

**AFTY**

0001 • Léčíme listem ostružiníku. Odvar pořídíme z deseti polévkových lžic drogy na litr vody. Vaří se 5 minut a pak se nechá nejméně 10 minut ustát. Ústa vyplachujeme co nejčastěji. (78 + 66)

0002 • Odvar z bobulí borůvky brusnice použijeme s úspěchem při aftech v dutině ústní. (14)

0003 • Vezmeme tři díly lněného semene, po dvou dílech šalvěje a květu černého bezu a po jednom dílu natě slézu, kořene proskurníku a květu heřmánku. Vyplachujeme dutinu ústní. (70)

**ALERGIE**

0004 • Proti alergii na pyl se často doporučuje olejová ochrana. Před odchodem z bytu potřeme nosní sliznici borovou vazelinou, heřmánkovým nebo jiným olejem, případně jen olejem stolním. Jsou-li sliznice takto ochráněny, zachytí se na nich velká část pylu. Po vyčištění nosní dutiny lze potírání několikrát denně opakovat. (78 + 66)

**ANGÍNA****Angína - prudký zánět hltanu**

0005 • Nadrobno nakrájíme 200 g syrové cibule, kterou pak dusíme na mírném ohni pod pokličkou asi 10 minut se dvěma polévkovými lžicemi anýzu. Pak dáme hmotu na gázu a přiložíme příjemně teplé na krk na dvě hodiny - jednou denně až do zmizení čepů. Pokud bolí jen jedna mandle, nebo škrábe v krku, je dobré připravit kostku měkkého tvarohu, rozetřít asi 5 stroužků česneku, tvaroh zahřát a vetřít do něho česnek, pak hmotu nanést na gázu a přiložit formou obkladu na dvě hodiny. Kloktat šalvějovým čajem. (25)

0006 • Vytlačíme šťávu z aloe a v poměru 1 : 2 smícháme s medem. Krk je třeba vytírat pomocí pírků každou půlhodinu. Kúra netrvá déle než dva dny. (86)

0007 • Svařte v mléce dva stroužky liliové cibule, pak vhodte do teplého tolik žitné mouky, až bude kasička tužší, pak ji rozetřete na plátno a přihřátou přiložte na krk. (132)

0008 • Kloktadlo z listu máty peprné, listu šalvěje a květu heřmánku. Kloktat každé půl hodiny. (99)

0009 • Rozmačkejte vařenou cibuli, přidejte med a užívejte v malých dávkách. (99)

0010 • Smícháme 50 g divizny, 20 g ptačince a 30 g černo-hlávku a ze směsi pořídíme teplý nálev, který pijeme denně vždy po jídle. Kloktáme kořenem bedrníku, z odvaru z kořene bedrníku dáváme na krk obklad. (132)

0011 • Rada Filipíny Welserové: „Dobré kloktadlo od doktora Beytrigera: vezmi kventlík červeného vína, půl lotu datlí, brutnák, třetinu mastixu, půl kventlíku praženého omanu, tři hřebíčky. To všechno ponech hodnou chvíli ve sklenici a často tím za tepla kloktej.“ (134)

0012 • Jiná rada Welserové: „Vezmi dvě lžice vína, dvě lžice růžové vody, dvě lžice truskavcové šťávy, jednu plnou lžici šťávy z ořechových slupek

**A**

a jednu lžici morušové šťávy. To všechno mírně ohřej a za tepla tím třikrát denně kloktej.“ (134)

**Angína, ale i nachlazení, chřipka**

0013 • Připravíme nálev z jedné polévkové lžice směsi 25 g bezu černého a 25 g lípy a 20 g kořene proskurníku lékařského, který přelijeme čtvrt litrem vroucí vody a necháme 10 minut vyluhovat. Po scezení pijeme teplý nálev dvakrát denně. Tento čaj se v Itálii nazývá „Aspirina vegetule“ - tedy „Rostlinný aspirin“. (78 + 66)

0014 • Jednu větší cibuli nakrájíme nahrubo, přelijeme půl litrem pálenky a necháme 10 až 14 dní vyluhovat. Precedíme a uschováme v menších lahvičkách. V době potřeby bereme denně 1 až 2 kávové lžičky této pálenky. (78 + 66)

0015 • Polévková lžice medu se rozetře s malým množstvím strouhaného křenu tak, aby vznikla kasička. Této kasičky se pak vezmou dvakrát denně dvě čajové lžičky. (78 + 66)

0016 • Smícháme stejné díly květu bezu černého, květu lípy a květu tužebníku jilmového. Jedna polévková lžice této směsi na šálek vody. Vaříme 5 až 10 minut, 20 minut necháme vyluhovat, scedíme a pijeme třikrát denně šálek teplého čaje nejlépe po jídle. (190)

**Angína a jiné záněty v krku**

0017 • Pořídte odvar ze lžičky anýzu - vypijte dva až třikrát denně půl sklenice. (99)

**Angína s bolestmi v krku při nachlazení**

0018 • Rozkrájejte větší cibuli nadrobno, vložte do čisté skleněné nádoby, přidejte lžici cukru a nechte 12 hodin táhnout, pak vymačkejte a užívejte po lžičkách každou hodinu. (132)

0019 • Pomůže tato čajová směs: tužebník jilmový, květ bezu černého, lipový květ. Pijeme třikrát denně jeden šálek. (126)

0020 • Kloktadlo: osolený odvar z řepíku, případně odvar z oddenku bergenie. Kloktat několikrát denně. (126)

0021 • Do teplé vody jedna lžička propolisové tinktury. Kloktat často. (99)

**Angína s kašlem**

0022 • Přikládáte denně na noc obklad z teplé svářky z ostružinového listí s přimícháním dvou lžic octa. (132)

**Angína - zánět mandlí**

0023 • Přelejte jednu čajovou lžičku šalvěje šálkem vroucí vody, nechte 5 minut vyluhovat, pak scedte. Vlažným nálevem kloktejte každé dvě hodiny. (30)

**Angína, zánět hrtanu a zánět sliznice dutiny ústní**

0024 • Smícháme 100 g natě řepíku, 50 g listu borůvkového a 30 g semene Inu. Do 400 ml vařící vody dáme 1 půl. lžici uvedené směsi, vaříme 5 minut, necháme 2 hodiny vyluhovat

**6**

a scedíme. Odvar používáme na výplachy a kloktání pětkrát denně každé 3 hodiny. Léčení pokračuje 10 dní po skončení bolestivých příznaků. (91)

0025 • Smícháme po 50 g natě bazalky a jitrocele kopinatého a 100 g květu heřmánku. Jinak jako recept č. 0024. (91)

0026 • Smícháme po 100 g řepíku a květu heřmánku. Jinak jako u receptu č. 0024. (91)

0027 • Smícháme po 50 g květu heřmánku, plod koriandru, kořen omanu a kostivalu a list šalvěže. Jinak jako u receptu č. 0024. (91)

0028 • Jednu až dvě polévkové lžíce nadrobno posekané šalvěže lékařské zalejeme 400 ml vřící vody, necháme vyluhovat 20 minut. Zapař precedíme a užíváme třikrát denně 120 ml před jídlem. Tímtež záparem kloktáme 2 až 3 minuty každé 3 hodiny. (91)

### Angína, nemoc dásní a začínající paradentóza

0029 • Připravíme kloktadlo: 3 sklenice vřelé vody vlijeme na jednu skleničku drobně řezaného listu vlašského ořechu, zakryjeme a necháme vyluhovat asi 20 nebo 25 minut. Pak necháme nálev projít varem a ještě vyluhujeme v uzavřené nádobě dalších 6 hodin. Užíváme třikrát nebo i čtyřikrát denně půl sklenice tohoto odvaru, asi 3/4 hodiny po jídle. Vhodné pro diabetiky. (34)

### Angína v dětském věku

0030 • Připravíme recept, kde není alkohol. Polévková lžíce lipového květu se přelije šálkem vroucí vody a nechá 10 minut vyluhovat, pak se scedí. Mezitím připravíme cibulový odvar (pokrájenou cibuli přelijeme trochou vody, chvíli povaríme, odstavíme, scedíme). Lipový nálev a cibulový odvar se smíchají, přidáme šťávu z citronu, osladíme medem a pijeme teplý. (78 + 66)

### Angína, krční a ústní potíže

0031 • Připravíme kloktadlo: Dvě hrsti sušeného řepíku vaříme v jednom litru vody tak dlouho, až se voda vyvaří na třetinu. Precedíme a užíváme vlažné. (14)

## ANGÍNA PECTORIS

### Angína pectoris všeobecně

0032 • Vztít stejné díly natě marulky pamětníku (možno nahradit řebříčkem), meduňky, srdečníku, kmínu a kozlíku. Tři polévkové lžíce směsi přes noc macerujeme v půl litru vody, ráno 3 minuty povaríme, po ochlazení scedíme, osladíme medem (nejlépe akátovým) a pijeme po doušcích během dne. (136 + 47-124)

0033 • Připravíme nálev ze 30 g srdečníku, po 20 g mochny husí, meduňky a kořene bedrníku, 10 g routy. Pijeme podle potřeby 2 až 3 krát denně sklenku nálevu. Obtížně dostupný bedrník lze v tomto případě nahradit natí rebríčkem. (136 + 47 - 28)

0034 • Směs: 20 g jmelí bez bobulí, 20 g listu a květu hlohu, 20 g natě routy, 10 g natě přesličky a 10 g natě kokošky pastuší tobolky. Ze jmelí udělejte studený nálev, jednu

čajovou lžičku směsi vyluhujte 8 hodin, pak scedte - 3 další lžičky směsi spařit ve čtvrt litru vařící vody, 10 minut louhovat - potom spojit nálev se spařenou směsí. Pít třikrát denně před jídlem a k tomu dvě až pět kapek arnikové tinktury. (126)

0035 • Směs bylin: rebríček, kozlík, meduňka, hloh, mochna husí - vše stejným dílem. Pít denně 1 až 2 šálky. Omezit kouření, alkohol, kávu, Coca-colu apod. Jíst syrovou zeleninu, ovoce, klíčky pšeničné, celozrnné potraviny - vláknina. (99)

0036 • Čaj ze semene mrkve: jednu čajovou lžičku na čtvrt litru vody, osm hodin macerovat ve studené vodě, potom přivést k varu. Pít dvakrát denně šálek. (99)

0037 • Arnika extrakt (ke koupě v lékárně) - denně dvakrát po sedmi kapkách. Při potížích lehce masírovat srdeční krajinu esencí z arniky - rychle nastává uklidnění. Pít denně dva šálky řebříčkového čaje\*. (99)

0038 • Srdeční víno: do jednoho litru přírodního vína se přidá deset stonků čerstvé petržele včetně listů, dvě lžíce vinného octa a na malém ohni povařit. Víno se scedí a přidá se 300 g pravého včelího vosku. Brát denně 2 až 3 polévkové lžíce. (99)

0039 • 20 g jmelí dáme do tří šálků studené vody a necháme osm hodin vyluhovat. Dále vezmeme po 20 g hlohu, routy vonné, přesličky rolní a kokošky - pastuší tobolky. Tři čajové lžičky této směsi přelijeme třemi šálky vroucí vody a necháme pět minut vyluhovat. Studený macerát z jmelí smícháme s nálevem a scedíme. Během dne vypijeme tři šálky teplého čaje. (30)

### Angína pectoris - počáteční fáze onemocnění

0040 • Vezmeme stejné díly tinktur - hlohové, kozlíkové a tinktury z pakmínu visnaga. Obvyklé dávkování je třikrát denně po 30 kapkách, zapít pohárem nálevu z rebríčku. (136 + 47-85)

### Angína pectoris, při projevech při srdeční slabosti, srdeční neuróze, nespavosti, bolestech hlavy

0041 • Jednu polévkovou lžičku květu hlohu zalejeme 200 ml vřící vody a necháme 30 minut vyluhovat. Přecezený zapař užíváme dva až třikrát denně po 200 ml. Můžeme ochutit medem nebo sirupem. (126)

### K doléčování angíny pectoris, infarktu apod.

0042 • 20 g natě tužebníku jilmového, 30 g natě pohanky, 30 g brutnáku lékařského, 10 g semena mrkve a 10 g semena kopru. Dvě čajové lžičky směsi vařit dvě minuty, 40 minut louhovat. Pít třikrát denně před jídlem. (126)

0043 • Jednu čajovou lžičku kořene všedobru horního (tzv. „mistrův kořen“) vařit 3 minuty ve čtvrt litru vody. Pije se jednou až dvakrát denně před jídlem. (30)

viz také:

Afty

1805, 3491, 3497, 3498, 3499, 3500

Akné

0279, 1122, 3762

Alergie

0273, 3111, 3112, 3113, 3114, 3115

**Angína**

0538, 0539, 0540, 0541, 0542, 0543,  
1799, 1813, 1814, 1815, 1816, 1817,  
1818, 1819, 2713

**Angína pectoris**

3256, 3271

**Arytmie srdeční**

3225

**Astma**

0803, 1102, 1621, 2682, 2702-2708,  
2727, 2733, 2734, 2735, 2736, 2737,  
2738, 2739, 2740, 2741, 2742, 2743,  
2744, 2745, 2746, 2747, 2748, 2749, 2750, 3223

**B****BARVOSLEPOST**

0044 • Dvakrát denně kapat do očí zapar že světlíku a současně tento zapar pít. (99)

**BĚLOKREVNOST**

0045 • Pomáhají byliny: nať yzopu, nať bazalky, kořen andělíky lékařské, oddenek puškvorce, oddenek mochny, nať benedyktu. Pít třikrát denně pět sklenic odvaru před jídlem. (99)

0046 • Čajová směs: po 30 g rebríčku, mladých výhonků kopřivy, černého bezu, vlaštovičníku, měsíčku, po 25 g květu tužebníku a natě svízele syřišťového, 20 g natě rozrazilu a po 15 g třezalky a kořene pampelišky. Šest až sedm polévkových lžic směsi se přelije večer dvěma litry studené vody, ráno se nechá přejít varem, scedí se a vypije na lačno čtvrt litru a zbytek po doušcích během dne. Nesladit. (135)

0047 • Nálev z oddenků puškvorce, třikrát denně před jídlem a po jídle vždy jednu polévkovou lžici, tedy 6 lžic denně. Tento čaj se pije pět dní v týdnu, šestý den pít místo uvedené kombinace nálev z komonice - dvě čajové lžičky na sklenici nálevu třikrát denně. (27)

0048 • Kořen lékořice, kořen andělíky lék., oddenek puškvorce, oddenek mochny, nať benedyktu - třikrát denně pět sklenic odvaru před jídlem. (99)

0049 • Nálev z natě komonice lékařské zvyšuje mírně počet bílých krvinek, zvláště granulocytů, současně ale snižuje srážlivost krve a tím působí antitromboticky, podobně působí nálev z natě mařinky vonné. Jde výhradně o pomocnou terapii, vždy je nutno léčit základní onemocnění. (136)

0050 • Nať bukvice, nať řepíku, list kopřivy a semeno pískavice řeckého sena rozmělnit na prášek a užívat dvakrát denně půl lžičky. (99)

**BĚLOTOK**

0051 • Květ hluchavky bílé - nálev: třikrát denně šálek alespoň po tři týdny v měsíci. (78 + 66)

0052 • 50 g hluchavka bílá, 10 g dobromysl, 10 g jaterník, 10 g jitrocel, 20 g kontryhel. Čaj se pije vlažný ráno a večer. Denně před spaním provádíme výplach pořízený ze stejných dílů dubové kůry, přesličky a listů z červené růže. (132)

0053 • Přelejte polévkovou lžici květu heřmánku jedním litrem vroucí vody, nechte vyluhovat 5 minut a sceďte. Vlažným čajem vyplachujte pochvu. (30)

0054 • Smícháme 25 g květu hluchavky bílé, 25 g natě kontryhele, 25 g natě třezalky tečkované, 25 g listu kopřivy a 20 g měsíčku lékařského. Pijí se dva až tři šálky čaje denně vždy 14 dní v měsíci. (78 + 66)

**8**

0055 • Smícháme 20 g kozlíku lékařského, 20 g listu meduňky, 30 g listu kontryhele, 30 g květu hluchavky bílé - tři čajové lžičky této směsi se dají do tří šálků vody, nechají se 5 až 10 minut vařit a pak se vše scedí. Během dne se pijí 3 šálky teplého čaje. (30)

0056 • Bělouk - bílý výtok - nejlépe léčíme kombinovanou vnitřní a vnější léčbou. Na výplachy vezmeme po 40 g rebríčku a heřmánku, po 10 g šalvěje a kopřivy. Čtyři polévkové lžíce směsi přelijeme jedním litrem vřelé vody a necháme vyluhovat do vychladnutí na 38 stupňů, pak scedíme a používáme k výplachům pochvy jedenkrát denně večer (mimo období menstruace). K pitné kúře vezmeme po 20 g natě rebríčku, natě kontryhele, listu jitrocele, kořene hořce a květu hluchavky. Tři polévkové lžíce směsi přelijeme 650 ml vroucí vody, necháme pod pokličkou vyluhovat do rána, druhý den přihřejeme do termosky a po doušcích vypijeme během dne. (124)

0057 • 40 g kůry dubové, 25 g listu šalvěje a 25 g květu heřmánku - celá dávka je určena na litr odvaru, který se vleje do sedací koupele. (78 + 66)

0058 • Připravíme odvar z 15 g květu heřmánku lék., 15 g natě řepíku lék., 10 g kořene kostivalu lék., 10 g listu máty peprné, 5 g kořene pampelišky, 5 g listu jitrocele kopinatého. Doba varu: 3 minuty, 15 minut nutno vyluhovat. Pijeme třikrát denně šálek před jídlem, vždy 14 dní v měsíci. (78 + 66)

0059 • Vezmeme po 30 g listu ořešáku a kopřivy, květu heřmánku a hluchavky bílé, natě rdesna ptačího a přesličky, kůry dubu a jmelí bílého, 20 g semena lichořeřišnice. Jednu polévkovou lžici směsi spaříme čtvrt litrem vařící vody, 20 minut vyluhujeme. Pijeme třikrát denně před jídlem. (126)

0060 • Pomohou sedací koupele v mléčné syrovátce, která je nejlepším přírodním dárce kyseliny mléčné. Osvědčil se též heřmánkový nálev s přidavkem asi 25% syrovátky. K tomu je třeba užívat vnitřně 2 až 3 krát denně na špičku kulatého nože URTICALCINU - švýcarský prostředek, který si můžeme připravit také sami takto: vezmeme mladé sušené kopřivy 35 g, domácí bílé vaječné skořápky drcené 25 g, mleté sušené přesličky a kysličníku horečnatého po 15 g a lipového dřevěného uhlí nebo popela z lipového dřeva 10 g, vše smícháme, dokonale zprášujeme a podáváme zpravidla 2 až 3 krát denně na špičku kulatého nože. Výplachy nebo krátké syrovátkové koupele je třeba doplnit 2 až 3 krát týdně dlouhodobější sedací koupelí v nálevu z tymiánu nebo z drcených jalovčinek při teplotě 38 až 39 stupňů. Koupel má trvat 15 až 20 minut. (136 + 47 - 138)

0061 • Přísada do koupelí a na omývání: 100 g sušených listů ořešáku královského nebo vědro (asi šest litrů) čerstvých listů se vyluhuje ve studené vodě přes noc. Druhý den se vše ohřeje a výtažek vlije do vany, dotočí vodou a koupeme se dvacet minut. Srdce musí být nad vodou. Po koupeli se zabalíme do županu, neosušíme se a lehneme si na hodinu do postele. Na omýtí stačí jedna vrchovatá lžička na čtvrt litru vařící vody. (303)

0062 • Přelejte čtyři čajové lžičky sušených řezaných listů kontryhele obecného jednou sklenicí vroucí vody a nechte vyluhovat 10 minut. Denně vypijte dvě sklenice neslazeného čaje. (23)

0063 • Likér při bělotoku: vymacerujte týden v litru červeného vína 30 g nadrobno posekané dubové kůry a poslední den vhodte do ní ještě 20 g kokošky pastuší tobolky. Pak precedte, slejte a uzátkujte. Pije se dvakrát denně po odlivce. (132)

B

0064 • Jednu vrchovatou čajovou lžičku přesličky a stejné množství rebríčku vaříme 5 minut v půl litru vody a po scezení vypijeme během dne, po dobu tří až šesti týdnů. K tomu výplachy pochvy podle potřeby. K výplachům se používají drogy protizánětlivé jako heřmánek, měsíček, rebríček - ve směsi s drogami působícími svíravě, například s kořenem krkavce totenu, šalvěji, dubovou kůrou, přesličkou, pastuší tobolkou apod. Možno přidat i nať mochny husí, lnici květů i květ hluchavky. (76)

0065 \* Smíchá se 50 g hluchavky bílé, 10 g dobromysli, 10 g jaterníku, 10 g jitrocele a 20 g kontryhele. Nálev se pije vlažný, ráno a večer šálek. Dubová kůra, přeslička a listy z růže stejným dílem smíchané, chladným odvarem výplachy denně před spaním. (132)

0066 • Smícháme nať řepíku, květ heřmánku, nať bazalky, nať mateřídoušky a semeno lnu a do 600 ml vřelé vody dáme dvě čajové lžičky směsi, zavar precedíme a použijeme na omývání. (91)

0067 • Smícháme po 60 g květ heřmánku a nať řepíku, po 80 g kořen kostivalu, list máty peprné a po 50 g plod šípku, kořen pampelišky a list jitrocele. Do 300 ml vřelé vody dáme 2 polévkové lžíce této směsi. Vaříme - tři minuty, necháme vyluhovat 30 minut a precedíme. Užíváme třikrát denně 150 ml odvaru před jídlem. (91)

#### Bělouk, ale i bolení hlavy a jaterní onemocnění

0068 • Odvar, který připravíme z jedné až dvou polévkových lžic rozdrčeného oddenku nátržníku, které zalijeme 500 ml vřelé vody, vaříme 10 minut a jednu hodinu necháme vyluhovat. Užíváme třikrát denně před jídlem 80 až 110 ml - podle věku. (91)

#### Bělouk a nepravidelná menstruace

0069 • Jednu až dvě čajové lžičky pelyňku pravého zalijeme 200 ml vřelé vody a necháme 30 až 60 minut vyluhovat, precedíme a užíváme třikrát denně 600 ml 15 minut před jídlem. (91)

#### BLEDNIČKA

0070 • Pomáhá nať kontryhelu, nať majoránky, list rozmáryny, květ hluchavky, kořen mochny. Vše rozmělnit na prášek a užívat smíchaný prášek dvakrát denně půl lžičky. (99)

0071 • 100 g sušené natě pelyňkové vymacerujte 24 hodin ve třech litrech dobrého vína, pak zfiltrujte. Denně na lačno menší odlivku. (132)

0072 • List jahodníku, černého rybízu, vlašského ořechu a oddenek kosatce rozmělnit na prášek a smíchat s medem (lžička prášku - 3 lžičky medu) a užívat 3 krát denně půl lžičky. (99)

0073 • Nať bazalky, nať zeměžluče, chaluhy, list šalvěje - po dvou dílech, nať jablečnicku - 4 díly. Rozmělnit na prášek a užívat třikrát denně půl lžičky. (99)

0074 • 25 g řepíku, 10 g hořce, 10 g čekanky, 25 g třezalky a 30 g macešky polní. Slabý odvar, šálek po obědě a večeri. Ovoce, mléko a zelenina blahodárně přispívají. (132)

9

0075 • 10 g jablečnicku, 10 g rozrazilu, 10 g kořene hořce, 15 g kořene čekanky, 15 g třezalky, 10 g puškvorce, 15 g řepíku a 15 g máty peprné. Slabý odvar, šálek po obědě a po večeři. (132)

0076 • Střídavě vždy 4 dny každý čaj, pak 4 dny přestávku a zas znova.

1. čekanka, jahodové listí, kopřivové listky, ořechové listí a pampeliška, od každého 25 g, vše nejlépe sbírané na jaře, denně 2 šálky, ráno na lačný žaludek a před spaním.

2. Dubová kůra, prevarený islandský mech, jestřábník, pelyněk, stejný předpis. (132)

0077 • Filipína Welsarová radí: „Osvědčený prostředek proti bledničce od doktora Filly Brockese: vezmi hluchavky s bílými květy - dvě hrsti, mátu - jedna hrst, květy červeného jetele - půl druhu hrsti. Povař v pěti žejdlících čistého vína v uzavřené cínové konvici. Nech to pět hodin vařit v kotli s vařící vodou. Pak to dej vychladnout. Potom to proced' a pij to každý den třikrát - teplé - poprvé ráno v šest hodin, potom půldruhé hodiny před obědem, potřetí půldruhé hodiny před večeří. To dělej přibližně 14 dní, a když nápoj dojde, uvař další." (134)

### Blednička a potlačení menstruace

0078 • Likér pelyňkový: 100 g sušené natě pelyňkové vymacerujte 24 hodin ve 3 litrech dobrého vína, zfiltrujte. Pije se denně na lačno menší odlivka. (132)

### Blednička a nechut' k jídlu

0079 • 25 g rebríčku, 20 g pýru, 20 g hořce, 20 g kořene fenyklu a 10 g osladiče. Půl šálku odvaru vždy půl hodiny před jídlem. (132)

0080 • 20 g kořene andělíky, 10 g hořkého jetele, 10 g rebríčku, 15 g zeměžluče, 10 g máty peprné, 15 g jablečnicku. Půl šálku odvaru vždy půl hodiny před jídlem. (132)

### BLEDOST

0081 • Tři čajové lžičky natě kopřivy přelít půl litrem vroucí vody, nechat 5 minut vyluhovat a pak scedit. Pít denně 3 až 4 šálky teplého čaje. Tuto kúru provádět po dobu 6 až 8 týdnů. (30)

0082 • List kopřivy a merlíku všedobru smícháme stejným dílem a dvě čajové lžičky této směsi spaříme ve čtvrt litru vařící vody. Necháme 20 minut vyluhovat a pijeme třikrát denně před jídlem. Nezapomínejme, že správnou barvu pokožky dělá hlavně celozrnný chléb a jablko. (126)

### BODNUTÍ HMYZEM

#### Bodnutí a kousnutí hmyzem

0083 • Dvě lžičky sušených řezaných listů jitrocele kopinatého přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 15 minut louhovat. Precedíme a pijeme vlažný. Na krvácející hemoroidy můžeme přikládat vatou namočenou do zchlazeného nálevu. Zevně používáme rozmělněné čerstvé listy nebo šťávu z nich na krvácející drobná poranění a na otoky po bodnutí hmyzem. (14)

0084 • Při kousnutí hmyzem použijeme 30 ka-

pek tinktury z šalvěje lékařské, kterou rozmícháme s vodou a přikládáme obklady. (126)

0085 • Na otoky po bodnutí hmyzem použijeme čerstvé listy jitrocele kopinatého buď rozmělněné, nebo šťávu z těchto listů. (40 + 45)

### BOKY

0086 • Při píchání v bocích svařte na řídký kasičku usušené staré kousky z dobrého žitného chleba v kravském mléce a namíchejte špetku šafránu rozemletého, rozmažte na plátno, přiložte a nechtě je tam nejméně 24 hodin. (132)

0087 • Nakrájíme trochu čerstvého mýdla a trochu cibule, nasypeme do trochy olivového oleje, pořádně povaríme a namažeme tím za tepla bok a přiložíme na to starý navoskovaný hadřík. (134)

### BOLÁKY

0088 • Aby boláky rychle dozrály a praskly, přikládejte na ně teplé senokvěty, vyvařené a přiopečené na oleji, nebo rozdrčené listy podbělu (máte-li jen suché, rozmočte je napřed v teplé vodě). (132)

0089 • Rozdrťte obyčejný bodlák kadeřavý neboli polní i s květy a položte jej na vředy, ale přitáhněte plátkem. (132)

### BRADAVICE

0090 • Listy, květy a stonky vlašovičnicku většího se omyjí a dají do odstředivky. Dostaneme oranžovou šťávu, kterou potíráme bradavice až do jejich odstranění. Ženy se zbaví ochlupení nohou také natíráním získané vlašovičnickové šťávy. (42)

0091 • Čerstvou šťávu z vlašovičnicku nebo čerstvou šťávu z pampelišky použijeme k mazání bradavice. Po namazání necháme zaschnout. Nutno opakovat celou sezónu. (99)

0092 • „Item potírej cibulí a solí bradavic, zmizejť." (74)

0093 • Rozsekejte si nadrobno listí břechťanové, které se plazí po zemi, přiložte na bradavice a prevážte plátkem. (132)

0094 • Naneste na bradavice šťávu z čerstvě natrhaného pryšce chojky a lehněte si pak na slunce a nechtě ozařovat natřená místa. Pozor na oči, nutno vzít černé brýle, pryšec je jedovatý. (316)

0095 • Na vlašovičnicku rozmělněná na prášek, smíchaná s lanolínem a vazelínou jako mast k mazání bradavic v zimě. (99)

0096 • Smícháme po 70 g listy meduňky, natě řepíku a listu kopřivy a po 30 g natě přesličky, listu jitrocele, kořen pampelišky a natě vlašovičnicku. Do 100 g vroucí vody dáme dvě polévkové lžíce směsi, vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat 30 minut a precedíme. Užíváme třikrát denně 150 ml odvaru 15 minut před jídlem. (99)

0097 • Na jaře vyléčíte bradavice, zejména na ruku, nejsnadněji. Vyjděte si do lesa a potřete si



bradavici bílým mlíčem z pryšce chvojky, nechtě jen trochu zaschnouti, pak obložte hnědou nebo šedou mazlavou hlínou (jílem) a držte úd s bradavicí alespoň hodinu na slunci, bude-li nutno, opakujte. Nebo přiložte na bradavici náplast, ale v mfttě, kde se bradavice nalézá, vyřízněte malou díрку, aby bradavice vyčnívala ven, načež na ni přitlačte kus česneku a přelepte vše novou náplastí. Nechtě vše na bradavici dva dny. (132)

0098 • Bradavice odstraňujeme čerstvou mléčnou šťávou z vlašovičnickové natě. Šťávu nanese na bradavici vícekrát denně. U některých lidí zmizí bradavice velmi rychle a u některých nezmizí vůbec. (126)

0099 • Nejznámějším a asi také nejstarším receptem je potírání bradavice šťávou z vlašovičnicku většího. Je to třeba ovšem dělat pravidelně a proto doporučuji vyrýt celou rostlinu, umístit ji do květináče, a pak co nejčastěji vždy po utržení malé části stonku potírat bradavici. (44)

0100 • Poměrně jednoduchý je recept paní Halamíčkové. Jeden díl česneku (pokud možno úplně čerstvého) se rozmačká a do něj se naškrábe jeden díl křídý. Udělá se kasička, která se na noc přikládá na bradavici. Dělá se to denně po dobu asi 5 až 6 dní. Nesmí se používat křída rumunská nebo podobná, která není křehká a sypká, ale je hutná, jakoby mastná. (44)

0101 • Na bradavici přiložit čistý med, nejlépe lesní, tmavý. Existují ale zprávy, že stejně, ne-li lépe, pomáhá pravý májový med. Příkládání se opakuje až do odpadnutí bradavice. (44)

0102 • Rozříznout čerstvou cibuli, udělat v ní důlek, do důlku dát cukr, nejlépe pískový, a rozpustit ho ve šťávě z cibule. Vzniklou kasičkou pak bradavice natírat, nebo spíše kasičku na bradavice nanášet. Nanášení opakovat, až bradavice zanikne. (44)

B

## BÜRGEROVA CHOROBA

0103 • Nať bukvice, nať řepíku, list kopřivy a semeno pískavice řeckého sena rozmělnit na prášek a užívat jednou denně necelé půl lžičky. (99)

0104 • Léčí se pitnou kúrou bylinnými čaji a střídavými koupelemi nohou dvě minuty v horkém čaji a 30 vteřin ve studené vodě. Na pití i na koupele je možno užívat stejnou směs. Vezmeme po 100 g listu lesního jahodníku, květu heřmánku a listu kopřivy a po 50 g natě třezalky, natě světlíku, natě bukvice lékařské a natě řepíku. Obtížně dostupné drogy světlík a bukvice můžeme nahradit květem jírovce maďalu, natí routy, květem měsíčku nebo natí tymiánu. Pro koupele můžeme při nedostatku této směsi využívat odvaru z natě pelyňku Černobýlu, případně nálevu z tymiánu. K pití připravíme půl až tři čtvrtě litru čaje bylinářským způsobem a podáváme z termosky po doušcích během dne. (111)

viz také:

Bělouk

1406, 1409, 1410, 1411, 1412

Blány mozkové

1705, 1706

Blednička

3421

Bodnutí hmyzem

2889

Boláky

0985, 0986, 0987, 0988, 0989, 0991, 2869, 3524

Bradavky

2661, 2662, 2663, 2664

Bylinářské koště. - lokadlo

0664, 0665, 0666

11

## CÉVY

### Srdeční cévní systém a srdeční sval

0105 • 9 dílů hlohu, 12 dílů Inice, 12 dílů kokošky pastuší tobolky, 12 dílů třezalky tečkované, 12 dílů květu měsíčku. Ze směsi připravit bylinářským způsobem čaj a užívat 4 šálky čaje denně po dobu 10 týdnů, pak měsíc přestávka a dalších 7 lýchů pít denně 3 šálky čaje. (302)

0106 • 5 dílů květu hlohu, 10 dílů Inice - květů, 12 dílů třezalky tečkované, 9 dílů kopřivy a 5 dílů kokošky pastuší tobolky. Ze směsi připravit čaj, pít 3 šálky denně po dobu 9 týdnů. (302)

0107 • Arnika působí příznivě na prokrvení vejčitých cév a zlepšuje práci srdečního svalu. Obvyklé dávkování je 10 až 15, výjimečně 20 kapek, nakapat do poháru vody a vypít 2 až 3 krát denně. Nutno dodržet uvedené množství, protože arnika je prudce působící droga. (133)

### Cévní poruchy

0108 • Vezmeme tři až čtyřikrát denně na špičku kulatého nože práškovatého mistrova kořene (všedobrní) a zapijeme sklenicí ječmenné vody, kterou připravíme pomletím krup a svařením dvou polévkových lžic této trhané ve sklenici vody. Na noc je velmi vhodná šťáva z černého rybízu, event. i šálek macerátu z jedné čajové lžičky drobně drceného jmelí - macerovat asi 8 hodin. (131)

### Zvýšení pevnosti cévních stěn

0109 • Připravíme tinkturu z obyčejného kaštanu. Po zbavení osetím dužinu nastrouháme podobně jako se strouhá křen. Užíváme 20 až 25 až 30 kapek denně v několika dílech dávkách, celkové dávkování se pohybuje mezi 75 až 100 kapkami denně. (27)

### Cévní nádor

0110 • Užívejte denně 30 až 45 kapek vývaru z čerstvé natě zeravové (10 g na litr vody). (132)

### Proti zvrápenatění cév, při mrtvici a na zastavení krvácení

0111 • Čaj ze jmelí, který se připravuje pouze ve studeném stavu. Jednu vrchovatou čajovou lžičku jmelí dáme na noc do čtvrt litru studené vody, ráno jen lehce ohřejeme a scedíme. Je-li třeba na den větší množství, musí se přechovávat v termosce, která je vypláchnutá vřelou vodou, nebo čaj vždy před použitím přihřát ve vodní lázni. (123)

### Křehkost cév

0112 • Nař světlíku, třezalky, list máty, routy, kopřivy a květ černého bezu smíchat ve stejných poměrech a připravit zapař. (330)

## CUKROVKA

0113 • Dvě čajové lžičky řezaných listů borůvky brusnice vsypeme do čtvrt litru vody a 10 minut povaríme. Čaj pijeme chladný, dva šálky denně. (14)

# C

0114 • Hladinu cukru v krvi snižují: cibule, česnek, pór, celer, borůvky, brusinky - které je třeba konzumovat spíše syrové. Z bylin jsou to nař jestřabiny, list borůvky, list kopřivy, list šalvěže, fazolové lusky, pýr, list černého bezu, kořen pampelišky, semeno pískavice řeckého sena, oddenek kozlíku. (99)

0115 • Lžici fazolových lusků vaříme 10 až 15 minut v litru vody, pak nasypeme lžici kopřivy, dvě lžice listu borůvky, dvě lžice natě jestřabiny a necháme vyluhovat. Získaný odvar vypijeme v průběhu dne, spíše před jídlem. (99)

0116 • 15 g listu borůvky černé, 15 g kopřivy dvoudomé, 10 g kořene lopuchu většího, 5 g kořene smetanky lékařské a 5 g semena lnu setého. Připravíme ze směsi nálev, doba vyluhování 20 minut. Pije se třikrát denně po jednom šálku čaje před jídlem. (78 + 66)

0117 • Smícháme 20 g mochny husí, 20 g fazole obecné (lusk bez semene), 10 g listu borůvky černé, 10 g listu ostružiníku krovitého a 10 g listu kopřivy dvoudomé. Nálev připravíme tak, že tři polévkové lžice směsi necháme vyluhovat ve 200 ml vody 5 minut, pak scedíme. Uleháme na lůžko a přiložíme na 2 hodiny obklad na oblast slinivky - nejméně jednou za 14 dní. (78 + 66)

0118 • 100 g listu borůvky, 100 g listu kopřivy, 100 g fazolových lusků, 100 g natě třezalky a 100 g máty na jednu lázeň. Krátce povařit a scedit do vany. Lze opakovat každý den. (99)

0119 • 20 g natě jestřabiny lékařské, 20 g listu borůvky černé, 5 g kůry krušiny olšové a 5 g listu břízy bělokore. Nálev: nechat ustát do zchladnutí, pak scedit. Pije se třikrát denně po jednom šálku čaje před jídlem. (78 + 66)

0120 • Bylinářka Trebenová radí čtyř až šestitýdenní letní a zimní kúru: Letní kúra spočívá v tom, že nemocný sní během dne 10, při dobré snášenlivosti až 15 dobře umytých lodyh pampelišky, bez květu. Na nepřijemnou chuť stonku se organismus zpravidla rychle a dobře adaptuje. Na zimu se užívá macerát ze jmelí: 1 čajová lžička na šálek výluhu. Prvé dva týdny užívat 3 šálky denně, další dva týdny 2 šálky a nakonec už jen jeden šálek denně. Jmelí by mělo být natráháno do začátku prosince. (136 + 47 - 123)

0121 • 15 g kuklíku, 40 g fazolových lusků bez semen, 5 g zeměžluči, 10 g mochny a 30 g truskavce. Pijí se 4 šálky nálevu denně. Vlašské ořechy pojídat vždy po večeři a pít vodu z kyselého zelí. (132)

0122 • 10 g kopřivy, 10 g fazolových lusků bez semen, 20 g březového listu, 60 g listu borůvky, vše smícháme a 1 čajovou lžičku směsi vaříme 7 minut ve čtvrt litru vody, hned scedíme a denně před každým hlavním jídlem vypijeme šálek teplého čaje. (303)

0123 • 15 g natě jestřabiny lékařské, 15 g lusků fazole obecné bez semen, 5 g listu máty peprné, 5 g listu smetanky lékařské. Nálev: doba vyluhování 20 minut. Pijí se tři šálky denně a to tak, že polovina šálku se pije 15 minut před jídlem a druhá 30 minut po jídle. (78 + 66)

0124 • 25 g natě jestřabiny lékařské, 20 g listu borůvky černé, 5 g kůry krušiny olšové, 5 g listu břízy bělokore. Nálev: nechat ustát do zchlad-

# 12

nutí, pak scedit. Pije se třikrát denně po jednom šálku čaje před jídlem. (78 + 66)

0125 • „Bylinářka Pestrová, která sama trpěla těžší formou cukrovky, přidávala do DIABETANU po 10 g mladých listů kopřivy a puškvorce, pila čaj 3 krát denně - vždy sklenici nálevu - a měla velmi dobré výsledky - i u jiných nemocných.“ (136 + 47-94)

0126 • 20 g natě violky trojbarevné, 20 g chaluhy bublinaté, 10 g listu kopřivy dvoudomé, 10 g kořene lopuchu většího, 10 g natě rdesna ptačího (truskavce). Nálev: pije se dvakrát denně po jednom šálku čaje. (78 + 66)

