní 1 vrstva, až sa nakoniec otvorí a hnis vytečie.

#### *Prsníky*

nádor zhubný – obklad z dvoch dielom sladkej smotany a 1 dielu medu. Obklady sa dávajú na celú noc. K tom sa pije čaj z myšieho chvostíka po dobu 6 týždňov. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička čaju na 3 krát denne to vypiť po jedle. Pomocná liečba po porade s lekárom.  
Pomocná liečba – umývať odvarom benediktu lekárskeho. Na 1/2 litra vody 5 polievkových lyžíc 4 krát denne umyť. Potom priložiť obklad zo slivovice na 3 hodiny. Napadnuté tkanivo odumrie kým nie sú napadnuté mliečne žľazy. Pomocná liečba po porade s lekárom.  
Obklad z čerstvého listu vlkovca na noc.  
Obklad z pomliaždenej čerstvej vňate benediktu lekárskeho.  
Pri nádore na prsníku je dobré dať si skontrolovať aj vaječník. Obyčajne je napadnutý aj ten.

### *Pupok keď vychádza*

obklad zo skorocela bľskového rozdrvený zmiešaný s octom priložiť na 2 hodiny jeden krát denne. Opakovať podľa potreby.

### *Pupoček u kojencov vyskočený*

lepiť náplastou kým nespevnie. Tiež spevňovať bioenergiou. Dáva sa aj gombička s vystúpenou dierkou zabalená do vaty alebo gázy.

### *Rak a vlk (Fándly)*

piť odvar veroniky lekárskej a z toho aj obklad. Na 4 dcl vody 1 polievková lyžica veroniky, na 3 krát to vypiť pred jedlom denne. Na obklad 5 dcl vody a 3 polievkové lyžice bylín.  
Prevzaté.



## *Rakovina*

prevencia – najlepšie je jesť často cibuľu jemne udusenú na raňajky. Prevzaté zo starých herbárov.

## *Rakovinové rany*

kvet nechtíka dobre rozmiešať s bravčovou masťou. Môže byť čerstvý alebo suchý. Natierať. Ako pomocná liečba po porade s lekárom.

## *Rakovina kožná*

umývať kvetom kosatca modrého. Na 1/2 litra vody 3 polievkové lyžice kosatca, 1 minútu variť.

## *Rany všeobecne*

obklad z čerstvého listu bazy čiernej alebo umývať odvarom ktorejkoľvek horkej byliny.

## *Rany*

betonika lekárska čerstvá – obklad alebo umývať suchou vňatou varenou vo víne. Na obklad 1/2 litra vody, 3 polievkové lyžice betoniky.

## *Rany, ktoré treba šiť*

stiahne jaseňová čerstvá kôra. Prevzaté zo starých herbárov.

## *Rany staré - otvorené*

umývať odvarom šalvie. Na 1/2 litra vody 3 polievkové lyžice šalvie.

## *Rany a vredy*

rozmačkaný čerstvý dubový list, alebo prášok zo suchého na obklad.

Umývať odvarom hrachu.

Vymývať odvarom rozmarínu alebo zasýpať práškom z neho. Na 4 dcl vody 1 malá lyžička rozmarínu.

## *Rany vnútorné po pádoch*

koreň kostihoja varený v červenom víne. Na 1/2 litra červeného vína 2 polievkové lyžice koreňa. Na 3 krát do vypit' po jedle cez deň 3 dni po sebe.

## *Rany s poškodením nervov*

hojí utľčená prášková vňa prasličky priložená na ranu. Zastavuje krvácanie.

## *Rany na nohách*

staré – za hrst' dubovej kôry a za hrst' rezanej prasličky uvariť v bielom víne, naliať to do vysokej drevenej nádoby a urobiť v tom kúpeľ na nohy 45 minútový. Opakovať do zlepšenia.

## *Rany ťažko hojiteľné*

čerstvý list skorocela prikladať.

Zmeniť miesto na spanie kvôli geopatogónnej zóne.

### *Rany hnisajúce*

umývať odvarom rumančeka, 2 minúty povariť.  
Natierať prevarenou sladkou smotanou.

### *Rany staré hnisajúce*

rozdrvená surová alebo varená repa ako náplasť.  
Listy lopúcha čerstvé prikladať.  
Zasýpať spráškovanými tekvičnými semenami.

### *Rana krvácajúca*

nakvapkať šťavu skorocela alebo myšieho chvostíka – zastavuje krvácanie.

### *Rana sa rýchlo zahojí*

do teplého sladkého mlieka naliať trochu octu, aby sa zrazilo na tvaroh, potom prikladať obklady na ranu.

### *Rebrá – konce na dotyk bolestivé*

postrúhaný chren l malú lyžičku v pol litri mlieka vylúhovať cez noc. Potom tým natierať bolestivé miesta. Použiť teplé.

### *Reuma*

ražné otruby zohrievať a prikladať.