0127 • 20 g natě jestřabiny lékařské, 10 g listu borůvky černé, 10 g lusků fazole obecné bez semen. Nálev: doba vyluhování 20 minut. Pijí se tři šálky denně - polovina šálku 15 minut před jídlem, polovina 30 minut po jídle. (78 + 66)

0128 • Při cukrovce pomáhá také masáž - nejlépe arašidovým olejem dolní části páteře a zad, v křížích a bedrech i podél ischiatického nervu. (15)

0129 • 20 g lusků fazole obecného bez semen, 10 g listu borůvky černé, 10 g listu šalvěje lékařské, 10 g šišťice chmelu obecného. Odvar: dvě kávové lžičky směsi na čtvrt litru vody. Doba varu 5 až 10 minut, scedit Pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

0130 • 60 g listu borůvky černé, 20 g listu břízy bělokoré, 10 g lusků fazole obecného bez semen a 10 g listu kopřivy dvoudomé. Odvar: Dvě kávové lžičky směsi na šálek vody povaríme dvě minuty, vyluhujeme 5 minut, scedíme. Pije se po jednom šálku dva až třikrát denně před jídlem. (78 + 66)

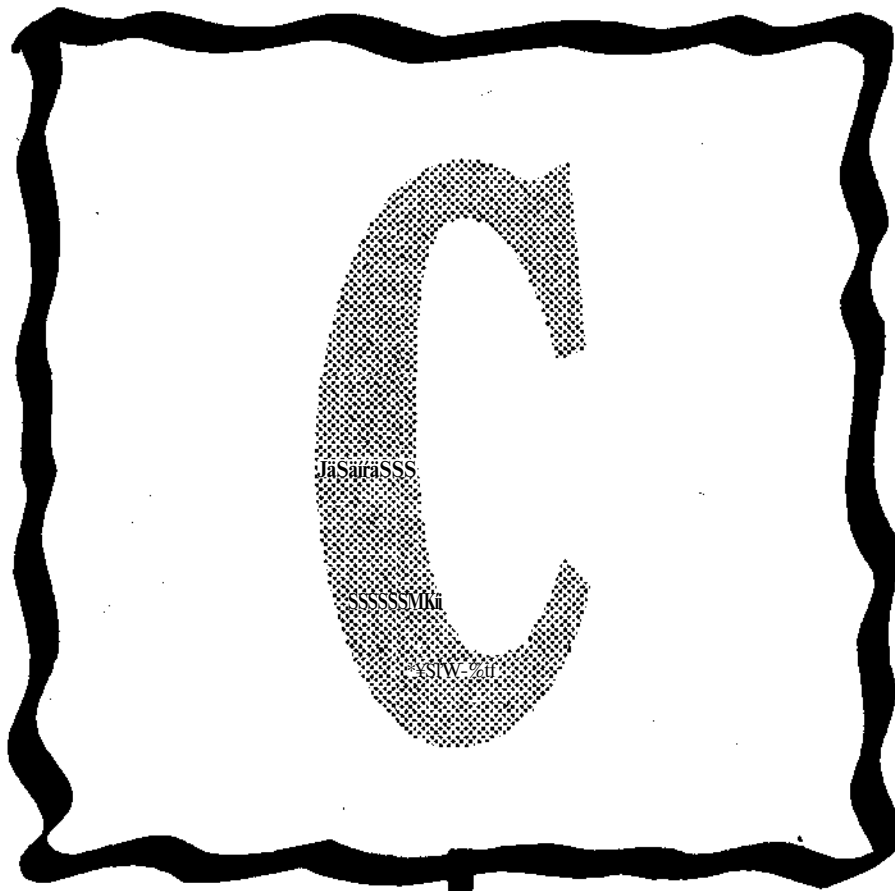
0131 • Smíchat stejné díly fazolových lusků bez semen, jestřabiny lékařské, borůvky černé a kopřivy dvoudomé. Dvě kávové lžičky této směsi na šálek vody, vařit 5 minut a 20 minut nechat vyluhovat. Po scezení pije se po jednom šálku teplého čaje vždy před jídlem. (130)

0132 • 25 g jitrocele, 30 g lusků fazole, 15 g borůvkového listí, 20 g babího hněvu, 10 g jestřábníku. Šálek teplého nálevu vždy po jídle. (132)

0133 • 25 g listů březových, 25 g listů borůvkových, 15 g listů boldamu, 20 g zeměděmu, 5 g listů eukalyptu, 10 g kručinky. Šálek teplého nálevu vždy po jídle. (132)

0134 • Přikládejte aspoň týden na okolí ledvin chladicí obklady jako léčivou hlínu, rozmíchanou v přihřátém octě, rozmačkané syrové brambory, listy karfiolu nebo podběle. Znamení americký prostředek proti cukrovce je čaj z bílých fazolí: dvě hrsti fazolí vařte ve třech litrech vody, až se voda svaří na polovinu scedte a pijte jen horký vývar (ale nesmíte naprosto pít zároveň nic jiného!) (132)

0135 • Tři lžičky sušených listů ořešáku královského na půl litru vody. Přelijeme vařící vodou a necháme 15 minut louhovat. Pijeme dva šálky denně. Užíváme vnitřně horký, zevně ke kloktání a také na obklady při chudokrevnosti, nechutenství a na posílení nervů. Pomáhají i obklady při poruchách menstruace a zažívání a při vyrážkách. (14)



0136 • Nať byliny krkavec toten - trhaná v době květu. Aplikuje se třikrát denně nálev z 1 pól. lžice 15 minut před jídlem po dobu 40 dnů. (44)

0137 • Receptura poslední doby: tinktura z eleuterococcu, dodávaná z Ruska. Začíná se pěti kapkami denně, denně se jedna kapka přidává až do třiceti. Pak se zase jedna kapka ubírá. Brát nejlépe na noc. Kúra trvá 50 dní. (44)

0138 • Receptura nesčetněkrát ověřená a při striktním dodržování postupu funguje spolehlivě. Potřebné byliny jsou fazolové lusky, kořen omanu pravého, nať jestřabiny lékařské a list jasanu ztepilého, lichozpeřený, trhaný na jaře a kořen smetanky lékařské. Postup: dvě hrsti přesušených fazolových listů se namočí na 24 hodin do vody a pak se ve dvou litrech vody vaří tak dlouho, až zůstane 0,6 litru odvaru. Tím se pak přelije jedna polévková lžice směsi ostatních bylin (poměr 1 : 1 : 1) a nechá se 15 minut vyluhovat. Pije se přes celý den, nejméně nadesetkrát, třeba po polévkové lžici. (44)

0139 • Pomáhá kořen lopuchu většího. Léčivý čaj se připravuje z jedné až dvou lžiček drcené drogy, která se přelege šálkem vařící vody. Užívají se dva až tři šálky denně. Droga se může i krátce povařit. (002 + 006)

0140 • Cukrovkáři by měli denně sníst až deset stvolů pampelišky lékařské, kdy pampeliška kvete. Nejprve se stvolů spolu s květy umyjí, až potom se květ odstraní a stvolů se pomalu žvýkají. (123)

0141 • Maria Treben radí: „Velký švýcarský přírodní léčitel farář Kiinzle říká: cukrovka se dá poměrně rychle vyléčit těmito bylinkami: tři díly kuklíku, po jednom dílu ostružiny a borůvky, tři díly mochny zlaté a dva díly zelených usušených fazolových lusků bez semen. Na čtvrt litru vody se dá jedna vrchovatá čajová lžička směsi, spaříme a necháme tři minuty vyluhovat. Denní množství je jeden a půl až dva litry.“ (123)

0142 • Při léčení cukrovky pomůže oddenek puškvorce. Do šálku studené vody se dá na noc jedna zarovnaná čajová lžička, ráno se pouze zlehka zahřeje, scedí a pije se před a po každém jídle jeden doušek, tedy šest doušků během dne. (123)

0143 • Pomáhá domácí nápoj výborné chuti: 500 g póru se nakrájí nadrobno až po zelené listy, zaleje se 0,7 litru bílého (nesladkého) vína tak, aby bylo vše ponořené a nechá se 24 hodin přikryté stát. Scedí se do láhve a pije ráno a večer po jednom doušku. Zbytky póru po vyluhování můžeme natřít na chléb a sníst. (123)

0144 • Ke snížení hladiny cukru poslouží nálev z jedné polévkové lžice směsi bylin: listy borůvky, fazolové lusky bez semen a nať kopřivy. Lžice směsi na hrnek vody, pije se dvakrát denně. (337)

0145 • Smíchejte po jednom dílu listu borůvky, šalvěje, šišťice chmele a dva díly fazolových lusků bez semen. Jednu polévkovou lžici této směsi krátce povarte ve čtvrt litru vody. Pije se třikrát denně po jednom šálku. (337)

0146 • Smíchejte šest dílů listů borůvky, dva díly listů břízy, jeden díl listu kopřivy a jeden díl fazolových lusků bez semen. Jednu polévkovou lžici





této směsi krátce povařit. Pije se dvakrát až třikrát denně před jídlem. (337)

0147 • Doporučeným prostředkem je kořen puškvorce. Přes noc macerujte rovnou čajovou lžičku mletého kořene v šálku vody, ráno ohřejte (ale nevařte), scedte a pijte vždy jeden doušek po každém jídle. (337)

0148 • Astragalus hoantchi (kořen) - dva díly, dioskorea batatas - oddenek, 1 díl. Voda 500 dílů. Směs rozdrčených surovin a vody se vaří, až zbude jen 1/3 vody, pak se podává v jednom dni třikrát 100 ml. (114)

0149 • Čirůvka májová (calocyba gambosa) obsahuje látku, snižující hladinu krevního cukru. Roku 1956 objevil hypoglykemizující účinek náhodou M. Porton, francouzský lékař a znalec hub, který trpěl cukrovkou. Za několik dnů po požití asi 250 g májovek pocítil úlevu jako po inzulinu. Pominuly mu průvodní příznaky cukrovky jako jsou polyurie, suchost jazyka, nespavost, bolesti hlavy a končetin a zmizel cukr v moči, který byl dříve zjišťován v hodnotách průměrně 3,5%. (109 + 128)

#### Při cukrovce - pod kontrolou lékaře

0150 • Smícháme 150 g natě jestřabiny lékařské, po 100 g listu medvědice lékařské, borůvky, natě kontryhele, natě průtržníku a kořene kosatce, po 50 g natě přesličky a listu moruše. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, vaříme 3 minuty a necháme 20 minut vyluhovat, pak precedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

0151 • Smícháme 200 g natě kontryhele, po 50 g natě jestřabiny, plodu borůvky, listu borůvky, listu kopřivy a lusku fazole (bez semena) a po 30 g listu ostružiny, moruše, semena lnu a kořene pampelišky. Jinak jako recept č. 0150. (91)

0152 • Smícháme po 50 g listu borůvky, lusku fazole (bez semena) a 100 g natě jestřabiny. Jinak jako u receptu č. 0150. (91)

0153 • Směs po 25 g natě jestřabiny lékařské a pampelišky, fazolových lusků bez semen, listu borůvky a kořene pampelišky - 1 čajovou lžičku směsi do šálku vody, vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Pije se denně před každým hlavním jídlem šálek teplého čaje. (30)

0154 • Po 25 g fazolových lusků bez semen, listu borůvky, natě jestřabiny lékařské a macešky trojbarevné. Jednu čajovou lžičku směsi do šálku vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Pije se denně před každým jídlem (hlavním jídlem) šálek teplého čaje. (30)

0155 • Po 10 g fazolových lusků bez semen a natě kopřivy, 20 g březového listí a 60 g listu borůvky. Jedna čajová lžička směsi do šálku vody, vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Pije se denně před hlavním jídlem šálek teplého čaje. (30)

#### Cukrovka - podpůrný čaj

0156 • Smícháme 10 g plodu jalovce, 10 g třešalky, 15 g pampelišky, 20 g oplodí fazole a 50 g listů borůvky. Jednu polévkovou lžičku směsi krátce povaříme a necháme 20 minut lou-

hovat. Pije se dva až třikrát denně šálek. (126)

0157 • Smícháme 40 g listu borůvky a 60 g oplodí fazole. Dále jako recept č. 0156. (126)

0158 • Smícháme stejným dílem semeno řeckého sena, natě jestřabiny, semeno ostropeče a list borůvky. Dále jako 0156. (126)

0159 • Smícháme po 20 g list borůvky, kořen pampelišky, list brusinky, kořen nátržníku a plody jalovce. Dále jako 0156. (126)

0160 • Smícháme po 10 g list kopřivy, plod fenyklu a kořen lékořice, 20 g natě macešky a 10 g oplodí fazole. Dále jako 0156. (126)

#### Při pomocné léčbě cukrovky

0161 • Čaj: dvě lžíce řezaných listů borůvky na čtvrt litru vody, 10 minut necháme vařit, scedíme a pijeme dva šálky chladného čaje denně. (40 + 45)

0162 • Smícháme list borůvky, šalvěje, hlávky chmele po jedné lžici, fazolové lusky dvě lžíce. Dvě lžičky směsi na čtvrt litru vody, necháme 10 minut vařit, scedíme a pijeme dva šálky chladného čaje denně. (40 + 45)

0163 • Jednu lžici sušených plodů bezu černého vaříme 15 minut v- půl litru vody> necháme vyluhovat, scedíme a pijeme chladný. (40 + 45)

0164 • Připravíme bezinkový rosol diabetický takto: vyzrálé plody bezu černého rozvaříme, vylisujeme a do šťávy přidáme umělé sladidlo, Petosu a půl hodiny vaříme. Uzavřeme pak do malých skleniček a uložíme ve studené místnosti. (40 + 45)

0165 • Pro diabetiky je vhodný odvar ze sušených plodů bezu černého. Jednu lžičku sušených plodů vaříme 15 minut v půl litru vody. Necháme vychladnout a precedíme. (40 + 45)

#### Při cukrovce, ale i při ledvinových a močových kamenech a hemeroidech

0166 • Dvě polévkové lžíce asparágu lékařského zalejeme 500 ml vřelé vody a necháme jednu hodinu vyluhovat. Precedíme a užíváme třikrát denně 150 ml 15 minut před jídlem. (91)

#### Kombinovaná pomocná léčba

0167 • Prvých pět dní užíváme čtyřikrát denně dvě polévkové lžíce nálevu z pelyňku. Druhých deset dní užíváme čtyřikrát denně dvě polévkové lžíce nálevu z vavřínového listu. Třetích 15 dní užíváme čajovinu DIABETAN, kterou před použitím obohatíme tak, že na 100 g čajoviny přidáme 15 g kopřivy a 10 g puškvorce. (27)

#### Cukrovka a močové potíže

0168 • Připravíme čaj z této směsi: 25 g listu kassie úzkolisté, 25 g květu nebo listu slézu lesního, 25 g natě řebříčku obecného, 12,5 g listu máty peprné, 12,5 g lusků bez semen fazole obecné, 12,5 g plodu bedrníku anýzu, 12,5 g fenyklu obecného, 5 g květu chrpy polní,

5 g květu měsíčku lékařského, 5 g natě violky trojbarevné, 5 g kořene pýru plazivého, 5 g kořene jehlice trnité. Tři polévkové lžíce této směsi na půl litru vody. Celé množství vypít v průběhu dne. (78 + 66)

**Při pomocné léčbě a jako močopudný a potopudný prostředek**

0169 • Pomáhá jestřabina lékařská. Velká polévková lžíce drogy se spaří vřelou vodou a nechá 15 až 20 minut vyluhovat pod pokličkou. Užívá se asi 1 dcl čaje 4 až 6 krát denně před a po jídle. (50)

**ČICH**

10170 • Při ztraceném čichu si pouštějte dvakrát denně do nosu páru z vývaru ibiškových kořenů, načež si nos po vysušení vytřete čerstvým neslaným máslem, do něhož přidejte lžíci mariánkového oleje. (132)

viz také:

Cévy

0682, 0683, 0684, 0685, 0686, 0687, 0688, 0689, 0690, 0691, 3254, 3255

Cukrovka

1043, 1044, 1575.

Červi

3072, 3321, 3538

**D**

**DNA**

0171 • Hadovka smrdutá (*Phallus impudicus*) - v lidovém lékařství byla kdysi tato houba užívána v podobě obkladů proti dně a jiným revmatickým obtížím. (109 + 128)

0172 • Smíchejte stejné množství březových jehnědů s petrklíčovými květy a vyvařte ve vodě na polovici. Pijeme teplý každou hodinu jednu lžičku. (132)

0173 • Potírejte postižená místa mravenčím lihem a současně je před namazáním napařte silným odvarem z natě kopřiv. Objeví-li se bolesti, je to dobrým znamením, že léčení prospívá. (132)

0174 • Přelete tři čajové lžičky květu prvosenky půl litrem vroucí vody, nechte vyluhovat jednu minutu a scedte. Po dobu několika týdnů vypijte denně 3 šálky teplého čaje. (30)

0175 • 30 g oplodí fazolí, 20 g listu borůvky, 10 g květu rebříčku, 20 g květu trnky, 10 g natě třezalky tečkované a 10 g natě přesličky. Jednu čajovou lžičku uvedené směsi vařit 5 minut, 20 minut vyluhovat a popíjet tři i více šálků denně. (126)

0176 • 50 g listu rybízu černého, 30 g natě jablečnicku obecného, 30 g chaluhy bublinaté, 20 g kořene lopuchu většího. Nálev: polévková lžíce směsi na 200 ml vody, nechat vyluhovat 20 minut, přecedit. Pijí se dva až tři šálky čaje denně. (78 + 66)

0177 • Smícháme 50 g natě vřesu obecného, 40 g listu břízy bělokoré, 30 g kůry vrby bílé, 30 g kořene jehlice trnité. Nálev: tři polévkové lžíce směsi na půl litru vody. Tato celá dávka se pije během dne po douškách. (78 + 66)

0178 • Hrst koňských kaštanů oloupejte, rozsekejte nadrobno, vložte do litrové láhve a dolejte na ně čistý líh, nechte 14 dní táhnout poblíž kamen v teple, scedte a natírejte tímto postižená místa. (132)

0179 • Přeslička rolní 30 g, krušina olšová kůra 30 g, petržel zahradní kořen 30 g, jalovec obecný plod 10 g. Odvar: čajová lžička směsi na šálek vody, necháme přejít varem, odstavíme, vyluhujeme 15 minut, scedíme. Pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

0180 • Smetanka lékařská kořen 30 g, bříza bělokorá list 20 g, saturejka zahradní nať 20 g, kopřiva dvoudomá list 20 g, jehlice trnitá kořen 20 g, celík zlatobýl nať 10 g. Odvar: kávovou lžičku směsi v šálku vody přivedeme k varu, povaríme minutu, necháme vyluhovat 10 minut a scedíme. Pijí se tři šálky denně po několik týdnů. (78 + 66)

0181 • Jeden váhový díl květu jírovce madalu (koňský kaštan) zalijeme deseti váhovými díly lihu nebo destilátu a necháme tři týdny stát v teple. Pak přecedíme a slijeme do menších lahviček. Uschováme v chladnu. Tinkтуру používáme jako mazání ke zmírnění bolesti. (78 + 66)

0182 • Na prášek rozmělníme stejné díly kůry krušiny olšové, kůry vrbové, kořene čekanky a pampelišky. Užíváme třikrát denně na špičku kulatého nože. (130)

0183 • Vezmeme stejné díly maliníku (list), jahodníku (list) a břízy (list) a připravíme obvy-

**15**

klým způsobem zapar - užíváme pět až osmkrát denně sklenici. (99)

0184 • Připravíme odvar z kořene jehlice trnité, mydlice, vrbové kůry, listu břízy, listu kopřivy, lipového květu nebo květu černého bezu. Pijeme třikrát denně sklenici odvaru. (99)

0185 • 12 až 15 usušených lístků březových spáříme koflíkem vařící vody, necháme chvilku táhnout a precedíme. Pijeme na lačný žaludek třikrát denně, možno trochu osladit medem. (211)

0186 • Kůra krušiny olšové, květ černého bezu, list kopřivy, vrbová kůra, nať přesličky, list břízy, kořen čekanky, kořen pampelišky, oddenek ostřice (jestliže některá složka chybí, nemá to větší význam) - rozmělnit na prášek a užívat necelé půl lžičky. (99)

0187 • Anýz, kopr a černucha - užívat rozemleté nebo přidávat do stravy. (99)

0188 • Oblady na nejvíce postižená místa z rozmáčkanych listů syrového bílého zelí nebo několikaminutové oblady z čerstvě utřeného křenu. (99)

0189 • Hořčicové polštářky nosit po celý den, nebo alespoň přikládat na noc. Jestliže dna postihne i srdce, nosit jeden polštářek v oblasti srdce. (99)

0190 • Matthioli: „Listí bzové (bez černý) mladistvé s lojem hovézím anebo kozlovým smíšené a přiložené dnu v nohách léčí.“ (74)

0191 • 30 g vřesu, 10 g vlašovičnicku, 10 g francouzského dřeva, 25 g listů břízy, 25 g pýru. Několik šálků denně vlašného nálevu podle libosti. Potíratí olejem kosatcovým a koupele z odvaru popence. (132)

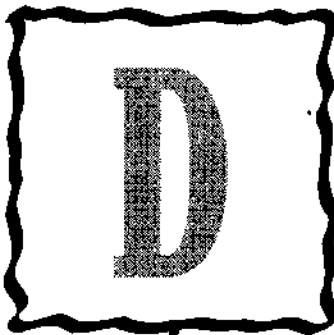
0192 • Bolesti mírní bramborová voda, v níž byly brambory i se slupkou vařeny; koupejte v horké vodě chorá místa. - Pytlíček s horkým pískem a solí obnovujte každé dvě hodiny. - Obladek medový, který nanese na kus pláténka; dnu léčí koupele z odvaru jalovčinek nebo smrkových šišek. (132)

0193 •

1. Týdně dvě teplé koupele z ovesné slámy půl hodiny, nebo silně se omýti, nebo na, krátko vzítí studenou koupel.
2. Každodenně hořejší polévání s poléváním kolenou.
3. Týdně třikrát co nejrychleji v potu nebo v noci s postele úplně se omýti.
4. Denně užívatí ráno a večer po šálku thé z 5 až 6 čerstvých bezových listů, jež se jemně rozsekají a 5 minut nechají povařiti. (56)

0194 • Kdo jest nachýlen ke dně, k suchému lámání, nebo kteří tím trpí, ať užívají po delší čas každodenně šálek petrklíčového thé. Rozežene prudké bolesti, jež znenáhla pak zmizí. (56)

0195 • Doporučuje se jalovcová kúra. Opatří se jalovec a vyberou se nejpěknější zrnka. První den ráno rozžvýkáme tři zrnka, šťávu vysajeme, jádérka a slupky vyplijeme. Každého následujícího dne přibereme o jednu bobuli více, až dosáhneme počtu 21 bobulí. Pak se zase po jedné ubírá, až se skončí na třech bobulích.



Léčení se obvykle po 14 dnech opakuje. (107)

0196 • Smícháme nať kručinky, květ petrklíče, list kopřivy, list jasanu - vše po 25g a připravíme ze směsi nálev. Čaj se pije několikrát denně. (126)

0197 • Smícháme kořen chebdi, list břízy, plod jalovce - vše po 25 g. Běžně uvařit čaj, pije se několikrát denně. (126)

0198 • Smícháme bršlici kozí noha 40 g, tužebník 50 g, list břízy 50 g, list senný 10 g a kůru vrby 50 g. Připravíme odvar, pijeme několikrát denně. (126)

0199 • Smícháme 20 g jehlice trnité, 20 g přesličky, 40 g listů břízy, 60 g tužebníku jilmového, 200 g oplodí ořechu, 200 g kůry jírovce, 60 g zlatobýlu a 10 g semene mochně. Ze směsi připravíme obvyklým způsobem čaj, pijeme denně 2 až 3 šálky. (126)

0200 • Koupele: nálev připravíme ze směsi: 40 g rmenu (celá rostlina), 20 g květu kručinky, 20 g květu ocunu a 120 g stonku vlašovičnicku. (126)

#### Dna a revmatismus

0201 • Po 1 g květu chrpy polní, měsíčku a pivoňky, 2 g plodu jalovce, po 5 g potměchuti a krušinové kůry, 10 g květu bezu černého, po 15 g tužebníku jilmového a kopřivy a po 20 g vrbové kůry, přesličky rolní a listu břízy. Všechny složky čaje smíchejte v uvedeném poměru. Jedna čajová lžička na šálek vody. Nechtě vařit 5 až 10 minut a poté sceďte. Denně vypijte každé dvě hodiny šálek teplého čaje. (30)

0202 • Po 15 g fazolové lusky bez semen, list borůvky, nať rebríčku a květ trnky, po 20 g nať třezalky a přesličky rolní. Všechny složky čaje smíchejte v uvedeném poměru. Jedna čajová lžička na jeden šálek vody. Nechtě vařit 5 až 10 minut a pak sceďte. Denně vypijte několik šálků teplého čaje. (30)

0203 • Používá se nálev z listů rakytníku řešetlákového jako posilující a krev čistící prostředek. Berou se 2 g sušených listů na jeden šálek nálevu 2 až 3 krát denně. Plody se zpracovávají za studena, podobně jako černý rybíz. Na 1,5 kg drtě se dává 1,5 kg cukru. (126)

#### Při dně, revmatismu, chronické zácpě i hemoroidech

0204 • Zarovnanou lžičku plavuně obecné spáříme jedním litrem vařící vody a krátce vyluhujeme. Pijeme pouze jeden šálek denně. Plavuně se nesmí vařit, pouze se spáruje. (303)

#### Dna a otekliny kloubů

0205 • Od oteklín zaručeně pomůže přikládání horkých obkladů z vývaru kostivalu, nejprv 20 g natě v půl litru vody vyvařit a čtyři hodiny nechat táhnout, nescezovat, pak 10 g nadrobno pokrájených kořínků vyvařit na polovinu, protlačit řádně a čím je šlemovitější, tím rychleji působí. (132)

#### Dna a špatná funkce ledvin a jater

0206 • 30 g listu černého rybízu, po 20 g květu chrpy a měsíčnicku lékařského, po 10 g plodu jalovce, kůry krušiny olšové, květ černého bezu, listu kopřivy, kůry vrby, natě přesličky rolní, listu



břízy a 20 g natě tužebníku jilmového. Jednu čajovou lžičku směsi vařit pět minut a dvacet minut nechat vyluhovat. Pít před jídlem šestkrát denně při záchvatu, třikrát denně preventivně. (126)

0207 • Jednu až dvě polévkové lžíce borůvkových plodů zalijeme 400 ml vroucí vody, vaříme 3 minuty a 30 minut necháme vyluhovat. Precedíme a užíváme třikrát denně 80 až 120 ml odvaru 15 minut před jídlem. Jeden cyklus léčení trvá 20 dní a můžeme ho opakovat po desetidenní přestávce. Doporučuje se provést tuto kúru pod lékařskou kontrolou. (91)

0208 • Užíváme vnitřně nálev připravený ze dvou polévkových lžic rozemnutých suchých lístků jasanu ztepilého přelitých třemi dl vroucí vody. Necháme ustát, užíváme ob den. (305)

#### Dna spojená s úpornými bolestmi

0209 • Natírejte postižená místa směsí ze stejného množství pravého kafru a terpentýnového lihu. (132)

#### Dna zastaralá

0210 • 20 g lopuchu, 15 g kořene bezu, 15 g jehlice, 25 g pýru, 25 g pivoňky. Několik šálků denně vlažného nálevu podle libosti. Do odvaru zavařte ještě trochu nastrohaného křenu. Na zatvrdliny kasička z bílku a mletého kamence. Koupele z odvaru vřesu. (132)

#### Dna slabě se projevující

0211 • 10 g kořene angeliky, 10 g květu a 10 g listu bezu černého, 15 g březového listu, 15 g natě mochriy husí, 15 g natě ožanky, 15 g natě pastuší tobolky, 15 g natě řepíku lékařského, 15 g natě tymiánu, 7 g květu a 8 g listu violky vonné. (107)\*

0212 • 10 g květu arniky, 10 g kořene bedrníku, 15 g březového listu, 15 g natě drochničky, 20 g listu jahodového, 20 g natě jehlice trnité, 15 g natě macešky rolní, 15 g natě rebríčku růžového a 15 g natě třezalky. (107)

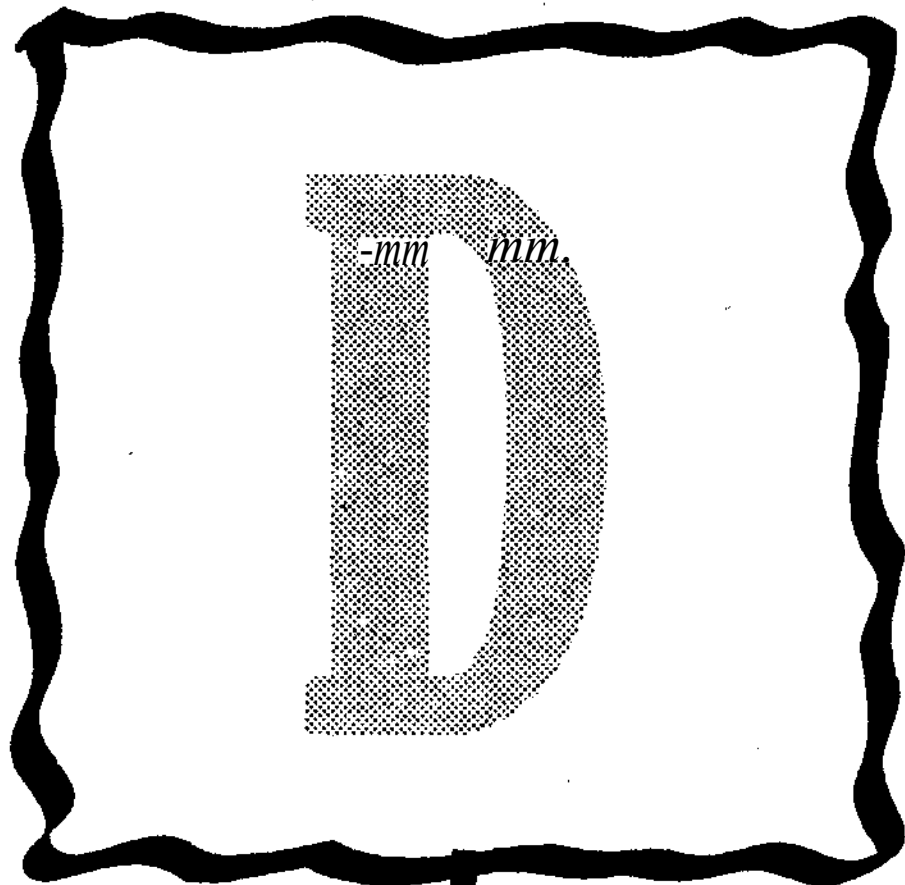
#### Dna - vniká-li do hlavy

0213 • 10 g natě benedyktu, 15 g březového listu, 10 g natě a 10 g kořene čekanky, 10 g květu a 10 g listu divizny, 15 g listu ostružiny vonné, 10 g jablečnicku vonného, 10 g listu a 10 g květu podběle, 15 g natě sporýše a 10 g natě zeměžluče. (107)

0214 • 10 g listu březového, 10 g květu a listu bukvice lékařské, 20 g květu a listu komonice lékařské, 10 g natě kručinky německé, 10 g natě máty pepřné, 20 g ova zeleného v květu, 20 g kořenů pýru plazivého a 15 g natě zemědýmu. (107)

#### Dna - při prudkých bolestech

0215 • 15 g březového listu, 10 g sušeného celerového kořene, 10 g květu chebdí, 5 g květu hluchavky bílé, 20 g natě kopřivy velkokvěté i žahavé, 20 g natě medvědice lékařské, 15 g kořene puškorce, 30 g natě řepíku a 10 g listu a květu vřesu fialového. (107)



0216 • 15 g listu břízy, 15 g natě dobromysli, 20 g natě jitrocele, 15 g natě marinky vonné, 15 g natě oponky, 5 g natě pelyňku, 15 g květu a listu prvosenky, 15 g hlízy pivoňky lékařské a 20 g smrkových léto-rošťů. (107)

0217 • Po 10 g listu borůvkového "a březového, květu heřmánku a kořene nátržníku, 15 g natě mateřídoušky a po 20 g plodů jeřabinek sladkoplodých, listu a květu levandule, květu a listu proskurníku a květu a mlází vrby bílé. (107)

0218 • Po 10 g listu brusnicového, březového, mechu islandského a natě vachty třílisté, po 15 g natě libečku, kořene osiadiče a usušeného kořene petrželového, 20 g květu a listu kozlíku lékařského a 30 g modřínového jehličí. (107)

0219 • 5 g květu trnky plané, 10 g listu březového, po 15 g bobule jalovčinek, květu lípového, natě průtržníku lysého, větviček rozmarýny a po 20 g sušených lusek fazolových, natě rozrazilu a natě slézu lesního. (107)

0220 • Po 10 g listu březového, kořene lopuchového a kořene smetánky, po 15 g natě lžičníku lékařského, přesličky rolní a světlíku, po 20 g natě melisy citrónové, plicníku lékařského a listu rybízu černého. (107)

0221 • 5 g květu hluchavky bílé, po 10 g listu březového, listu a květu divizny a natě šalvěje, po 15 g natě patáčků a zeměžluče, po 20 g natě jehlice trnité a listu maliny lesní a 30 g natě rebríčku žlutobílého. (107)

0222 • Vše po 15 g: list březový, jahodový, list a květ třezalky, mlází dubové, nať jehlice trnité, medvědice, ožariky, přesličky polní a řepíku lékařského. (107)

#### Na dnové uzly

0223 • 1 kg bramborů se upeče, oloupe a na kaši utluče. K tomu se přidá 1/2 kg postrouhaného tvarohu a čtvrt litru vinných kvasnic. Vše se spolu dobře promísí, uhněte, ve vodní lázni přihřeje a horké na bolestivou zatvrdlinu přiloží. Touto kaší docílujeme báječných úspěchů. (107)

#### DUSNOST

0224 • Matthioli: „Proti dusnosti a těžkému dýchání učiň takto: vař jádra borovičná v dobrém víně, až se zhoustnou jako kaše, přidej cukru a řeckého vína což se zdá a dávej to jísti nemocnému s jíchou slepičí. A čiň to tak dlouho, až se zhojí.“ (74)

0225 • Roztlučte na prášek 30 dílů omanového kořene a vmíchejte je do 60 dílů 90% lihu a 100 dílů bílého vína, nechtě 24 hodin státi a sfiltrujte. Po záchvatu vždy ihned větší odlivku. (132)

0226 • Spařte 40 g sušeného březového listí litrem vody, pak vhodte do spárky 1 g kyselého uhličitanu sodného, nechtě macerovati šest hodin a scedte, pijte dva koflíky denně - studený. (132)

0227 • Matthioli: „... prach proti dusnosti: vezmi plicník suchý, anýz, plíce liščí připravené, kopr vlašský, lékořici, kořen vomanový, zázvoru, každého rovný díl, každé zvláště ztluc na prach a prosej směs spolu. Potom vezmi cukru tak



mnoho, co všecek prach váží a směs spolu. Toho prachu užívej ráno i na noc, nebo odjímá dusnotu a všechny zacpalosti plieni i jatrni propravuje, kašel a drápvost hojí." (74)

0228 • 20 g kozí brady, 15 g květu bezu, 15 g yzopu, 25 g svízele, 25 g máty. Tříkrát denně šálek horkého nálevu vždy po jídle. Vařte s říkem. Žvýká se nastrouhaný křen, několikrát za den. Slané zábaly přes prsa podle Kneippa. Pouze na dvě hodiny před spaním. (132)

## DVANÁCTERNÍK

0229 • Na dvanácterníkový vřed pomůže čaj z oddenku puškvorce. Do hrnečku studené vody vsypeme jednu zarovnanou lžičku kořene puškvorce, necháme stát přes noc, ráno trochu ohřejeme, scedíme a vypijeme před a po každém jídle jeden doušek. To je přes den šest doušků, více se pít nesmí. Čaj je třeba po každé ohrát ve vodní lázni. (123)

0230 • V jemném 80% konzumním lihu se 30 dní macerují tyto byliny: kořen kozlíku - 6 dílů, andělíka, kořen nebo plod - 8 dílů, šišťice chmelu - 3 díly, list vachty - 1 díl, hořec žlutý, kořen - 2 díly, jalovec, plod - 5 dílů, zeměžluč, nař - 8 dílů, kořen puškvorce - 5 dílů a 150 dílů lihu. Přefiltrovat a uložit v chladnu. Kapky zředit 1 až 2 dl vlažné vody. Používá se 3 až 20 kapek (vyzkoušet) do 1 dl vody 20 až 30 minut před každým jídlem. Tlumí hlad. Když použijeme půl až jednu čajovou lžičku kapek do 1 dl vlažné vody a také 20 až 30 minut před jídlem, dostaví se pravý opak - stimulují se trávicí procesy, dobře nám chutná a kapky jsou lékem pro chronické trávicí potíže. Při křečích nejasného původu, bolestech žaludku, plynatosti, nutkání ke zvracení, zvláště po těžkém jídle, při křeči žlučníku a žlučovodu 2 až 3 lžičky do 1 až 2 dl vlažné vody. Po vypití neulehat - potíže přejdou do čtvrt hodiny. (126)

## DÝCHÁNÍ

### Dýchání těžké, obtížné, sípavé

0231 • Denně třikrát, také i čtyřikrát polévání a denně dvakrát až nad lýtka ve vodě choditi. Po čtyřech dnech denně jedno polévání zad a poloviční koupel. Mimo to denně chodit ve vodě. To vše po dobu pěti dní. Po těchto pěti dnech denně poloviční koupel, polévání zad a polévání kolenou. (56)

0232 • Užívejte denně na lačný žaludek routový čaj z natě spařené v červeném víně - 1 polévková lžice na půl litru vína. (132)

0233 • Užívejte denně na lačný žaludek 4 g prášku z kořínku kopytníku ve skleničce bílého vína. (132)

0234 • Smíchejte po 20 g kopřivových a kozlíkových kořínků v hmoždíři roztlučených a vyvařte je v přecezené spárce z 15 g arniky a 15 g leknínu. Pijeme denně dva menší šálky, ráno a večer. (132)

0235 • 10 g omanu, 15 g merlíku, 25 g podběle, 20 g máty. Ráno a večer šálek teplého nálevu. Vylouhovaná šťáva černé ředkve s kandisem, několik lžiček za den. (132)

### Dýchání páchnoucí

0236 • Léčíme kloktáním silným odvarem z přesličky nebo čajem z angeliky, máty peprné, melisy citrónové, listů ostružiny vonné, puškvorce, rozmarýnu a smrkového jehličí po stejném váhovém díle smíchaných. (107)

0237 • Smícháme po 30 g plod anýzu, kmínu a list máty peprné a tři čajové lžičky této směsi prelejeme půl litrem vroucí vody. Necháme pět minut vyluhovat a scedíme. Teplým čajem několikrát za den kloktáme a vyplachujeme ústa. (30)

viz také:

Dásně

0029, 0766, 1035, 1036, 1136, 3915

Dlaně

2525

Děloha

1138, 1252, 3173, 4141, 4142, 4143, 4144, 4145, 4146, 4147, 4148, 4149

Dětské choroby

0030, 0276, 0277, 0278, 0369, 0416, 0417, 0460, 0469, 0472, 0773, 0774, 0775, 0936, 1158, 1159, 1372, 1373, 1540, 1865, 1866, 2050, 2066, 3321, 3476, 3764, 3852, 3930, 4062, 4235

Dna

"0395, 0424, 0893, 0894, 0895, 0896, 0897, 1038, 1290, 1294, 1575, 1597, 1603, 1604, 2448, 2961, 3014, 3015, 3016 až 3030, 3290, 3307, 3616

Dřeň kostní

0971

Dusnost

3260

Dvanácte rník

0682, 0683, 0684, 0685, 0686, 0687, 0688, 0689, 0690, 0691, 3670, 3671, 3672 až 3720

## EKZÉM

0238 • 10 g kořene lékořice lysé, 10 g violky trojbarevné, 10 g lišejníku islandského, 10 g kořene lopuchu většího, 10 g natě řepíku lékařského, 10 g květu měsíčku lékařského, 10 g listu kopřivy dvoudomé a 10 g listu smetanky lékařské. Nálev: pije se třikrát denně šálek čaje před jídlem.

(78 + 66)

0239 • Dvě až tři polévkové lžíce květů bezu černého na 250 g sádla. Do rozpuštěného sádla zamícháme jemně rozdrcený květ bezu černého a směs necháme stát do druhého dne. Pak směs znovu rozehrějeme a procedíme přes pláténko. Uchováme v chladnu. Mastí potíráme zasažená místa. (78 + 66)

0240 • Dvě až tři polévkové lžíce květu měsíčku lékařského na 260 g sádla. Mast připravíme jako u receptu č. 0239.

(78 + 66)

0241 • Dvě až tři polévkové lžíce natě řepíku lékařského na 250 g sádla. Mast připravíme jako u receptu č. 0239.

(78 + 66)

0242 • Při chronických chorobách kůže, především při ekzémech, používáme stavu z rozrazilu lékařského, kterou získáme tak, že nať umyjeme a protlačíme přes domácí odšťavňovač, naplníme do lahviček a uložíme do ledničky. Užíváme během dne dva až třikrát po jedné lžičce. (123)

0243 • Z listu kopřivy dvoudomé připravíme nálev, šálek nálevu pijeme dva až třikrát denně. (78 + 66)

0244 • Připravíme směs -všechny byliny po 10 g: květ heřmánku lékařského, nať tymiánu obecného, list jahodníku obecného, květ lípy, květ levandule lékařské a kořen s listem smetanky lékařské. Nálev: pije se třikrát denně šálek čaje po jídle. (78 + 66)

0245 • Připravíme směs - všechny byliny po 10 g: list kopřivy dvoudomé, nať dobromysli obecné, list smetanky lékařské, nať čekanky obecné a nať violky trojbarevné. Nálev: pijí se tři šálky denně. (78 + 66)

0246 • Vztít 40 g natě violky trojbarevné a po 20 g listu kopřivy, květu měsíčníku zahradního, natě dvouzubce trojdílného, natě rozrazilu, natě přesličky a listů ořešáku vlašského. Čtyři polévkové lžíce směsi se vaří 5 minut v litru vody, po přiměřeném ustátí se čaj přecedí do termosky. Běžná dávka je čtyřikrát denně půl sklenice. Současně je vhodné zevně použít směs - po 30 g heřmánku a mateřídoušky a po 10 g rozmarýny a levandule. Tři polévkové lžíce směsi se paří půl litrem vařící vody, po 15 minutách se čaj scedí a do nálevu se namočí obkladový materiál, který se po vyždímání přikládá na nemocná místa. (136 + 47 - 112)

0247 • Efektivní metoda léčení ekzému: po jedné polévkové lžici kořene pampelišky a kořene lopuchu, zalít večer třemi sklenkami studené vody, ráno krátce povařit, nechat ještě čtvrt hodiny vyluhovat a potom scedit. Najednou na lačno vypít jednu sklenici a zbytek po doušcích během dne, nejlépe z termosky. K tomu zevně použít mast: 100 g březového dehtu (z lékárny), 50 g čerstvých švestek bez pecek nebo suchých máčených, čtyři žloutky - dobře rozmíchat a aplikovat n^ noc, ovázat. Smívat olejíčkem nebo kyškou. (136 + 47 - 88)

E

0248 • Lázeň z této směsi: po 20 g listu kopřivy, ořešáku, květu měsíčku, natě dvojzubce trojdílného, rozrazilu lékařského a přesličky, 40 g macešky polní. Čtyři polévkové lžíce směsi se svaří v jednom litru vody pět minut a pak se vlije do koupele. Lze i pít třikrát denně před jídlem. (126)

0249 • Vezmeme list lopuchu, květ heřmánku, list vrbky úzkolisté a kořene kopytníku, všeho po 20 g a to nejlépe v čerstvém stavu. Byliny vaříme asi ve 3/4 l vody. Do

vařícího se odvaru přidáme asi 30 g másla a dvě sklenice silného odvaru ze senných lusek, případně z květin, kvetoucích v době senoseče. Pak vše dále vaříme, až vznikne hmota klišové konzistence. Teprve potom scedíme a smícháme v poměru 1 : 1 s lékárenským glycerinem. Používáme k mazání. (136 + 47-98)

0250 • Jednou denně, večer, aplikovat klyzma za účelem dokonalého pročištění střev. Po dobu dvou týdnů dávat klystýry obden, po dalších dvou týdnech jen dva až třikrát týdně - to vše dělat asi čtvrt roku. (136 + 47 - 98)

0251 • Pomáhají koupele z odvaru přesličky a dubové kůry s přidavkem mořské nebo karlovarské soli. Současně natíráme chodidla a ruce v ohbí, resp. v podpaždí na noc směsí česnekové šťávy, šťávy z červené řepy a lékárenského glycerinu, vše stejným dílem. Natíráme po dobu jednoho týdne jednou denně. Současně se provádí pitná léčba ze směsi stejných dílů listů kopřivy, kořene lopuchu, kořene pampelišky a natí, ořechového listu a přesličky. Pít po doušcích z termosky asi 3/4 litru během dne.

(136 + 47-003)

0252 • Vnitřně léčíme ekzémy takto: z 15 g kořene lopuchu většího se připraví 200 ml odvaru, který se pak pije čtyřikrát denně po 50 ml. (136 + 47 - 98)

0253 • Zevně léčíme ekzémy koupelemi (horké, 15 až 20 minut). Vezmeme 50 g květů měsíčku a po 100 g přesličky, šalvěje a heřmánku. Pět polévkových lžic směsi povaríme pět minut ve dvou litrech vody a necháme čtvrt hodiny ustát, pak scedíme. Možno použít nejen ke koupelím, ale i k obkladům a k omývání. (136 + 47-111)

0254 • Jedenkrát denně nejlépe na noc aplikovat asi na jednu hodinu celotělový zábal. Zábalové prostěradlo namočit do teplého koncentrovanějšího odvaru připraveného z kořene lopuchu. Prostěradlo dobře vyždímat, nemocného zabalit tak, aby prostěradlo bylo i mezi nohama. Přes to balit do suché deky. Pokud nemocný v zábalu usne, nebudit. Léčba trvá obvykle 2 až 3 týdny, provádí se denně s jednou přestávkou během týdne. Ukončení léčby signalizuje nejprve postupné čištění pokožky, potom se projeví lehké osýpky, které asi zajeden až dva dny zmizí. Terapie prospívá také v léčbě chronického kloubového revmatismu.

(136+47-111)

0255 • Vezmeme 100 g heřmánku, stejné množství natě rdesna ptačího a po 50 g vlašského ořešáku, natě rebríčku, listu jitrocele, natě violky trojbarevné a květu hluchavky. Jednu vrchovatou čajovou lžičku směsi spaříme sklenicí vřelé vody, vyluhujeme 20 minut, scedíme a neslazené podáváme na lačno, obvykle dvakrát denně. (136 + 47 - 111)

0256 • Strom s názvem styrax benzoin - na místech poškození kmene roní exudát tuhnoucí v pryskyřici (pod jménem „asa dulcia“). Kvalitní

19

„benzoe“ je stále hledanou surovinou - také voňavkářského průmyslu. (114)

0257 • Směs bylin: oddenek pýru, nať zemědělu, nať popence, kořen omanu, květ černého bezu, nať kopřivy, nať tužebníku po 25 g a 10 g drčených plodů jalovce. Jedna čajová lžička do čtvrt litru vody, vypít dvakrát denně čtvrtlitr. (126)

0258 • Směs bylin: kořen pampelišky, kořen lopuchu, nať macešky, nať kopřivy - hlávky červeného jetele, nať pýru rolního, nať rozrazilu. Běžně připravovat čaj a pít dvakrát denně. (126)

0259 • Na omývání: pomáhá směs z natě macešky rolní - 60 g, listu pampelišky - 40 g, listu a stonku vlastovičnicku - 60 g, blatouchu lučního - 20 g, květu levandule - 20 g, listu šalvěje - 20 g a kvetoucí vršky zeměžluči - 20 g. (126)

#### Ekzém mokvavý

0260 • 250 g kůry dubu na půl litru odvaru. Doba varu 30 minut, pak scedit a použít jako koupel na postižená místa nebo v úměrně menším množství na obklady. Z počátku dva až třikrát denně na 10 minut, později stačí jednou denně. (78 + 66)

0261 • Polévkovou lžící plodů borůvky černé zalít čtvrt litrem vařící vody a nechat vyluhovat do zchladnutí. Precedit a potírat postižená místa. Pro plísňové onemocnění vhodné. (78 + 66)

0262 • Připravíme pastu tak, že smícháme vepřové sádlo s přiměřeným množstvím bramborového škrobu a trochou zikoxidu. Tužší pasta se natírá přímo na ekzém, může, ale nemusí, se převázat. (76)

0263 • Pomáhají lázně s dvozubcem, dubovou kůrou a heřmánkem. Vždy jedna lžice každé byliny se zalije jendím litrem studené vody a ponechá louhovat 10 až 12 hodin. Pak se směs uvede do varu, procedí a odvar se vylije do lázně. (126)

#### Ekzém dráždivý

0264 • 10 g listu rozmarýny, 10 g květu levandule, 30 g natě mateřídoušky, 30 g květu heřmánku. Tři polévkové lžice směsi se povaří pět minut v půl litru vody, scedí se a dávají se obklady na chorá místa. (126)

#### Ekzém - těžší forma

0265 • Nemocná místa mažeme před spaním tímto balzámem: 400 ml olivového oleje, 4 polévkové lžice čajového másla, dvě polévkové lžice listů rozmarýny, dvě polévkové lžice listu brečtanu, jedna polévková lžice květu rebríčku a 3 g jehličnaté, nejlépe jedlové pryskyřice. Vše vložíme do smaltované nádoby nebo do nádoby z varného skla, promícháme a zalijeme třezalkovým olejem zahřátým ve vodní lázni na 50 °C. Vaříme jednu hodinu za stálého míchání odkorněným klacíkem ve vodní lázni tak, aby teplota hmoty nepřesáhla 60 °C. Potom precedíme do malých kelímků a ty uschováme v chladnu. - Třezalkový olej připravíme vyluhováním květů třezalky tečkové v kvalitním slunečnicovém oleji na slunci po dobu asi tří týdnů. - Před mazáním nemocná místa navlhčíme čajem ze stejných dílů směsi dubové kůry a listů brečtanu. 5 g směsi vyluhujeme přes noc ve dvou

litrech studené vody, v čase potřeby povaríme 5 minut na mírném ohni a po 10 minutách scedíme. (136+47-73)

#### Ekzém chronický spojený se zácpou

0266 • Smícháme 10 g kůry krušínové a po 50 g květu heřmánku, kořene pampelišky, kořene lopuchu a natě přeličky. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě až tři polévkové lžice této směsi, vaříme 3 minuty, 30 minut necháme vyluhovat a precedíme. Užíváme tři až čtyřikrát denně 80 až 120 ml odvaru. (91)

#### Ekzém - lehčí forma

0267 • Jednou týdně se koupeme a umýváme medicínálním mýdlem. Každý druhý večer postižená místa svažíme koncentrovaným čajem z listů rozmarýny a dubové kůry - jednou používáme nálev z rozmarýny, podruhé, odvar z dubové kůry. Po omýtí se neutírat, nechat oschnout a ošetřit tímto balzámem: čtyři polévkové lžice čajového másla, čtyři polévkové lžice olivového oleje, jedna polévková lžice práškové kůry černého bezu, dvě polévkové lžice rozmarýny, 3 g drceného kadidla, 3 g včelího vosku a jednu drobně sekanou cibuli. Další postup jako u receptu číslo 0265. (136 + 46-73)

#### Ekzém suchý

0268 • Pomáhá odvar z kořene proskurníku lékařského (ibišek). Odvar: povaríme 5 minut, 5 minut necháme vyluhovat, scedíme. Ráno a večer na pět minut přikládáme na svědivá místa vatou namočenou v odvaru. (78 + 66)

0269 • Připravíme odvar z kořene lopuchu většího stejným způsobem jako u receptu č. 0268. (78 + 66)

0270 • Mast připravíme takto: po 20 g listu lopuchu, heřmánkového květu a květu bezu černého a 10 g květu levandule smícháme v rozpuštěném sádle, rozvaříme a pak precedíme přes gázu. Mast nanášíme na pláténko, jímž potíráme postižená místa. Mast uschováme v temnu a chladnu. (130)

0271 • Doporučuje se zlepšit látkovou výměnu čajem ze 40 g vrbové kůry, po 20 g kořene jehlice trnité a květu měsíčku a po 10 g oddenku pýru a kořene omanu. Odvar se připravuje běžným způsobem a podává dvakrát denně jeden šálek. (136 + 47-29)

#### Ekzém chronický s porušenou látkovou výměnou

0272 • Smícháme po 70 g nať fialky trojbarevné, kořen lopuchu, nať řepíku a list kopřivy a po 50 g kořen pampelišky, plod šípku (bez semena) a list ořechový. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice této směsi, vaříme 4 minuty, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Užíváme třikrát denně 100 až 160 ml odvaru podle věku po jídle. (91)

#### Ekzém chronický se sníženou látkovou výměnou a alergií

0273 • Smícháme 100 g kořene lékořice lysé a po 50 g nať fialky trojbarevné, blizny kukuřice, list ořechový, puklérku islandskou, kořen lopuchový, nať řepíku, list kopřivy a nať přesličky. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice této směsi, vaříme 3 minuty, necháme 30 minut

vyluhovat a pak scedíme. Užíváme třikrát denně 100 až 160 ml odvaru před jídlem, množství upravíme podle věku. (91)

### Ekzém chronický

0274 • Léčíme denním popíjením po doušcích asi půl litru nálevu připraveného obvyklým způsobem z jednoduché směsi dvou dílů květu černého bezu a jednoho dílu kořene lopuchu. (136 + 47 - 27)

### Ekzém akutní

0275 • Připravíme tuto vitamínovou mast: 5 g tinktury arniky, 5 g tinktury vlašovičnicku, 10 g Azulanu rozmícháme se třikrát větším množstvím lékařské vazelíny, místa postižená ekzémem mažeme na noc tenkou vrstvou, ráno smýváme odvarem z přesličky. Vnitřně užíváme odvar z oddenku kozlíku, puškvorce, kořene pampelišky, kořene lékořice a listu máty. (136 + 47 - 99)

### Ekzém dětský

0276 • Osvědčila se koupel v čaji z natě dvojzubce trojdílného nebo z natě slézu přehlíženého, příp. ze směsi ova, natě violky trojbarevné a řepíku - vše stejným dílem. K tomu popíjet denně dva poháry čaje ze směsi tří dílů listu kopřivy, dvou dílů kořene nebo natě čekanky a jednoho dílu oddenku pýru. Pýr lze nahradit natí dvojzubce. (136 + 47 - 27)

0277 • Najednu koupel vezmeme tři polévkové lžíce dubové kůry, stejné množství heřmánku a třezalky, 50 g drcené cibule - vše povaríme v přiměřeném množství vody 8 minut, dalších 8 minut necháme ustát a precedíme do přiměřeně teplé lázně. Dítě v ní koupeme až po krk 15 minut a sice v třídenních cyklech: tři dny koupat, tři dny přestávka atd. Koupel se aplikuje jedenkrát denně. Vnitřně je třeba podávat krev čistící čaj z termosky po doušcích čtvrt - půl litru denně. Dobrý je např. čaj ze směsi stejných dílů březového listu, kopřivy, kořene lopuchu, kořene pampelišky s natí a natě mateřídoušky. (136 + 47 - 25)

0278 • Osvědčují se koupele nebo alespoň ošetřování ekzematózních míst syrovátkou, zvláště kyselou, současně používat nálev z macešky trojbarevné. Nálev se může použít rovněž ke koupelím a umývání, ale též vnitřně, v rozumném dávkování od několika polévkových lžic až po tři šálky denně, podle věku. (136 + 47 - 138)

### Ekzémy, vyrážky, akné, k ošetřování pokožky ve vlasech, na močopudné či potopudné účinky

0279 • Nálev připravený v poměru 5 g jemně mletého kořene lopuchu většího na 0,1 litru vody. V tomto nálevu lze máčet i obklady na zevní použití. Pro léčebné účely sbíráme kořen, ale pouze z druhého roku života rostliny. Po omytí a očištění jej vložíme na dvě minuty do vařící vody a teprve potom sušíme při 45 °C. (301)

viz také:

Ekzém

0770, 1055, 2572, 2852, 2859, 2864, 3759, 3762

Frigidita

0570

Furunkl

2131, 2857

H

## HEMOROIDY

0280 • K ošetřování hemoroidů pomůže směs bylin do sedací koupele. Stejným dílem smícháme kořen kostivalu, dubovou kůru a kůru jírovce. Jedna polévková lžíce směsi se vaří 5 minut ve čtvrt litru vody, 20 minut se vyluhuje. (126)

0281 • 40 g měsíčku lékařského, 30 g listu jitrocele kopinatého, 30 g rdesna ptačího, 20 g pelyněku Černobýlu, 20 g natě přesličky rolní, 20 g kůry krušiny olšové. Nálev: pije se třikrát denně před jídlem šálek čaje. (78 + 66)

0282 • 30 g krušiny olšové, 20 g listu kassie úzkolisté, 20 g natě řebříčku obecného, 20 g plodu koriandru setého, 20 g kořene lékořice lysé. Nálev: pije se půl až jeden šálek před spaním. (78 + 66)

0283 • Opečte na plechovém talíři 4 cibule a nechtě je pak vyvařit v 125 g oleje, natřete na pláténko a přiložte na sedénku. Opravdu zázračný prostředek. (132)

0284 • Vymáčkat šťávu z vařené cibule, namočit do ní tampon z vaty a vložit do konečníku. V případě, že jsou hemoroidy dobře viditelné vně konečníku, přikládáme obklad z vařené cibule. Vyměňujeme po několika hodinách a po každé stolici. (99)

0285 • 30 g heřmánku lékařského, 30 g semena lnu setého a 20 g kostivalu lékařského - kořen. Odvar: do tři čtvrtě litru vroucí vody dáme tři polévkové lžíce směsi. Vaří se pět minut a nechá vyluhovat do vychladnutí. Obklady z tohoto odvaru se mají několikrát měnit. Odvar je vhodný také k oplachování. (78 + 66)

0286 • 20 g květu heřmánku lékařského, 15 g semene lnu setého a 15 g smetanky lékařské. Macerát: dvě polévkové lžíce se zalijí půl litrem vody pokojové teploty asi na šest hodin, pak 1 až 5 minut povaríme. Vychlazený slouží k omývání a k obkladům. (78 + 66)

0287 • Směs sedací koupele se připraví z listu vilínu, kořene kostivalu, dubové kůry a kůry jírovce - vše stejným dílem. Jedna polévková lžíce směsi se vaří 5 minut ve čtvrt litru vody, 20 minut se vyluhuje. (132)

0288 • Nať kopřivy, nať rebríčku, nať rdesna peprníku, kůra kaštanovníku. Ze směsi se připraví obvyklým způsobem odvar, jehož sklenice se vypije denně před spaním. (99)

0289 • Vilínová medicínální mast na bolestivé boláky hemoroidové: 10 dílů hamamelisového- (vilínového) výtažku třete s 90 díly tuku z vlny. Vtíráme na boláky. (132)

0290 • 20 g květu heřmánku lékařského, 15 g semene lnu setého, 15 g kůry dubové. Macerát: dvě polévkové lžíce směsi se zalijí půl litrem vody pokojové teploty na 6 hodin. Vhodné k omývání i k obkladům. (78 + 66)

0291 • Květ heřmánku, plod koriandru, plod fenyklu, list senný, kůra krušiny olšové a nať lnice - smíchat stejným dílem a jednu polévkovou lžici této směsi spařit ve čtvrt litru vařící vody, 20 minut nechat vyluhovat. Pít ráno a večer šálek před jídlem. (126)

21



0292 • Polévkovou lžící směsí 15 g kopřivy, 10 g pampelišky, 30 g natě rebríčku a 30 g natě jablečnicku krátce povaríme v půl litru vody, necháme asi 10 minut ustát a pijeme během dne. (305)

0293 • Vhodné jsou sedací koupele v mléčném odvaru natě lnice květele, nebo 30 g strouhaných kaštanů, stejně množství rebríčku, heřmánku a 10 g šalvěje. Tři polévkové lžice směsi macerovat přes noc v půl litru studené vody, před použitím krátce povařit a použít k obkladům. (136 + 47 - 124)

0294 • Léčebně prospěšný likér proti hemoroidům: smíchejte stejným dílem kořínky, květy a nať krtičníku a jeden díl dobře promíchané směsi nechte táhnout ve třech dílech žitné kořalky nebo 60% lihu celý týden. Sfiltrujte. Každé 4 hodiny pijeme odlivku při současné masáži jinými bylinnými mastmi. (132)

0295 • 30 g květu rdesna peprníku, 30 g\* květu rebríčku, 20 g květu heřmánku, 20 g plodu fenyklu, 20 g listu senný a 20 g kůry krušiny olšové. Jednu až dvě čajové lžice směsi spařit ve čtvrt litru vařící vody, 15 minut vyluhovat, pít ráno a večer šálek čaje před jídlem. (126)

0296 • Rozemleté lněné semeno s medem (jedna lžička medu + 3 lžičky lněného semena) užívat dva až třikrát denně jednu lžičku. (99)

0297 • Vnitřně užívat třikrát denně před jídlem šálek nálevu ze směsi 40 g měsíčku, po 30 g jitrocele, rdesna ptačího a po 20 g pelyňku pravého Černobýlu, přesličky a krušinové kůry (nebo listu senný). (136 + 47 - 121)

0298 • Královská koupel proti hemoroidům: smíchejte dohromady mladé výhonky borové, jedlové, smrkové, dále listí bukové, jitrocelové, dubové, olšové, dále nať chlapicovou, jitrocelovou a mateřídouškovou, vše sušené ve stínu, rovným dílem. Svařte směs a usedněte do teplé sedací vany, zpočátku jen vlažné, a přilevejte připravený odvar stále vřelejší dokud to snesete. (132)

0299 • Mast na konečník při hemoroidech: 3 lžice cibule, 3 lžice mrkve, 3 lžice olšových větviček (mladých výhonků) nebo 15 olšových listů rozmixovat na jemno, zamíchat do 200 g sádla. Při potížích mazat podle potřeby. (126)

0300 • 80 g kůry krušiny olšové, 20 g květu bílého jetele, 20 g natě rebríčku, 10 g kmínu - sklenici odvaru vypijeme před spaním. (99)

0301 • Pšeničná dieta: pšenice se nejprve rozvaří ve dvou - třech vodách a potom ještě v mléce, ochutí medem a jí se v množství několika polévkových lžic denně. K tomu by neměl chybět kompot připravený ze sušených švestek, obden koupele v odvaru nějaké svíravě působící drogy, třeba dubové kůry, a vnitřně pít čaj ze svízele syřišťového - pokud možno brát nať i kořen. (136 + 47 - 93)

0302 • Pacient vypije ráno na lačný žaludek dvě lžičky olivového oleje, načež si hemoroidy namaže touto mastí: žlutek z čerstvého vejce utlučte se lžící oleje ze sladkých mandlí. Směs má být tužší, ale ne seškvařená. (132)

0303 • Příprava osvědčené masti: zahřejeme 90 g nesoleného sádla, přidáme 15 g čerstvých rozsekaných květů rebríčku a 15 g nasekaných

listů maliníku, necháme vzkypět, zamícháme a odstavíme. Druhý den zahřejeme, vylisujeme přes plátno a uskladníme v chladnu. (303)

0304 • Na léčení hemoroidů vnitřně i zevně je vhodný heřmánek, zevně léčí heřmánková mast, kterou připravíme takto: 250 g vepřového sádla zahřejeme jako při vysmažování a vsypeme do něho vrchovatou dvouhrst čerstvých květů. Směs vzkypí, promísíme ji, přikryjeme a odložíme na noc na chladné místo. Druhý den opět jen mírně zahřejeme a protlačíme přes lněný hadřík. Nejlepší způsob je tento: lněný hadřík dáme do síta, které položíme do hrnce s nástavkem na vylévání a heřmánkovou mast prolisujeme. Mast se potom rovnoměrně promísí a přejeje do čistých lahviček nebo kelímků. Vnitřně léčíme hemoroidy heřmánkovým čajem připraveným z jedné vrchovaté čajové lžičky, kterou dáme do čtvrt litru vody, pouze lehce spaříme a necháme krátce vyluhovat. (123)

0305 • Mast proti vnitřním hemoroidům: rozsekejte na drobnou kasičku hrst čerstvých nebo lehce spařených sušených kořínků rozchodníkových a smíchejte ji s takovým množstvím nesoleného másla, aby vznikla tužší kasička. Vtírejte větší množství na postižené místo. (132)

0306 • Pokud jsou hemoroidy velmi naběhlé a silně bolí, přikládáme rozvařený nebo strouhaný kostival, smíchaný s vaječným bílkem a nebo s kasičkou, připravenou rozvařením mletého semene řeckého sena ve vodě. (136 + 47 - 26)

0307 • Z cca 10 g semene kopru připravíme nálev a vypijeme ho před spaním, v těžších případech i ráno. Z koprové natě můžeme připravit obklady přikládáné na zanícené afekce. Vezmeme asi 25 g natě na čtvrt litru nálevu. Osvědčila se i mast připravená z 10 g jemně práškované lískové kůry, 10 g rozdrčených topolových pupenů, 10 g lanolínu, 25 g vepřového sádla a 5 g včelího vosku. Na vodní lázni a za stálého míchání roztavíme masťový základ a potom do něho vmícháme práškovanou kůru a drčené pupeny. Mícháme asi 10 minut a odstavíme, necháme ztuhnout. Za několik dnů mast znovu roztavíme a přefiltrujeme přes kovové sítko, vystlané sterilní gázou. (136 + 47 - 36)

0308 • Nejlepší, protože velmi mírný, ale důkladný prostředek k léčení hemoroidů: spárka ze stejného množství světlíkové natě a kořínků a trnkových květů. Večer před spaním koflík teplé spárky a v noci po vymočení k ránu koflík studené spárky. (132)

0309 • Vhodné jsou sedací koupele. Svíravě působí koupel v odvaru dubové kůry, protizánětlivě koupel v nálevu z tymiánu a při větších bolestech je asi nejlepším prostředkem koupel v mléčném odvaru z natě lnice květele. Vhodná je i koupel v nálevu z květů měsíčku. (136 + 47 - 121)

0310 • Po 5 g kůra krušiny, list kopřivy, po 10 g kořen kozlíku, list ostružiny, rozrazil lékařský, kořen hořce, kořen pampelišky, po 15 g fenykl a rebríček. - Šálek vlažného odvaru před spaním. (132)

0311 • Jezte denně dva pomeranče (běž cukru); ve čtyřech týdnech budete zdraví! Nebo denně lžici šťávy z kopřiv; nebo čaj z kořínků jalovce a jarních špiček z jeho větví; nebo čaj z kořínků kozlíku a kuklíku a květů rebríčku. Upravidelněte stolici, ale ne výplachy! (132)

H

22

0312 • Připravme si v posteli spodní obklad, tj. hustý, mnohonásobně složený, v nejstudenější vodě namočený kus plátna tak dlouhý a široký, aby přikryl celá záda a dole aby sahal až přes řiť. Na tento obklad se na 3/4 hodiny položíme a týdně ho 3 až 4 krát opakujeme. Kdyby obklad před uplynutím 3/4 hodiny zteplil, namočíme ho znova. - Takovým nemocným poslouží také dobře, použijí-li týdně 3 až 4 krátě na krátkou dobu studené sedací koupele. Koupel mohou za dne nebo v noci z postele 2 až 3 krátě opakovat, nesmí však nikdy déle trvat než 1 až 2 minuty. Tento prostředek působí na hemoroidy a na příčiny, z nichž povstávají. (56)

0313 • Dobře zahřejeme 90 g nesoleného másla nebo sádla, přidáme 15 g čerstvých rozsekaných květů rebríčku a 15 g drobně nasekaných listů maliníku, to celé necháme vzkypět, zamícháme a odstavíme. Druhý den to celé zahřejeme, vytlisujeme přes lněnou látku do připravených nádob. Uskladníme v chladničce. (123)

0314 • Dvě lžičky drcené kůry jírovce madalu na čtvrt litru vody. Povaríme půl hodiny a pijeme 1 až 2 šálky denně. Kůra má vliv na cévy - upravuje venózní a lymfatické poruchy. Působí hojivě nejen při hemoroidech, i při křečových žilách a neuralgických bolestech. (14)

0315 • Dvě polévkové lžice nadrobno pořezaných listů jahodových zalejeme 500 ml vřelé vody, vaříme 3 minuty a necháme 15 až 20 minut vyluhovat, pak precedíme a užíváme třikrát denně 100 ml 15 minut před jídlem. Odvar můžeme používat i preventivně. (91)

0316 • K léčbě použijeme kůru krušiny olšové ve formě odvaru. Jednu polévkovou lžičku drogy zalejeme 500 ml vřelé vody a vaříme 10 minut. Užíváme 100 ml třikrát denně před jídlem. (91)

0317 \* K léčbě použijeme jednu čajovou lžičku zarovnanou nadrobno posekaným kořenem pivoňky obyčejné, kterou zalijeme 200 ml vřelé vody a necháme 20 minut vyluhovat. Užíváme třikrát denně 20 až 60 ml záparu - podle věku pacienta. (91)

0318 • Do 700 ml vřelé vody dáme jednu polévkovou lžičku květu heřmánku a stejné množství semena lnu a kořene kostivalu. Vaříme 5 minut a necháme vyluhovat do vychladnutí odvaru. Pak scedíme. Z odvaru (150 až 200 ml) připravujeme klystýry a obklady. Léčení se doporučuje provádět pod lékařskou kontrolou. (91)

0319 • Užijeme čaj z lnice, zhotovený běžným způsobem. Pro vnitřní aplikaci vyrobit masť z lnice a vpravovat ji do konečníku. (126)

0320 • Připravíme odvar: dubová kůra, bergenie. Provádět koupele. Obklady z nastrouhané mrkve. Zevně aplikovat masť ze lnice. (126)

0321 • Při vnějších hemoroidech koupel: 25 g listu ruje vlasnaté, 20 g natě rebríčku, 20 g kůry krušiny olšové, 20 g plodu koriandru, 20 g kořene lékořice. Tři polévkové lžice směsi se vaří 5 minut v litru vody. Po zchladnutí provedeme sedací koupel. Provádět třikrát týdně večer před spaním. (126)

## Při krvácejících hemoroidech

0322 • Smícháme 100 g rdesna peprníku, po 60 g kokošky pastuší tobolky a kořene dřívěálu, 40 g kořene pampelišky, 50 g natě jmelí a po 30 g kořene kozlíku lékařského, kůry krušiny olšové, jarních výhonků borovice, natě rebríčku a květu růže. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice této směsi, vaříme jen jednu minutu, ale necháme jednu hodinu vyluhovat. Pak scedíme a užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (40 + 45)

0323 • Prášivka černavá (*bovista migrescens*) - o této houbě píše Zaitlmayr a spol (1970): „Olivově hnědého výtrusného prachu se po staletí a ještě dodnes používá v Bavorském lese a v Odenwaldském středohodří jako záspy na špatně se hojící rány a proti krvácení, jmenovitě z hemoroidů a při silném krvácení z nosu, jakož i dětského záspy, a to očitě s nejlepším výsledkem.“ (109 + 128)

0324 • Spařte si květ bezu černého a heřmánku vonného - stejné množství smíchat a vložit do lněného pytlíčku a zašít, načež povarte 5 až 10 minut v mléce a přiložte ještě teplé na řiť. Krvácení brzo ustane. Obklady vždy na noc. (132)

0325 • Do 800 ml vody dáme dvě polévkové lžice natě rdesna peprníku a po jedné čajové lžičce natě pastuší tobolky, plodu kopru, listu máty peprné, listu meduňky a kůry krušiny olšové. Vaříme 5 minut, vyluhovat necháme jednu hodinu. Po scezení užíváme odvar šestkrát denně 100 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. Při zácpě můžeme množství krušinové kůry zvýšit o jednu až dvě čajové lžičky. Doporučuje se tato kúra pod lékařskou kontrolou. (91)

0326 • Koupel: po jednom dílu řezané natě rebríčku a listu jitrocele. Horký nálev vlejeme do odvaru z jednoho dílu dubové kůry a necháme vychladnout, scedíme a přidáme do sedací koupele. (40 + 45)

## Hemeroidy - prevence

0327 • Dobře usušený diviznový kořen se pomele na prášek. 10 až 15 g prášku se smíchá s jedním žloutkem, trochou stolního oleje a přiměřeným množstvím hladké mouky. Vypracuje se těsto, ze kterého se pečou malé koláčky. Tři až čtyřikrát denně na lačno se sní jeden koláček - v prevenci asi 4 krát za rok po dobu jednoho týdne, léčebně podle potřeby asi po dobu 3 až 4 týdnů. (136)

## Hemeroidy a zácpa

0328 • Smíchejte po 15 g na prášek rozemleté guahakové dřevo, síru, sirný květ a vinný kamínek a užívejte na lačný žaludek jednu menší lžici prášku. (132)

## Hemeroidy po operaci

0329 • Rány po operovaných hemoroidech se hojí velmi rychle sedacími koupelemi z odvaru řepíčku. Vařte tak dlouho, až zrudne odvar. Pijte vlažné třikrát denně. (132)

## Hemeroidy vyhřezlé nebo zanícené

0330 • Potírejte masť, kterou si připravíte tak, že utlučete čerstvý bílek s trochou bílé kořalky. (132)

0331 • Obkládat konečník tvarohovými obklady a tyto střídát s obklady přípravnými ze směsi jílů a vinného octa. Jakmile se obklad zahřeje, je nutno jej vyměnit. Během léčby, po dobu až jednoho měsíce, má nemocný pít místo vody odvar ze směsi 6 g rebríčku, 5 g oddenku pýru a 3 g rdesna ptačího. Celé toto množství vařit v litru vody 5 minut na mírném ohni. (136 + 47 - 80)

### Hemeroidy - bolestivé záchvaty

0332 • Příkladáme kaši z čerstvé přesličky rolní, která se připraví takto: čerstvá přeslička se umyje a na dřevěné desce se rozdrtí až do kašovitého stavu. (123)

0333 • Pomáhají nápařky. Nějaký kbelík (lepší dřevěný než-li plechový, protože je teplejší) se obalí na kraji nějakou měkkou látkou, aby při sednutí netlačil. Nebo je-li plechový, vsune se do ochranné bedny a aby podržel dlouho teplotu, obalí se uvnitř senem nebo vlněnou látkou. Do kbelíku dáme hrst květů diviznových, lopuchových a sluněčka a celé spaříme třemi litry vařící vody. Na kbelík se přiloží deska s přiměřeným kruhovým otvorem kvůli pohodlnému sezení, na ni se posadíme a přitom celé tělo pokrývkami dobře zabalíme, aby pára nikudy neunikala. Po několika minutách už počne kapat z čela pot (pozor na srdce!). Tak na tom vydržíme 10 až 20 minut i déle. Pak se chladně otřeme a jdeme do postele. (107)

### Hemeroidy, záněty dýchacích cest, křečové žíly a neuralgické bolesti

0334 • Odvar z kůry jírovce maďalu: dvě lžíce drcené kůry na čtvrt litru vody, půl hodiny vařit. Pijí se 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

### Hemeroidy krvácející, při silné menstruaci, průjmech a revmatismu

0335 • Odvar připravený ze dvou čajových lžiček oddenku hadího kořene většího ve 3/4 litru vody. (106 + 009)

## HLASIVKY


### Hlasivky namožené

0336 • Vezmeme 5 g listů šalvěje a po 10 g listů máty peprné a květu měsíčku. Byliny přelijeme litrem vřelé vody, necháme vyluhovat do zchladnutí asi na 40 °C, potom scedíme a přidáme 100 g medu. Z termosky kloktat a popíjet během dne. Prospívá též podávání čerstvé šťávy z bílého zelí, oslazené medem a přidané do čaje z řepíku. (136 + 47 - 94)

0337 • Kloktat nálevem ze slézu okrouhlostého, vyvařeninu smíchat s ječnou moukou na kaši a tu přikládat přes noc formou obkladů - náplastí. (136 + 47 - 76)

0338 • Účinné kloktadlo: smíchat po 20 g šalvěje, květu divizny, květu akátu (nebo heřmánku) a dvou strouhaných kaštanů. Jednu vrchovatou čajovou lžičku směsi vhodit do asi 200 ml studené vody, krátce povařit, nechat ustát, pak scedit a přidat na špičku kulatého nože jedlé sody. Kloktat vícekrát denně. (136 + 47 - 214)

0339 • Proti namoženým hlasivkám a chrapotu: 100 g řepíku vařit v půl litru vody, až zbude 300 ml. Současně přelít okvětní lístky z jedné větší červené růže asi 100 ml vroucí vody



a nechat jednu hodinu vyluhovat. Po scezení oba výluhy spojit a přidat čtvrt kg medu, dobře promíchat a brát šestkrát denně jednu polévkovou lžičku. Současně je vhodné, zvláště v těžkých případech, dávat na krk obklady ze sporýšového odvaru nebo práškovanou nař sporýše rozetřít s máslem a přikládat. (136 + 47 - 55)

### Obrna hlasivek

0340 • Při obrně hlasivek spaříme jednu vrchovatě naplněnou čajovou lžičku svízele syříšského na čtvrt litru vody a krátce vyluhujeme. Pijeme nejprve půl šálky na lačno třicet minut před snídaní a pak během dne po doušcích. Při těžkých onemocněních se mají přes den vypít čtyři šálky čaje. (123)

### Zánět hlasivek

0341 • Kloktadlo: dvě hrsti řepíku vařit v jednom litru vody tak dlouho, až se voda vyvaří na třetinu a kloktadlo je hotové. (126)

## HLAVA

### Bolesti hlavy

0342 • Smícháme 8 g kořene andělíky lékařské a 2 g kořene kozlíku lékařského, směs vložíme do 30 g 45% lihu nebo kvalitní pálenky na 36 hodin. Pak scedíme a uschováme v chladnu a v dobře uzavřené láhvi. Užívá se dvakrát denně 5 kapek na kostku cukru až do zmizení potíží. Tinktura je vhodná i k celkovému uklidnění, a proti ostatním potížím nervového původu. (78 + 66)

0343 • Po 100 g heřmánku a lipového květu, po 50 g meduňky, třezalky, máty, komonice ajmelí. Jednu čajovou lžičku směsi přelijeme sklenicí vřelé vody a necháme 20 minut vyluhovat. Scedíme a podáváme neslazené na lačno dvakrát denně. (136 + 46 - 111)

0344 • 100 g bazalky, 30 g bukvíce, 35 g prvosenky, 10 g merlíku. Pijeme ráno a večer šálek hořkého nálevu. Pomáhá i olej máty peprné, který se vtírá na vaz před spaním. (132)

0345 • Pomáhá nálev z natě meduňky lékařské. Pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

0346 • Vše po 10 g: nař meduňky lékařské, nař tymiánu obecného, kořen s natí smetanky lékařské a nař bazalky pravé. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

0347 • 30 g lipového květu, po 20 g natě meduňky a listu jitrocele, 10 g kořene kozlíku, 5 g kořene hořce. Pijí se tři šálky běžně připravovaného odvaru denně, zpravidla však studené. (136)

0348 • Matthioli: „Kožní půl hlavy bolí, zavrať aneb zteklost z mozku studeného mají, tento flastr na to výborný jest: vezmi šafránu, gummy arabicum a auforbium, myrhy, každého půl lotu, směs s bílkem vaječným a přilož na čelo“. (74)

0349 • 20 g majoránky zahradní, 10 g listu máty peprné, 10 g květu heřmánku lékařského. Nálev: pijí se dva šálky denně. (78 + 66)





0350 • 20 g natě meduňky lékařské, 20 g květu lípy, 20 g listu jitrocele kopinatého a 10 g kořene kozlíku lékařského. Nálev: pije se dvakrát denně šálek čaje. (78 + 66)