Nakrájanú čerstvú žihľavu dať do pohára, zaliať olejom na 2 týždne a natierať tým.

Preliečiť si ľadviny.

Jedávať surovú cibuľu.

Piť odvar kvetu bazy (pri horúčke).

Kvet gaštana namočený do liehu (2 týždne vylúhovať), natierať.

Mladé výhonky borievky (jalovca) namočiť do liehu na 2 týždne, natierať.

Mladé šišky jedle rozdrviť, namočiť na 2 týždne do liehu, natierať.

Mladé jedľové ihličie zaliať liehom na 3 týždne, natierať.

Brezové listy čerstvé v období od 25. Mája do začiatku júna nazbierať, dať do vaničky a vyložiť na rannú rosu okolo tretej hodiny ráno. Nechá sa to do šiestej hodiny vonku. Potom také vlhké vysypeme na plachtu v posteli, nemocný si do toho ľahne chrbtom, prikryje sa perinou a leží v tom 6 hodín. Chorý sa začne potiť, po šiestich hodinách sa prezlečie do suchého a ľahne si na 6 hodín pod suchú perinu. Toto sa môže urobiť aj pri slabosti tela alebo úplnej nevládnosti (jednorázovo).

### *Reuma chronická (artróza)*

pri zmenách na kĺboch kúpele s pridaním hrste horkej soli (dostať v drogérii). Začínať s 15 minútovým kúpeľom, neskôr dlhšie každý tretí deň. Počet kúpeľov podľa potreby do zlepšenia stavu. Kúpeľ má byť dostatočne teplý. Keď má chorý postihnuté kĺby na rukách môže kúpeľ trvať až hodinu. Horká soľ rozpúšťa usadeniny na kĺboch. Asi po 30-tich kúpeľoch sa uľaví alebo nastane i úplné vyliečenie. Po každom kúpeli treba natrieť telo gáľovým liehom, ošetriť pokožku vhodným krémom. Ako doplnok piť čistiace (metabolické) čaje.

### *Reuma so zablokovaním kĺbov*

1 kg domácich zemiakov aj so šupou ešte pokiaľ neklíčia variť v troch litroch vody s kúskom zeleru. Cca 3 – 4 týždne podľa potreby piť tento odvar cez deň a k tomu jesť zemiaky

rozmixované na kašu. Iné nič nekonzumovať. Táto kúra vyčistí celý organizmus, je účinná aj proti obezite.

Octový odvar ihlice trnistej – natierať. Na 1 liter octu 4 polievkové lyžice postrúhaného koreňa aj sušeného 10 minút variť.

### *Reumaticky zdúrené svaly*

liehový výťažok čerstvého koreňa kostihoja s masťou. Natierať. Na 1/2 litra liehu 3 polievkové lyžice koreňa, vylúhovať 14 dní.

### *Rezák – bolestivé močenie*

vypiť 2 – 3 krát denne šálku čaju z nechtíka. Pri pití čaju treba ešte priložiť obklad zo zohriateho ovsu alebo ovsenných vločiek na podbruško.

Odvar z listov hrušky – náparka.

Obklad z odvaru vratiča alebo uvarenej rasce vo víne. Priložiť na pupok teplé. Na pol litra vody 5 polievkových lyžíc vratiča. Na pol litra vína 2 malé lyžičky rasce, 8 minút variť.

Náparka nad slanou vodou, po náparke teplý obklad z čerstvého listu lopúcha na noc.

Kapustný list teplý namastený masťou a posypaný zázvorom – priložiť ako obklad na podbruško na celú noc do zlepšenia.

Teplé obklady z bieleho vína.

Zjesť surový petržlen s orechom.

### *Ruky keď sa trasú*

triež čerstvou vňaťou medovky lekárskej 2 krát denne. Prevzaté.

### *Ruža*

4 čerstvé deväťsilové listy sparené – ako obklady na postihnuté miesta.

Priladať čerstvé listy púpavy lekárskej.

Prikladať čerstvé, trocha pomliaždené listy podbeľa.

Obklad zo zelenej kôry bazy čiernej a bravčovej masti. Po uschnutí opakovať. Prevzaté.

Namočiť preložené červené plátno do vody a medzi to nasypať sódy bikarbóny ako obklad. Prevzaté.

Šťavu z 2 citrónov + 8 lyžičiek brandy (koňak), obklad viackrát denne. Citrón pred tým namočiť do vody z pútnického miesta. Eliminuje škodlivinu.

Obklad z uvarenej fazule za tepla.

### *Semenotok*

jedávať často egreše.

### *Semeno mužovi tvorí*

aníz spráškovaný + glukopúr zmiešať v pomere 1:2 a prášok užívať. 1/2 kávovej lyžičky jeden krát denne každý druhý deň. Podľa potreby opakovať do zlepšenia stavu.

### *Senná nádcha*

klokať odvarom majoránky. Na 1/2 litra vody 1 polievková lyžica, dva krát denne cca 10 dní.