0351 • 20 g natě majoránky zahradní, 15 g natě levandule lékařské, 15 g natě meduňky lékařské, 10 g listu máty peprné a 10 g květu heřmánku lékařského. Nálev: pije se třikrát denně půl šálku čaje. (78 + 66)

0352 • Posekejte nadrobno čerstvou nať sporýšovou, namočte ji do octa a přiložte pólo vyždímanou na skrář. (132)

0353 • Vše po 10 g: nať majoránky zahradní, nať sporýše lékařského, list šalvěže lékařské a květ lípy. Nálev: pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

0354 • Půl kg senných lusek svařit ve 20 litrech vody a v tomto odvaru koupat nohy ponořené až po kolena. Potom přemístit nohy do studené vody a „šlapat vodu“. Horká lázeň má trvat přibližně 20 minut a následná studená jen jednu minutu. K této zevní aplikaci se váže také vnitřní užívání: večer připravit směs 8 g oddenku puškvorce, 6 g přesličky, 4 g natě zeměžluči a 3 g natě pelyňku pravého. Zalít půl litrem bílého vína. Ráno vinný výluh pět minut povařit na mírném ohni, v přikryté nádobě nechat ustát čtvrt hodiny a přecedit. Užívat třikrát denně na lačno malý pohárek. (135+47-80)

0355 • Smíchat jednu polévkovou lžící routy, natě rebríčku, květu měsíčku a natě pelyňku, přidat dvě polévkové lžice kořene kozlíku a celé množství spařit 1,25 litrem vřelé vody a nechat vyluhovat pod pokličkou dvě hodiny, pak procedit a osladit medem. Pít dvakrát denně asi po 200 ml, nálev uchovat v chladničce a po třech dnech připravit nový. Recept se osvědčil též při silnějších bolestech cévního původu. (136 + 47-137)

0356 • V prevenci některých typů bolesti hlavy/zvi. migrenózních, se osvědčila inhalace dobromyslových par. (136)

0357 • Šňupavý prášek proti bolestem hlavy připravíme tak, že se vezmou 4 libry fenyklu, po dvou librách rozmarýnu a majoránky, 1,5 libry meduňky, po jedné libře máty, rozrazilu a kořene kozlíkového, půl libry šalvěže. Vše dobře roztluč a přesej. Užívat asi jako půl hrášku: vtáhnout včas potřeby do každé nosní dírky. (221)

0358 • Smícháme stejné díly semena ostropestřce, třezalky tečkované, natě rebríčku a listu pampelišky. Dvě polévkové lžice směsi spaříme horkou vodou a necháme pod pokličkou vyluhovat jednu hodinu, pak scedíme, osladíme medem a pijeme třikrát denně šálek teplého čaje po jídle. (130)

0359 • Obklady: polévková lžice máty peprné na šálek vody. Několikrát denně přikládáme obklady na čelo. (14)

0360 • Tinktura: 50 g sušených květů divizny velkokvěté přelijeme padesáti gramy čistého lihu a necháme v dobře uzavřené sklenici 14 dní stát. Potom přefiltrujeme a užíváme třikrát denně jednu lžičku. (14)

0361 • Tinktura: Jeden váhový díl čerstvě řezaného kořene kozlíku lékařského zalejeme jedním váhovým dílem lihu, vodky nebo jiného destilátu. Zazátkujeme a necháme 14 dní za občasného

protřepání stát. Precedíme a užíváme třikrát denně 20 kapek na cukr nebo na lžici vody při bolestech hlavy, ale i při srdeční a nervové slabosti, nervovém rozrušení a žaludeční neuróze. (14)

0362 • Připravíme olej: 30 g drcené sušené natě majoránky zahradní naložíme do půl litru olivového nebo jiného kvalitního oleje a necháme za občasného protřepání 14 dní stát. Potom slijeme a přefiltrujeme. Při bolestech hlavy mažeme olejem čelo. (14)

0363 • Hrst suchých květů třezalky tečkované zalijeme olivovým nebo slunečnicovým olejem a necháme 14 dní stát na slunném místě. Občas protřepeme, potom slijeme a vymačkáme. Uskladňujeme v uzavíratelných tmavých lahvích. Pomáhá proti bolestem hlavy nakapaný na cukr. Pomáhá i ke povzbuzení chuti k jídlu a na posílení nervů. (14)

0364 • Při bolestech hlavy přikládejte na hlavu čerstvou řezanou nať svízele vonného. (23)

0365 • The violky vonné jest dobré proti bolení hlavy a proti velké horkosti v hlavě. Namočíme do něho hadřík a přiložíme si ho na čelo, nebo ještě lépe uděláme, když si violkovým odvarem umyjeme hlavu, zvláště na zadní části. (56)

0366 • 30 g drceného semena ostropestřce, 20 g kořene a listu pampelišky, 20 g řepíku. Smícháme a dvě čajové lžičky směsi vaříme dvě minuty, 20 minut necháme vyluhovat. Pije se třikrát denně šálek po jídle. (126)

0367 • Tinktura: 50 g sušených květů divizny velkokvěté se zalijí 50 g čistého lihu. V dobře uzavřené sklenici necháme 14 dní, pak přefiltrujeme. Užívá se třikrát denně jedna lžička. (40 + 45)

0368 • Lidová medicína: doporučuje se odvar z větviček černého rybízu. (40 + 45)

0369 • Welsarová radí: „Vezmi listy podbělu s vodou z vinných bobulí a přilož dítěti na čelo a za obočí, neboť není dobré, aby se dětem hlava příliš dráždila. Vznikají z toho vodnatelné hlavy.“ (134)

0370 • „Vezmi květy černého bezu a trochu je povař ve vodě, dej mezi dva hadříky a přilož dítěti vzadu do týla a taky na hlavu.“ (134)

0371 • „Hrst jalovčinek, hrst ořechových jader, devět květů šafránu, voda z květů černého bezu, růžová voda. Všechno se má smíchat, namazat na hadřík a přiložit ke spánkům a na čelo.“ (134)

0372 • Směs bylin: list máty, vachta třílistá po 15 g, kozlík lékařský 10 g. Pít třikrát denně šálek. (126)

0373 • Směs bylin: 30 g listu vachty, 15 g listu máty, 15 g rebríčku. Pít šálek třikrát denně. (126)

0374 • Připravíme odvar ze sporýše lékařského - ze dvou polévkových lžic nařezané natě a 500 ml vřelé vody. Vaříme 5 minut a po vychladnutí precedíme. Podáváme čtyřikrát denně 100 ml odvaru před jídlem. (91)

0375 • Obvazek z čerstvých listů marinky vonné na čelo mírní ihned i nejurputnější bolesti hlavy. (132)



0376 • Při úporných bolestech hlavy: po 10 g merlík, hořec, kozlík, 20 g třezalky a po 5 g sporýše lékařského a prvosenky. Ráno a večer pít šálek horkého nálevu. Obklady z bezinkového octa stejným dílem s vodou smíšeným za vaz i na čelo, hlavně před spaním. (132)

0377 • V létě si udělejte obklad, který nejdříve řádně vymočíte v odstaté vodě a vyždímáte, načež jej potřete kasičkou z reveňových povidel a čerstvého rozsekaného špenátu. Jsou-li bolesti úporné (migréna), vložte si na jazyk trochu soli, nechte pomalu roztát a zapijte čtvrt litrem vody v douškách; ulehňte. (132)

0378 • Při bolestech hlavy a na posílení nervů užívá se vnitřně třezalkový olej nakapaný na cukr. (40 + 45)

#### Křeče v hlavě

0379 • Svařte 10 g mochnového listí ve čtvrt litru mléka, scedte a přidejte po čajové lžičce baldriánu, máty, meduňky a routy. Nechte znovu povařit krátce a pijte při záchvatu koflík, horké. (132)

#### Bolesti hlavy nervového původu

0380 • Jednu čajovou lžičku kozlíku lékařského vaříme 5 minut a necháme 20 minut vyluhovat. Šálek čaje se pije jeden až dvakrát denně, nejlépe odpoledne a k večeru. (126)

0381 • Při bolestech hlavy neurotického původu připravíme směs ze 40 g natě sporýše lékařského a 10 g natě třezalky. Jednu čajovou lžičku směsi vaříme dvě minuty a dvacet minut louhujeme. Pije se koflík třikrát denně před jídlem. (126)

0382 • Sluncem pěkně rozkvetlé hvězdicové květy třezalky tečkované se přelijí olivovým, lněným nebo stolním olejem. Tato vsázka se nechá naložena po dobu 10 až 14 dní, při častém promíchání a překlápění. Poté olej, který zatím zčervenal, odfiltrujeme. Pomáhá při nervových bolestech hlavy, neklidném spánku, nervových křečích, křečovitém pláči a neuralgických bolestech v krajině obličeje. (23)

0383 • 40 g majoránky, po 30 g levandule a máty, po 20 g meduňky a heřmánku. Tři polévkové lžice směsi spaří 3/4 litrem vroucí vody, ustát 30 minut, potom scedit a přidat jednu polévkovou lžici medu. Pije se pětkrát denně po 150 ml. (136+47-121)

0384 • Čajovou lžičku kořene kozlíku lékařského dáme do šálku vody, necháme vařit 5 až 10 minut a poté scedíme. Denně večer vypít 1 až 2 šálky ohřátého čaje. (30)

#### Bolesti hlavy, uštknutí hadem, posilující prostředek

0385 • Vytrvalá rostlina oimicifuga foetida. Lékovou formou je kořen (0,5 až 4,0 g) rozmělněný na prášek anebo ze stejného množství vodný extrakt. (114)

#### Návaly krve do hlavy

0386 • 15 g routy, 25 g šalvěje luční, 25 g rozrazilu, 15 g jmelí, 20 g rozmarýnu. Třikrát denně půl šálku vlažného nálevu. Potírat hlavu olejem levandulovým a obklady z tvarohu na vaz před spaním. (132)

#### Nervové bolesti hlavy migrenózního typu

0387 • Podáváme nepříliš koncentrovaný nálev z listů kopretiny římbaby, která se jinak jako léčivka neužívá - nebo tento čaj: po 50 g meduňky, květu petrklíče, natě třezalky a po 20 g kořene kozlíku, šištic chmele a květu levandule. Jednu vrchovatou čajovou lžičku směsi přelijeme sklenicí vřelé vody, necháme 20 minut vyluhovat, scedíme a podáváme neslazené, na lačno, dvakrát denně. (136 + 47-111)

0388 • 30 g kořene kozlíku lékařského, 30 g natě meduňky, 20 g listu fialky vonné, 10 g listu marinky vonné a 20 g natě zeměžluče. Jedna čajová lžička směsi se spaří čtvrt litrem vařící vody a nechá 20 minut louhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

0389 • 20 g natě meduňky a yzopu, 30 g kořene pampelišky a po 10 g natě sporýše, natě zeměžluče a listu kozlíku. Směs sušených drobně sekaných bylin rozdělit na 15 dílů a jeden díl dát do litru studené vody. Nechat 5 minut povařit, potom vyluhovat do vychladnutí, přecedit a vypít během, dne asi po decilitrových dávkách. (136 + 47 - 139)

0390 • Vše po 20 g: kořen kozlíku lékařského, list meduňky, nať zeměžluče, nať violky vonné a list marinky vonné. Všechny složky smíchejte v uvedeném poměru. Tři čajové lžičky směsi na tři šálky vody - vařit 5 až 10 minut a scedit. Denně tři šálky teplého čaje. (30)

#### Bolesti hlavy, nespavost, neklid, nervová slabost, žaludeční křeče

0391 • Nařežeme nať nebo jen květ třezalky tečkované na menší kousky a zalejeme vodkou tak, aby byla ponořena. Láhev dobře uzavřeme a necháme stát v teple 14 dní, pak scedíme. Při potížích bereme 10 kapek tinktury ve lžici vody třikrát denně. (78 + 66)

0392 • Kořen kozlíku lékařského připravíme jako u receptu č. 0391. Při potížích bereme třikrát denně 20 kapek na kostce cukru nebo ve lžici vody. (78 + 66)

#### Periodické bolesti hlavy

0393 • Po 30 g heřmánkového květu, natě jitrocele kopinatého a jalovcového plodu. Všechny složky smícháme v uvedeném poměru, čajovou lžici této směsi přelijeme šálkem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Pije se se denně ráno a večer šálek teplého čaje. (30)

#### Při bolestech hlavy, v klimakteriu, bolestivé menstruaci, nespavosti, nechutenství

0394 • Připravíme zapař ze dvou polévkových lžic rozdrcečných květů měsíčku lékařského a 400 ml vřící vody. Necháme vyluhovat dvě hodiny, scedíme a užíváme 100 ml třikrát denně před jídlem. (91)

#### Bolesti hlavy, ale i revmatismus a dna

0395 • Pomáhá bukvice lékařská při vnitřním používání ve formě odvaru. Jednu polévkovou lžici drogy zalejeme 600 ml vřící vody, vaříme tři minuty, necháme 30 minut vyluhovat a pak scedíme. Užíváme třikrát denně 50 až 150 ml, ale pod lékařskou kontrolou. (91)

**Při bolestech hlavy, nervovém rozrušení, žaludeční neuróze, žaludečních křečích, střevní horečce a plynatosti**

0396 • Pomáhá prášek ze sušeného kořene kozlíku lékařského, který roztlučeme nebo rozemeleme a přelijeme přes žíněné sítko. Podáváme třikrát denně na špičku nože, zapijeme vodou nebo vínem. (40 + 45)

**Bolesti hlavy, nespavost, neklid, nervová slabost, žaludeční křeče**

0397 • Do 100 g alkoholu vložíme 20 g šištic chmelu obecného, necháme tři dny na světle a v teple vyluhovat. Scedíme a uschováme v dobře uzavřené láhvi. Před spaním bereme 10 kapek na kostce cukru nebo ve lžici vody. (78 + 66)

**Bolesti hlavy, přepracovanost - ale i proti kašli**

0398 • Připravíme zapař ze dvou polévkových lžic srdečnicku zalitých 500 ml vody, která je ve varu. Necháme vyluhovat dvě hodiny. Z precedeného záparu užíváme 100 ml čtyřikrát denně. (91)

**Při bolesti hlavy, duševním rozpoložení, rozrušení, nespavosti, migréně, při přepracování**

0399 • Jednu čajovou lžičku - cca 5 g - sušeného řezaného kořene kozlíku lékařského dáme do jedné sklenice studené vody a necháme 24 hodin vyluhovat. Tuto studenou dávku je nutno večer vypít naráz. - Kozlík lékařský nelze průběžně užívat delší dobu, neboť může mít škodlivý vliv na srdce. (23)

**Bolesti hlavy, migréna, nespavost, závratě, srdeční slabost, kašel, chřipka**

0400 • Přelete 10 čajových lžiček sušeného květu prvosenky jarní čtvrt litrem vody a nechte vyluhovat 10 minut. Tuto dávku během dne vypijte. (23)

## HLENY

0401 • Hleny uvolňuje čaj připravený ze dvou čajových lžiček rovných dílů divizny, plicníku, podběle a jitrocele. Spaříme čtvrt litrem vody a necháme krátce vyluhovat. Prisdáme medem. (303)

## HLTAN

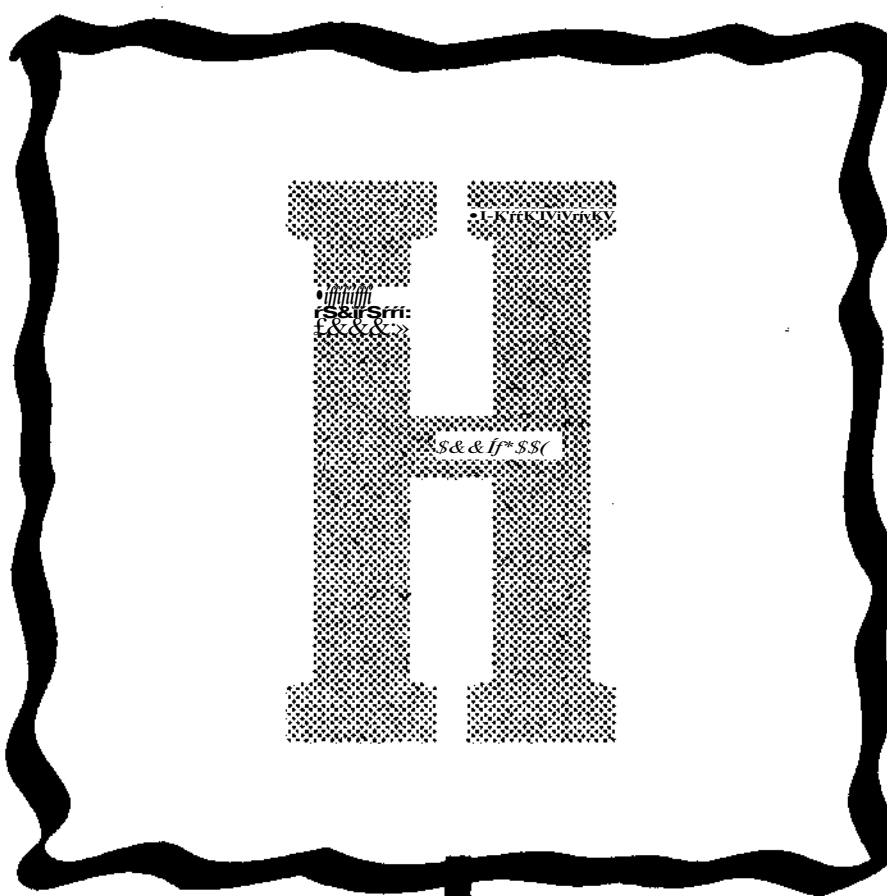
### Zánět hltanu

0402 • Pijte denně čtyři koflíky spárky teplé z levandulových květů a současně si napařujte hrdlo zevně i uvnitř. (132)

### Hltan - zánět oparový

0403 • 15 g květu heřmánku, 15 g listu šalvěje a 50 g natě řepíku smícháme dohromady a jednu čajovou lžičku této směsi prelejeme šálkem vroucí, vody. Pět minut vyluhovat, pak scedit. Teplým čajem kloktat každé dvě hodiny. (30)

0404 • Mírnější odvar z kořínků rdesna léčí zánět hltanu jako kloktadlo. K odvaru se bere 10 g na 200 g vody. Při krvácení dásní, zduřelosti, ochablosti mandlí a čípků koná rovněž výborné služby. (132)



0405 • Spařte 10 kaktusových květů v litru vařící vody a kloktejte častěji denně. (132)

### Zánět hltanu a hrtanu

0406 • Smíchat 20 g listu ostružiníku, 25 g listu slézu, 25 g listu podbělu a 100 g listu šalvěje. Jednu čajovou lžičku této směsi přelit šálkem vroucí vody, nechat 5 minut vyluhovat a pak scedit. Kloktat teplým čajem každé dvě hodiny. (30)

## HOREČKA

0407 • Spolehlivé sražení vysokých teplot: do sklenice prevarené teplé vody dáme čajovou lžičku soli a aplikujeme formou klyzmatu (150 až 200 ml), podává se po předchozím provedení očištného klyzmatu z jednoho litru prevarené teplé vody a následném vyprázdnění. (215)

0408 • Spařte litrem vařící vody 30 g okvětních lístků z bílé lilie a pijte po doušcích dva koflíky denně. Vyzkoušeno! (132)

0409 • Dvě polévkové lžice rozdrčené sušené mladé kůry jasanu ztepilého přelijeme třemi dl vřelé vody, necháme ustát a užijeme ke zmírnění horečky. (305)

0410 • Několikrát denně pít čaj z tužebníku jilmového, brát výtažek z rudbekcie růžové, pět lžic denně. (126)

0411 • Dvakrát denně čaj z pelyňku pravého - zvyšuje obranyschopnost (126)

0412 • Směs bylin: 50 g kůry vrby a po 10 g vachty třílisté, kořen hořce, květ černého bezu a květ lípy. Dvě minuty vařit a pít čaj několikrát denně. (126)

0413 • Jedovatý keřík dichroa febrifuga - užité části jsou listy a kořeny. Ke snižování horeček a léčbě malárie podává se jako odvar z 1,0 až 1,5 gramu drogy. (114)

0414 • Nechte macerovat 24 hodin v litru dobrého červeného vína větší hrst hořce a pijte na ráno na lačno odlivku. (132)

0415 • Od horečky vám pomohou čtyři čaje: buď čaj z kořínků a květů čekanky, hrst na půl litru vody, několik malých šálků denně; nebo čaj z jetele vachty; nebo čaj z kulanky fialové; nebo čaj z tužebníku. (132)

### Horečka dětí

0416 • Welserová radí: „Vezmi dva netřesky a jitrocel, dvanať listů, smíchej a roztluč a přilej půl mázu růžové vody a stejně tolik octa a proced' všechno plátýnkem. Pak vezmi mokřý hadřík, široký jednu píd', a všechno slej dohromady na hadřík a přilož dítěti na pravý bok: Když je horkost hodně velká, přilož hadřík na chvíli i na levý bok." (134)

0417 • Welserová: „Nemoc rozpoznáš takto: Když se setmí, děti dostanou horkost a nemohou usnout. Pak tedy vezmi vodu z vemeníku a celerové natě a polož do ní dítě a omyj je s ní. K tomu dej dítěti napít vody z černohlávku." (134)

### Horečka střídavá

0418 • Pijte první týden přes den každou hodinu lžici teplé svárky z natě Černobýlu, v dalších

dnech každou hodinu koflíček tak dlouho, až se vyléčíte. (132)

0419 • Do půl litru vody kávovou lžičku eukalyptového výtažku a najednou vypít - osvědčuje se v bažinatých krajích. (132)

#### Horečka úporná

0420 • Polejte několik tenkých řezů z dobrého jablka vařící vodou, scedte a přidejte tolik cukru z citrónové šťávy, aby dobře chutnala. Horkost kdekoli v těle, zvláště vnitřní, odstraní obklady z tvarohu rozmíchaného s čerstvými rozstrouhanými bramborami stejným dílem. (132)

0421 • Horečka se srazí za jednu noc obklady ze směsi vinného octa, žitné kořalky a vody. Přimíchejte trochu soli a šťávy z citronu. (132)

#### Horečka tyfová

0422 • Svařte dva díly rozstrouhaného česneku a dva díly vody a dva díly práškového cukru, užívejte tři lžice denně. (132)

#### Horečka „čtvrto denní“

0423 • Dle Filipíny Welserové: „Na čtvrto denní horečku od pana doktora Filly Brockese: vezmi sladké dřevo - dva loty, květy brutnáku - dvě hrsti, krtičník - dva loty, osladič - jeden lot. To povař ve třech žejdlících vody a třech žejdlících vína. Vlož v dobře uzavřené konvici do vody a dej vařit dobrých šest hodin. Pak to nech odstát, dokud to nevychladne. Potom to proveď a dávej nemocnému často pít, ale brzy po jídle.“ (134)

#### Proti horečce, záduše, dně a padoucnici

0424 • Příznivě působí čaj z oddenku devětsilu lékařského. Připravíme ho tak, že čajovou lžičku drogy vyluhujeme přes noc ve čtvrt litru studené vody. Ráno ohřejeme a scedíme. Pijeme příjemně teplé po malých doušcích maximálně tři šálky denně. (303)

0425 • Během dne pijeme po doušcích jeden nebo dva šálky čaje vyluhovaného z kořene devětsilu lékařského (jednu zarovnanou čajovou lžičku vyluhujeme přes noc ve čtvrt litru vody, ráno nahřejeme a scedíme). (123)

#### Ke snížení horečky a k uvolnění při onemocnění horních cest dýchacích

0426 • Lžičku sušeného květu bezu černého přelijeme čtvrt litrem vařící vody a po 15 minutách precedíme. Sladí se medem. Neslazený lze také použít jako kloktadlo. (222)

0427 • 40 g kvetoucí natě tužebníku, 40 g listu podbělu, 20 g natě dobromysli - jednu polévkovou lžici směsi spařit čtvrt litrem vařící vody, 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

## HORNÍCESTYDÝCHACÍ

#### Horní cesty dýchací - zánět

0428 • Dvě čajové lžičky sušeného kořene andělíky lékařské na čtvrt litru vody. Povaříme na mírném ohni a necháme 15 minut stát. Precedíme a pijeme 1 až 2 šálky denně při chorobách

dýchacích cest mírně teplý, při zaživačích obtížích chladný. (14)

0429 • 30 g proskurníku, 30 g černého bezu, 20 g zlatobýlu, 10 g tymiánu, 10 g anýzu, 20 g květu slézu maurského smícháme a jednu čajovou lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vody a necháme 20 minut vyluhovat. Pijeme příjemně teplý po malých doušcích. (303)

0430 • Připravíme tinkturu: z hrsti pupenu borovice lesní, kterou zalijeme lihem a necháme stát 14 dní. Užíváme 10 až 20 kapek na cukr. Přidáme-li tinkturu do vařící vody, je vhodná k inhalaci. (14)

0431 • Stejně množství plicníku lékařského, kořene proskurníku a lékořice, listu jitrocele, natě máty peprné, plodu fenyklu a anýzu, květu divizny a mateřídoušky smícháme a polévkovou lžici této směsi přelijeme čtvrt litrem vařící vody. Vyluhujeme čtvrt hodiny v uzavřené nádobě, občas promícháme, pak zfiltrujeme. Čaj pijeme teplý, třikrát denně. (42)

0432 • Vložte do malých oplatků kulatých na špičku nože práškovou benzou a užívejte 2 až 4 oplatky denně. Vhodné zejména při sípání. (132)

0433 • 20 g celíku zlatobýlu, 30 g květu černého bezu, 30 g kořene proskurníku, 10 g natě tymiánu, 10 g plodu anýzu a 20 g květu slézu maurského. Jednu čajovou lžičku směsi vaříme 5 minut ve čtvrt litru vody, 20 minut vyluhujeme. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

0434 • Při zánětu horních cest dýchacích pomáhá nálev ze tří lžic sušeného květu jírovce maďalu (kaštan) a šálku vody. (305)

0435 • Přelete dvě čajové lžičky sušeného řezaného listí šalvěje lékařské dvěma sklenicemi vroucí vody a nechte půl hodiny vyluhovat. Tuto dávku denně vypijte. Zevně se tento čaj používá k napařování a jako kloktadlo. (23)

0436 • Osvědčuje se použití nálevu ze tří lžiček sušeného květu jírovce maďalu a šálku vody. (305)

0437 • Pomáhá nálev připravený z jedné čajové lžičky květů sedmikrásky obecné na 1 dl vody. (305)

0438 • Jedovatá bylina aristolochia westlandii. Při onemocnění horních cest dýchacích se podává odvar z 5 až 20 g semen, k léčbě povrchových zranění a jako pomocný prostředek léčby zlomenin se užívá odvar ze 4 až 10 g kořene. (114)

0439 • Přelete dvě polévkové lžice sušeného květu a řezaného listu proskurníku lékařského dvěma sklenicemi vroucí vody a nechte několik minut vyluhovat. Denně vypijte dvě sklenice čaje. (23)

0440 • Hrst mladých výhonků borovice zalijeme lihem a postavíme na teplé místo na 14 dní. Užíváme 10 až 20 kapek na cukr. (303)

0441 • Po 40 g kvetoucí natě tužebníku a listu podběle a 20 g natě dobromysli - jednu polévkovou lžici spaříme čtvrt litrem vody, 20 minut vyluhujeme. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

0442 • Hrst pupenů topolových zalijeme lihem a necháme stát 14 dní. Užíváme 10 až 20 kapek na cukr. Přidáme-li tuto tinkturu do vařící vody, je vhodná k inhalaci. (14)

0443 • Dvě lžičky řezaných listů jitrocele kopinatého přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 15 minut louhovat. Precedíme a pijeme vlažný čaj, který pomáhá i při žaludečním a střevním kataru, proti průjmům, zánětu ledvin a močového měchýře. Na krvácející hemoroidy můžeme přikládat vatou namočenou do zchlazeného nálevu. (14)

0444 • 1 až 2 lžíce natě plicníku lékařského na půl litru vody. Necháme krátce povařit a 5 minut ustát. Osladíme cukrem nebo medem a užíváme celou dávku po částech během dne. Odvaru můžeme zevně užívat k omývání řezných a tržných ran a při hemoroidech. (14)

0445 • Tři lžičky květních úborů se stopkou sedmikrásky chudobky vhodíme do půl litru vařící vody a necháme přejít varem. Na 15 minut odstavíme a potom pijeme po doušcích dva šálky denně při zánětu průdušek. Při onemocnění dýchacích cest pijeme teplý, jinak vlažný nebo studený. Odvar můžeme použít (s příměsí řepíku) na koupel při kožních chorobách. (14)

0446 • Při nemocích dýchacích cest je mateřídouška spolu s jitrocelem starým osvědčeným prostředkem. Čaj z mateřídoušky a jitrocele s citronem pomáhá při zánětu průdušek, astmatu i při černém kašli. Připraví se čerstvý 4 až 5 krát za den. Tento čaj účinkuje bezpečně i při zápalu plic, tehdy se pije každou hodinu po doušcích. (123)

0447 • Hrst pupenů borovice zalijeme lihem na 14 dní. Užíváme 10 až 20 kapek na cukr. (40 až 45)

0448 • Připravíme odvar k pití a ke kloktání: čtyři lžíce sušených květů hluchavky bílé zalít v šálku vařící vodou, 15 minut nechat pařit. Pít dva šálky denně. (40 + 45)

0449 • Dvě lžíce řezaného sušeného kořene andělíky lékařské na čtvrt litru vody. Povaříme na mírném ohni a necháme 15 minut stát. Po scezení pijeme 1 až 2 šálky denně mírně teplý. (40 + 45)

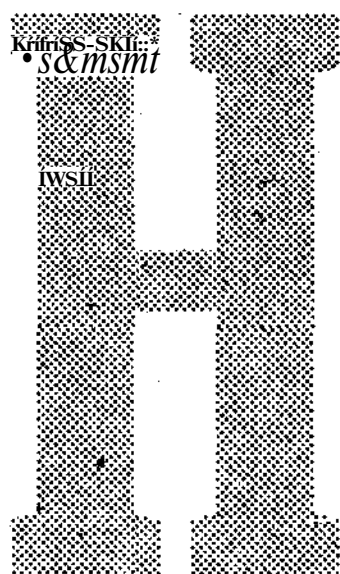
#### Horní cesty dýchací - zánět - prevence

0450 • Vhodné jsou inhalace např. směsí třezalky, heřmánku a šalvěje. Inhalace zbavují sliznice hlenů a patologické mikroflóry. K profylaktice lidí pracujících v prašném prostředí se nejvíce osvědčily inhalace jitrocele, rebríčku, podbělu nebo i dubové kůry. Inhalace se doporučují dvakrát ročně po 15 procedurách, jednou denně. (136 + 47 - 104)

#### Horní cesty dýchací - katar

0451 • Při kataru horních cest dýchacích a bronchitidě je vhodné podat čaj z červeného jetele bohatě oslazený medem. Jde o mimořádně účinné léčivo. (136 + 47 - 43)

0452 • Je vhodné i vícekrát denně inhalovat páry nad bramborami vařícími se ve slupce - asi 10 minut. Dále vzít papír od másla nebo papír, hadřík apod. a pomastit sádlem, na to čerstvě nastrouhat vrstvičku muškátového oříšku, přiložit na hrud', omotat teplým šálem a ponechat přes noc. (136 + 47-32)



0453 • Při kataru horních cest dýchacích, proti kašli a k podpoře výměny látkové v těle se připravuje nálev ze dvou lžiček sušených květů hluchavky bílé na šálek vařící vody. Směs se nechá vyluhovat a pak se užívá po lžičkách přes den. (002 + 006)

#### Horní cesty dýchací - zápal

0454 • Léčíme záparem z lipového květu. Dvě až tři čajové lžičky drogy na 250 ml vřelé vody. Necháme vyluhovat 20 minut, scedíme a naráz vypijeme - dva až tři šálky denně. (91)

0455 • Léčíme záparem, který se užívá horký. Jednu čajovou lžičku nadrobno rozdrčených hlíz stavačových zapaříme 200 ml vřelé vody. Necháme vyluhovat 15 minut a scedíme. Drogu užíváme také v prášku. Jednu čajovou lžičku vstavačového prášku nejdříve rozmícháme ve studené vodě a pak zalijeme 400 ml vřelé vody. Vaříme 3 až 5 minut a necháme 10 minut vyluhovat. Čaj dosladíme medem. Užívá se 2 až 3 šálky čaje denně. (91)

#### Horní cesty dýchací a nemoci plicní

0456 • Lék se získává přípravou medu a sedmikrásky. 500 ks květů chudobky se přelije 3/4 litrem vařící vody. Přidáme na kolečka nakrájený, v horké vodě dobře omytý citron, z něhož odstraníme jádérka, aby med nehořkl. Vše necháme vyluhovat do druhého dne a pak vodu i s hmotou vylišujeme přes husté pláténko do dobře vysmaltované nebo kameninové nádoby, možno i skleněné. Přidáme 750 g krystalového cukru, promícháme a svaříme do hustoty ještě tekoucího sirupu. Horkým sirupem plníme menší skleničky, nemusí se sterilizovat. Med vydrží v suché místnosti i několik let a nezkaží se. (126)

#### Horní cesty dýchací a černý kašel

0457 • Nálev ze dvou lžiček natě macešky trojbarevné na šálek vody, krátce se povaří a užívá se přes den. (002 + 006)

#### Horní cesty dýchací a zažívací potíže

0458 • Nálev připravený v poměru 1 čajová lžička květů sedmikrásky obecné na 1 dl vody. Užíváme 2 až 3 krát denně. (305)

0459 • V litru červeného vína rozmícháme 100 g medu a tímto roztokem přelijeme 50 až 60 g jablečnicku. Při pokojové teplotě necháme macerovat 10 dní za občasných protřepání, potom precedíme a uschováme v chladnu. Denní dávka činí 100 až 150 g. (136 + 47 - 33)

#### Horní cesty dýchací - kojenecké onemocnění

0460 • Připravíme kojenecký čaj: Přelete jednu čajovou lžičku semene fenyklu obecného jednou sklenicí vroucí vody a nechte na plotně bez varu vyluhovat 10 minut. Osladte medem nebo cukrem. Pro dospělé je dávka dvojnásobná. Při poruchách trávení pijte čaj neslazený nebo oslazený umělým sladidlem. (23)

#### Horní cesty dýchací - záněty, ale i při hemoroidech, křečových žilách a neuralgických bolestech

0461 • Odvar z kůry jírovce maďalu: dvě lžíce drčené kůry na čtvrt litru vody, půl hodiny vařit a pít 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)



**Horní cesty dýchací a kašel, chrapot, zánět průdušek**

0462 • Pomáhá oman pravý. K přípravě výluhu se užije jedna polévková lžice suchého kořene a spaří se půl litrem vřelé vody. Po 20 až 30 minutách se zapař scedí a užívá 2 až 3 krát denně po třech lžičkách nejlépe před jídlem. (50)

0463 • Dvě lžičky rozdrceného semene lnu setého zalijeme večer čtvrt litrem studené vody. Vzniklý šlemovitý nálev před pitím přihřejeme. Pije se vlažný 2 až 3 šálky denně. (40 + 45)

0464 • Při zánětech horních cest dýchacích, při dráždivém kašli, při žaludečních a střevních poruchách a jako prostředek proti průjmům pomáhá nálev, který se připraví z jedné lžičky řezané sušené natě mateřídoušky úzkolisté. Droga se přelije šálkem vařící vody a ponechá asi 20 minut vyluhovat. Po scezení se pije tři až čtyřikrát za den; při žaludečních a střevních potížích 30 minut před jídlem nebo při nachlazení po jídle. (002 + 006)

0465 • Při léčení horních cest dýchacích, k uvolňování hlenů, k tlumení záchvatů kašle a při plicních chorobách: z jedné lžičky řezaných sušených listů popence obecného na šálek vařící vody se připraví nálev; ten se nechá krátce vyluhovat a pak se užívá po jednom šálku dvakrát až třikrát denně. (002 + 006)

0466 • Při onemocnění horních cest dýchacích, při katarrech a zánětech hrtanu, kašli, při nemocech žaludku a střev a proti průjmům se připravuje nálev z jedné lžice řezaných sušených listů slézu lesního a jednoho až dvou šálků vařící vody; po zchlazení se nápoj užívá v dávce dvou až tří šálků přes den. (002 + 006)

**Horní cesty dýchací, žaludeční a střevní katar, žaludeční křeče, průjem, zánět ledvin a močového měchýře**

0467 • Léčíme čajem připraveným ze dvou lžic sušených řepíkových listů a jitrocele kopinatého. Směs přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 15 minut pařit. Scedíme, pijeme vlažný. Vatu namočenou do zchlazeného nálevu přikládáme na krvácející hemeroidy. (40 + 45)

**HRTAN****Nemoci hrtanu**

0468 • Použijeme čerstvý sléz, který se na noc namočí do studené vody. Během dne se vypijí čtyři šálky čaje a šest šálků se spotřebuje na kloktání, to je celkem dva a půl litru čaje. Na šálek se dává jedna vrchovatá lžička. Bylinky se dají večer do studené vody, ráno se pouze ohřejí, scedí a čaj se naleje do termosky vymyté horkou vodou, jinak se musí před použitím ohřát ve vodní lázni. Když se čaj sleje, bylinky se nechají v hrnci a večer se s trochou vody zahřejí. Do toho se přidá ječmenná mouka a znovu se zahřeje. Teplá kaše se nanese na lněné plátno, přiloží se na hrtan a pak se vše obalí teplým ručníkem. (123)

**Zápal hrtanu**

0469 • Z květu heřmánku pravého připravíme inhalace. Do nádoby s objemem 1 litr dáme 400 ml vody, kterou zahřejeme na bod varu. Přidáme jednu polévkovou lžici květu heřmánku pravého, jednu polévkovou lžici medu a dvě čajové lžičky

**H**

sody bicarby. Nádobu přikryjeme nálevkou, nemocný si zakryje hlavu utěrkou a naparuje se asi 30 cm od nálevky. Naparování má trvat 15 až 20 minut. Inhalujeme jeden až dvakrát denně. Malé děti by neměly inhalovat déle než pět minut. (91)

0470 • Smícháme po 50 g květ heřmánku, nař dobromysli obecné a nař mateřídoušky. Dále postupujeme jako u receptu č. 0469. (91)

0471 • Smícháme 60 g listu máty peprné, po 80 g listu jitrocele kopinatého a šalvěje, 60 g květu heřmánku a 30 g semene lnu. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice této směsi. Vaříme 5 minut, necháme vyluhovat 30 minut a precedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. Z této směsi je také možno připravit inhalaci. (91)

**Akutní zánět hrtanu**

0472 • Do jednolitrové nádoby dáme 400 ml vody, kterou zahřejeme na bod varu. Pak přidáme čtyři čajové lžičky květu heřmánku a dvě čajové lžičky sody bicarby. Nemocný vdechuje páru ze vzdálenosti asi 30 cm. Inhalace trvá 15 až 20 minut a může se opakovat ráno a večer. Malé děti by neměly inhalovat déle než pět minut. (91)

0473 • Do 600 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce tyto byliny: kořen kostivalu, nař třezalky tečkované, nař rdesna peprníku, nař přesličky rolní, květ měsíčku lékařského a květ heřmánku pravého. Vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Odvar používáme na výplachy ústní dutiny a kloktání pět až šestkrát denně. Odvar blahodárně působí i na zápal slinných žláz. Úplné vyléčení trvá 5 až 6 měsíců. (91)

**Zánět hrtanu a sliznice dutiny ústní**

0474 • Smícháme 100 g natě řepíku, 50 g listu borůvky a 30 g semene lnu. Do 400 ml vřelé vody dáme jednu polévkovou lžici směsi, vaříme 5 minut a necháme vyluhovat dvě hodiny, pak scedíme. Odvar používáme na výplachy a kloktání pětkrát denně každé tři hodiny. Léčení pokračuje 10 dní po skončení bolestivých příznaků. (91)

0475 • Smícháme po 50 g natě bazalky a jitrocele kopinatého s 100 g květu heřmánku pravého. Dále jako u receptu č. 0474. (91)

0476 • Smícháme po 100 g natě řepíku a květu heřmánku pravého. Dále jako u receptu č. 0474. (91)