Denne zjesť kúsok (ako orech) panenského vosku natreného medom. Dlhú chuť. Panenský vosk je plást, do ktorého idú včely klásť med. Jest podľa potreby. Vyskúšané.

U sennej nádchy vždy chýba vitamín A + E, treb doplniť z prirodzených zdrojov.

### *Silenie na stolicu*

nemožnosť sa vyprázdniť – uvariť borievky vo víne a octe – náparka. Na liter vína 2 polievkové lyžice rozdrvených borievok, 10 minút variť, potom pridať 2 dcl octu. Posypať konečník práškom z majoránky.

### *Skleróza ciev*

ruta nakrájaná na drobno do vína v pomere 1:10 (biele víno – rízlíng). Vylúhovať 10 dní, potom zliať. Užívať 2 krát denne za štamperlík.

### *Skleróza multiplex*

mazať denaturovaným liehom a detským olejom v pomere 2:1. Stav zhoršuje nosenie hodínok a kľúčov. Treba preliečiť štítnu žľazu.

### *Slabé deti*

kúpať v odvare listu vlašského orecha 2 krát týždenne pri teplote 38 stupňov asi 10 minút niekoľko týždňov. Na liter vody 4 celé listy orecha čerstvé alebo sušené.

Kúpeľ v odvare suchej vňate po zbere rasce. Na liter vody 3 hrste porezanej vňate, variť 5 minút, 10 minút vylúhovať. Kúpeľ každý druhý deň 10 minút. Doba podľa potreby, opakovať maximálne 10 krát. Odvar sa vyleje do kúpeľa a kúpe sa to čo je slabé (napr. nožičky).

Kúpeľ v odvare jačmenného šrotu. Na liter vody 3 hrste jačmenného šrotu, 5 minút variť, potom rozriediť teplou vodou, v ktorej sa bude dieťa kúpať, precediť a 10 minútový kúpeľ každý tretí deň asi mesiac.

### *Slabosť telesná*

kúpele v odvare dubovej kôry. Na liter vody 3 polievkové lyžice kôry, 15 minút variť, 5 litrov odvaru vyliat' do kúpeľa, 15 minút kúpať každý tretí deň podľa potreby.

### *Slabý žalúdok*

ktorý stále zvracia – kôrku z celého chleba posypať drvenou rascou a teplé priložiť ako obklad na žalúdok.

Hrianky namočiť v dobrom vínnom octe, posypať drvenou rascou a teplé priložiť na žalúdok ako obklad.

Zohriať biele víno, pridať do neho na špic noža čierne mleté korenie a piť na lačno 1 dcl kám sa stav neupraví.

Piť plody borievky varené vo víne. Na liter vína 10 drvených plodov. Z toho užívať jeden krát denne 1 polievkovú lyžicu pred jedlom.

### *Slepé črevo*

rumančekový obklad. Na 1/2 litra vody 5 polievkových lyžíc rumančeka, zápar. Obklad na noc do zlepšenia.

Vínový obklad posypaný práškovým zázvorom, alebo čiernym korením. Prekrvenie prejde na pokožku, lebo korenie je jemné dráždidlo na kožu, ale tým sa uľaví zapálenému orgánu.

Pri chronickom zápale obklad zo zriedeného liehu posypať zázvorom. Po porade s lekárom !

### *Slezina chorá*

surovú kapustu s octom jedávať,

obklad z odvaru čakanky na noc. Na 4 dcl vody 4 polievkové lyžice čakanky. Počet obkladov podľa potreby, treba si všimnúť, akého zafarbenia je oblečenie počas bolesti sleziny. Niektoré syntetické farby slezinu dráždia, najmä fialová. Treba sa tej farbe potom vyhýbať, alebo do prania pridať trochu vody z pútnického miesta. Eliminuje škodliviny. Ak je zväčšená slezina – priložiť na pás vo víne varenú majoránku až do zhutnutia výluhu. Na 1/2 litra vína 2 polievkové lyžice majoránky. Obklady by sa mali dávať vždy na noc.

### *Slezina tvrdá*

kopytník máčaný vo víne. Do 1/2 litra vína 2 malé lyžičky byliny, 1 dcl ráno. Užívať asi 2 týždne,

spráškovaná vňať veroniky lekárskej v octe ako odvar. Na 4 dcl octu 2 polievkové lyžice byliny, 4 minúty variť, 8 minút vylúhovať, potom obklad na slezinu. Cca 5 nocí.

Obklad zo semena ľanu vareného vo víne. Na 1/2 litra vína 5 polievkových lyžíc semien, 10 minút variť. Cca 5 nocí.

### *Smäd hasí*

čaj z feniklu. Na 1/2 litra vody 1 malá lyžička zarovnaná feniklu, variť 5 minút, 10 minút vylúhovať. Túto dávku treba vypiť na 3 krát pred jedlom cez deň. Opakovať podľa potreby, 3 litre vody, do toho pridať 230 g umytých hrozienok, vodu nechať vyvariť na 2 litre, vychladnúť, scediť a piť koľko chutí, niekedy stačí piť od smädu kyslú polievku. Najmä vtedy, keď človek pracuje na pracovisku, kde sa veľa potí a stráca z organizmu soľ.