0477 • Smícháme po 50 g květu heřmánku, plodu korian-dru, kořene omanu, kořene kostivalu a listu šalvěje. Dále jako u receptu č. 0474. (91)

0478 • Jako obklad použijeme zbytek po přípravě slézového čaje - tedy výluh jedné čajové lžičky slézu ve čtvrt litru vody. Tento zbytek znovu ohřejeme ve vodní lázni, smísíme s ječnou moukou na kaši, natřeme na lněné plátno a teplé přiložíme na zanícený hrtan. (303)

**Rakovina hrtanu**

0479 • Čerstvá nař slézu lesního maurského se vyluhuje přes noc ve studené vodě. Na každý šálek se bere vrchovatá čajová lžička dobře sekané byliny (nepoužívat nože z obyčejné oceli

**30**

a nejlépe nepoužívat ani nerezavou ocel, ale raději nůž skleněný, pokud je po ruce), při čemž je třeba uvažovat se 4 šálky denně na pití a se 6 šálky denně na výplachy a kloktání. Připravený macerát se ráno přihřeje (ale jenom mírně) a scedí do termosky, vypláchnuté horkou vodou, 4 krát denně se pomalu vypije jeden šálek po doušcích, 6 krát denně se kloktá a vyplachuje krk. (123)

### Tuberkulóza hrtanu

0480 • List šalvěže, máty a květ heřmánku smícháme ve stejném poměru a ze směsi pořídíme odvar. Nutno kloktat každé půl hodiny. (99)

0481 • Lněné semeno mleté s medem (čtvrtina medu, tři čtvrtiny semene) jíst dvakrát denně lžičku. Sušené švestky od 10 g denně. (99)

### Katar hrtanu

0482 \* 20 g listu plícníku, 20 g podběle, po 15 g šalvěže a mechu islandského, 10 g jahodového listí, 5 g marinky a 15 g divizny. - Ráno a večer šálek horkého nálevu. (132)

### HUBENOST

0483 • Po 25 g květu heřmánku, natě rebríčku a zeměžluče smícháme a tři čajové lžičky této směsi přelijeme půl litrem vroucí vody, pět minut vyluhujeme a pak scedíme. Denně tři šálky teplého čaje. Přibírá se na váze. (33)

0484 • Je-li někdo hubený a rychle by chtěl přibrat, ať smíchá stejným dílem mouky: ječnou, ovesnou a žitnou a zadělá si je teplou smetanou na těsto, z něhož si vyválí menší kuličky. Sní se pak dvě kuličky mezi každým jídlem. (132)

0485 • Po 25 g pískavice - řecké seno, květu heřmánku, natě rebríčku a zeměžluči. Vše smícháme a jednu čajovou lžičku této směsi přelijeme šálkem vroucí vody, vyluhujeme 5 minut a pak scedíme. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. (30)

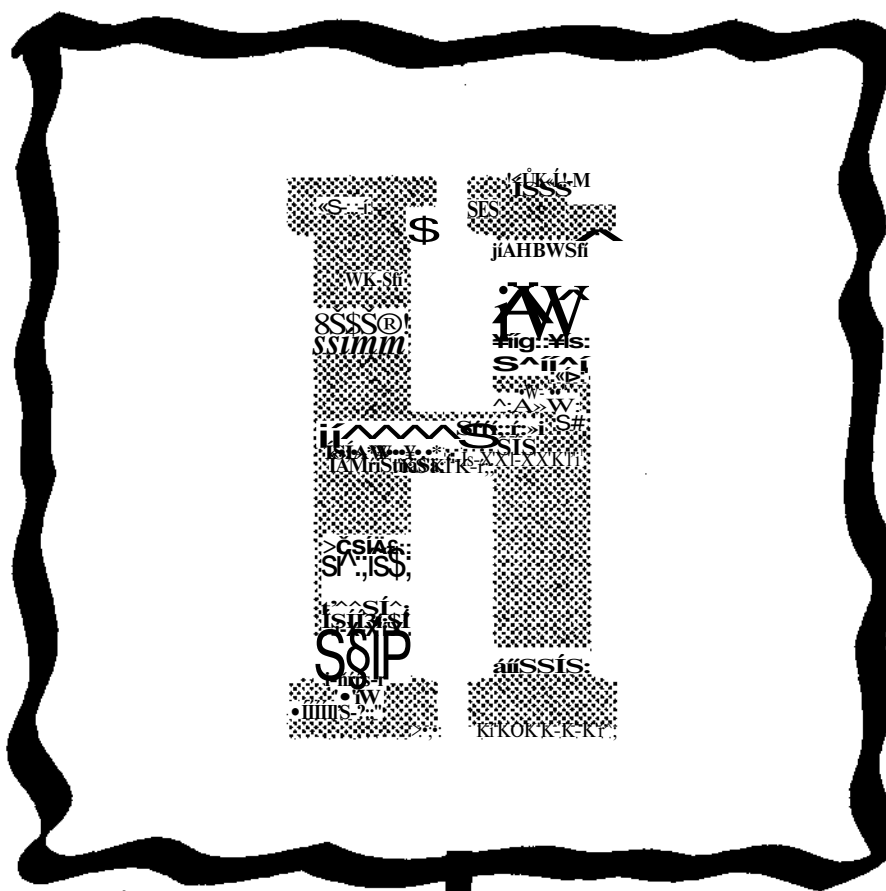
### HYPOCHONDRIE

0486 • Hořký likér proti hypochondrii: polejte díl hořkého jetele pěti díly 45° přihřáté vody a míchejte tak dlouho, až voda vystydně, pak scedte a sedlinu vyvážejte se stále přiléváním vodou tak, aby zůstalo po třech hodinách zase 5 dílů. Znovu přefiltrujte, první tekutinu slejte do druhé a svařte na hustší sirup. Pro hypochondry na lačno denně odlivku. Při nastuzení 8 kapek na kostku cukru, při vodnatelnosti 20 kapek. Více škodí! (132)

0487 • Smícháme 30 g natě měrnice černé, 10 g kořene kozlíku, 10 g natě meduňky, 5 g natě máty peprné, 5 g natě routy, 10 g natě čekanky. Dvě čajové lžičky této směsi vařit 3 minuty a 20 minut louhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

0488 • Smícháme 10 g kořene prhy, 20 g kořene kozlíku, 10 g podbělu, 5 g kořene hořce, 25 g merlíku, 30 g kořene pivoňky - šálek teplého odvaru před spaním. (132)

0489 • Hypochondrie není nemoc, ale následek všech možných nemocí, které léčiti nejdříve



čajem z pelyňku, šalvěže a zeměžluče a třikrát denně 30 kapek kozlíkového výtažku nebo 4 šálky kozlíkového (z kořínků) čaje denně. (132)

0490 • Nejlepší prostředek proti hypochondrii jest úplné a částečné omývání, koupele (poloviční), zvláště koupel sedací, krátký ovinek a konečně studené koupele úplné. (56)

### Hypochondrická neuróza

0491 • Vše po 20 g: kořen kozlíku lékařského, list meduňky, list máty peprné, list routy vonné a toren čekanky. Všechny složky čaje smíchejte v uvedeném poměru. Tři čajové lžičky směsi na tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut, pak scedit. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

### HYSTERIE

0492 • Lázeň z bylin - dva až třikrát týdně: mateřídouška, šalvěj, semeno hořčice, plody jalovce po 50 g, vařit několik minut pod pokličkou. Odvar scedit do vany. Nebo: půl kg jedlového, borovicového nebo smrkového jehličí + 10 dkg máty, zapař scedit do vany. Nebo: dva až tři kg bílého zeli rozmixovat a nalít do vany. (99)

0493 • Jednotlivci náchylní k hysteii, křečím a zádumčivosti nechť pijí jeden den polev z květů routy obecné smíšené s kozlíkem, druhý den týž smíšený s meduňkou a tak střídavě dále delší čas. Nejlépe večer před spaním. Sušená nať zapáchá silně a nepříjemně a přesto je u lidu velmi váženou. (132)

0494 • Přidejte dvě čajové lžičky sušené řezané natě svízele vonného do jednoho šálku studené vody a nechtě vyloužit. Toto množství vypijte během dne anebo před spaním. (23)

0495 • Lázeň z bylin, dva až třikrát týdně: mateřídouška, šalvěj, semeno ostropestřce a nať meduňky, vše stejným dílem po 60 g. Všechny byliny vařit 10 minut, odvar scedit a vlít do připravené lázně, která by měla mít pokojovou teplotu a trvat asi 20 minut. (130)

0496 • Smíchat 30 g kořene kozlíku lékařského, 30 g natě meduňky lékařské, 30 g květu i natě levandule a 20 g plodů jalovce. Jednu čajovou lžičku této směsi spařit čtvrt litrem vřelé vody a nechat čtvrt hodiny vyluhovat. Popíjet během dne teplý čaj, vždy před jídlem. (130)

0497 • Smíchat 30 g měrnice černé, 20 g kořene kozlíku lékařského, 10 g kořene hořce žlutého, 10 g natě popence břechťanolistého, 20 g květu levandule klasnaté, 20 g meduňky lékařské. Jednu čajovou lžičku této směsi spařit čtvrt litrem vařící vody a 20 minut louhovat. Pije se třikrát denně teplý čaj před jídlem. (126)

0498 • Likér černobýlový: 10 g čerstvého nebo lehce spařeného černobýlového listí nechtě táhnout 24 hodin v litru červeného vína, slejte. Pijte ihned po záchvatu větší odlivku, odlivku i na noc a nazítří na lačno. (132)

### Hysterická neuróza

0499 • Vše po 20 g: kořen kozlíku lékařského, oddenek hořce žlutého, list popence, květ levandule, list meduňky a list routy vonné. Všechny složky čaje smícháme v uvedeném poměru. Tři čajové lžičky na tři šálky vody, vaříme 5 až 10



minut a pak scedíme. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

### Při všeobecném vyčerpání

0500 • List rozmarýny, list meduňky, kořen andělíky, oddenek kozlíku a chmelové šišky, připravíme obvyklým způsobem odvar. (99)

### Při oslabení srdečního svalu

0501 • Nať třezalky, list meduňky, oddenek kozlíku a chmelové šišky. Pijeme odvar z uvedené směsi. (99)

viz také:

#### Hemoroidy

0083, 0204, 0444, 0461, 0682, 0683, 0684, 0685, 0686, 0687, 0688, 0689, 0690, 0691, 1406, 1439, 1700, 2256, 2853, 2863, 2871, 2890, 2892, 2968, 2969, 3023, 3177, 4203

#### Hlava

0041, 0068, 0149, 0213, 0214, 1185, 1346, 1493, 1751, 1762, 1927, 1939, 3047, 3048, 3049, 3050, 3090, 3213, 3271, 3352, 3462, 3747, 3847, 3887, 3888, 3889, 4021, 4051

#### Hlístvy

1504, 3378

#### Hltan

1370

#### Holohlavost

3571

#### Horečka

0395, 0682, 0683, 0684, 0685, 0686, 0687, 0688, 0689, 0690, 0691, 1072, 1575, 3138, 3488, 4013

#### Horní cesty dýchací

0334, 0426, 0427, 9803, 0824, 0833, 1190, 1294, 1406, 1624, 1626, 1804, 1828, 1859, 2080, 2153, 2761

#### Hrdlo

0837

#### Hrtan

0024, 0025, 0026, 0027, 0028, 0836, 1118, 1121, 1125, 1369

#### Hrudník

3641

#### Hysterie

2056

## CHOROBY LIDSKÉHO STÁŘÍ

### Posilující čaj pro staré lidi

0502 • Stejným dílem kořinek ibiškový s fialkovým a špetkou sladkého dřeva vařit 10 až 14 minut, přidat med, povařit a nechat vzkypět. Pijí se 2 až 3 koflíky teplého čaje denně. (132)

### Likér posilující pro staré lidi

0503 • Do tří litrů žitné kořalky naložte litr vyloupaných šípků a 500 g kandizovaného cukru, nechtě týden táhnout na slunci a přefiltrujte. Pijte třikrát denně po 12 kapkách. (132)

0504 • Smíchejte 800 g destilované vody a 500 g čistého 90% lihu a po řádném protřepání vmíchejte 60 g hořce, 50 g pomerančové kůry, po 40 g anýzového semena a zázvoru, po 20 g anýzu hvězdičkovitého a 5 g hřebíčku. Vše řádně rozmlet a promíšené nechat táhnout 4 neděle, pak sfiltrovat a do směsi přidat po 20 g práškového cukru a medu. Pijte denně na lačno menší odlivku. (132)

0505 • Do litru lihu naložte na týden 20 g skořice, 10 g amonu a kmínu a 5 g hrozinek. Přefiltrujte - pak denně na lačno odlivku. (132)

0506 • Vezmeme 5 g listů máty peprné, 10 g listů rozmarýny, 10 g propolis, 15 g natě úročníku bolhoje, 60 g medu a jeden litr dobré vínovice. Všechny složky dobře promíchat, zalít vínovicí a nechat vyluhovat při pokojové teplotě po dobu tří týdnů, potom precedit a podávat 1 až 2 krát denně 20 ml před jídlem, jako aperitiv. (Úročník bolhoj lze nahradit natí sporýše nebo natí pelyňku Černobýlu.) (136+47-20)

### Ve stáří při srdeční slabosti

0507 • Příznivě působí hloh obecný. Zapař se připraví přelítím dvou čajových lžiček drogy šálkem horké vody a pije se 2 až 3 krát denně. (106 + 009)

### K prodloužení života - zázračný recept

0508 • Pavel Váňa převzal z „Rádce z Předměstí, 1939“: „Smíchejte osm lotu bažankové šťávy, osm lotu hořcových kořínků, dva loty pilátové šťávy, 12 lotu nejlepšího medu a půl mázu dobrého bílého vína. Rozkrájejte nejdříve hořcové a kosatcové kořínky, dobře promíchejte a směs vložte do kamenného hrnce, vlejte na ni připravené víno a hrnc ovažte tak, aby se víno nemohlo odpařovati. Nechtě vše státi na slunci nebo v horkém popelu a často tím zatřepejte. Po 34 hodinách precedte výtazek přes čisté plátno, ale nevytlačujte jej, přilejte k němu bažankovou šťávu a pilátovou šťávu, med a pelyněk v prášku, prevarte a vytvořenou pěnu odstraňte. Čaj pomalu precedte do porcelánové mísy, nechtě vychladnouti, slijte do čistých lahví a uskladněte v teplejší místnosti. Užívá se denně na lačný žaludek dvě polévkové lžíce, snídat je možno až za hodinu.“ (126)

### Bylinný sirup na komplexní posílení organismu

0509 • Vytlačit 50 g šťávy z netřesku, 50 g šťávy z natě svízele syřišťového, 50 g šťávy z listů šalvěje, 50 g šťávy z natě ožanky kalamandry, 50 g šťávy z listů máty peprné, 50 g šťávy z natě bazalky a 50 g šťávy z květů růže, nejlépe

říjí-- šípkové. Šťávy bezprostředně po získání srnčímé, přidáme do nich 100 g melanže z čerstvých borůvek a nakonec 2 kg medu. Znovu promícháme, stočíme do malých lahviček a podáváme třikrát denně jednu polévkovou lžící sirupu po jídle. Pokud nemáme po ruce čerstvé byliny, ale pouze sušené drogy, volíme formu letkvaru: vezmeme 20 g dužnatých listů netřesku, po 10 g svízele syřišťového, listů šalvěje, natě ožanky kalamandry, listů máty peprné a natě bazalky. Přidáme dále po 15 g drcených borůvek a drcených jalovčinek. Směs zalijeme 200 ml vody a po třech dnech přidáme 300 g medu. Necedíme, užíváme přímo, čtyřikrát denně jednu čajovou lžičku propasírujeme přes síto trochou destilované vody do pohárku a vypijeme.

(136+47-96)

### Ztráta paměti u starších lidí

0510 • Smíchejte stejným dílem suchou nať z hořce, jestřábníku, krevničku a řepíku, semelte vše na jemný prášek, řádně promíchejte, pak zamíchejte stejný díl jalovčinek a práškového cukru, znovu promíchejte, rozmažte na skývu chleba namočenou ve víně a jezte denně na lačno jednu pomazánku. (126)

0511 • Čaj Mate připravíme tak, že jednu čajovou lžičku spaříme ve čtvrt litru vařící vody. Pijeme jedenkrát denně po jídle. (126)

0512 • Vše po 20 g: nať rozrazilu lékařského, oddenek puškorce, nať meduňky, rozmarýny a pelyňku pravého a květ hlochu. Všechny složky čaje smíchat v uvedeném poměru. Tři lžičky směsi na tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Pijí se během dne 3 šálky teplého čaje. (30)

### Víno pro starší lidi

0513 • 90 g kořene kuklíku, po 30 g bukvice, čubetu, chraštavce, rozrazilu a kořene omanu táhneme ve dvou litrech lihu tři týdny. Dvakrát denně několik kapek na cukr. Upravuje zažívání, posiluje a prodlužuje věk. (132)

### Při poruchách myšlení ve vyšším věku

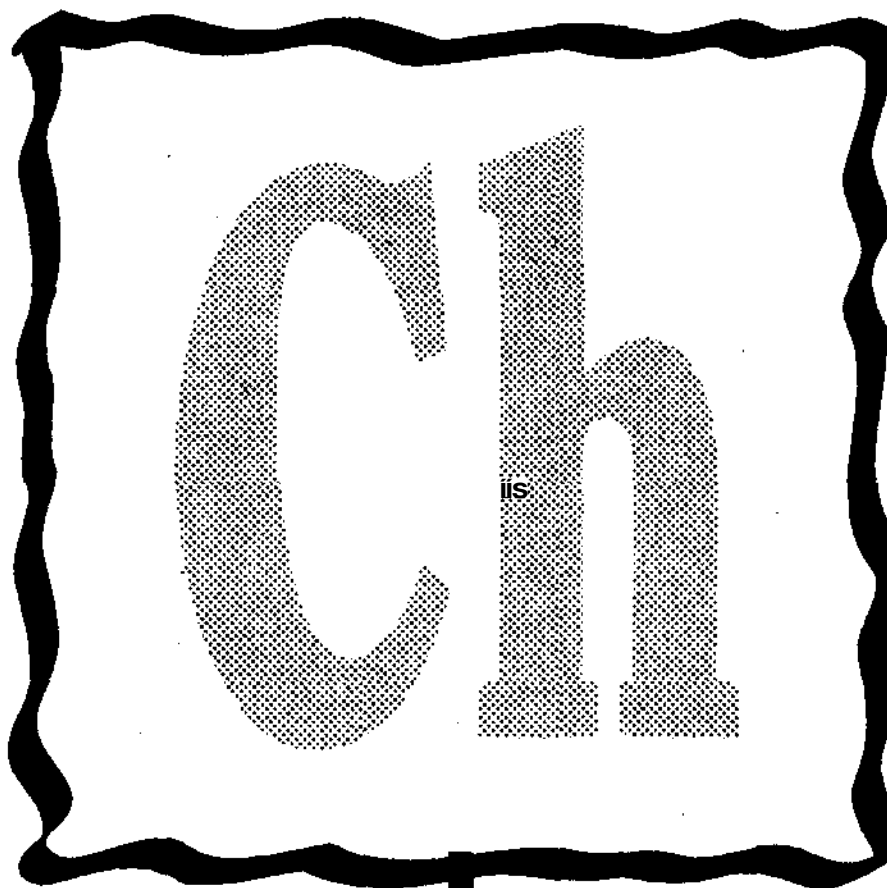
0514 • Po 50 g listu meduňky a natě pelyňku pravého, složky čaje smíchat v uvedeném poměru. Tři čajové lžičky přelít půl litrem vroucí vody, 5 minut vyluhovat a pak scedit. Pijí se v průběhu dne po doušcích 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

### Omlazovací likér

0515 • Roztlučte na prášek 30 g čerstvého omanového kořínku a nechtě ho macerovat 48 hodin v půl litru jemného bílého vína a přefiltrujte. Pije se denně na lačno větší odlivka. (132)

### Prevence proti stařeckým potížím

0516 • Přidejte jednu čajovou lžičku sušené řezané natě jmelí bílého do jedné sklenice studené vody a nechtě vyloužit. Tuto dávku rozdělte na tři díly a během dne je postupně vypijte. Neužívat déle než čtyři měsíce, po dvou měsících vysaďte na 3 až 4 týdny. (23)



## CHRAPOT

0517 • Dva díly kořene proskurníku a jeden díl listu šalvěje svařit s mlékem, přecedit a přidat med a provádět několikrát denně hluboké kloktání a občas pár doušků čerstvého čaje i spolknout. Na krk přikládat obklad z naklepaného zelného listu, chvilku osmaženého na oleji. (136 + 47 - 003)

0518 • Svařte hrst pravého heřmánku v olivovém oleji, rozetřete ještě horké na plátno a přiložte na krk. Znamení! (132)

0519 • Vezmeme nať kontryhele obecného a připravíme z ní nálev: Pijí se tři šálky denně, sladí se medem. Vhodné jsou i prsní čaje. Léčbu možno doplňovat inhalacemi. (78 + 66)

0520 • Proti chrapotu působí příznivě odvar z řepíku buď jen samotného, nebo s přidáním okvětních lístků červené růže. 100 g řepíku se vaří v půl litru vody, až se voda odpaří asi na 3 dl. Okvětní lístky z jedné červené růže se přelijí jedním dl vařící vody a nechají hodinu vyluhovat. Oba výluhy se pak spojí, přidá se čtvrt\*kg včelího medu, promíchá se a denně se několikrát užívá po 1 lžici. (126)

0521 • Rovným dílem smícháme kořen andělíky, řepík, jitrocel, malvu a květ podbělu. Kořen andělíky povaríme asi 3 minuty a na závěr vsypeme ostatní byliny a odstavíme. Necháme vyluhovat asi 10 minut. Na kloktání několikrát denně minimálně jedna polévková lžice. (304)

0522 • Silný odvar z kořínků proskurníku lékařského, svařeného poprvé s trochou fialkového kořene a lékořice a znovu podruhé s medem, zamezí veškerý chrapot, kašel a plicní neduhy. Zároveň posilňuje neduživé starce. (132)

0523 • 30 g violky, 10 g proskurníku, 30 g bedrníku, 20 g divizny, 10 g bezového květu. Třikrát denně šálek teplého nálevu vždy po jídle. Inhalace z odvaru kořene Šišvorce. (132)

0524 • Nemocný musí každodenně až na kolena stát ve vodě a zároveň ve vodě obě ruce držeti. Mimo to brát úplné omývání, nejvíce ráno při vstávání, nebo také v noci, při procitnutí. (56)

0525 •

1. Denně chodit v travě bos,
2. v týdnu si přiložit 3 až 4 krát plenu (šál),
3. v jednotlivých týdnech brát po 4 sedacích koupelích,
4. v posledních 3 nedělích koupat se při teplejší teplotě ve vodě na výsluní týdně třikrát. Strava jednoduchá, domácí, zvláště mléko po celé půldne každou hodinu lžici. (56)

### Chrapot a sípání

0526 • Kloktejte teplým odvarem bedrníku, svařeného ve víně, nebo odvarem z jeřabinek; je-li spojena s pícháním na prsou, obklady z čerstvých rozsekaných a trochu nahřátých cibulí. (132)

### Chrapot a kašel

0527 • Likér ostružinový: litr ostružin - plodu, 3/8 kg cukru a dva litry dobré kořalky naplněte do láhve, nechtě 21 dní stát na slunci, přefiltrujte a přelejte do čistých lahví. Každou hodinu půl menší odlivky. (132)



**Chrapot, kašel, zánět průdušek a nemoci z nachlazení**

0528 • Uvedené choroby léčí tento sirup: libovolné množství sušených listů jitrocele kopinatého rozřežeme, vložíme do kamenné, skleněné nebo smaltované nádoby, zalijeme studenou vodou, aby byly listy ponořeny a necháme 24 hodin stát. Pak slít, do nálevu přidat šťávu z čerstvých listů a o polovinu více cukru, než kolik váží tekutina. S cukrem vaříme 20 až 30 minut za občasného míchání. Po vychladnutí má být sirup o něco řidší než med. Při varu přidáme špetku soli, aby sirup nezucukroval. Můžeme přidat i několik lžící medu. (40 + 45)

0529 • Ze sušeného květenství bezu černého ostříháme květy i s krátkými stopkami a jednu lžici vhodíme do půl litru vařící vody. Povaríme tři minuty a necháme ustat, dokud květ neklesne ke dnu. Odvar má nazelenalou barvu. Obklady z teplého odvaru přikládáme ve směsi s heřmánkovým odvarem na vnější otoky, např. po vytržení zubů. (40V45)

0530 • Připravte čaj z máku vlčího a to z jedné až dvou čajových lžiček drogy a jednoho šálku vody (vařící). Po ochucení medem nebo cukrem se nápoj užívá po jedné až dvou lžících dvakrát až pětkrát denně. (002 + 006)

**CHŘIPKA**

0531 • Po 10 g kořene lékořice, natě máty peprné, květu divizny, heřmánku a černého bezu, kůry vrby, 20 g květu lípy a 30 g natě tužebníku. Jednu čajovou lžičku směsi vaříme 5 minut ve čtvrt litru vody, 20 minut necháme vyluhovat. Pijí se 2 až 3 šálky po malých doušcích po celý den. (126)

0532 • Vezmeme tři díly natě nebo kořene proskurníku, dva díly květu divizny, jeden díl květu vlčího máku (lze nahradit lípovým květem) a jednu polévkovou lžici směsi spaříme čtvrt litrem vřelé vody, 15 minut vyluhujeme, potom scedíme a podáváme třikrát denně, nejlépe mezi jídlem. (136+47-131)

0533 • Zpravidla dvakrát denně (ráno a večer) jednu hodinu před jídlem, dvě hodiny po jídle vezmeme 10 až 15 kapek propolisu na cukr. Pozor na opakování. Po dobu léčby něm se používat jiné tablety nebo injekce. (99)

0534 • Bylinný sirup dr. J. Klevetové uveřejněný v časopise Naše léčivé rostliny, 22, 6: 181 až 183, 1985: „Sirup lze použít i preventivně, tj. užívat jej v době, kdy vrcholí chřipková nákaza. Jde o byliny, které se sbírají a suší od jara až do léta. Mezi deset sirupových bylin patří: podběl léčivý - květ, violka vonná - květ se stonky, plicník lékařský - nať a květy, prvosienka jarní - celé květenství, kostival lékařský - kořen, jitrocel kopinatý - list, bez černý - květ, lípa - květ a tužebníkův jilmový - květ. Den před vlastní přípravou se namočí kořen kostivalu. Druhý den vložíme každou bylinku do zvláštní nádoby a zalijeme takovým množstvím vody, aby byly bylinky ponořeny a voda nepřebývala. Můžeme je nechat 4 až 5 hodin stát namočené. Potom je přivedeme k varu, ale nevaříme. Odstavíme a pod pokličkou necháme bylinky vyluhovat - táhnout asi 15 minut. Precedíme přes gázu a vymačkáme tak, aby byly co možná nejvíce vysušené. Odvary všech bylin slejeme do jedné nádoby a zvážíme. Nikdy nepoužíváme hliníkové nádoby. Přidáme tolik medu, kolik vyluh váží, a dáme znovu na

velmi mírný oheň. Necháme bez vaření chvíli odpařovat, až má kapalina sirupovou konzistenci. Naléváme do vypařených lahví a převážeme celofánem, nebo dáme do lahví se zašroubovatelnými zátkami a sterilujeme otevřené na 75 °C. Potom horké rychle zataktujeme a uložíme v temné suché místnosti. Vydrží i několik let. (78 + 66)

0535 • Připravíme tuto směs bylin: 1 g květu pivoňky, po 5 g kořen lékořice, list máty peprné, květ divizny, květ heřmánku, nať tužebníku jilmového, po 20 g květu lípy, bezu černého a kůry vrbové 30 g. Všechny složky smíchat a ze směsi tři čajové lžičky na tři šálky vody. Necháme vařit 5 až 10 minut, pak scedíme a pijeme během dne po doušcích půl litru teplého čaje. (30)

0536 • Jakmile se objeví bolesti v krku, žvýkat několik zrnek anýzu v malých dávkách, např. jednu čajovou lžičku vždy po několika minutách. (99)

**Chřipka - prevence**

0537 • Dvě lžičky čerstvých nebo sušených řezaných listů kopřivy dvoudomé necháme přejít varem ve čtvrt litru vody. Na 10 minut odstavit, scedit a pít vlažný po doušcích ráno a večer jeden šálek. (40 + 45)

**Při chřipce, nachlazení, angíně**

0538 • 70 g květu lípy, 30 g kořene lékořice lysé, 1 g hřebíčku. Nálev: pijeme dva šálky denně. (78 + 66)

0539 • 10 g máty peprné, 30 g květu černého bezu, 10 g květu heřmánku, 20 g květu lípy. Jedna čajová lžička srněsi se spaří čtvrt litrem vařící vody, pak 20 minut vyluhovat. Pijí se tři šálky po malých doušcích po celý den. (126)

0540 • 50 g dobromysli, 50 g květu lípy. Smícháme a ze směsi pořídíme nálev, který pak pijeme 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

0541 • Do půl litru studené vody rozstrouhejte jemně celý zázvor, rozmíchejte dřívkem a vypijte na noc. Ob den opakovat. Vyzkoušeno. (132)

0542 • 25 g list ostružníku krovitého, 25 g listu jahodníku obecného, 25 g kořene lékořice lysé. Nálev: 3 až 4 šálky denně. (132)

**Při chřipkách, angíně, zánětlivých onemocněních ledvin**

0543 • Pomáhá výtazek z třapatky nachové, který se připraví louhováním kořenů nebo okvětních lístků drogy v čistém lihu v poměru 1:4 dílům lihu. Doba louhování 3 týdny na teplém, slunném místě. Preventivně se používá asi 1 polévková lžice, léčebně asi 5 polévkových lžic denně. V kombinaci s čajem z tužebníku jilmového je nejlepším prostředkem proti chřipkovým onemocněním. (126)

**Chřipka mozková**

0544 • Užijte denně 20 až 30 kapek světlíkového výtazku. (132)

**Pro imunitu v době chřipkových onemocnění**

0545 • Macerát připravíme vyluhováním lžice sušených a podrcených plodů jeřábu ptačího

v porcelánové nebo skleněné nádobce (cca 250 ccm). Doba vyluhování 10 hodin a to vodou pokojové teploty. Užívá se 3 až Skrat denně polévková lžíce. (40 + 45)

## CHUDOKREVNOST

0546 • Obvyklou dávkou je třikrát denně jedna čajová lžička včelího pylu. Tato dávka vyvolá u dospělého člověka obnovu životních sil, přibývání na váze. (136 + 47- 113)

0547 • Semeno pískavice řecké seno, lněné semeno, kořen kostivalu, list kopřivy. Vše rozmělnit na prášek, smíchat lžící prášku se dvěma lžícemi medu a užívat 5 až 6 krát denně jednu lžici. (99)

0548 • Vezmeme po 100 g listů kopřivy, drcených šípku, po 50 g listu černého rybízu, květu heřmánku, kořene pampelišky s natí, kořene andělíky a oddenku pýru a 20 g natě zeměžluče. Vrchovatou čajovou lžičku směsi přelijeme sklenkou vřelé vody, necháme 20 minut vyluhovat, scedíme a neslazené podáváme na lačno 2 až 3 krát denně. (136+47-111)

0549 • Jednu vrchovatou naplněnou lžící kontryhele obecného spaříme a necháme krátce vyluhovat. Čaj popijíme třikrát denně. (123)

0550 • Pomáhá pití čaje z kopřivy, zeměžluče, vachty třílisté a puklérky islandské, případně šťávy z čerstvých kopřiv. 2 až 3 krát denně šálek nálevu. (126)

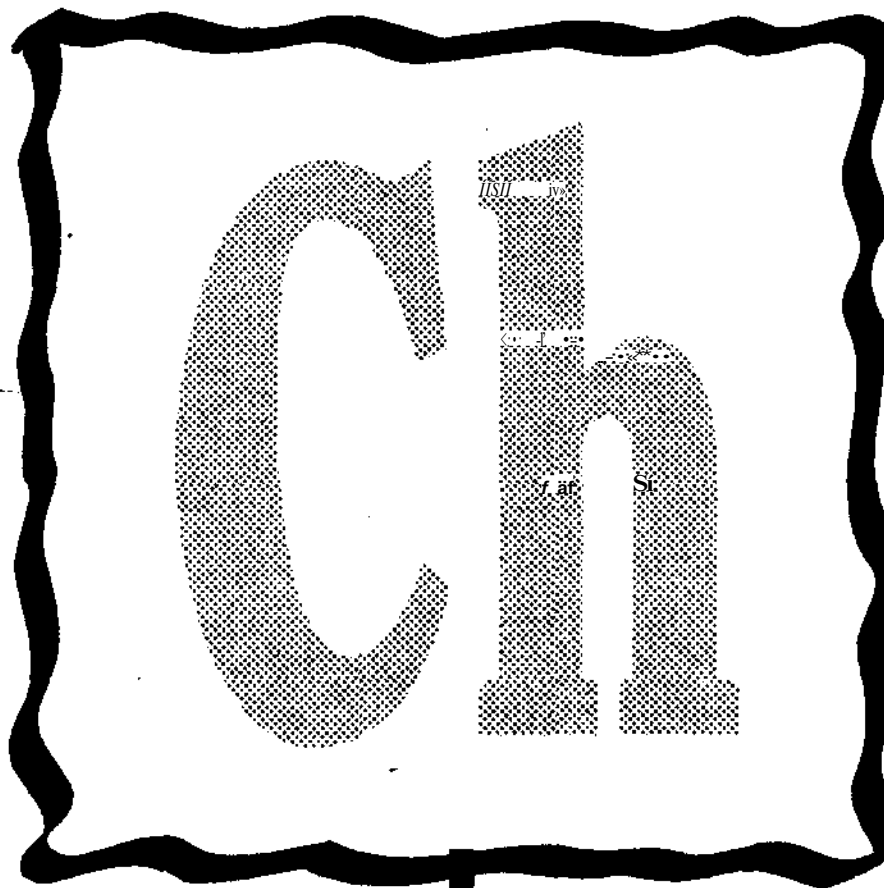
0551 • Připravit čaj z této směsi bylin: 30 g kořenu oman upravého, 30 g levandule, 30 g rozmarýnu, 70 g listu ořešáku vlašského a 70 g hluchavky bílé. (126)

0552 • V těžších případech chudokrevnosti se často osvědčuje provádět denně, nejlépe ráno, masáž krajiny solárního plexu, žaludku, břicha a potom důkladně celé páteře včetně kosti křížové. Masážním médiem má být nejlépe arašídový olej, který lze nahradit olejem slunečnicovým, ve kterém se předem vylučuje kopřiva a některá aromatická bylina, například bazalka, levandule, rozmarýna apod. Masáže, vpředu spíše lehké, vzadu intenzivnější, zajistí obranyschopnost organismu. Tím se také zlepší inervace a výživa krevních orgánů. (136 + 47 - 101)

0553 • Nať zeměžluče a pelyňku, list vachty. Dvě lžíce směsi zalít dvěma sklenicemi studené vody, nechat přes noc, pak povřít, scedit a pít ráno na lačno a večer před spaním. (99)

0554 • Osvědčuje se podávání odvaru ze stejných dílů kopřivy, zeměžluče a třezalky třikrát denně na lačno po 100 až 150 ml -vařit jednu minutu. Dávky: děti 1 až 2 čajové lžičky, dospělí jednu polévkovou lžící denně. (136 + 47 - 43)

0555 • Med příznivě ovlivňuje krevtvorbu a je pro jio vhodným prostředkem proti chudokrevnosti. Obvyklou léčebnou dávkou je třikrát denně 10 g medu. (136 + 47 - 115)



0556 • Velmi se osvědčilo ožankové červené víno, několikrát denně užít 1 až 2 polévkové lžíce. Počet červených krvinek zvyšuje i odvar islandského lišejníku, odvar a šťáva z listů kopřivy a konečně i petrželová nať. (136+47-36)

0557 • 20 g listu černého rybízu, 40 g květu hlohu, 130 g plodu šípku - lžící směsi zalít sklenicí studené vody, odstavit na 8 hodin, pak teprve povařit a pít dvakrát denně po jídle. (99)

0558 • Osvědčuje se podávání pylu nejlépe formou částečně zakvašeného tzv. včelího chleba - pěrky; lze však možno užívat přímo i pyl rouškový, který však organismus obtížně zpracovává, proto je jeho účinnost poněkud nižší. Léčba by neměla být delší než jeden měsíc. - podáváme denně jednu čajovou lžičku medu + třikrát denně jednu čajovou lžičku pylu. (136 + 47-113)

0559 • Vzít třikrát denně jednu vrchovatou čajovou lžičku rouškového pylu (nebo půl lžičky zkvašeného pylu, tzv. „pěrky“ čili včelího chleba), jednu čajovou lžičku medu, vše dobře rozmíchat ve sklenici minerálky s močopudným působením a vypít. Přes den popíjet kopřivový čaj. Užívat 3 až 4 týdny. (216)

0560 • Likér pro chudokrevnost: do 50 dílů červeného vína nechtě táhnout po dvou dílech yzopu, trnky, tymiánu a tři díly zeměžluče celý týden. Přefiltrujte. Denně na lačno odlivku. (132)

0561 • Smícháme 30 g mladé dubové kůry, 30 g puškvorce, 20 g hořce, 20 g andělíky - připravit odvar a po doušcích užívat denně půl až 3/4 litru. Do diety zařadit cibuli a syrovou petrželovou nať. (136 + 47 - 121)

0562 • Účinný prostředek proti chudokrevnosti je med. Obvyklá léčebná dávka je třikrát denně 10 g medu. (115)

viz také:

Chodidla

2117

Choroby stáří

0829, 1530, 1557, 1951, 2101, 2180, 2242, 2045, 2358, 2646, 2674, 2714, 3163, 3210, 3270, 3457, 3674, 3931

Chrapot

0339, 0462, 0482, 0483, 0484, 0485, 0486, 0785, 0786, 1294, 2951, 3353

Chřipka

0013, 0014, 0400, 0783, 0784, 0965, 1813, 1814, 1815, 1816, 1817, 1818, 1819, 1853, 3289

Chudokrevnost

0135, 1406, 1855, 1857, 1861, 2022, 3421

## IMPOTENCE

0563 • 10 g pepře, 10 g skořice, 15 g zázvoru a dvě zralá cibulová semínka rozemelte na prášek a smíchejte s 35 g cukru. Na vajíčko uvařené na měkko nasypete místo soli trochu směsi. (132)

0564 • Tři díly satirejky a po jednom dílu rozmarýnu, máty peprné a sporýše, dvakrát denně podávat sklenici nálevu po dobu šesti týdnů s tím, že kúra má začínat a končit třídenním podáváním čistého satirejkového nálevu. (136 + 47 - 77)

0565 • Každý den 3 až 4 dkg droždí, lžici mléka v prášku a lžici medu rozmíchat s vodou a vypít. (99)

0566 • 100 g natě rebríčku, 50 g oddenku puškvorce, 50 g semena pískavice řeckého sena - rozmělnit na prášek a užívat necelé půl lžičky třikrát denně. (99)

0567 • Snězte denně dvakrát po šesti zrníčkách ze zralých třešní, nejlépe amrhelek. (132)

0568 • 50 g květu měsíčku lékařského, 10 g smilu písečného, 50 g natě třezalky, 25 g oddenku kozlíku. Ze směsi připravit zapař, pít 2 až 3 krát denně sklenici záparu. (99)

0569 • 100 g kořene kopřivy, 25 g oddenku puškvorce, 25 g listu meduňky, 25 g listu šalvěje, 25 g květu měsíčku lékařského - vše rozmělnit na prášek a užívat necelé půl lžičky třikrát denně. (99)

0570 • Při impotenci a frigiditě: k získávání erotické harmonie se pije čaj ze dvou dílů máty a jednoho dílu satirejky. (126)

0571 • Meduňku, měsíček, rebríček a kozlík - vše stejným dílem. Špetku směsi spařit 5 dl vody, nechat vyluhovat a pak přilít výluh puškvorce za studena (polévkovou lžicí na 2 dl vody). Užívat třikrát denně. (50)

0572 • Epifytická orchidej dendrobium nobile, ze které se užívají jako léčiva hlízy a stonky. Podává se při impotenci jako odvar z 5 až 20 gramů drogy. (114)

## ISCHIAS

0573 • Jeden díl listu máty, dva díly listu šalvěje, jeden díl květu heřmánku - smícháme a hrst směsi spaříme vařící vodou a používáme na obklady, které přikládáme na bolestivá místa, až zmizí. (99)

0574 • Připravíme z 500 g čerstvého listu břízy bělokore nebo ze 200 g listu sušeného čtyři litry nálevu, necháme jej vyluhovat 20 minut a pak scedíme do koupele. Vhodné nejen na ischias, ale i na revmatické bolesti, bolesti kloubů. (78 + 66)

0575 • 20 g natě vřesu obecného, 20 g květu levandule lékařské, 10 g šištic chmelu obecného a 10 g natě meduňky lékařské. Nálev: pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

0576 • Kúra z mladých větviček kaštanu se nadrobno naláme, povaří 10 minut a do nepřilís horkého odvaru se namočí lněné plátno, kterým se po vyždímání obloží záda a kyčle, to vše se převáže suchým plátnem a ještě teplou přikrývkou.

# I

V tomto zábalu setrvá nemocný v klidu na lůžku 1 až 2 hodiny. Aplikovat 1 krát denně, nejméně 5 dnů za sebou, i když někdy obtíže ustoupí dříve. (136 + 47 - 79)

0577 • Připravíme tuto lázeň: 2 až 3 kg ovesné řezanky zalejeme ráno studenou vodou, večer povaríme, nasypeme dvě plné hrsti máty, necháme vyluhovat a vlejeme do vany. (99)

0578 • I nejprudší bolesti vám okamžitě zmírní a vyléčí horké obklady z natě třezalkové. Nař napařte v hrnci, nevymačkávejte, ale zaobalte horkou do organtýnu nebo tenkého plátnka a tak přiložte na kříž. (132)

0579 • Vezmeme po 30 g: list popence, nař jehlice trnitě a květ vratiče. Všechny složky bylin smícháme v uvedeném poměru a tři čajové lžičky směsi prelejeme půl litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Denně se pijí tři šálky teplého čaje. (30)

0580 • Lázeň: půl kg borovicového jehličí povařit v několika litrech vody, nasypat 10 dkg máty a scedit do vany. (99)

0581 • Oravská mazanina: do zavařovačky dát 0,25 l octa, 0,25 l terpentýnu z lékárny a dvě čerstvá bílá vejce hermeticky uzavřít a ponechat na tmavém místě asi dva týdny, do rozpuštění vajec. Potom se láhev protřepe, zbylé blanky se vyhodí a mazanina je připravena k použití při ischiasu a revmatických bolestech. Namazaná místa je třeba zabalit do teplého zábalu, aby se vyhřála. Před použitím protřepat. Ve stejných indikacích se osvědčily obklady z čerstvých naklepaných devětsilových listů, které se přikládají vrchní zelenou stranou, postižené místo se potom opět zabalí do tepla. (136 + 47 - 120)

0582 • Vnitřní léčba: list černého rybízu, jahodníku, břízy, květ černého bezu, tužebníku jilmového, pupeny topolu a vrbová kúra. Dvě lžice bylin vařit ve čtvrt litru vody a pít tři sklenice denně. (99)

0583 • Smícháme 30 g natě třezalky, 30 g listu routy vonné a 30 g natě prvosenky. Byliny smícháme a tři čajové lžičky směsi prelejeme půl litrem vroucí vody. Vyluhovat 5 minut a scedit. Denně pít tři šálky teplého Čaje. (30)

0584 • Užívejte jeden den na kostku cukru 6 až 9 kapek třezalkového oleje, druhý den se pak vykoupejte v odvaru natě opencové (hrst na litr vody), teplota 35 °C. (132)

0585 • Přiložte na záda a na kyčle obklad s horkou Epsomskou hořkou solí (vodný síran horečnatý). (136 + 47 - 15)

0586 • Výborné jsou horké obklady z vařených brambor, do kterých můžeme přidat postrouhanou syrovou cibuli, stroužek utřeného česneku a kousek nastrouhaného křenu. (136 + 47 - 107)

0587 • Přikládejte na bolestivá místa čerstvou naklepanou kůru z topolu stříbrného, zároveň užívejte denně 5 až 20 kapek terpentýnu benátského (modřínového) smíšeného s 4 g práškového kořínku kopytníkového ve víně nebo v mléce ráno na lačno. (132)

0588 • Osvědčila se náplast z papriky nebo náplast z hořčicových semen. Hořčičné semínko umeleme na mouku a se studenou vodou uhne-

# 36



téme těsto, které nanese na plátno. Druhým plátnem náplast přikryjeme a přiložíme na kůži. Jakmile začne kůže pálit (podle citlivosti za 10 až 30 minut), náplast sundáme a místo omyjeme. (136 + 47 - 107)

0589 • Přikládejte na kříž plátěné pytlíky naplněné horkým heřmánkem a pro pocení vypijte koflík horkého bezinkového čaje. Po sejmutí pytlíku namažte si kříž rumem a pár kapkami chloroformu. (132)

0590 • Vlejte do úplně nového kamenného hrnce půl litru olivového oleje a červeného vína a připojte nadrobno sekané po 15 g majoránky, rozmarýny, satureje, šalvěje, tymiánu a yzopu. Nechte je v tekutině táhnout 12 hodin, načež povarte na mírném ohni, až se víno vypaří. Scedte a potřete teplým odvarem postižená místa. (132)

0591 • Přivedeme k varu dva litry vody a přidáme jeden litr základního přípravku, který se připraví takto: litr vody se přivede k varu a po pěti minutách se přidá hrst směsi těchto bylin: nařvlastovičnicku a pryskyřičnicku prudkého, list máty peprné a nařvlastovičnicku. Vše promíchat, nádobu přikrýt a nechat ustát 4 až 5 hodin, potom přecedit. Hrst směsi bylin je na jednu koupel - Aplikovat ráno koupel nohou, přes den sedací koupel s použitím čtyř litrů základního přípravku, v trvání 10 až 12 minut, večer koupel rukou. (136 + 47 - 77)

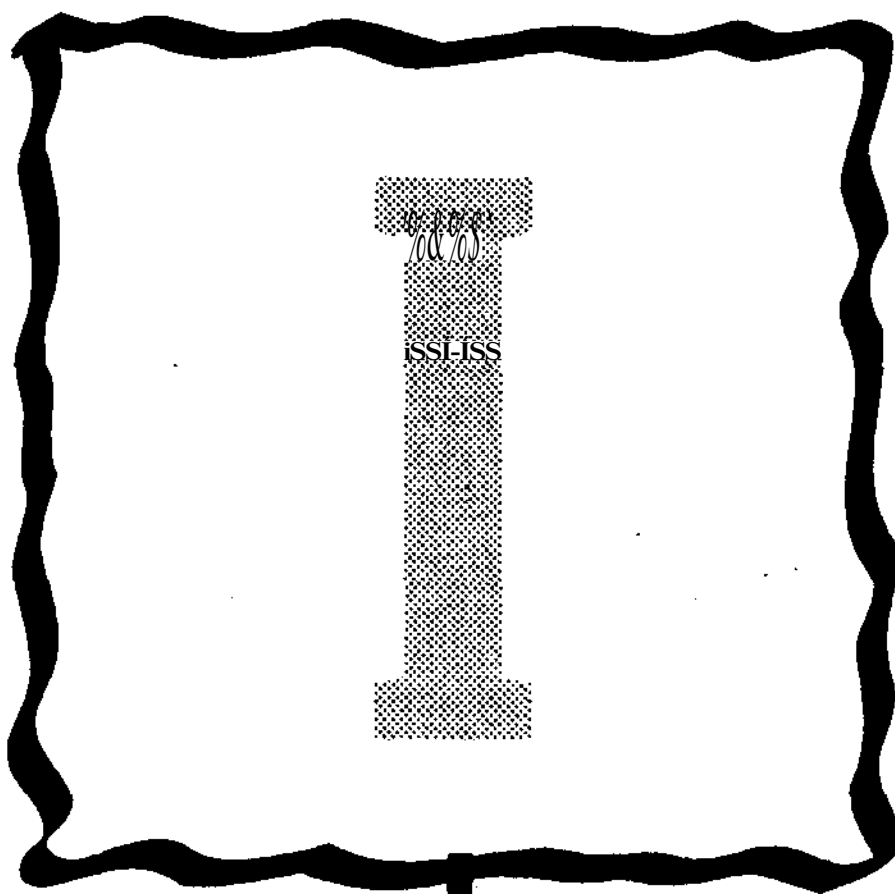
0592 • Čaj tišící nervy: připravíme tak, že do jednoho litru vody dáme na dvě hodiny vařit 5 g chmele. Vodu doplňujeme tak, abychom získali litr chmelového odvaru. Tímto odvarem luhujeme například tuto čajovou směs: stejným dílem smísíme sušený kořen celeru, nařvlastovičnicku, lopuchového kořene a květu rebríčku. (136 + 47 - 107)

0593 • Smíchejte důkladně po 3 g nadrobno roztloučených bobulí vavřínových a kořinek bertramových, 5 g prášku majoránkového, routového a rozmarýnového s olejem jalovcovým a rozmarýnovým po 5 g, s jehněčím a vepřovým sádlem po 50 g. Dobře prohníst. Doporučuje se prohřát postižené místo u ohně a pak si dáti mast řádně vetřítí na postižené místo. (132)

0594 • Rozmělníme jeden díl jalovcového plodu, kořene pupavy a kořene puškvorce se dvěma díly sladkých jeřabinek a sušených šípků. Směs vaříme ve 3,5 litru vody dvě hodiny. Pak přidáme kořen jehlice trnité, nařvlastovičnicku, řepíku a list a květ třezalky, vše stejným dílem. Čaj necháme ještě tři hodiny vyluhovat. Doporučuje se při zakončení varu vhodit do čaje rozkrájený citron. Vše důkladně přefiltrujeme a přidáme asi 1/10 litru koncentrovaného alkoholu. Výtažek slijeme do čistých lahví, zazátkujeme a uschováme k potřebě. (136 + 47 - 107)

0595 • Vnitřně: V jednom litru bílého vína macerovat 10 dní 50 g drobných bezinek a 30 g drcených jalovčinek. Scedit a užívat ráno a večer po 50 až 100 ml. K tomu brát vždy po 25 kapkách červeného třezalkového oleje. (136 + 47 - 32)

0596 • Zevně: 250 g slunečnicového oleje a 250 g červeného vína protřepat ve skleněné nádobě a přidat po 10 g majoránky, tymiánu, šalvěje a drceného fenyklu. Macerovat přes noc a potom na horké vodní lázni odpařit víno, filtrovat a užívat k masáží podle potřeby. Cvičení: opatřit si půlkulatinu průměru 11 až 13 cm (kvůli rovnováze má být její délka asi 2 m, to je ale nepraktické, vhodnější je užití kratší půlkulatiny s event. zatížením). Lehnout si přes kulatinu tak, aby



poslední tři bederní obrátie byly na dřevě. Tak ležet několik minut, dvakrát denně, čas postupně prodlužovat. Při velké bolesti dát přes dřevo deku, při ústupu bolesti naopak půlkulatinu podkládat, aby se dosáhlo většího léčebného prohnutí páteře. Cvičit dlouhodobě i po úplném ústupu obtíží. (136 + 47 - 32)

0597 • Vezmeme 20 g popence, 20 g kořene jehlice trnité, 10 g dřeva francouzského, 10 g sléze okrouhlolistu, 10 g bobulí černého bezu, 10 g jitrocele a 15 g kozlíku lékařského. Pijeme třikrát denně šálek teplého odvaru po jídle. (132)

0598 • 10 g březového listu, po 15 g jahodový list, nařvlastovičnicku, nařvlastovičnicku lékařské, kořen puškvorce, květ rebríčku žlutobílého, nařvlastovičnicku lékařského, nařvlastovičnicku a 20 g bukvice lékařské (polovinu květ a polovinu list). Ze směsi bylin vezme se podle zdatnosti pacienta 10 až 15 g, dá se do kamenného hrnku, spaří se litrem vařící vody/pečlivě přikryje, postaví na teplé místo a nechá 12 hodin loužit. Nejlépe se připravuje čaj večer, aby se přes noc vyloužil. Ráno se přecedí a celý den po doušcích popíjí. Čaj se popřípadě přihřeje, medem osladí a citrónovou šťávou podle chuti přilepší. (107)

0599 • 10 g kořene andělíky, po 15 g list borůvky, nařvlastovičnicku, list ostružiny vonné, nařvlastovičnicku, nařvlastovičnicku a po 20 g dubového mláží a natě třezalky. Dále jako recept č. 0598. (107)

0600 • Po 10 g semen fenyklu, kořene hořce šumavského, kozlíku (polovina květu a polovina listu), po 15 g-březového listu, natě majoránu, natě melisy citrónové a po 20 g černého bezu (polovina květu a polovina listu), natě ožanky a květu i listu podběle. Dále jako u receptu č. 0598. (107)

0601 • 10 bobulí jalovčinek, po 15 g natě Černobýlu, drchničky, veroniky (rozrazilu), květu i listu levandule, kořene pupavy, květu sluněčka zahradního, listu a květu vřesu a 20 g čekanky (polovina natě a polovina kořene). Dále jako u receptu č. 0598. (107)

0602 • Po 10 g islandského mechu, pomerančového květu, listu rozmarýny a natě vachty třílisté, 15 g natě jablečnicku vonného a po 20 g natě mateřídoušky, ožanky, opoňky a srdečnicku. Dále jako u receptu č. 0598. (107)

0603 • 5 g květu trnky plané, 10 g arnikového květu, po 15 g usušeného kořene celerového, natě komonice lékařské, kořene lopuchu a natě světlíku a po 20 g natě kopřivy, mochny husí a sporýše. Dále jako u receptu č. 0598. (107)

0604 • Vše po 15 g: natě bělolistu, jablečnicku vonného, jehlice trnité, řepíku a sporýše, listu i květu bukvice lékařské, listu i květu kozlíku, kořene pampelišky a listu i květu levandule. Dále jako u receptu č. 0598. (107)

#### Ischias s bolestí v kříži

0605 • 30 g natě tužebníku, 10 g natě popence, 10 g kořene jehlice trnité, 5 g květu vratiče. Byliny smícháme v uvedeném poměru a jednu čajovou lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vařící vody, 20 minut necháme vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)



**Vino proti ischiasu nebo bolestem v zádech vůbec**

0606 • Úplně černé bobule břečťanové, černé zralé jalovčinky a petrželové semínko rozemleté stejným dílem na jemný prášek svařte v dobrém bílém víně - na čtvrt litru vína 5 g směsi. Pijte kalíšek ráno na lačný žaludek a kalíšek v noci, když se probudíte a jdete močit. (132)

**Při slabších formách ischiasu, kloubních potížích, při degenerativních změnách na páteři**

0607 • První den vezme nemocný třikrát denně jednu jalovčinku, rozkouše ji a sní. Každý další den přidává po jedné jalovčince v každé dávce, tedy druhý den 3x2, třetí den 3x3 jalovčinky atd. Za tři týdny nastane bod obratu - maximální dávka 3x21 jalovčinek, pak následuje pravidelný pokles -3x20, 3x19 atd. až po konečných 3 x 1 jalovčinku za 6 týdnů od začátku léčby. Každou dávkou jalovčinek je třeba zapít 1/3 litru močopudného čaje, třeba kopřivového apod. Při náhlých potížích ze strany ledvin je třeba léčbu ihned přerušit. Tuto kúru je možno provádět jen jednou nebo ve výjimečných případech dvakrát za rok. (136 + 47-133)

**Při ischiastických bolestech, při revmatických potížích a bolestech zad**

0608 • Používáme ke vtírání do pokožky tinktury z těchto bylin a jejich směsí:

- 30 g natě tymiánu obecného a 20 g natě rozmarýnu lékařského
- drcené semeno jírovce madálu (koňský kaštan) - může se přidat i několik lístků máty peprné
- samotný jírovec madál - květ
- samotná mateřídouška obecná - nať
- samotná třezalka tečkovaná - nať, lépe však jen květ. Může se přidat několik lístků máty peprné
- samotný list kopřivy dvoudomé
- samotný kořen kostivalu lékařského
- samotná nať kokošky pastuší tobolky, doporučuje se hlavně při snížené svalové hybnosti a při svalových bolestech
- samotný květ měsíčku lékařského, doporučuje se též při svalových bolestech (78 + 66)

**Při ischiasu, ale i při zánětech kloubů, žil a křečových žilách**

0609 • Pomáhá obklad z čerstvých devěsilových listů a to syt zelenou stranou přímo na postiženou část těla. Před použitím je třeba silné stopky uříznout a list mírně přejet válečkem na těsto, aby lépe pustil šťávu. Po přeložení listu se postižené místo zabalí. (136 + 47 - 120)

viz také:

Infarkt

0042,0043

Ischias

0682, 0683, 0684, 0685, 0686, 0687, 0688, 0689, 0690, 0691, 1973, 3014-3030

**JÁTRA****Jaterní choroby**

0610 • Matthioli: „Voda z listů dubového pálená ... uzdravuje i jaterní tok, pítá každý den ráno, čtyři hodiny před jídlem půl žejdlíku.“ (74)

0611 • Matthioli: „Kůra (krušiny) jest znamenité moci ..., vaří se s řepičkem, šedivkem, královským traňkem, kokoticí, chmelem a se skořicí, item se šterbákovým, čekankovým, koprovým a miřkovým kořením a dává se proti vodnatelnosti, proti nezažití, proti nadutí všeho těla a proti žloutenici. Měkčí břicho bez těžkosti, játra a žíly vyčišťuje a posilňuje, takže mnozí, měvše tvrdost na jatrách a slezine, samým tímto traňkem zhojeni jsou.“ (74)

0612 • Matthioli: „V nápoji přijatá (bylina jaterník) aneb jinak za několik dní pořád žloutenici uzdravuje a od toho jaterník vůbec slově, že jaterním neduhům horkým pomáhá a zacpalosti otvírá.“ (74)

0613 • Matthioli: „Dělá se z puškvorce ocet medový proti zastuzeným játrám a slezine tímto způsobem a jest velmi prospěšný: vezmi jednu libru puškvorce zhruba protlučeného, nalej na něj octa a nech tak stát tři dny. Potom svař až do polovice a procedě přidej medu, což dosti jest, a vař znovu, až všecek ocet vyvě a budeš mít oxymel puškvorcový. Dávej z něho jednu uncí nebo dva loty ztíží ráno s jíchou téhož kořene.“ (74)

0614 • Při jaterních poruchách pomáhá mleté lněné semeno, jehož odvar pijeme dvakrát denně lžičku. (99)

0615 • Příznivě ovlivňuje činnost jater čaj z ostropestřce. Tento čaj však také zvyšuje tvorbu žluči, tvorbu žaludečních šťáv, užívá se i při onemocnění dvanácterníku a sleziny. - 20 g ostropestřce (semena) smícháme se 20 g máty peprné, 20 g pelyňku, 20 g benedyktu lék., 10 g kmínu, 10 g reveně. Tři lžičky směsi vaříme ve tři čtvrtě litru vody 7 minut, ihned scedíme. Pijeme během dne tři šálky. (303)

0616 • Smícháme po 20 g kořene čekanky, pampelišky a semena ostropestřce mariánského, 10 g bedrníku ob. Odvar: pije se půl až jeden šálek teplého čaje třikrát denně před jídlem. (78 + 66)

0617 • Vezmeme po 20 g natě jablečnicku, květu rebríčku, heřmánku, lípy, smilu písečného a 80 g listu kopřivy. Ze směsi připravíme odvar, který můžeme sladit medem. (90)

0618 • Vezmeme 40 g kozlíku, po 30 g máty a meduňky, 20 g okvětních lístků červené růže, 10 g pelyňku. Do půl litru vařící vody dát jednu polévkovou lžici směsi, vařit 3 minuty, ihned scedit a nechat vychladnout. Užívat půl hodiny před jídlem po dvou lžících. Po využívání celé dávky zůstat několik dní bez terapie a tento cyklus vícekrát opakovat. K tomu každý večer několikaminutové horké koupele (kolena už nenamočit) v odvaru z vlastovičnicku. Náhradními drogami může být v létě celá čerstvá nať měsíčku, v zimě alespoň sušené kopřivy. (136+47-51)

0619 • 25 g kořene čekanky, 20 g kokošky, 10 g jaterníku, 15 g kořene kosatce. Pijeme třikrát denně šálek teplého odvaru po jídle. (132)

0620 • Likér čubetový proti jaterním nemocem: 10 g čubetové natě svařte ve 100 g dobrého vína, přefiltrujte a uložte do menších lahví. Denně na lačno větší odlivku. (132)

0621 • Smíchejte stejným dílem listí březové a pelyňkové, přidejte špetku rozemletých jalovčinek a krátce povarte, pijte přes den teplé, každou hodinu jednu čajovou lžičku. (132)

0622 • Jednu čajovou lžičku ostropestřce mariánského přelijeme vařící vodou, 10 až 20 minut necháme odstát a pak precedíme. Čaj pijeme horký po doušcích, ráno na lačný žaludek, půl hodiny před obědem a večer před spaním jeden šálek. Čaj je možno smíchat s čajem máty peprné - tím se dosáhne zlepšení chuti a v některých případech i zvýšení účinnosti. Kúru je nutno prováděti několik týdnů. (126)

0623 • Připravíme čaj ze směsi těchto bylin: 10 g kořenu andělíky, 10 g listu břízy, 10 g natě pastuší tobolky, 10 g natě rosičky, 15 g listu medvědice lékařské, 15 g natě přesličky, 15 g natě řepíku, 15 g natě srdečnicku, 20 g listu jahodového, 20 g natě jehlice trnité, 20 g oddenku pýru plazivého a 20 g květu i listu rebríčku růžového. Pijeme po doušku po celý den. (107)

0624 • Víno čubetové: svařte v poměru 10 g čubetové natě na 100 g dobrého přírodního silného vína. Přefiltrujte a uložte do menších lahví. Denně na lačný žaludek jednu větší odlivku likérovou. (126)

0625 • Smícháme 60 g listu řepíku, 60 g listu artyčoku, 20 g kerblíku zahradního, 20 g stonku vlaštovičnicku většího, 40 g celé rostliny potočnice a 20 g listu pampelišky. Z této směsi připravíme obvyklým způsobem čaj. (126)

0626 • Sporýšovou nať vyvarujte na čaj vždy výhradně ve víně - půl litru vína a půl litru vody. Tento odvar léčí skoro všechny choroby jater, ledvin a sleziny, dále pak záduchu a černý kašel. (132)

0627 • Čaj z kořínků mochny nátržníku zastavuje všeliké vnitřní krvácení. Svařen na polovinu s dubovou kůrou léčí záněty jaterní a slezinové, krvavou úplavici a chrlení krve. Svařen ve víně léčí žloutenku a podráždění jater. (132)

0628 • Jetel vodní smíšen s jahodníkovými listy, jalovčinkami, pelyňkem, šalvějí a zeměžlučí (na jeden díl jetele vodního jeden díl všech těchto dohromady) léčí výtečně břišní záněty a nemoci jaterní. (132)

0629 • Příznivě ovlivňuje činnost jater čaj z ostropestřce. Tento čaj však také zvyšuje tvorbu žluči, žaludečních šťáv, užívá se i při onemocnění dvanácterníku a sleziny. - 20 g ostropestřce smícháme se 20 g máty peprné, 20 g pelyňku, 20 g benedyktu, 10 g kmínu, 10 g reveně. Tři lžičky směsi vaříme ve tři čtvrtě litru vody 7 minut, hned scedíme. Pijeme během dne tři šálky. (303)

0630 • Nálev z jablečnicku slazený medem podávat dvakrát denně po 150ml, případně nálev z bukvice lékařské, slazený medem; 250 ml vypít po doušcích během dne. Pokud se k jaterním obtížím přidruží i obtíže žlučnickové, pak je vhodné kombinovat dvakrát denně jednu polévkovou lžičku medu, jednu čajovou lžičku olivového oleje a malé množství citrónové šťávy, po

aplikaci léčiva půl hodiny odpočívat na pravém boku. (136+47-43)

0631 \* Kávová lžička semena ostropestřce mariánského (rozdrčených semen) najeden šálek. Pijí se dva až tři šálky denně. Ostropestřec stejně připravený se užívá i při žloutence, žlučnickových kamenech, chorobách žlučníku a žlučvodu. (78 + 66)

0632 • Odvar připravíme z 30 g kořene čekanky a 20 g kůry krušiny olšové. Pijeme 1 až 2 šálky odvaru během dne po doušcích. (78 + 66)

0633 • 20 g jestřábníku, po 10 g kopytníku, krušiny a lomikámenu a 40 g čekankového kořene. Šálek slabého teplého odvaru vždy po jídle. Teplé obklady z vařeného špenátu a požívání syrových vajec zjednává úlevu. (126)

0634 • Na nemocná játra tato směs: rovným dílem smícháme řepík, svízel a marinku. Jedna vrchovatá čajová lžička na čtvrt litru vody. Spaříme, krátce vyluhujeme. Denně se pije jeden šálek na lačno a přes den dva šálky po doušcích. (123)

0635 • Vše po 15 g: kořen čekanky obecné, nať přesličky rolní, nať rebríčku obecného a nať třezalky tečkované. Nálev: pijí se tři šálky denně. (78 + 66)

0636 • Vezmeme 100 g čerstvé šťávy z kořenů pampelišky, přidáme 30 g vodky 40% a 20 g lékárenského čistého glycerinu, vše dobře promícháme a uschováme v chladnu. Průměrné dávkování činí dvakrát denně jednu polévkovou lžičku. Množství alkoholu činí nepatrnou příměs a neohrožuje léčebný efekt. (136 + 47-66)

0637 • Vše po 10 g: nať třezalky, rebríček, přeslička, meduňka a kořen čekanky. Nálev: 2 až 3 šálky denně před jídlem. (78 + 66)

#### Zánět jater

0638 • Smícháme po 50 g plod koriandru, plod bedrníku anýzu, list meduňky, „kořen pampelišky, kůru krušiny olšové a semeno lnu. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžičky této směsi. Vaříme 3 minuty a necháme 30 minut vyluhovat, pak scedíme. Odvar se užívá třikrát denně jeden šálek 15 minut před jídlem. Pokud je účinek nedostačující, je možno zvýšit dávku kůry krušiny olšové o jednu až dvě čajové lžičky na jednu dávku. Léčení probíhá 2 až 3 měsíce. Po 20 až 30 denní přestávce možno léčení opakovat tři až čtyřikrát až do konečného vyléčení. (91)

0639 • Smícháme po 100 g plodu kopru, plodu fenyklu, listu máty peprné a kůry krušiny olšové. Postupujeme dále jako u receptu č. 0638. (91)

0640 • Do bylinného čaje přidáme 10 až 15 kapek propolisu. Pijeme dvakrát denně, možno opakovati jen jednou za 14 dní. (99)

0641 • Zánět jater vyléčíte obklady z rozmačkané čerstvé přesličky i s černými kořínky (které neočišťujte) na okolí jater. Zároveň pijte čaj z březových listů 4 g, dřišťálu 3 g, pelyňku 2 g a řapíčku 3 g. Po osmi dnech pijte zase čaj z rebríčku, šalvěje a vachty, od každého 4 g. K ukončení 8 dní čaj z rozemletých jalovčinek. (132)

0642 • Odvar z kořene smetanky je osvědčeným lékem proti všem sedmi druhům zánětu jater, zvláště zánětu prudkého, vmezeženého a hlíze jaterní. Pomáhá však výtečně i při žlučových chorobách, zvláště pak při zánětu žlučodů. (132)

0643 • Díl sekané natě pampeliškové nechtě 24 hodin táhnout s pěti díly vody zahřáté na 35 °C. Přefiltrujte a pak smíchejte roztok se stejným množstvím bílého vína. Denně na lačno lžici. (132)

0644 • Směs bylin: drcené semeno ostropestřce, nať benedyktu, list pampelišky. Pít po každém jídle čaj z 1 až 2 čajových lžiček směsi na 2 dl vody, spařit a louhovat 15 až 20 minut. (126)

0645 • Po 20 g řepíku, třezalky a zeměděmu, po 8 g rebríčku a zeměžluče, po 3 g pelyňku pravého a semena fenýklu a 15 g dobromysli. (126)

0646 • Zamíchejte v půl litru mléka lžici práškového uhlí z lipového dřeva a pijte čtyřikrát přes den. (132)

0647 • Dodržujte nejpřísnější dietu, žádné pečivo ani alkohol. Svaťte si v půl litru vody 15 g hořce a vypijte pokud možno celé ráno na lačno. (132)

0648 • 40 g natě vlašovičnicku a po 30 g natě rebríčku, natě přesličky rolní, natě třezalky tečkované a listu jitrocele. Polévkovou lžici směsi přelít 200 ml vařící vody a nechat vyluhovat do vychladnutí, potom scedit. (136 + 47 - 121)

0649 • Po 50 g natě benedyktu lékařského, listu pelyňku pravého, listu máty peprné a semene ostropestřce mariánského a po 25 g kořene reveně dlanité a plodu kmínu kořeného. Nálev: půl kávové lžičky směsi na šálek vody, nechat 20 minut vyluhovat. Pijí se dva šálky čaje denně. (78 + 66)

0650 • Jedna čajová lžička drceného semene ostropestřce mariánského spaří se šálkem vařící vody a nechá se krátce vyluhovat. Podpurný prostředek také při žloutence a žlučových kamenech. (132)

#### Zatvrzení jater

0651 • 5 g zeměžiuče a chmelu, 10 g hořkého jetele, 15 g kůry krušiny, po 20 g jablečnicku obecného a kořene čekanky a 30 g řepíčku. Tříkrát denně šálek teplého odvaru vždy po jídle. (132)

0652 • 20 g jablečnicku, 10 g hořkého jetele, 5 g chmele, 30 g řepíčku, 20 g kořene čekanky, 5 g zeměžiuče, 15 g kůry krušiny. Pijeme třikrát denně šálek teplého odvaru po jídle. (132)

0653 • Vezmeme šťávu čerstvě připravenou z jednoho kila mrkve, přidáme do ní 250 g medu a 10 g mateří kasičky. Dobře rozmícháme, uschováme v chladničce a podáváme před jídlem třikrát denně jednu polévkovou lžici. (136 + 47 - 20)

0654 • Vezmeme 120 g kořene nebo natě čekanky, 50 g listu máty peprné a 30 g natě vlašovičnicku. Dvě čajové lžice směsi na sklenici nálevu. Pít na lačno, neslazené, třikrát denně. (136 + 47 - 124)

0655 • Vše po 15 g: nať rebríčku obecného a tře-

zalky tečkované, plod kmínu kořeného a kůra krušiny olšové. Odvar: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

0656 • Smíchejte stejným dílem čekankový kořen a řebříčkovou nať a vyvaťte hrst směsi v půl litru vody na polovic, pijte ráno na lačný žaludek celou dávkou teplou. (132)

0657 • Vezmeme oddenek pýru - 3 lžice na litr vody, vaříme několik minut a do odvaru nasypeme tři lžice rdesna ptačího. Necháme vyloužit. Získaný odvar vypijeme během dne. (99)

#### Zácpa jater

0658 • Matthioli: „Proti zacpání jater i sleziny, proti zimnici třetího dne, proti horkosti jater, žil, proti krve žluté zacpání, proti žloutenici z připálení horkých vlhkostí a proti pálivosti moče: vezmi šterbák, čekanku, šťovík, jitrocel, baranní jazyk, růže, jatrník, locíku i semeno, kokotici, chlapinu menší, jelení jazyk, břeskvi usušených, švestek pečených, každého půl hrsti, vať to všecko v vodě, až třetina uve, potom scedě přidej octa vinného a cukru, vať znova a naposledy zavať do šátku sandálův růže a spodium a nech, ať tak s tím asi jednou zavře; z toho sirupu užívej každý den ráno, když toho potřeba.“ (74)

0659 • Smíchej po 10 g drchničky a krušiny, po 25 g dejvorce a smetanky a 30 g čekanky. Tříkrát denně půl šálku teplého slabého odvaru vždy po jídle. (132)

0660 • Svaťte díl orlíčkové natě ve třech dílech vína a jedním dílem vody a pijte koflíček ráno na lačný žaludek vlažný a večer před spaním koflíček horký. (132)

0661 • Svaťte stejné díly rozdrčených semen ostropestřce mariánského, kořene čekanky a rdesna ptačího a odvar pijte třikrát denně jeden šálek před jídlem. (130)

0662 • Smíchejte stejným dílem listí březové, dříšťalové a pelyňkové, přidejte špetku rozemletých jalovčinek a krátce povarte. Pijte přes den teplé, každou hodinu jednu lžici. (132)

0663 • Svaťte si díl orlíčkové natě, díl kořene pampelišky s natí a díl kořene reveně ve 200 ml vařící vody, nechtě 20 minut vyluhovat a scedte. Pijí se tři šálky teplého čaje denně. (130)

#### Bylinářské koště - „lokadlo“ k pročištění jater, ledvin, žaludku

0664 • Kořen nebo nať čekanky, kořen s natí pampelišky, nať rozrazilu, nať třezalky, nať rebríčku, nať popence břechťanovitého, nať jablečnicku, kořen puškvorce, květ měsíčku. Dvě polévkové lžice směsi - všechno stejným dílem - dát do 1/3 litru vody, krátce povařit, scedit a vypít po doušcích během dne. Aniž by byl narušen příliš celkový účinek, lze jednu drogu nahradit a to kořenem andělíky nebo natí rdesna ptačího. (136 + 47 - 79)

0665 • 30 g listu a kořene pampelišky, 20 g listu ostružiníku a 20 g listu černého rybízu. Jednu čajovou lžičku směsi spařit čtvrt litrem vařící vody, dvě minuty louhovat, pít třikrát denně před jídlem. (126)

0666 • Nechtě táhnout 8 až 14 dní půl litru dobré žitné kořalky s hrstí nadrobno posekaných



kořínků bedrníku většího, pak scedte a přelejte do menších čistých lahviček. Užívejte přes den každou hodinu lžící likéru v odlivce horké vody. Bylinářské koště, které vám vymete veškeré jedy a nečistoty z těla. (132)

#### Při chorobách jater a žlučníku

0667 • 200 g kořene pampelišky s natí, po 100 g natě mochny husí a natě řepíku a po 50 g kořene reveně a plodů fenyklu (pampeliška a řepík jsou v tomto předpisu drogy žlučopudné, mochna husí je spasmolytikum, reveně je mírným laxativem a fenykl ruší nadýmání). Čaj se připravuje a podává obvyklým způsobem. (136 + 47 - 133)

0668 • Jedna polévková lžice artyčoku se krátce povarí, 20 minut louhuje a pije se před jídlem. (126)

0669 • 20 g natě třezalkové, 20 g natě rebríčku obecného, 5 g benedyktu lékařského, 5 g natě ucořene smetanky lékařské, 3 g semene ostropestřce mariánského. Nálev: pijeme dva šálky denně. (78 + 66)

0670 • Recept anglického lékaře dr. Brismoora, který do moderní fytotherapie uvedl francouzský lékař Leclerc: smíchat 100 g čerstvé šťávy z dobře omytých kořínků pampelišky, 10 g koncentrovaného alkoholu, 15 g čistého glycerinu a 17 g destilované vody. Mixturu nutno uchovávat v chladnu; podává se 1 až 2 polévkové lžice denně. (136+47-33)

0671 • 10 g natě zeměžluče, 15 g plodu kmínu, 15 g listu meduňky a po 20 g vršky větví jalovce, listu máty peprné a natě mateřídoušky. Vše smíchejte v uvedeném poměru a jednu čajovou lžičku této směsi přelejte šálkem vroucí vody, nechte 5 minut vyluhovat a scedte. Denně vypijte 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

0672 • Tinktura: 50 g kořene omanu pravého naložíme do půl litru koňaku, vodky nebo jiného destilátu a necháme 14 dní stát. Užíváme 10 až 20 kapek třikrát denně při chorobách jater, žlučníku a zažívacích poruchách. (14)

#### Zduření jater

0673 • Pijte častěji přes den po lžičkách teplý odvar z krušínové kůry. (132)

#### Jaterní kolika

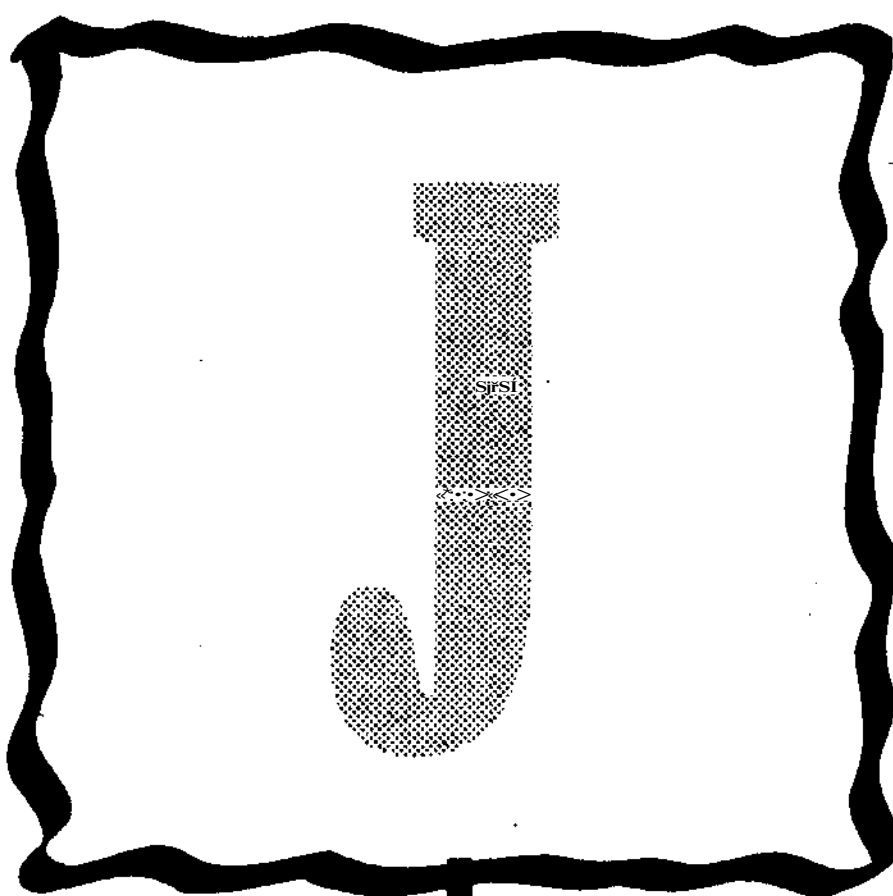
0674 • Svařte v půl litru vody 15 g hořce a vypijte celou dávku teplou najednou ráno na lačno, načež odpoledne nic nejísti. (132)

#### Mast proti jaterním skvrnám

0675 • Smíchejte 8 g volské žluče a 30 g mýdlových vloček a 2 g čisté potaše, přidávejte tak dlouho mandlový olej, až vznikne vláčná kasička. Vtírejte na postižené místo ráno, v poledne a večer. (132)

#### Podpora funkce jater a střev

0676 • Smícháme 10 g listu či natě meduňky lékařské a 10 g kořene čekanky obecné. Nálev: pijí se 2 až 3 šálky denně před jídlem. (78 + 66)



#### Jaterní choroby spojené se srdeční slabostí

0677 • 20 g kořene kozlíku lékařského, 20 g květu hlohového, 30 g kůry kořene dřívíálu a 30 g listů máty peprné - vše smíchejte a dvě čajové lžičky této směsi dejte do dvou šálků vody, nechte vařit 5 až 10 minut a pak scedte. Během dne vypijte dva šálky teplého čaje. (30)

#### Jaterní choroby spojené s tuhou stolicí

0678 • Vše po 20 g: nat' jablečnicku, benedyktu lékařského, rebríčku, macešky trojbarevné a krušínová kůra - vše smícháme a dvě čajové lžičky této směsi použijeme pro dva šálky vody. Vaříme 5 až 10 minut a pak scedíme. Každé ráno a večer se doporučuje vypít jeden šálek teplého čaje. (30)