### *Spánok hlboký prináša*

4 dcl vína, 1 polievková lyžica machu zo stromu, 8 hodín nechať vylúhovať. Vypiť za dva dni, studený mokrý obklad na žalúdok, navrch suchý obklad. Pretože žalúdok je veľmi citlivý na chlad, organizmus reaguje tak, že sa na to miesto ženie krv, aby sa to prehrialo a tým sa odkrví mozog, nastane útlm a človek zaspí (pokiaľ neleží v patogénnej zóne). Pomáha najmä u duševne prepracovaných ľudí.

### *Srdce slabé posilňuje*

hrušky jedávať po jedle, nie na lačno,

medovka lekárska varená vo víne. Niekoľko dní pitia zaháňa zármutok, odvracia mdloby, čistí krv. Na 1/2 litra vína 2 polievkové lyžice byliny, 2 minúty variť, 15 minút nechať postáť, piť 1 dcl po jedle jeden krát denne,

čaj z kvetu lipy. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička. Cca 2 týždne piť 3 krát denne 1 dcl,

rozmarín lekársky vo víne. Na pol litra vína 1 malá lyžička sušených alebo čerstvých listov macerovať 10 dní alebo 2 minúty variť. Posilňuje starecké srdce, 1 dcl večer.

### *Srdce – nepravidelný rytmus*

výborný je horčičný obklad. Rozomleté horčičné semeno zmiešané s vodou a múkou. Priložiť na 1 hodinu na oblasť srdca.

### *Srdce a nervy posilňuje*

víno so škorickou. Na 1/2 litra vína na špic noža škorice, 2 minúty variť. Užívať jeden krát denne 0,5 dcl,

v 1/2 litra vína odvar 2 minútový jednej polievkovej lyžice srdcovníka. Piť po 1 polievkovej lyžici pred jedlom, 1 krát denne, cca 2 týždne, obklad zo srdcovníka vareného vo víne. Na 1/2 litra vína 3 polievkové lyžice srdcovníka. Na 3 hodiny teplý obklad 4 dni po sebe.

### *Srdcová vada*

prikladať teplý tvaroh v gáze jeden krát denne na 1 hodinu.. Nechať ho dotiaľ, kým nezačne byť nepríjemný. Vyťahuje jedy z tela, tiež sťahuje rozšírené srdce najmä vtedy keď má človek pocit dušnosti. Používať po porade s lekárom.

### *Srdce – búšenie*

niekedy pomôže vypiť citrónovú alebo sladkú vodu.

### *Srdce po infarkte*

lieči čaj z cibulových šupiek vonkajších hnedých. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička šupiek. Variť 2 minúty, na 3 krát vypiť túto dávku vždy pred jedlom cez deň po 1 dcl.

### *Starecké svrbenie*

postihnuté miesto natierať kokosovým olejom.

### *Stolica tuhá*

denne zjesť 1 malú lyžičku semena ľanu v akomkoľvek jedle. Surové a celé. Chuť jedla sa nezmení a kým príde do hrubého čreva uvoľní sa sliz a zmäkčí stolicu. Podľa potreby až 3 polievkové lyžice denne.

### *Stredné ucho – zápal*

pár kvapiek jánovho oleja kvapnúť do ucha a prikładať teplý mäkký chlieb zohriaty na panve ako hrianka. Meniť podľa potreby. Keď nie je k dispozícii jánov olej, môže byť aj olivový.

### *Suchoty – TBC*

4 ks bobkového listu rozdrviť na prášok, pridať med a sladké víno, aby bol z toho riedky sirup. Užívať 2 krát denne 1 polievkovú lyžicu. Pomáha pri ťažkom dychu. Ako doplnok liečby.

### *Suchoty v začiatkoch*

piť odvar z listov deväťsilu. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička, zápar. Na 3 krát vypiť túto dávku denne po jedlo po dobu 3 týždňov. Prevzaté.

### *Svrab (ako doplnok terapie)*

ruky držať v teplom pive,  
listy zo šľavelu rozdrvené a podusené na masle, natierať postihnuté miesta,  
ak sa svrab schová do tela, treba dať niečo na prehnanie (doliečenie),  
obklad z odvaru omanového koreňa na postihnuté miesta. Na 1/2 litra vody 3 polievkové lyžice strúhaného koreňa, 10 minút variť, 15 minút nechať stáť,  
nejesť bravčové mäso, kapustu, údené mäso a nepiť víno. Môže sa len prevarené pivo, oplachovať, alebo na postihnuté miesta dávať obklady z odvaru mäty, červenej reďkovky alebo slezu,

na 1/2 litra vody 3 polievkové lyžice mäty aj na oplachovanie aj na obklady.

### *Svrbenie okolo konečníka a pohlavných orgánov*

natrieť 2 krát denne citrónom.

### *Svrbenie – pupáky po komároch a muchách*

potierať ich čerstvou šťavou zo skorocelu.

### *Šarlach – doplnok terapie*

v prvých týždňoch nech nemocný pije len mlieko alebo čaj s mliekom Počas horúčky len tekutiny a zapražené polievky,

1 lyžička červenej papriky, 2 lyžičky soli, 8 dcl vody prevariť. Keď to vychladne, užívať z toho každú hodinu 1 malú lyžičku a vyplachovať si tým hrdlo. Pre deti slabšiu dávku.

### *Škrabance hojí*

materina dúška vo víne – obklad. Na 3 dcl vína 1 polievková lyžica, macerovať 10 dní.

### *Škrkanie v črevách*

jesť rozomletú rascu na hriankach.

### *Šestonedielky po pôrode*

keď majú bolesti v bruchu do 1/2 litra vína 6 ks bobkových listov, 5 minút variť, vypiť 3 krát denne 1 dcl.

### *Škrkávky – mrle*

večer zaliatť vodou 2 polievkové lyžice celého maku. Ráno tento mak zjesť na lačno, 1 hodinu pred raňajkami. Opakovať 4 dni po sebe a po 2 týždňovej prestávke znova to isté zopakovať. Mrle sa od maku omámia a pustia sa z čreva, na ktorom sú prisaté. Ktoré sa nepustia, tie mak pri práci čreva zotrie dolu. Kto nemôže ráno jesť mak (najmä deti), nech si z toho istého množstva robí obklad na celú noc, ten sa však musí 8 minút variť v 1/2 litra vody.

### *Škvrny na tvári*

ušľahaný bielok sa rozmieša s jemne nastrúhaným liadkom a za miernej teploty a ustavičného miešania zvariť na masťičku. Natierať 2 – 3 dni ráno a večer.

### *Šľachy stiahnuté*

lačné sliny pomiešať s bravčovou masťou a tým masírovať postihnuté miesta.

### *Štikávka ťažká*

vypiť vodu s citrónovou šťavou alebo vypiť šťavu z pol citróna vo víne.

### *Štikávka od cholery (pri črevnom ochorení)*

3 dcl vína, 1 polievková lyžica mäty, 1/2 minúty variť, popíjať po hltoch. Prevzaté.

### *Štítina žľaza zväčšená*

do 1/2 litra vriacej vody dať 3 strúčiky rozotretého cesnaku na 10 minút, potom z toho obklad na štítnu žľazu na 3 hodiny 4 – 5 dní. Výluh vždy nový. Cesnak obsahuje jód.

### *Trávenie narušené*

200 g orechových listov (orech vlašský) namočiť do 1 litra bieleho vína na 8 dní. Potom zliať a pred jedlom vypiť z toho štamperlík. Upraví aj stolicu pri hnačke.

### *Trávenie*

neschopnosť stráviť akúkoľvek stravu – jemne rozomleté surové ovocie s medom a kozím mliekom jesť.

### *Triaška*

na 3 dcl vína 5 ks klinčekov, 2 minúty variť, na 3 krát vypiť počas dňa (silný dezinfekčný účinok).

### *TBC pľúc*

ľanové semeno s hrozičkami jedávať,

piť kozie mlieko,

10 čerstvých kvetom podbeľa na 1/4 litra vody, variť 3 minúty, piť 3 týždne na 3 krát po jedle (denná dávka),

sušené kvety podbeľa – 1 polievková lyžica na 1/2 litra vody (zápar, alebo studený macerát cez noc),

často natierať krk – hrtan (jabĺčko) bravčovou masťou a uviazať flanelom. Pri tom užívať 2 lyžičky sladkého mandľového oleja,

1,5 litra čierneho piva, 1 polievková lyžica pľúcника, 2 polievkové lyžice medu a za hrst' sušených pšeničných otrúb prikryjeme pokrievkou v hrnčeku, oblepíme aby neunikla para a dáme variť (kuchta). Doba varenia má byť 3 minúty. Keď to ochladne precedíme cez plátno a denne sa pije na lačno 1 hodinu pred obedom a 1 hodinu pred spaním šálka,

variť listy rozmarínu v kozom mlieku, nechať to stáť celú noc – piť až na druhý deň. Na 1/2 litra kozieho mlieka 1 malá lyžička rozmarínu (denná dávka). Na 2 krát to vypiť cez deň cca 10 dní,

jesť veľa surovej cibule,

psie sadlo dávať do mlieka a piť. **Všetko je iba doplnok liečby !**

### *TBC čriev*

tri týždne každý druhý deň piť čaj z odvaru nátržníka husieho. Na 1/2 litra vody 2 malé lyžičky čaju vypiť 3 krát po jedle cez deň + obklady 1 týždeň na celú noc z odvaru čistca, na 1/2 litra vody 3 polievkové lyžice na brucho. Ako doplnok liečby.