#### Ztučnění jater

0679 • Užívejte denně 50 až 100 g šťávy vytlačené z natě lžičníkové nebo spárky ze sušené natě této byliny. (132)

#### Jaterní choroby spojené s čerstvými větry

0680 • Spolkněte ráno na lačno dvě lžice čistého olivového oleje a zůstaňte bezpodmínečně ležeti alespoň hodinu a sice výhradně na boku. Za 6 až 8 hodin se větry spustí. (132)

#### K čištění filtrů jater a ledvin

0681 • Po 10 g kořene bedrníku, listu březového, natě drchničky, listu jmelí bílého a natě zeměžluče, po 15 g natě truskavce a třezalky a po 20 g natě jehlice trnité, listu medvědice lékařské, listu i květu rebríčku růžového a natě řepíku lékařského. Pijeme každodenně čtvrt až půl litru čaje. (107)

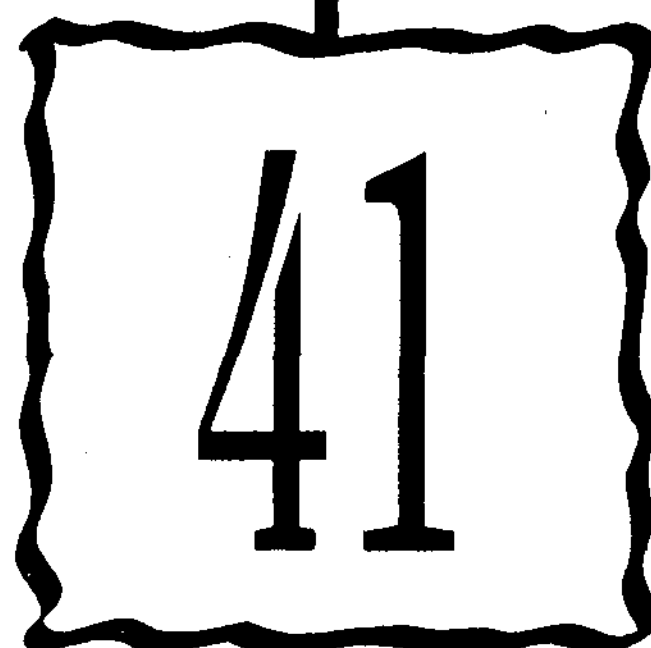
#### Jaterní poruchy nejrůznějších druhů a příčin - při žloutence, žlučových kamencích, ledvinové kolice, ischiasu, revmatismu, horečnatých onemocněních, při onemocnění dvanácterníku, na regeneraci cév a jaterních buněk, při křečových žilách, hemoroidech, bércových vředech, na pročištění krve

0682 • Po 10 g oddenku puškvorce, listu medvědicového, listu vachty, lněného semene a natě přesličky rolní, 20 g listu březového a 30 g fazolového lusku bez semen. Všechny složky čaje smíchejte v uvedeném poměru. Tri čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vařte 5 až 10 minut a pak scedte. Denně vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

0683 • Použijte zábal: 20 cm široký pás flanelu se nasákne teplým olejem, omotá kolem těla a převáže na sucho. Nejlépe působí zábal s použitím ricinového oleje, aplikovaný tři dny po sobě, v průměru na dvě hodiny (± jedna hodina podle osobní snášenlivosti). (136 + 47 - 15)

0684 • Pomáhá ostropestřec mariánský. Jednu čajovou lžičku plodů tohoto semena bodláku, pověstného léčebným účinkem jaterních chorob, smícháme ve stejném váhovém poměru s fazolovými lusky bez semen a čajovou lžičku směsi těchto dvou bylin prelejeme šálkem vřelé vody, scedíme a pijeme třikrát denně šálek teplého čaje. (130)

0685 • Dva díly rozdrčeného semene lnu užitkového se promísí se čtyřmi díly horké vody. Vzniklou kaši se naplní plátěný sáček a teplý se přikládá na choré místo. Kaše výrazně snižuje bolestivost. (14)





0686 • Při chorobách jater a ledvin, při revmatismu, horečnatých onemocněních a na pročištění krve pomáhá směs řezaného sušeného listu jahodníku obecného nebo listu, květu a kořene téže byliny - na čtvrt litru vody. Povaríme 10 minut a necháme 15 minut ustát. Pijeme dva šálky denně. (14)

0687 • Jedna čajová lžička rozdrčeného semena ostropestřce mariánského na čtvrt litru vody. Vaříme dvě minuty a potom necháme 20 minut louhovat. Užíváme dva až třikrát denně jeden šálek. (14)

0688 • Dvě lžičky sušené řezané natě řepíku lékařského na čtvrt litru vody, nechat přejít varem a 15 minut stát. Pít dva - tři šálky denně. - Odvarem kloktáme při bolestech v krku, zánětu dásní a onemocnění sliznice ústní. Nos proplachujeme při silné rýmě a zasýchání. Obklady z řepíkového odvaru přikládáme na otoky zubů, pohmožděliny a na špatně hojící se rány. (40 + 45)

0689 • Dvě lžice sušeného jahodníku - listu na čtvrt litru vody, 10 minut vařit a 15 minut ustát. Zevně používáme při zánětu dutiny ústní. (40 + 45)

0690 • Smíchat mleté vlašské ořechy s medem 1 : 1 a každé ráno užít 1 až 2 čajové lžičky této směsi. (136 + 47 - 127)

0691 • Vlaštovičník, řepík, ostropestřec semeno, kořen pampelišky - vše po 20 g. Pít odvar 3 až 4 krát denně. (126)

## JAZYK

### Běžné bolesti jazyka

0692 • Někdy se osvědčuje žvýkat podle potřeby puškvorec nebo svízel syřišťový, případně podržet nějakou dobu v ústech nálev z těchto drog. (136 + 47-61)

0693 • Užívejte denně 2 až 4 krát po 2 až 4 kapkách rozmarýnového oleje na cukr. (132)

### Rakovina jazyka

0694 • Prvního dne je třeba asi čtyřikrát vymýt dobře ústa a zvláště bolavé místo vodou kamencovou; druhého dne vymýváti vodou aloovou a k tomu brát ob den parní lázeň na hlavu střídavě s ovinkem kolem krku. (56)

0695 • Žvýkejte přes den ustavičně kořínek bertrámu lékařského. Nebo do koňaku 10 g hřebíčkového oleje na kalíšek a několik kapek glycerinu a mažte tím jazyk. (56)

### Obrna jazyka

0696 • Žvýkání zázvoru působí jako pomocný prostředek při obrnách jazyka. (132)

0697 • Pomůže někdy žvýkání zázvoru. Žvýkání čerstvého svízele syřišťového pomáhá hojit různé afekce a boláky na jazyku. Při otoku jazyka, např. při alergické reakci na žihadlo někdy může pomoci vzít plná ústa kuchyňské soli a podržet - nepolykat. (136 + 47 - 26)

### Ochrnutí jazyka

0698 • Vzít kořen rebríčku bertrámu, namočit jej na nějaký čas v koňaku a potom jím potírat ochrnutý jazyk. (136+47-26)

### Zánět jazyka

0699 • Kloktejte častěji denně spárku z kakostových květů 10 g na 100 g vody. (132)

## JÍCEN

0700 • Při zánětech nebo vředovitosti jícnu podáváme kašovitou stravu a jícen chráníme vrstvou slizů. Vezmeme stejným dílem lněné semeno, islandský lišejník, nať slézu a list podbělu, vše večer vložíme do nádoby (4 polévkové lžice směsi) a přelijeme litrem studené vody. Byliny do rána pustí sliz. Ten potom podlé potřeby mírně přihříváme a podáváme vícekrát denně. (136 + 47 - 27)

viz také:

Játra

0068, 0206, 0207, 0208, 0664, 0665, 0666, 0667, 0672, 0681, 0993, 1008, 1021, 2961, 3307, 3421, 3467, 3720, 3836, 3837, 3838, 3913, 3944, 4056, 4058, 4116, 4230, 4231, 4233, 4273, 4295, 4336, 4337.

Jazyk

0768

Ječné zrna

2185-2190

**KAMENY****Kámen a písek vůbec**

0701 • Připravíme směs pozůstávající z 15 g plodu šípku, 15 g plodu jalovce, 20 g listu břízy a 100 g kořene mořeny barvířské. Tři čajové lžičky na tři šálky vody, necháme vařit 5 až 10 minut a pak scedíme. Pijí se 2 až 3 šálky denně teplého čaje. (30)

0702 • Čaj z neloupaných šípků obecných jest osvědčeným zmírňujícím léčivem při všech čtyřech druzích kaménků a upravením také stolicí. S přísadou skořice, medu a mléka poskytují šípky lahodný rodinný čaj, který by se měl pít denně ke snídani. (132)

0703 • Smícháme po 20 g drchničky, hlohu a pýru a 10 g mléče, dále 30 g stračky. Třikrát denně šálek horkého odvaru vždy po jídle. Dvě kapky euc. oleje do čaje. Sedací koupele z přesličky. (132)

0704 • Lot zázvoru, lot omanu, lot semene petržele, šest lotu cukru. To všechno pořádně utlučeme a promícháme a užijeme plnou lžící ve víně nebo v polévčičce, pak se posadíme do vodní lázně, do týdně jednou nebo dvakrát - to má kámen rozdrtit. Také se dá uvařit řepný chrást, dát ho do pytlíčku a posadit se na něj do lázně. Také je možno vzít ředkev, nakrájet ji na plátky, roztlouci v hmoždíři, vymačkat šťávu a posadit se do vodní lázně. To má kamínky rozmělnit a rozdrtit. (134)

**Kameny fosfátové**

0705 • 20 g plodu šípku, 20 g plodu jalovce, 20 g listu břízy a 40 g kořene mořeny barvířské. Jednu polévkovou lžící směsi vaříme 5 minut a 30 minut necháme vyluhovat. Pije se šálek dva až čtyřikrát denně před jídlem. (126)

**KAPAVKA**

0706 • Smíchejte 20 g listu ořešáku, 40 g natě třezalky a 40 g jalovcového plodu, použijte jednu čajovou lžičku směsi na šálek vody, vařte 5 až 10 minut, scedte. Pijí se denně dva - tři šálky teplého čaje. (30)

0707 • Při kapavce a kýle koná znamenité služby jehlice trnitá. Bere se 30 g kořene na půl litru vody a vaří se 10 minut. Nutno pít odvar delší dobu, po sklenkách, nejméně jeden litr za den. Jehlice jest známa pod jménem „babí hněv“ - dříve měl právo muž, který dopadl ženu při nevěře, ztrestati ji metlami z jehlice trnité. (132)

0708 • Nálev z natě macešky polní - 50 g na jeden litr vody - léčí při kapavce palčivé močení a bolestivé erekce. (132)

0709 • Odvar z celé byliny proskurníku lékařského prospívá při kapavce a zaraženém močení. K odvaru kořene bere se 10 g na čtvrt litru vody a nemá se déle vařit jak čtvrt hodiny neb odvar by chutnal nepříjemně a škrábal. (132)

**Kapavka akutní**

0710 • Vnitřně čaj podle dr. Czarnowského ze směsi 45 g rozemletých jalovčinek, 10 g ořešáku a 45 g třezalky. Čtyři lžičky na půl litru vody, 15 minut vyvářeti. Denně třikrát jeden šálek před jídlem. (132)

**Kapavka chronická**

0711 • Vnitřně čaj podle dr. Czarnowského ze směsi po 8 g dubové kůry a heřmánku, po 16 g hluchavkových květů - ale jen bílých - rozdrčených semínek petržele, 12 g kořenu krevníčku a 40 g kořenu lopuchy. Vyvařte čtyři lžičky směsi v půl litru vody 15 minut. Denně tři šálky horkého čaje před jídlem. (132)

**KAŠEL**

0712 • Proti kašli používáme sirup faráře Kneippa: Vezmeme hrst jitrocelových listů, půl hrsti podbělových listů a půl hrstě listů pelyňku. Směs vaříme v půl litru vody pět minut. Scedíme a do odvaru přidáme několik lžic medu. Vaříme tak dlouho, až vznikne řídký sirup, který užíváme teplý každou čtvrt hodinu jednu lžičku. (14)

0713 • Připravíme směs po 10 g proskurníku, podbělu, jitrocele kopinatého, natě mateřídoušky, rozrazilu, dobromysli, po 5 g plodu fenyklu, natě komonice lékařské, listu plicníku lékařského a slézu, 5 g květu divizny, 25 g natě yzopu. Jednu polévkovou lžící směsi vaříme 5 minut ve čtvrt litru vody, 20 minut vyluhujeme. Pijeme třikrát denně před jídlem. (126)

0714 • 1 lžice dubové kůry, 1 lžice kmínu, 1 lžice podbělu, 7 hřebíčků, 1 lžice citronu a 1 lžice lesního medu. Vše smícháme, dáme do půl litru vody a 8 minut vaříme. Pijeme 7 až 14 dní. (136+47-25)

0715 • Jestliže selhaly všechny prostředky, pomůže zaručeně, rozkvedláte-li jeden žloutek z čerstvého vejce s rozstrouhaným křenem a příslušným množstvím medu. (132)

0716 • Smíchejte 20 g natě jablečnicku, 20 g jitrocele kopinatého, 30 g květu prvosenky a 30 g natě rozrazilu lékařského. Jednu čajovou lžičku této směsi přelejte šálkem vroucí vody a pak nechte 5 minut vyluhovat. Po scezení se pijí 3 až 4 šálky teplého čaje denně. (30)

0717 • Smíchejte 30 g květu bezu černého, 30 g kořene proskurníku lékařského, 20 g natě tymiánu, 10 g semene anýzu, 15 g natě rosnatky. Tři čajové lžice na tři šálky vody, vaří se 4 až 10 minut, pak se scedí. Pijí se během dne 3 šálky teplého čaje. (30)

0718 • Yzop, fenykl a anýz smícháme rovným dílem. Jednu čajovou lžičku směsi vaříme 7 minut ve čtvrt litru vody. Scedíme a pijeme teplý čaj dva šálky denně. (303)

0719 • Přelejte dvě čajové lžičky sušeného řezaného listí šalvěje lékařské dvěma sklenicemi vroucí vody a nechte půl hodiny vyluhovat. Použijte zevně k napařování a jako kloktadlo. (23)

0720 • 1 lžice dubové kůry, 1 lžice kmínu, 1 lžice podbělu, 7 hřebíčků, 1 lžice řebříčku, 1 lžice citronu, 1 lžice lněného semene. Vše dáme do půl litru vody a vaříme 8 minut a pak ihned slejeme. Čaj pijeme 7 až 14 dní. (303)

0721 • Smícháme po 5 g plodu fenyklu, natě komonice lékařské, listu plicníku lékařského a slézu, květu divizny, po 10 g listu proskurníku a podbělu, jitrocele kopinatého, natě dobromysli, mateřídoušky a rozrazilu a 25 g natě yzopu. - Jednu polévkovou lžící této směsi vaříme 5 minut ve čtvrt litru vody a pak 20 minut vyluhujeme. (30)

hujeme. Pije se 3 krát denně před jídlem. (126)

0722 • Smícháme 5 g květu podbělu, 5 g květu divizny, 10 g květu slézu, 10 g květu máku vlčího, 10 g listu proskurníku, 10 g listu podbělu, 10 g natě tymiánu, 5 g plodu badyánu, 10 g kořene proskurníku a 25 g kořene lékořice. Jednu čajovou lžičku této směsi vaříme v šálku vody 5 až 10 minut, pak scedíme. Pije se každé tři hodiny šálek teplého čaje. (30)

0723 • Matthioli: „Vezmi semena vokůrkového, co můžeš třemi prsty vzítí, přičiň krámského kmínu, zetří na prach a užívej v nápoji s jíchou řeckého vína.“ (74)

0724 • Matthioli: „(Cibule) dává se pečená s cukrem aneb s medem proti kašli a dechavičnosti, přidada něco k tomu másla, nebo hrubé vlhkosti ven z prší táhne a vyvodí.“ (74)

0725 • Vztít do úst plátek syrové cibule, cucat jej a zhluboka vdechovat vůni cibule. (99)

0726 • Připravíme směs po 10 g listu proskurníku, podbělu, jitrocele kopinatého, natě mateřídoušky, rozrazilu, dobromysli, po 5 g plodu fenyklu, natě komonice lékařské, listu plicníku lékařského a slézu, 5 g květu divizny, 25 g natě yzopu. Jedna polévková lžice této směsi se vaří 5 minut ve čtvrt litru vody, pak 20 minut vyluhuje. Pijeme třikrát denně před jídlem. (126)

0727 • Vezmeme nový, půldruhamázový polévaný hrnec, nalejeme do něj půldruhá mázu vody, přidáme tři lody cukrkandlu, sedm zrněk pepře a plnou lžici medu, pak dobře hrnec přikryj, aby v něm zůstala pára, a nech všechno na tři prsty svařit. Potom napln hrnec zase vařící vodou a nech zase všechno vyvařit jako předtím. Udělej to ještě potřetí a nech zase všechno svařit na tři prsty a pak zase doplň vařící vodou. Když je to hotovo, vypij každé ráno a na noc pořádný doušek tak horký, jak jen sneseš. (134)

0728 • Welserová radí: „Vezmi lot sladkého dřeva, dva lody malých bobulek vína, osm fíků nakrájených nadrobno, dvacet zrn syrového ječmene, půl hrstičky modrých fialek, dva lody cukrkandlu, přidej máz vody, nech svařit na čtvrtinu, potom všechno proced čistým plátýnkem a dej mu každý den, když se mu bude chtít, trunk - zvláště, když se bude zrovna chystat ke spaní. Kdyby měl mít ale ráno žízeň, tak šťávu ohřej - to dělá dobře a mírní kašel.“ (134)

0729 • Welserová radí: „Rozrazilový cukr stejně jako růžový cukr, ráno a večer - nikoliv více - dej na lžici a vypij na noc, když chceš jít spát. To mi poradila paní Raytová.“ (134)

0730 • Nálev z jedné polévkové lžice kořene omanu pravého, která se přejele dvěma šálky vařící vody; směs se nechá asi 20 minut vyluhovat a pak se užívá po jedné až dvou lžících vícekrát za den mezi jídlem. (002 + 006)

0731 • Welserová radí: „Vezmi čtyři nebo pět fíků, - dej do mističky a zalij pálenkou, přibližně za dva nebo tři feniky. Pak ji zapal a nech hořet. Obrať pěkně fíky a jsou potom hotové, když pálenka dohoří. Sněž pak fíky a vypij vývar, který je ještě v misce. Cicvárový prášek v mléce ráno a pak se čtyři hodiny postit.“ (134)

0732 • Welserová radí: „Na kašel má být dobré, co následuje: vezmi celý zázvor a opékej ho nad vos-

# K

kovou svíci, dokud nezměkne. Potom na něj nastrouhej lot cukrkandlu, aby se mohl lízat, obzvlášť ráno a na noc.“ (134)

0733 • „Roztluč v dřevěném hmoždíři čistý zelený fenyklový kořen a pij šťávu na lačno se starým vínem po devět dní po sobě, stoje na prahu dveří: to pomáhá proti nejzavilejšímu kašli.“ (134)

0734 • V domácnosti se připravuje účinný čaj z březových listů přelitím jedné až dvou lžic řezané drogy asi čtvrt litrem vařící vody. Smě se ponechá 10 minut vyluhovat, pak se scedí a užívá dvakrát denně. (002 + 006)

0735 • Čaj se upravuje tak, že do kávového hrnku vložíme sítko, do něhož jsme vsypali jednu polévkovou lžici jitrocelových listů a necháme 5 až 10 minut vyluhovat v horké vodě. Před vypitím se doporučuje inhalovat jitrocelové páry do plic ke snadnějšímu odhlnění. (336)

0736 • Jeden vaječný žloutek z domácího vajíčka utřít s jednou polévkovou lžicí medu a takovým množstvím jemně strouhaného křenu, aby vznikla jemná pastička. Tuto směs brát po čajových lžičkách vícekrát denně. Uložit v chladnu. (136 + 47 - 206)

0737 • Smíchat 20 g listu podbělu, 20 g plicníku lékařského, 20 g natě jitrocele, 20 g natě violky vonné a tři čajové lžičky této směsi dát na tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut, pak scedit. Pijí se v průběhu dne tři šálky teplého čaje. (30)

0738 • Pomáhá nálev připravený z jedné čajové lžice kosatce německého na šálek vody. Pijeme 2 až 3 krát denně. (303)

0739 • Použijeme nálev připravený z jedné čajové lžice kosatce německého na šálek vody. Pijeme 2 až 3 krát denně šálek teplého čaje. (303)

0740 • Smícháme 40 g kořene proskurníku lékařského, 15 g kořene lékořice, 5 g oddenku kosatce, 20 g listu podběle, 10 g květu divizny a 10 g semen anýzu - jednu čajovou lžičku této směsi na jeden šálek vody. Vaříme 5 až 10 minut a pak scedíme. Pijeme šálek teplého čaje každé tři hodiny. (30)

0741 • Smícháme stejné díly kořene lékořice, květu nebo listu podbělu, kořene nebo květu proskurníku a listu jitrocele. Užívá se třikrát denně sklenice nálevu, sladí se medem. (136 + 47 - 206)

0742 • Cibule kuchyňská se nakrájí na drobné kousičky a ve skleněných kompotových miskách se zasype polévkovou lžicí práškového cukru. Nejpozději za hodinu pustí cibule šťávu a bere se třikrát denně po jedné polévkové lžici. Místo cibule lze použít bulvu z černé ředkve. Kašel zmizí za den, v úpornějších případech trvá léčba dva až tři dny. (126)

0743 • Připravíme nálev z jedné lžice květů podbělu lékařského na čtvrt až půl litru vařící vody. Směs se ponechá 20 minut vyluhovat a pak se užívá dvakrát až třikrát denně mezi jídlem. (002 + 006)

0744 • Nálev z jedné lžice květů prvosienky jarní a dvou šálků vařící vody. Směs se ponechá 10 minut vyluhovat a pak se užívá jednou až dvakrát denně. (002 + 006)

# 44

0745 • 40 g kořene proskurníku lékařského, 15 g kořene lékořice, 10 g květu divizny velkokvěté, 10 g plodu bedrníku, anýzu a 5 g natě violky trojbarevné. Odvar: polévková lžíce směsi na 200 ml vody, pije se 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

0746 • Smíchejte 10 g natě jitrocele kopinatého, 20 g natě vitodu hořkého, 30 g natě rozrazilu lékařského, 40 g natě macešky trojbarevné. Jednu čajovou lžičku této směsi přelejte čtvrt litrem vroucí vody, 5 minut vyluhujte a scedte. Pijte denně 3 až 5 šálků teplého čaje. (30)

0747 • Směs pro tlumení kašle: stejné díly listů proskurníku, slézu, natě komonice, květu heřmánku a lněného semena. Komonici lze ve směsi nahradit marinkou vonnou. Několikrát denně podávat šálek nálevu. (30)

0748 • Směs pro tlumení kašle: 80 g kořene omanu vyluhovat jeden týden v jednom litru červeného vína. Pít 2 až 3 krát denně po 50 ml, nejlépe horké. (136 + 47 - 211)

0749 • 25 g natě plicníku lékařského, 25 g jitrocele kopinatého, 25 g podbělu obecného, 25 g plodu fenyklu obecného. Nálev: polévkovou lžící směsi na 200 ml vody. Pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

0750 • Divizna velkokvětá je bylinou kuřáků, neb je jedinou květinou, která zaručeně odstraní každý sebedéle trvající kuřácký kašel a katar. Čerstvé květy polijí se koňakem a nechají se po dobu tří týdnů táhnouti. Užívá se ráno a na noc polévková lžíce výtažku. Kašel tímto výtažkem zaručeně odstraníme. (132)

0751 • 100 g suché natě jablečnicku vložit do 3/4 litru studené vody. Druhý den studený nálev scedíme, vylisujeme a tekutinu vaříme s půl kg cukru do zhoustnutí. Užíváme třikrát denně jednu lžičku. (40 + 45)

0752 • Hrst květů sedmikrásky chudobky vhodíme do jednoho litru vařící vody a necháme 12 hodin stát. Scedíme, prolisujeme přes plátno a šťávu vaříme dále s půl kg cukru až do zhoustnutí. Užíváme 2 až 4 lžíce denně. (40 + 45)

0753 • Po jednom dílu natě rebríčku a listu jitrocele nebo natě rebríčku, listu jitrocele, květu bezu a listu podbělu. Dvě lžíce směsi na čtvrt litru vody, nechat přejít varem a 15 minut pařit. Pije se teplý denně 2 až 3 šálky. (40 + 45)

0754 • Dvě lžíce sušeného drceného kořene kostivalu lékařského na půl litru vody. Vařit 15 minut na mírném plameni, nechat 15 minut ustát, scedit, osladit medem a pít teplý. (40 + 45)

0755 • 30 g květu bezu černého, 30 g listu podbělu obecného, 20 g kořene proskurníku lékařského, 20 g plodu fenyklu. Odvar: dvě lžičky směsi povařit 5 minut ve čtvrt litru vody, nechat 15 minut ustát, scedit. Pijí se dva - tři šálky denně. (78 + 66)

0756 • 40 g natě řepíku lékařského, 20 g kořene lékořice lysé, 20 g natě přesličky rolní, 20 g lišejníku islandského. Odvar: nechtě přejít varem a pak ihned odstavit, doba vyluhování 15 minut. Pijí se dva - tři šálky denně. (78 + 66)

0757 • 30 g proskurníku lékařského, 30 g natě yzopu lékařského, 20 g kořene lékořice, 5 g plodu fenyklu obecného. Odvar: polévkovou lžící směsi

na 200 ml vody. Pijí se dva - tři šálky denně. (78 + 66)

0758 • 25 g listu i květu podbělu, 25 g lékořice lysé, 25 g kořene proskurníku lékařského, 30 g listu jitrocele kopinatého. Nálev: pije se 3 až 4 šálky čaje denně. (78 + 66)

0759 • 20 g listu podbělu, 20 g květu bezu černého, 20 g lišejníku islandského, 20 g rdesna ptačího (truskavec), 20 g natě mateřídoušky obecné. Nálev: pije se 3 šálky čaje denně. (78 + 66)

0760 • 25 g květu bezu černého, 25 g květu lípy, 25 g květu heřmánku lékařského, 25 g květu divizny velkokvěté. Nálev: dvě čajové lžičky směsi na 200 ml nálevu. Pijí se 3 šálky denně. (78 + 66)

0761 • Při kašli z nachlazení vhodíte do čtvrt litru vody 20 lipových l^větů, nechtě je vyvařit, scedte odvar do hrnečku, přislaďte kostkou cukru a lžící medu. (132)

0762 • Při silném kašli pomáhá jednoduchý čaj ze směsi stejných dílů kopřivy, natě slézu a květů černého bezu. Jednu polévkovou lžící směsi spaříme čtvrt litrem vařící vody, necháme 20 minut ustát, scedíme, osladíme medem a podáváme. (136 + 47 - 16)

#### Kašel zastaralý

0763 • Pijte odvar ze směsi diviznových a maceškových květů, střídavě, ob hodinu, jednu lžící, teplý. (132)

0764 • Matthioli: „Šišky botové zelené nezatvrdlé rozlomiti a v víně mladém svařiti, čtvrt žedlíku ráno přijímati, zastaralému kašli a schnutí spomáhají.“ (74)

#### Kašel při zánětu a zašlemování průdušek

0675 • Jedna lžíce sušených pupenů borovice lesní na čtvrt Htru vody, nechat přejít varem a na 15 minut odstavit. Po vychladnutí přecedit a popíjet vlažný. (40 + 45)

0676 • Při kašli, zánětu průdušek, při žlučnickových kamelech a zácpě, zevně k inhalaci, kloktání a vyplachování úst při zánětu dásní: dvě lžíce řezané sušené natě dobromysli na čtvrt litru vody, nechat přejít varem a 15 minut ustát. Scedit a pít dva šálky denně. Obklady z odvaru přikládáme na špatně se hojící rány. (40 + 45)

0767 • Čtyři lžičky drobně řezaného suchého kořene proskurníku zalijeme dvěma sklenicemi studené vody a necháme přes noc vyluhovat. Ráno scedíme, přihřejeme a pijeme přes den. (40 + 45)

0768 \* Dvě lžičky řezaných sušených listů nebo květů proskurníku na dvě sklenice vody. Přelijeme vařící vodou a necháme 10 minut na horké plotně vařit. Pijeme teplé přes den. Čaj držíme v ústech při zánětu dásní, onemocnění sliznice ústní, hrtanu, jazyka. (40 + 45)

0769 • Směs bylin: květ slézu, květ, list a kořen proskurníku, květ divizny, květ a list podbělu a list jitrocele. Jednu až tři lžíce směsi spařit 15 až 20 minut ve čtvrt litru vody. Pít až litr denně, nejlépe průběžně. (126)

0770 • Při kašli, ale i zánětu průdušek, revmatismu, dně, na pročištění krve, při vyrážkách



a ekzémeh pomáhá čaj ze sušených výhonků borovice anebo z čerstvého jehličí: jedna lžička drogy na čtvrt litru vody, necháme přejít varem, 15 minut vyluhujeme. Po vychladnutí precedíme. Popijíme mírně teplý. (303)

0771 • Jedna lžice jitrocele kopinatého na čtvrt litru vody, nechat přejít varem a 15 minut vyluhovat, pak precedit. Pít teplý. (132)

0772 • Dvě lžičky sušených květů divizny velkokvěté přelít čtvrt litrem vařící vody, 10 minut nechat pařit, scedit přes pláténko a pít 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

#### Kašel dětský

0773 • Z dobře umyté bulvy černé ředkve větších rozměrů se odkrojí plátek asi 1 cm silný a v něm se v prostředku vyřízne kolečko velké asi jako dvou- nebo pětikoruna. Plátek se přiloží nazpět, do vzniklého důlku se nasype surový cukr a vše se priklopí vrchlíkem. Za nějaký čas pustí ředkev šťávu do cukru a vytvoří se příjemně kořeně chutnající sirup. Postupně takto rozkrájíme celou ředkev, „spotřebované“ plátky jednoduše sníme. Obvyklá dávka činí 1 až 3 krát denně 1 čajovou lžičku sirupu, v těžkých případech jednu polévkovou lžici. (136 + 47 - 27)

0774 • Použijeme zahuštěný výtažek z jitrocelových listů ochucený medem. Léčivý čaj se připravuje z jedné lžičky suchých listů, přelitých šálkem horké vody. Vyluhovat se nechá 10 minut. (002 + 006)

0775 • Jedna lžice dobře omyté a nadrobno řezané slámy ovesné na čtvrt litru vody. 10 minut vařit a nechat ustát. Precedit přes pláténko a podávat teplý ráno a večer jeden šálek. (40 + 45)

#### Kašel úporný

0776 • Smícháme 5 g anýzu, 10 g fenyklu, 10 g natě vítodu hořkého, 15 g kořene lékořice, 20 g natě konopičky, 20 g listu podbělu a 20 g pukléřky islandské. Tři čajové lžičky této směsi do tří šálků vody, nechat 5 až 10 minut vařit, pak scedit. Pijí se během dne tři šálky teplého čaje. (30)

0777 • 20 g lipového květu, 20 g macešky trojbarevné, 30 g violky vonné, 10 g černého bezu, 10 g fenyklu, 10 g pískavice řecké seno. Vše smícháme a jednu čajovou lžičku směsi prelejeme čtvrt litrem vařící vody, pět minut vyluhujeme, pak scedíme a pijeme 3 šálky teplého čaje denně. (303)

0778 • 10 g pískavice řecké seno, 10 g fenyklu, 10 g květu bezu černého, 20 g květu lípy, 20 g macešky trojbarevné (nať), 30 g natě violky vonné. Jedna čajová lžička této směsi se přelije čtvrt litrem vroucí vody, pět minut se nechá vyluhovat, pak se scedí. Pijí se tři šálky teplého čaje denně. (30)

0779 • Smíchejte 20 g listu podbělu, 20 g natě plicníku lékařského, 20 g natě přesličky rolní a jednu čajovou lžičku této směsi zalejte šálkem vody, vařte 5 až 10 minut, pak scedte. Denně se pijí tři šálky teplého čaje. (30)

0780 • Kašel úporný - když bolí současně na prsou: vyškvařte slepičí sádlo a vychladlé namažte na jemný papír a přiložte na prsa, teplé, převázat. (132)

# K

#### Kašel křečovitý

0781 • Pijte častěji přes den po lžičkách teplý přecezený odvar z květů a kořínků pupavy (lidově bílého bodláku). (132)

0782 • Pijte denně na lačno a večer před spaním dva koflíky tak horkého, jak snesete, čaje z lipových květů, do něhož přilejte odměrku koňaku. Nesladte. (132)

#### Kašel chřipkový

0783 • Křen s medem: rozstrouhat křen a smíchat s medem - jedna lžice křenu na jednu lžici medu. Užívat tři lžičky denně. (40 + 45)

0784 • Užívejte před obědem 25 a před večeří 15 kapek výtažku cypřišového. Návod: litr žitné kořalky a v ní macearovat 14 dní hrst cypřišových oříšků a sleje se. (132)

#### Kašel s chrapotem

0785 • Použijeme odvar připravený ze sušeného kořene lékořice lysé a dalších přísad, kterými jsou květy divizny, vlčího máku, slézu (list) a proskurníku (kořen). Vše smícháme ve stejném poměru, jednu polévkovou lžici spaříme půl litrem vřelé vody a po 15 minutách slijeme. Využijeme ve třech dávkách během dne. (305)

0786 • Při zdoluhavém kašli a trýznivém chrapotu by se měl častěji pít během dne horký čaj z podbělu lékařského oslazený medem - jednu čajovou lžičku květů vrchovatě naplněnou (později květů a listů smíchaných rovným dílem) jen spaříme ve čtvrt litru vody a necháme krátce vyluhovat. (123)

#### Kašel suchý

0787 • Při dlouhodobém suchém kašli je zvláště účinný čaj ze 120 g přesličky rolní, 40 g kořene prvosienky jarní a 40 g jitrocele kopinatého. Šest polévkových lžic na šest šálků vody - vaří se 15 minut. Pijeme denně tři šálky po dobu jednoho měsíce. (126)

0788 • Jedna čajová lžička květu divizny velkokvěté na šálek vody nebo mléka, doba vyluhování 10 minut. Osladit medem a pít dvakrát denně čaj hodně teplý. (78 + 66)

0789 • Suchý kašel vyléčíte odvarem ze směsi jeřábových květů a sušeného květu kopřivového. Pít každou hodinu lžičku teplého čaje - ob den. (132)

#### Na odkašlávání a vykašlávání

0790 • Smíchejte 10 g plodu anýzu, 10 g plodu fenyklu, 15 g lněného semene a 15 g natě tymiánu. Jednu čajovou lžičku této směsi do šálku vody, vařte 5 až 10 minut a pak scedte. Pijí se tři šálky teplého čaje denně. (30)

0791 • 20 g lipového květu, 20 g macešky, 30 g violky vonné, 10 g černého bezu, 10 g fenyklu, 10 g pískavice řecké seno. Vše smícháme a jednu čajovou lžičku prelejeme čtvrt litrem vařící vody, pak pět minut vyluhujeme, scedte a pijte tři šálky teplého čaje denně. (303)

0792 • Při úporném kašli spojeným s chřipkou svařte v 1/8 litru vody hrst heřmánku, jalovčinek a kmínu, vše na prášek roztlučené, načež přidejte

# 46

do směsi lžící sádla nebo másla a rozstrouhanou červenou kůrku chlebovou, aby vznikla hustší kasička. (132)

0793 • 100 g suché natě jablečnicku obecného přelijeme čtvrt litrem vařící vody, odstavíme na 15 minut a scedíme. Pijeme velkými doušky ráno a večer jeden šálek. (14)

0794 • Dvě lžičky drcených suchých plodů jalovce obecného na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem a 15 minut ustát. Precedíme, osladíme cukrem nebo medem a pijeme dva šálky denně. (14)

0795 • 20 g jitrocelového sirupu, 4 g anýzové silice, 2 g tinktury z hlávkovky dávkové (uragoga ipecacuanha) doplníme destilovanou vodou do 200 g. (14)

0796 • Při vykašlávání krve je vhodné pravidelné podávání medu ve směsi se smrkovou šťávou, v dávce přibližně 5 až 6 krát denně jedna čajová lžička až jedna polévková lžička medu a šťáva asi z poloviny mrkve. (117)

0797 • Doporučuje se pít několikrát derjně zapař nebo odvar ze dvou polévkových lžic jemně řezaného kořene lékořice lysé na půl litru vody. (106 + 009)

0798 • 55 g listu proskurníku, 25 g kořene proskurníku, 15 g kořene lékořice a 5 g květu slézu lesního přelijeme studenou vodou, uvedeme do varu a vaříme 15 minut. Necháme ještě 5 minut louhovat a scedíme. (14)

0799 • Hrst květů sedmikrásky chudobky vhodíme do půl litru vařící vody a necháme 12 hodin stát. Scedíme, prolisujeme přes plátno a šťávu dále vaříme s půl kg cukru až do zhoustnutí. Užíváme 2 až 4 lžičky denně. (14)

0800 • Když počátkem jara následkem časté změny počasí dostanou děti silný kašel, ať svaří pečlivá matka hrst zelených květů nebo sušených lístků violkových (fialkových) - také lze užít kořínků, jež nutno však před vařením roztlouci - ve čtvrt litru vařící vody asi 10 minut a pak dá dítěti každé 2 až 3 hodiny po 2 až 3 lžících tohoto thé. - Dospělí užívají při prudkém kašli třikrát denně po šálku thé. (56)

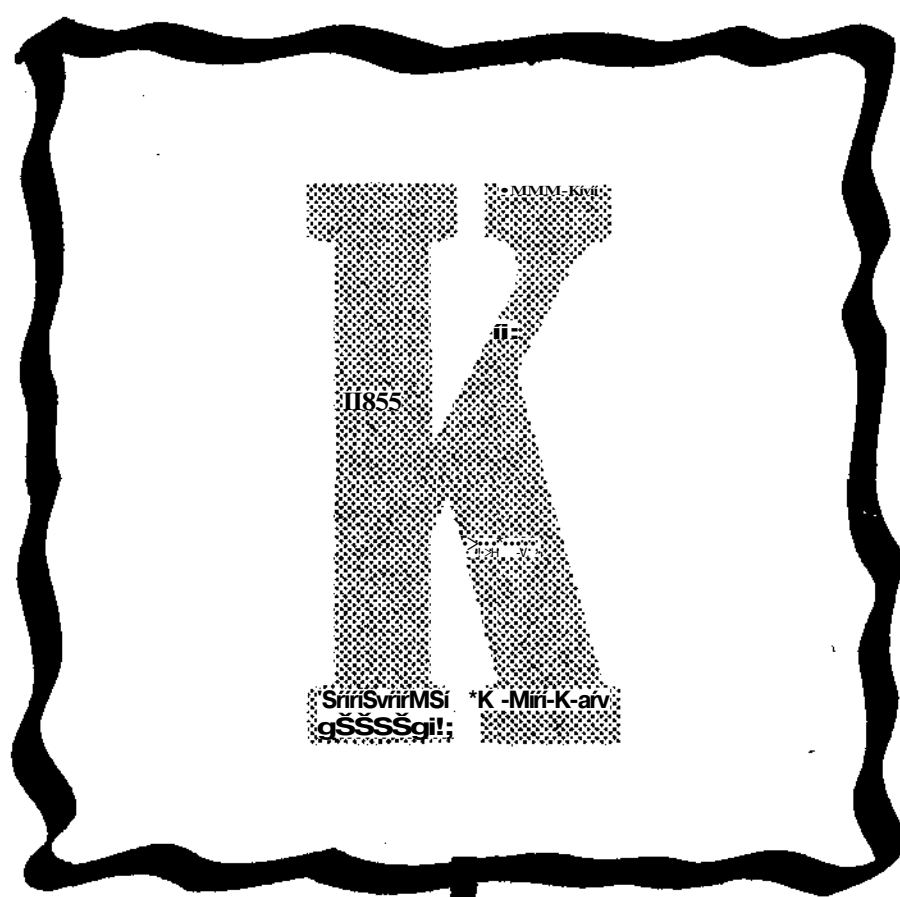
0801 • Jitrocelový sirup 20 g, anýzová silice 4 g, tinktura z hlávkovky dávkové 2 g a doplnit destilovanou vodou do 200 g. (40 + 45)