### *TBC s kavernou*

škrupiny z desiatich vajec zaliať do citrónovej šťavy, dobra zamiešať, zaviazať a nechať stáť 10 dní. Potom zase premiešať a o 4 dni už možno užívať 1 polievkovú lyžicu pre dospelých. Pre deti 1 malú lyžičku. Možno pridať aj med. Užíva sa na lačno. Pred užívaním dobre premiešať.

### *TBC ľadvín*

obklad z odvaru čistca. Na 5 dcl vody 4 polievkové lyžice čaju. Na celú noc cca 5 nocí.



### *TBC bacily ničí*

inhalácia z odvaru mäty. Na 4 dcl vody 4 polievkové lyžice. Inhalovať jeden krát denne po dobu 2 týždňov. Ako doplnok liečby.

### *Tučnota*

mnohokrát pomôže posunúť hodinu večere na skôr. Zistiť, či nie je pacient cez deň či v noci v patogénnej zóne lebo vtedy si telo nárokuje viac jedla, aby doplnilo energiu, o ktorú príde v noci, keď nemôže dobre spať.

### *Trojklaný nerv*

bolesti – 1:2 slivovica a rybí olej, poliať tým ľanovú alebo konopnú handričku a priložiť. Dať na to igelit. Podľa potreby opakovať,  
7 dcl pohár sa naplní mladými výhonkami zo smreku, pridá sa 1/2 dcl bieleho vína a 1 malá lyžička soli a obsah sa zaleje do plna alpou. Dobre uzavrieť a nechať 3 týždne vylúhovať – na migrénu, bolesti zubov, ischias a trojklaný nerv. Obklad, natierať.

### *Údy skrčené aj zlámané*

palinu pravú utlčenú čerstvú vňať zmiešať s medom a trochou rozdrvenej rasce a dobrým vínom – náplasť, priložiť na postihnuté miesto, uvariť nahusto majoránku vo víne. Na 1/2 litra vína 4 polievkové lyžice majoránky, náplasť.

### *Uhry mäkčí*

pred spaním si natrieť na ne kašičku z pšeničnej múky, na druhý deň umyť vlažnou vodou a opatrne vytlačiť.

### *Ucho, keď v ňom pichá*

20 g cesnaku jemne pokrújaného a 50 g olivového oleja sa trocha povarí, precedí cez plátno – teplé kvapkať do ucha a uzavrieť vatou.

### *Upchanie ciev*

obklady z čerstvého pomliaždeného listu podbeľa. Keď uschne, vymeniť. Podľa potreby opakovať.

### *Únava očí*

od zvráania, pozerania televízora, od počítača – obklad zo sladkého mlieka.

### *Úsad (ischias)*

kyslú kapustu zmiešať so starým sadlom – obklad, voda s octom – prikladať horúce obklady, meniť každých 10 minút.

### *Úžeh (z tepla)*

na čelo priložiť vlažný obklad na 1 hodinu.

### *Vetry zastavené*

strúčik cesnaku rozotrieť, zmiešať s mliekom, natrieť na chlieb a zjesť. Bolesti ihneď prestanú.

### *Vlasy, aby nepadali a dobre rástli*

3 menšie cibule na jemno pokrájať, dať do fľaše, zaliať pálenkou a na niekoľko dní dať na teplé miesto. Potom precediť, zmiešať s rovnakým množstvom repíkového odvaru. Na 3 dcl vody 1 polievková lyžica repíka. Týmto máčať hlavu viackrát za deň, hlavne na noc, natierať hlavu odvarom lipového kvetu. Na 1/2 litra vody 3 polievkové lyžice čaju, spálené orechové škrupiny rozdrviť na prach, zmiešať s vínom a octom – mazanie. Prevzaté.

### *Vlasy kaderavé narastú*

kopičko kráľovské – na 6 dcl vody 5 polievkových lyžíc byliny 1 krát denne mazať.

### *Vlasy mastné*

umývať odvarom rumančeka. Na 1 dcl vody 4 polievkové lyžice.

### *Vlka lieči (zaparenie konečníka)*

na prach rozdrvená kôra z borovice sosny. Môže sa pridať aj kadidlo. Prevzaté.

### *Voda v kolene*

obklady z tvarohu teplé na 2 hodiny, podľa potreby opakovať.

### *Vodnatieľka*

postrúhaná červená reďkovka – priložiť na brucho. Opakovať podľa potreby asi 1 týždeň. Prevzaté.

### *Vodnatieľka v začiatkoch*

koreň chábzdy (baza čierna) vo víne varený. Na 1/2 litra vína 1 polievkovú lyžicu koreňa variť 15 minút. Obklad na noc na brucho, rovnaké množstvo túžobníka a bobkového listu spráliť, potom to uvariť vo víne a priložiť z toho náplast. Prevzaté, ruta s figami vo víne varená v 1/2 litri vody. Treba to uvariť na husto. 3 polievkové lyžice ruty, 7 ks fig, variť to 15 minút – obklad.

### *Vodnatieľka brušná*

3-4 krát denne trieť telo olivovým olejom. Po tomto sa dostavi močenie a chorému sa uľaví, 2 dni v týždni (na lôžku) jest' ostrúhané, prezreté hrušky maslovky. Denná dávka 1,5 kg v šiestich porciách. Výsledok je prekvapujúci, ale pozor, pacient nesmie mať cukrovku.

### *Vodu z tela ťahá (odvodnenie)*

jačmenný šrot zohriať na masti, vložiť do pláteného vrecka a prikladať po 4 noci na postihnuté miesto. Zohriaty šrot vodu z tela vytiahne.

### *Vrásky na tvári*

dva krát denne umývať rozmarínovým čajom. Na 1/2 litra vody 2 lyžice rozmarínu, dva krát denne umývať čajom z kvetu bazy. Na 1/2 litra vody 1 polievková lyžica čaju, do oboch čajov treba pridať citrónovú šťavu, 4 lyžice vaječného bielka + 4 lyžice pálenky natrieť na plátno a priložiť, umývať sa domácim mliekom, najmä kozím. Obsahuje vitamín A.

### *Vred všeobecne*

utlčený čerstvý list šalvie lekárskej – prikladať.

### *Vred starý uvoľní*

utlčený čerstvý list šalvie lekárskej – prikladať.

### *Vred otvorí*

priložené potlčené čerstvé listy ľanu. Prevzaté,  
cesto z ražnej múky s medom – priložiť, keď uschne vymeniť,  
náplasť z uvareného ľanového semena s medom a olejom,  
vymačkaná šťava z vnútornej kôry bazy čiernej s voskom a nesoleným maslom – obklad.  
Prevzaté,  
pokrájaný petržlen uvarený vo vode s bravčovým údeným sadlom. Z vychladnutého obklad,  
cibuľa s figami rozvarená – teplý obklad,  
jačmenná múka uvarená s figami – obklad.

### *Vred žalúdočný lieči*

zelená kôra z dreva bazy čiernej (pod hnedou) dusená na mlieku – obklad na noc + piť čaj z repíka. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička repíka na 3 krát to vypiť po 1 dcl pred jedlom, pojesť maslo s medom,  
obklad na žalúdok z odvaru semena ľanu. Na 3 dcl vody 1 polievková lyžica semena, 5 minút variť. Cca 10 nocí obklad. Pri tom pojesť maslo s medom, alebo postrúhané jablko s medom. Toto všetko by pomohlo iba načas, keby sa nedal napraviť žalúdok, lebo vredy sa tvoria skoro vždy iba v padnutom žaludku,  
1. týždeň celé dni prikladať obklady z teplého bieleho vína, 2. Týždeň celé dni prikladať teplú ražnú múku v plátenom vrecku, 3. Týždeň celé dni prikladať teplú postrúhanú a na masti udusenú krmnu repu.

### *Vredy na nohách*

kapustný list uvarený vo víne, odvarom umývať a teplý list prikladať.

### *Vyklbený úd*

sušený alebo čerstvý repík uvarený s otrubami vo víne – teplý obklad. Na 7 dcl vína 2 hrste repíka, 2 hrste otrubov, 4 minúty variť, použiť jednorázovo na celú noc ako obklad, rozomleté jadrá vlašských orechov (5 ks) zmiešané s medom a rutou čerstvou. Medy 2 polievkové lyžice a ruty 2 hrste. Obklad na pol hodiny. U alergických osôb môže čerstvá vňať ruty poškodiť pokožku.

### *Vyrážky po prechladnutí*

do troj hviezdičkového koňaku (štoku) namočíme zemežlč, každý deň piť z toho 2 malé lyžičky. Na 1/2 litra štoky 2 polievkové lyžice zemežlče.

### *Výtok dlhotrvajúci*

piť vo víne varený myšie chvostík. Na 1/2 litra vína 1 polievková lyžica myšieho chvostíka 2 minúty variť, 2 polievkové lyžice dva krát denne po jedle. Opakovať podľa potreby, 5-6 nocí obklad na oblasť maternice ľanové alebo konopné plátno navlhčené čerešňovicou, navrch suché,

na 1/2 litra vína 2 malé lyžičky rozmarínu, 2 minúty variť. 2 polievkové lyžice odvaru 2 krát denne pred jedlom užívať,  
6-7 dní, len na 3 hodiny obklad na podbruško plátno navrhčené propolisom. Navrch suchý obklad.

### *Výtok z ucha*

nakvapať odvar z rumančeka. Na 3 dcl vody 2 polievkové lyžice rumančeka, môže ho spôsobovať výpadok činnosti ľadviny.

### *Vysoký tlak*

denne pojesť niekoľko bobúľ hlohu, nenosiť hodinky ani kľúče na tele. Príťahujú žiarenie (všetky kovy), ktoré potom oslabuje cievy. Oslabené cievy nepomáhajú srdcu dopraviť krv do periférnych častí tela a srdce potom musí zvýšiť tlak. Hodnoty tlku sú iné, keď máme kovy u seba.

### *Záduch (astma)*

piť čaj z kvetov bazy čiernej, med a maslo pojesť. Ako doplnok liečby.

### *Záha*

každé ráno na lačno piť cukrovú vodu. Opakovať podľa potreby, v tehotenstve požiť trošku maku.

### *Zachrípnutie*

2-3 strúčiky cesnaku rozotrieme a podusíme na bravčovej masti. Pred spaním zohriať a natierať chodidlá, potom obviazať na celú noc.

### *Zákal šedý*

obklad na viečka z kvetu ľalie macrovanej 10 dní v 15 % alkohole. Predtým namastiť viečka masťou. Pozor, nesmie sa dostať do očí.

### *Zápal pľúc*

prevencia – 200 g cibule dusiť 10 minút. Priložiť na 20 minú na dolné hroty pľúc, obklad z teplej srvátky, alebo mlieka na 4 hodiny, teplé obklady z octovej vody na 2 hodiny.

### *Zápal pľúc zastaralý*

do každého jedla 1 lyžicu masla, zachovať neslanú diétu, nepaprikovať, nekysliť, neponáhľať sa.

### *Zápal prínosných dutín*

1/2 litra čistého liehu, v ktorom sa vylúhoval kúsok nastrúhaného chrenu – natierať.

### *Zápal lymfatických uzlín*

studené, mokré obklady a pokoj. Keď začne hnisieť, obklad z ľanovej kaše, 5-6 nocí teplý obklad z vody z niektorého pútnického miesta. Ako doplnok liečby.

### *Zápal mozgových žliaz (blán ?)*

obklady z kyslého mlieka medzi handrou. Vymeniť, keď sa mlieko zrazí na taroh, obložiť hlavu čerstvými listami z jelše. V zime sa môžu vyhrabať spod snehu, obklady z plátok surovej kvaky (druh repy).

### *Zápal jazyka*

kúsky ľadu ako orech, jeden za druhým dávať na jazyk, alebo studený obklad na hrdlo a na to vlnenú šatku.

### *Zápal mandlí*

nahrievať ovos trochu navlhčený vodou alebo ovsené vločky – obklad. Keď vychladne, vymeniť. Po štvrtom obklade nový ovos.

### *Zápal hrdla*

slané teplé obklady. Na 1 liter vody 100 g soli.

### *Zápal žalúdka a čriev*

listy broskyne namočené do horúcej vody – obklad. Na 1/2 litra vody 10 listov.

### **Σ Zápal priedušiek chronický**

do 1/2 litra vody namočiť 4 strúčiky cesnaku na 24 hodín, piť 3 dni po hltoch.

### *Zápal žlčníka bez kameňa*

piť srvátku a majoránkový čaj. Na 4 dcl vody 1 polievková lyžica majoránky. Na 3 krát to vypiť cez deň pred jedlom, cca 2 týždne.

### *Zápal ľadvín*

odvar prasličky piť, nátržník husí ako zápar zaliaty mliekom prikladať. Na 3 dcl vody 1 malá lyžička prasličky, na 3 krát to po jedle vypiť cez deň. Na 3 polievkové lyžice nátržníka 3 polievkové lyžice horúceho mlieka na navlhčenie.

### *Žalúdočné krče*

teplé boklady z ľadovej kaše alebo z ovsených vločiek. Každú hodinu piť 1 dcl odvaru fenikla (10 ks) a medzi tým 10 kvapiek valerianovej tinktúry na kocke cukru.

### *Žlčníková kolika*

odvar rumančeka s citrónovou šťavou, na 2 dcl vody 1 malú lyžičku čaju, na to piť srvátku alebo studenú vodu. Sedacie kúpele: 5 hrstí narezanej ovsenej slamy v 1,5 litri vody variť 1/4 hodiny,

teplý obklad z vody z niektorého pútnického miesta,

teplý obklad zo sennej mrvy. Prevzaté,

teplý obklad z prostějovskej starorežnej a vody v pomere 1:1, zjesť spráškovanú kožu z vnútornej strany žalúdka hydiny a zapiť.

### *Žlčníkové kamene*

čierna reďkovka postrúhaná na porcelánovom tanieriku, prikrytá porcelánovou šálkou. Jest' 3 krát denne 1 malú lyžičku,

šťava z čiernej reďkovky, mrkvy alebo citróna, 1-2 lyžičky denne.

### *Žľazy na krku zdúrené*

obklad z odvaru dubovej kôry, Na 1/2 litra vody 2 polievkové lyžice kôry variť 15 minút.  
Obklad cca 5 nocí.

### *Žľazy na krku zatvrdnuté*

uvarený koreň kostihoja, obklad na noc.