0802 • Tři lžice řezané sušené natě mateřídoušky přelit čtvrt litrem vařící vody a nechat 15 minut pařit. Scedit a pít 2 až 3 šálky denně, sladit medem. (40 + 45)

0803 • Na usnadnění odkašlávání při chronických zánětech průdušek, astmatu a dalších chorobách dýchacích cest se připravuje zapař z jedné polévkové lžice jitrocele kopinatého na sklenici vody, v níž se nechá droga pět minut vyluhovat. Zapař se pije teplý, slazený medem. (324)

0804 • Po jedné lžici kořenu lékořice, proskurníku a omanu na čtvrt litru vody. Uvedeme do varu a vaříme půl hodiny. Scedíme a pijeme teplý čaj dva šálky denně. (14)

0805 • Jednoduchá směs, připravená ze 40 g květu petrklíče, 30 g natě rdesna ptačího, 20 g listů jitrocele a 10 g květu nebo listů podbělu. Pít 2 až 3 krát denně sklenici odvaru. (29)



0806 • Po 5 g natě kopřivy, květu divizny a černého bezu, plodu anýzu a fenyklu a kořene lékořice, po 10 g listu šalvěje, kořene proskurníku a natě mateřídoušky a 20 g listu podbělu - jedna polévková lžice směsi se vaří 5 minut ve čtvrt litru vody a 20 minut vyluhuje. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

0807 • 5 g sušeného květu divizny zalejeme půl litrem horkého mléka nebo horké vody a necháme bez varu vyluhovat asi po dobu 10 až 12 minut. Poté scedíme a osladíme medem. Popijíme v průběhu celého dne. Dospělí by měli vypít asi jeden litr, děti poloviční dávku. (304)

0808 • Vezmeme stejné díly natě řepíku, popence a listu kopytníku evropského. Tři polévkové lžice směsi přelit asi 750 ml vroucí vody a nechat vyluhovat do rána, ráno ještě nechat projít varem a ihned scedit do termosky. Pít po doušcích asi v pěti dílčích dávkách během dne. (136 + 47 - 88)

0809 • Z bulvy velké černé ředkve se ukrojí asi půl centimetru tlustý nebo i mírně silnější plátek, do jeho středu se vyřízne kolečko. Plátek se priklopí zpět na bulvu, takže vyříznuté kolečko vytvoří vlastně jamku, do které se dá cukr. Vše se priklopí zbytkem bulvy, který vytváří vrcholík. Ředkev do rána pustí šťávu, vzniklý sirup tvoří denní dávku léčiva. Tak se postupuje stálým uřezáváním plátků dále, až se spotřebuje celá bulva. (207)

0810 • Kořen lékořice, proskurníku, omanu po jedné lžičce na čtvrt litru vody. Pije se teplý, dva šálky denně. (40 + 45)

0811 • Dvě lžice sušených plodů jalovce na čtvrt litru vody, nechat přejít varem a 15 minut ustát. Scedit a osladit cukrem nebo medem a pít dva šálky denně. (40 + 45)

0812 • 55 g listu proskurníku, 25 g kořene proskurníku, 15 g kořene lékořice a 5 g květu slézu lesního. Ze směsi připravíme obvyklým způsobem čaj. (40 + 45)

0813 • Dva díly rozrazilu (20 g), dva díly květu divizny a jeden díl anýzového semene necháme povařit ve čtvrt litru vody po dobu asi tří minut, necháme ustát, precedíme a osladíme. Užíváme šálek ráno a večer. (304)

0814 • Stejně díly kořene lékořice, kořene yzopu a kořene fialky - tři polévkové lžice směsi vařit v jednom litru vody tak dlouho, dokud nezbude 3/4 litru. Jednou nebo i vícekrát denně pít přihřátý odvar tak, že do půl sklenice se dá odvar a zbytek se doleje horkým mlékem. Může se osladit medem. (136 + 47 - 219)

0815 • Vykašlávání podporuje jednoduchá směs stejných dílů listu podbělu, kořene omanu, listů šalvěje a listů jitrocele. Vezmeme jednu polévkovou lžici na sklenici odvaru 2 až 3 krát denně. (136 + 47 - 29)

0816 • Při vykašlávání krve podávat pravidelně med ve směsi s mrkvovou šťávou v dávce přibližně 5 až 6 krát denně jednu čajovou lžičku až jednu polévkovou lžici medu a šťávu asi z polovinu středně velké mrkve. (136 + 47 - 117)



0817 • Na podporu vykašlávání: čerstvá zelná šťáva s medem v poměru 4:1, brát po dvou polévkových lžících vícekrát denně. (136 + 47 - 216)

**Černý kašel**

0818 • Květ prvosenky, slézu, heřmánku, nať mateřídoušky, tymiánu, macešky. Připravit z těchto bylin zapař, užívat často, ale v malých dávkách. (99)

0819 • Stejným dílem smíchat list černého rybízu, jitrocele, kaštanu pravého, kořene lékořice, natě macešky a tymiánu a květu slézu maurského. Pět čajových lžic směsi spařit ve čtvrt litru vody, 20 minut vyluhovat. Pít dvakrát denně před jídlem. (126)

0820 • Jednu polévkovou lžici natě jitrocele kopynatého polejte jednou sklenicí vroucí vody a nechtě bez varu několik minut vyluhovat. Toto množství se vypije po doušcích během 10 minut. (23)

0821 • Při černém kašli pomáhá čaj z mateřídoušky a jitrocele s citronem a medem či kandovaným cukrem. Pije se až pětkrát denně. (301)

0822 • Smíchejte 30 g natě tymiánu, 30 g kořene proskurníku, 30 g květu prvosenky, 15 g květu bezu černého, 15 g listu šalvěže a 15 g plodu anýzu. Jednu čajovou lžičku této směsi vařte v šálku vody 5 až 10 minut, sceďte. Podle stáří má dítě denně vypít 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

0823 • Smíchejte 30 g listu jitrocele kopynatého, 30 g květu bezu černého, 20 g natě rosnatky a 20 g natě violky trojbarvné. Jednu čajovou lžičku této směsi přelejte jedním šálkem vřelé vody, 5 minut nechtě vyluhovat, pak sceďte. Podle stáří má dítě denně vypít 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

0824 • Při černém kašli, ale i onemocnění horních cest dýchacích, připravte čaj tak, že jednu čajovou lžičku sušeného květu divizny obecné dáme do dvou sklenic studené vody, necháme vyloužit a pak sceďme přes plátno. Čaj vypijeme sladký a horký, denně jeden litr, děti polovic. (23)

0825 • Připravíme zapař: dvě polévkové lžice nadrobno rozsekaných květů divizny velkokvěté zalejeme 400 ml vřelé vody a necháme vyluhovat 30 minut. Zapař precedíme a přidáme cukr nebo med. Užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

0826 • Doporučuje se podávat teplá šťáva z plodů meruzalky černé (černého rybízu) samotné nebo s čajem z bezového květu. (40 + 45)

0827 • 35 g violka, 15 g slézu, 15 g divizny, 10 g jablečnicku a 25 g máty. Pije se teplý odvar v dávce podle libosti. Několik kávových lžiček za den vylouhované šťávy z ředkve a kandyzu. (132)

**Kašel dusivý**

0828 • 20 g květu slézu, 20 g máty, 35 g yzopu, 15 g divizny, 10 g šalvěže. Pije se teplý odvar v dávce podle libosti. Vaří se s fíkem, inhalace s puškvorcem. (132)

**Kašel stařecký**

0829 • 25 g plodu fenýklu a 25 g plodu anýzu, 30 g kořene petrklíče, 25 g listů podbělu smícháme a dvě čajové lžičky této směsi se přelijí vařící vodou a po 10 minutách se sceďí. Osladit medem a co nejteplejší vypít. (126)

**Kašel dávivý**

0830 • 25 g plodu bedrníku anýzu, 25 g natě mateřídoušky obecné, 15 g lnu setého. Pijeme tři šálky nálevu denně. (78 + 66)

**Kašel dusivý**

0831 • Smíchejte jednu lžici medu a lžici horkého přeškvářeného másla a užívejte tuto směs tak horkou, jak snesete - až se uleví. (132)

**Kašel spojený se zácpou**

0832 • Suchý kořen kostivalu lékařského roztlučeme nebo rozeleme a přesijeme přes sítko. Podáváme 1 až 3 lžičky a zapijeme vodou nebo rozmícháme ve smetaně. Macerát v lihu se přikládá na dásně pro upevnění zubů. (78 + 66)

**Kašel spojený s onemocněním horních cest dýchacích a zánětem mandlí**

0833 • Přelejte čtyři čajové lžice sušené řezané natě plicníku lékařského dvěma sklenicemi vroucí vody a nechtě vyloužit. Osladte cukrem a vypijte jako denní dávku. (23)

**Kašel, ale i zánět pohrudnice.**

0834 • Přelejte čtyři čajové lžice řezaného listu podbělu lékařského dvěma sklenicemi vroucí vody a nechtě vyloužit. Tuto dávku denně vypijte. Sušeného květu se použije cca 10 g na jednu sklenici vody. (23)

**Při vykašlávání krve a nepravidelné menstruaci**

0835 • Připravíme odvar z jedné polévkové lžice listu ořechu královského, kterou zalijeme 300 ml vřelé vody. Vaříme 3 minuty a necháme vyluhovat jednu hodinu. Užíváme 100 ml odvaru třikrát denně před jídlem. (91)

**Kašel spojený se silným podrážděním sliznice hrtanu**

0836 • Nálev připravíme z jedné čajové lžice oddenku kosatce německého na šálek vody, pije se 2 až 3 krát denně (301)

**Při dráždivém kašli a zánětu dutiny ústní, zánětu nosních dutin, zánětu hrdla**

0837 • Jedna lžička sušených řezaných listů a jedna lžička květů podbělu obecného na čtvrt litru vody. Nechat přejít varem, 15 minut stát, sceďit a pít teplý po douškách 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

**Matthioli: „Kašlavým, kteříž plíce raněné mají“:**

0838 • Vezmi mandlův vydržených, jader borovice zámořské, máku bílého v růžové vodě namočeného, květu muškátového, škrobu, jednoho každého podle rozumu, což se zdá. Jádra a mandlí rozetři v panvici, přidej cukru bílého s růžovou vodou, což by dosti se býti zdálo a nadělej z toho kouskův a nechej, až uschnou, přijmi z nich ráno jeden a o nešpořích druhý." (74)

**Kašel, ale i zánět nebo tuberkulóza plic**

0839 • Aderophora verticillata je vytrvalá bylina, z níž se užívá kořen. Lékovou formou je extrakt připravený vodou za tepla z 1 až 5 g práškové

K

48



drogy, který se podává při úporném kašli, při bronchitídě, ale i při zánětu nebo tuberkulóze plic. (114)

## KLOUBY

### Bolesti kloubů

0840 • Ve smaltovaném hrnci ve vodní lázni rozpustit sádlo (půl kg), vsypat květ arniky, měsíčku, květ a listy třezalky. Vaří se mírně asi dvě hodiny a nechá vyluhovat 8 až 12 hodin. Pak znovu ohřát, scedit, přidat kafr a včelí vosk, uvést do varu a pak lít do sklenice a uschovat v chladničce. Masírovat bolestivá místa. U bradavice se užívá ještě stava z vlaštovičníku. (50)

0841 • 1 až 2 květenství bezu černého naložíme do jednoho litru octa a necháme stát 14 dní na slunci. Bezinkovým octem pak obkládáme a masírujeme únavou bolestivé údy. (40 + 45)

0842 • Na bolestivé místo kloubů, páteře, kolen apod. pomáhají křenové placky. Nastrouháme 200 g syrových brambor, které vymačkáme a do drtě přidáme 4 lžíce nastrouhaného křenu. Vše dáme do gázy, uděláme placku a přiložíme na bolestivé místo na 30 minut. Předtím kůži namažeme sádlem. Opakovat až po zblednutí kůže, tj. asi za tři dny. (126)

0843 • Pijeme třikrát denně po jídle šálek teplého odvaru z 20 g bukvice, 10 g třezalky, 20 g pivoňky, 25 g břízy a 25 g pýru. (132)

0844 • Listy černého bezu, bez řapíků, se zabalí do gázy, vloží do síta a dají se nad vařící vodu propařit. Když jsou listy teplé a vláčné, přikládají se na postižená místa. (78 + 66)

j

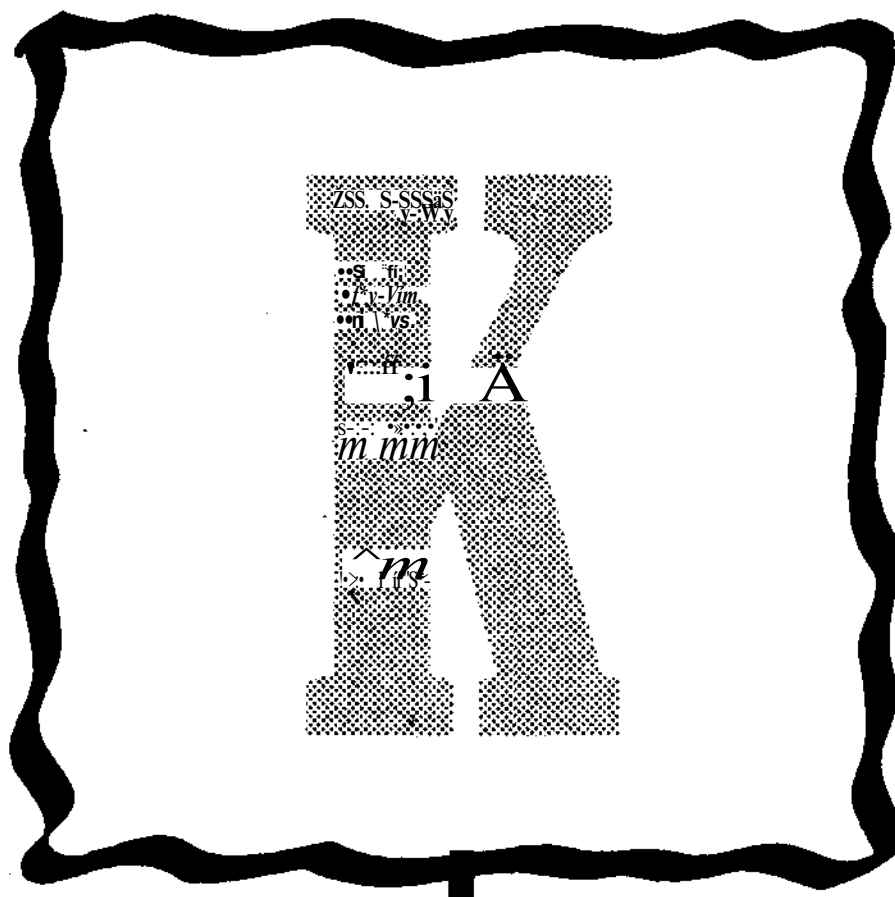
0845 • Dvě polévkové lžíce natě řepíku lékařského na půl litru vody. Nechá se přejít varem a 15 minut ustát. Precedíme do čtyř litrů vody na částečnou koupel. Potřebujeme-li větší množství na koupel celkovou, dávku úměrně zvýšíme. (78 + 66)

0846 • Ve všech případech pohybových potíží: 4 až 6 nejlépe čerstvých kousků kořene kostivalu lékařského rozsekáme a vložíme do 250 g rozehřátého nesoleného vepřového sádla a necháme přes noc ležet. Druhý den vše rozehřejeme, scedíme přes gázu a zbytek vymačkáme. Naplníme vhodné nádoby a uložíme do chladničky, v době potřeby potíráme bolestivá místa a teple převážeme. (78 + 66)

0847 \* Dvě středně velké hlávky bílého zelí pokrájat, rozmixovat s vodou a nalít do vany. Lázeň by měla trvat půl hodiny. (99)

0848 • Tajemná mast dr. Melchíora Jana Antonína Kittla proti bolesti kloubů a svalů: V klidu a tichu, nejlépe o samotě a večer, vezměte černý olivový olej 512 g, sirné mléko 192 g, přírodní žlutý vosk 256 g, terpentýn lékařský 384 g, kafr 96 g. Nad ohněm v oleji rozpusťte za jemného tření sirné mléko. Když směs tuhne, zamíchejte vosk, terpentýn a kafr. Do nádoby se studenou vodou zavěste váčky z plátna o síle palce. Do nich vlejte horkou hnědou hmotu. Před použitím jemně nahřejte. Probatum est! (136)

0849 • Vrbová kůra, kůra kaliny, kořen mydlice, kořen černého bezu a nař zemědýmu - tyto byliny smíchejte ve stejných dílech a ze směsi připravte odvar. Pijte 4 až 5krát denně. (99)



0850 • Ke zmírnění bolesti se doporučuje kompot nebo zavařenina z jeřábu sladkoplochého, a to jednu čajovou lžící denně buď přímo, nebo v čaji. (78 + 66)

0851 • Proti bolestem kloubů a svalů použijeme čerstvé květy a listy petrklíče, které přelijeme přiměřeným množstvím olivového oleje tak, aby byly zcela ponořeny. Necháme vyluhovat 24 až 48 hodin, potom precedíme, smícháme s trochou jablečného nebo vinného octa a používáme k masážím bolavých kloubů a svalů. (136 + 47 - 131)

0852 • Na oteklé klouby a všechny potíže pohybové soustavy je osvědčená koupel: 400 g výhonků borovice nebo smrku vaříme ve 2 až 3 litrech vody půl hodiny, přikrytou necháme vyluhovat 1 až 2 hodiny a pak scedíme do koupele. (78 + 66)

0853 • Pomohou teplé zábaly kloubu obkladem s ricinovým olejem a po jeho sejmutí lehké masáže olivovým nebo arašídovým olejem. (136 + 47 - 15)

0854 • Při kloubových bolestech a potížích: 20 g březového listu, 20 g kořene pampelišky s nati, po 15 g vrbové kůry, fazolových lusků a květu černého bezu a po 10 g drcených jalovčinek a přesličkové nati. Jednu polévkovou lžící směsi zalejeme půl litrem vroucí vody, vaříme 1 až 2 minuty a po krátkém vyluhování scedíme. Podáváme třikrát denně na lačno. (136 + 47-112)

0855 • Připravte nálev z květu tužebníku jilmového. Pije se šálek čaje denně, ale jen deset dní v měsíci. (78 + 66)

0856 • Nař yzopu, květ vřesu a heřmánku, rozdrčený jalovec, list máty a pupeny topolu - z těchto bylin zhruba v množství 200 g připravit spařením lázeň. (99)

0857 • Dvě dvouhrsti květu měsíčku zahradního, jedna kulička borové pryskyřice, dvě lžičky kafru, 100 g včelího vosku a jedna hrst heřmánkového květu. Sádlo rozpustíme ve vodní lázni, do něho prisypeme řezané květy měsíčku a heřmánku a vaříme na mírném ohni asi tři hodiny. Druhý den směs rozpustíme, precedíme, květy rozmixujeme a vlijeme zpět do masti. Potom vše přefiltrujeme přes gázu do sklenice a dáme mírně vařit do vodní lázně. Nakonec přidáme pryskyřici (zabalenou v gáze), kafr a včelí vosk a vaříme až do rozpuštění. Po vychladnutí uskladníme v lednici. Mastí se doporučuje masírovat postižená místa při bolestech kloubů a zad po dobu 10 až 15 minut. (14)

0858 • Ze směsi 50 g květu bezu černého a 50 g listu rybízů černého připravit nálev. Pijí se jeden až dva šálky denně. (78 + 66)

0859 • Vzít na špičku kulatého nože Epsomskou hořkou sůl (vodný síran horečnatý), zapít kopřivovým odvarem a to jednou denně, nejlépe večer - a k tomu provést místní koupel postižených kloubů v odvaru použité kávové sedliny; po koupeli kloub frotýrovat. Tím se posílí cirkulace krve v okolí kloubu a zvýší vylučování škodlivin. (136 + 47 - 15)

0860 • Matthioli: „Jícha (zeměžluč) k klisteru dobrá jest, proti bolení kyčel, táhne zajisté s střev a bolesti polehčuje.“ (74)

0861 • Bolesti v ramenním kloubu, lokti, v koleně apod. lze léčit šokem z horka. Bolestivá část těla se přelévá tak horkou vodou, jak nemocný snese. Obvykle to bývá kolem 45 °C.



Horkou vodu je zapotřebí z větší nádoby vylít najednou, nepomůže dát úd třeba pod teplovodní vodovod. Jen tak se vyvolá šok z horka. Tím dojde k prudkému překrvení postižené oblasti a proud krve vymývá a odnáší usazeniny a škodliviny, které bolest způsobují. Po aplikaci je potřeba postižené místo do sucha utřít a zabalit do tepla. Aplikace se provádí podle potřeby až třikrát denně. I u zatvrzelých případech dochází nejpozději do šesti týdnů ke zlepšení. Modifikaci této terapie lze aplikovat při zranění končetiny, která nekrvácí, nebo jen málo (kousnutí, píchnutí, udeření apod.). Postižený úd se ponoří do vody zahřáté na tělesnou teplotu. Je důležité, aby rozsah ponoření byl dost velký. Pomalu se přilévá horká voda až k míře snesitelnosti. Správný postup zajišťuje silné zčervenání, překrvení končetiny. Po vytažení z vody se končetina zabalí do vaty, vlny apod., aby byla v teple, případně se ještě zajistí obložení termoforem. Postup je třeba vícekrát opakovat. (136+47-32)

0862 • Kloubové, svalové a některé vnitřní bolesti pomáhá tlumit obyčejné pekařské droždí, rozetřené s trochou soli a přiložené formou náplasti na postižené místo. Obvázat. (82)

0863 • Čerstvá roztlučaná kručinka německá smíchaná se sádlem se používá formou náplasti na bolavé klouby, zejména ale kolena. Bolesti kyčelního kloubu lze tlumit denním užíváním 40 g šťávy vylišané z čerstvé byliny, několik dní před použitím máčené ve vinném octě. (90)

0864 • Bigenská mast abatyše Hildegardy: jeden díl morku jelena, dva díly jeleního loje a čtyři díly šťávy z čerstvého pelyňku pravého. Vše rozehrát ve vodní lázni a případně zahustit včelím voskem, příp. špetkou pryskyřice z jehličnatých stromů. (136)

0865 • Bezinkový ocet: 1 až 2 květenství bezu černého nalozíme do jednoho litru octa a necháme 14 dní stát na slunci, pak slijeme a procedíme. Používáme jej k obkladům a k masírování únavou bolestivých kloubů. (14)

0866 • Mladé rozemleté listy bezinek přikládáme na bolestivé záněty kloubů, znehybnělé klouby a na končetiny postižené revmatismem. Používáme buď listy samotné, nebo rozmíchané s borovou vazelinou. (14)

0867 • Jednu lžičku práškového kořene kostivalu lékařského rozetřeme se třemi lžicemi sádla nebo borové masti, přidáme trochu rozehrátého včelího vosku a používáme ke zmírnění bolestí kloubů. (14)

0868 • Dobře usušené kořeny kostivalu lékařského pomeleme na-moučku; v šálku vřelé vody, do které jsme přidali několik kapek jelného oleje, rychle smícháme na kaši, natřeme na plátěný hadřík, teplé položíme na nemocné místo a zabalíme. (123)

#### Zánět kloubů

0869 • Vezmeme 70 g listu vrbky úzkolisté a po 109 g listu rozmarýny, natě tymiánu a květu levandule. Jednu polévkovou lžici směsi dáme na 350 ml nálevu, namočíme obklad a ovážeme nemocný kloub. Vhodné jsou i koupele postižených kloubů. Na dílčí lázeň používáme jednu polévkovou lžici směsi asi na jeden litr nálevu. Chceme-li použít celkovou lázeň, tedy asi

# K

100 litrů vody, použijeme nálevu malé koncentrace. 50 až 100 g směsi spaříme třemi litry vroucí vody, po půl hodině scedíme, nálev vylijeme do lázně a vyluhované byliny vložíme do vāčku k dalšímu vyluhování v lázni. Vstupní teplota 38 °C, doba lázně asi 15 minut. (136 + 47-13)

0870 • Pomáhá mazání z kořene kostivalu. (126)

0871 • Pomáhá listový obklad: obklady z rozdrcených listů zelí nebo kapusty. (126)

0872 • Pomáhá čaj z přesličky a jednou měsíčně plná přesličková koupel: na 12 hodin namočit 100 g přesličky v pěti litrech vody, potom precedit a vlít do teplé vody ve vaně. Možno použít měsíčkovou mast nebo třezalkový olej. (126)

0873 • List máty, jahodníku, břízy, květ černého bezu, tužebníku jilmového a vrbová kůra - dvě lžice bylin zalit sklenicí studené prevarené vody, nechat 6 až 8 hodin louhovat, pak povařit 5 minut a pít třikrát denně sklenicí odvaru. (99)

0874 • 30 g natě řepíku, po 20 g heřmánku, kořene jehlice trnité, květu měsíčku, kořene petržele, lipového květu, natě majoránky, listu rozmarýny a po 5 g plodu mochny - židovské třešně a natě pelyňku Černobýlu. Obvyklým způsobem připravit odvar, pít z termosky 3/4 litru denně po doušcích. (136+47-71)

0875 • 200 g syrových brambor nastrouhat, vymačkat vodu, do drtě přidat 4 lžice křenu, vše smíchat, zabalit a přiložit na postižené místo. Po 30 minutách možno ještě použít na další místo. (303)

0876 • V zimě používat několikaminutové obklady z čerstvě utřeného křenu, v létě postižená místa šlehat čerstvou kopřivou nebo namáčet v horké osolené vodě při současném používání bylin a zavést do výživy (každý den) celer, petržel, květák a rajčata - vše syrové. (99)

#### Revmatický zánět kloubů

0877 • Při revmatické kloubní a svalové bolesti: dvě čajové lžičky rosekaného kostivalu lékařského se rozemelou na moučku. Přilejeme tolik horké vody, aby vznikla kasička, do které přidáme několik kapek oleje. Kaši natřeme na gázu a ještě teplou přiložíme na bolestivé místo a převážeme. (78 + 66)

0878 • Mazání proti zánětu kloubů při revmatismu: hrsti usušených listů rozmarýnových, černého rybízu, šalvějových a vavřínových nechtě táhnout v litru dobrého bílého vína v polévaném hrnci na žhavém uhlí (nesmí přijít do varu) a filtrujte. Masírujte zanícené klouby a otekliny každou půlhodinu silně přihřátým roztokem. (132)

0879 • Lázeň: 2 až 3 kg celeru drobně nastrouhat (rozmixovat) a přidat horkou vodu, ve které namáčíme postižené končetiny. Tato horká lázeň má silné zahřívací účinky (přechod některých vitamínů do organismu kůží). (99)

0880 • List rozmarýny, nať pelyňku pravého, zimní borovice jehličí, nať mateřídoušky, celkem půl kg, k tomu nať máty 10 dkg - vše spařit několika litry vařící vody a získaný odvar scedit do vany. (99)

# 50

0881 • Smícháme po 120 g kořen jehlice trnité a nať přesličky, po 60 g plod borůvky a kůru krušinou a 40 g plodu kopru. Do 400 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi. Vaříme tři minuty a necháme 30 minut vyluhovat, pak scedíme. Užíváme šestkrát denně 100 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. Při lehkých kloubových onemocněních 1 až 2 roky. Abychom předešli návyku pacienta na některé složky, část drog musíme nahradit jinými se stejným účinkem. (91)

0882 • Smícháme po 200 g kořen pampelišky, kořen omanu, plod borůvky a kořen jehlice trnité a 60 g plodu kopru. Dále postupujeme jako u předpisu č. 881. (91)

0883 • Smícháme po 100 g kořen pampelišky, kůru vrby, kořen lopuchu, kořen omanu, list břízy a po 50 g list máty peprné a plod fenyklu a 30 g kůry krušiny olšové. Do 400 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi. Vaříme tři minuty, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Užíváme šestkrát denně 100 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

0884 • Smícháme po 150 g kořen omanu a kořen pampelišky, po 50 g plod borůvky, kořen jehlice trnité, nať přesličky, list máty peprné a 50 g kůry krušiny olšové. Dále postupujeme jako u receptu č. 0883. (91)

0885 • Smícháme po 150 g nať a kořen pampelišky, list kopřivy, nať přesličky a kořen pýru, 50 g kůry krušiny olšové a 30 g plodu koriandru. Dále jako u receptu č. 0883. (91)

0886 • Smícháme po 120 g kořen pampelišky, kůru vrby a kořen jehlice trnité a po 60 g list jahodový, kořen lékořice a list máty peprné. Dále jako předpis č. 0883. (91)

0887 • Smícháme po 100 g kořen omanu a lopuchu, po 60 g kořen pampelišky, list kopřivy a list břízy a po 40 g nať violky vonné a nať dobromysli obecné. Do 400 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi. Vaříme tři minuty, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Užíváme šestkrát denně 100 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

0888 • Při svalových i kloubových bolestech, při revmatismu: 20 g natě meduňky lékařské na půl litru nálevu. Teplý obklad se přikládá na bolestivá místa a suchým obvazem převáže. (78 + 66)

### Degenerace kloubů

0889 • Oddenek ostřice, nať zeměděmu, kořen čekanky, kořen pampelišky po 30 g, anýz a kopr po 5 g, ráno a večer po sklenici odvaru. (99)

0890 • Kůra krušiny olšové, květ černého rybízu, nať kopřivy, vrbová kůra, nať přesličky, list břízy - smíchejte ve stejných dávkách a připravte odvar. (99)

0891 • Lázeň, kterou aplikujeme alespoň jednou týdně: borovicové, jedlové nebo smrkové jehličí, případně list akátu, dohromady nebo jednotlivě, celkem půl kg na jednu lázeň plus 10 dkg máty. (99)

0892 • Kůra krušiny olšové, květ černého bezu, nať kopřivy, vrbová kůra, nať přesličky, list břízy - připravíme z této směsi odvar. (99)

### Dna kloubů

0893 • Vrbová kůra, kůra kaliny, kořen mydlice, kořen černého bezu, kořen jehlice trnité, makovice. Z uvedených bylin připravíme odvar. (99)

0894 • Rozemleté nebo drobně nasekané listy bezu černého rozmícháme s borovou vazelínou na kasičku. Nanášíme na bolestivé místo a teple převážeme. (78 + 66)

0895 • Oddenek puškvorce, oddenek pýru, oddenek kapradě, kořen bedrníku, list břízy, nať srdečnicku. Z uvedených bylin připravíme odvar, pijeme 2 až 3 krát denně sklenici. (99)

0896 • Dvě hlávky zelí střední velikosti rozmixovat s vodou, necedit a nalít do vany. V lázni strávit alespoň půl hodiny. Nebo: borovicové nebo jedlové či smrkové jehličí - celkem 1/2 kg povaríme, v několika litrech vody, přidáme 100 g máty a necháme vyluhovat. Odvar pak scedíme do vany. (99)

0897 • Připravíme odvar ze dvou polévkových lžic rozdrčeného rdesna ptačího, které zalijeme 500 ml vřelé vody. Vaříme 3 minuty a necháme 30 minut vyluhovat, přecezený odvar užíváme třikrát denně 150 ml před jídlem. (91)

### Bolesti kloubů, páteře, zad, svalů, úponů

0898 • Měsíčková mast: 500 g sádla, dvě hrsti květu měsíčku zahradního, jedna kulička borové pryskyřice, dvě lžičky kafru, 100 g včelího vosku, jedna hrst heřmánku. Ve vodní lázni rozpustit sádlo, vložit rozsekané květy měsíčku a květy heřmánku. Vařit na mírném ohni po tři hodiny, ponechat stát do druhého dne. Znovu nechat rozpustit na mírném ohni, přecedit a zbytky z květů měsíčku a heřmánku vylisovat (nebo rozmixovat) a znovu vlít do masti a rozmíchat. Vše procedit přes gázu do zavařovací sklenice a opět ve vodní lázni mírně vařit. K tomu přidat borovou pryskyřici zabalenou v gáze, zavěšenou na pevné niti (mírně s ní pohybovat), kafr, včelí vosk. Vařit do rozpuštění. Po vychladnutí dát do lednice - (je zdání, že z pryskyřice nic nebylo, ale rozpustí se terpentýnová silice a zbude kalafuna, jež se vyhodí). Použití: při bolestech masírovat mastí 10 až 15 minut, potom přikrýt gázou. (126).

0899 • 100 g natě přesličky rolní vložíme do dvou litrů studené vody a necháme přes noc vyluhovat. Druhý den přivedeme k varu, ale nevaříme, necháme 20 minut ustát a pak scedíme do koupele. (78 + 66)

0900 • Proti bolestem kloubů, páteře a k regeneraci tkáně: do jednoho litru 40% kořalky naložíme po 35 g třezalky, květu jírovce, kokošky pastuší tobolky a květu bezu černého. Nakládá se postupně, jak rostliny nakvétají. Dají se použít i sušené byliny. Po dvou měsících naložení vezmeme 40 g sušeného, jemně napráškovaného kořene kostivalu (použijeme tříštivý kávomlýnek) a jeden litr 40% kořalky. Kořen je nutno vařit půl hodiny. Potom odvar necháme tři dny vyluhovat, scedíme a vymačkáme přes silonovou punčochu a spojíme s extraktem z ostatních bylin. V troše lihu rozpustíme 15 g kafru a vmícháme do směsi. Uložíme v chladnu a temnu. Vtíráme do bolestivých partií. Přikládání měsíčku zahradního se dá použít i na křečové žíly. (126)

0901 • Časně na jaře před olistěním nebo na podzim po opadání listů uřízneme několik mladých vrbových větviček - letorostů, oloupeme z nich kůru, usušíme ji důkladně a rozemeleme na pra-

šek, který v přiměřeném množství vmícháme do libovolného masťového základu, třeba sádla. Bolestivá místa touto masťou ošetřujeme 2 až 3 krát denně. (136 + 47 - 131)

### Vytáhnutí rosolu, který se po uhození vytváří v kloubu (podle starého herbáře)

0902 • Do 4 g žitné mouky vmíchejte dostatečné množství sádla nebo másla a přidejte trochu bílého bezového květu a hrst heřmánku. Vše rozmíchejte na pekáči a upražte na plotně do žlutá, pak rozdělte na dva díly a zašijte do dvou lněných plochých pytlíčků. Přikládejte na postižená místa jeden pytlíček za druhým tak horké, jak jen snesete, a to dnem i nocí. (132)

### Při výronech v kloubech, vykloubeninách, při všech druzích snětí a odřeninách rukou

0903 • Používají se velké čerstvé listy devětsilu lékařského, které rozmělníme a přiložíme na nemocné místo. Opakujeme vícekrát přes den. (123)

### Při špatném krevním oběhu

0904 • Květ tužebníku jilmového, černého bezu, list jahodníku, list černého bezu, vrbová kůra, pupeny topolu, fazolové lusky - tyto drogy smíchat ve stejných dávkách a připravit odvar. (99)

### Při špatné látkové výměně

0905 • Smíchejte ve stejných dávkách kůru krušiny olšové, listy černého rybízu, nať kopřivy, kůru vrbovou, nať přesličky, list břízy a připravte odvar. (99)

### Kloubní záněty artritické

0906 • Připravíme čaj z této směsi: 20 g šalvěže list, 60 g listu artyčoku, 20 g kořene tužebníku jilmového, 20 g kořene lopuchu, 20 g bobulí jalovce, 40 g kořene pampelišky, 40 g listu ostružníku a 120 g kořene kopřivy dvoudomé. (126)

## KOLENO

### Koleno bolestivé, opuchlé

0907 • Na opuchlé koleno lze ráno a večer přiložit náplast, která je připravena ze včelího voštinového medu a drcených voštin. Za několik dní přestane koleno bolet. Pokud jsou v koleně velké bolesti, rozdrtí se v hmoždíři tři polévkové lžice jalovčinek a ty se rozvaří v půl litru jablečného octa s příměsí žlutého jílu na hustší kaši, která se v silnější vrstvě namaže na koleno. To se pak ováže mokřým obvazem a navrch ještě suchým. Tyto obklady se vyměňují každé čtyři hodiny. Při nedostupnosti jablečného octa je možno použít i obyčejný, ale jablečný je lepší. (136 + 47 - 31)

0908 • Welslerová: „Jezevčí sádlo je lepší než jelení lůj, ačkoliv i ten je dobrý, neboť jsem to sama zkusila na bolavé koleno.“ (134)

0909 • Rozmačkat na kousku plátna brambory čerstvě uvařené ve slupce a přiložit formou horkého obkladu večer na koleno, převázat a ponechat do rána. Jinak lze na příklad aplikovat kostival, který se může přidat do brambor nebo použít samostatně buď čerstvě strouhaný, nebo formou

vařené kasičky (s vodou a trochou krupice) jako obklad. (136 + 47 - 32)

0910 • Po dobu tří týdnů mazat na noc pupalkový olej. (302)

0911 • Plody jalovce dobře roztlučeme a smísíme s jablečným octem na kaši. Pak vše vaříme, až se bobulky rozvaří. Potom vezmeme kvalitní jíl a rozmísíme ho s jablečným octem a jalovcovým vývarem na hustou kaši. Vzniklou hmotu namažeme 2 cm

silně na textilii a obalíme nemocné koleno. Ponecháme několik hodin. (136 + 47-80)

### Voda v koleně

0912 • Vzit hrneček Čerstvého mléka, mírně osladit a povářit v něm tři minuty přiměřené množství heřmánku. Vyvařený heřmánek dát na obvazový materiál a na to nalít čerstvý vaječný bílek, dobře rozetřít a přiložit formou náplasti přes noc. Ráno náplast sundat a opatřit koleno elastickým obvazem, večer postup opakovat. Obvykle postačí několik těchto procedur. Pokud koleno ještě vzdoruje, je zapotřebí ještě aplikovat náplast ze strouhaného křenu a hladké mouky v poměru 1 : 1 až 1 : 2. (136+47-41)

### Houba v koleně

0913 • Pokud houba v koleně není tuberkulózní, zmizí po obkladech netřesku nebo mokré léčivé hlíny, ale dávejte je několik týdnů. (132)

### Koleno oteklé

0914 • Koupejte nohy denně nejméně čtvrt hodiny v odvaru ze směsi mateřídoušky a rebříčku, přilévát stále horký odvar, aby se řádně zapařily, načež promasírujte nahřátým jevným olejem. Pijte při tom šťávu z mrkve. Při strhaných nohách ne příliš horké koupele. (132)

0915 • 5 dílů truskavce, 5 dílů přesličky, 7 dílů máty peprné, 5 dílů tužebníku jilmového, 6 dílů kořene andělského, 5 dílů kořene čekanky, 6 dílů květu sedmikrásky, 5 dílů violky trojbarevné. Jedna čajová lžice směsi se nechá přejít varem 2 dl vody, po přecezení se pije po dobu 9 týdnů tři šálky denně. (302)

0916 • Při tzv. bílém toku obkládejte kolena třikrát denně vyměňovaným obkladem z čerstvého listí lískového - na půl litru vody hrst listí - a do poloviny vyvařit. (132)

0917 • Kolena oteklá po uhození: rozvařte v kamenném hrnku v půl litru vody větší cibuli s kouskem mychla a zamíchejte trochu žitné mouky, aby vznikla hustší kasička, kterou přikládejte ještě teplou na postižené místo. (132)

0918 • Kolena oteklá při revmatismu: kde nic nepomáhá, pomůže zaručeně mírné, ale dlouhodobé natírání otoku tzv. červeným výtažkem vilínovým (hamamelisovým). (132)

0919 • Do litru 75% lihu naložte 50 g arnikových květů, 15 g balzaminových květů, nechte 8 dní táhnout, přefiltrujte. Při použití smícháte díl roztoku s jedním dílem destilované vody studené, namočí obkladek a nevyždímaný obtočíte na koleno. (132)



**KONČETINY**

0920 • Při zmrtnění končetin: 15 dkg kopřiv \*i s kořeny oprať, nechat 24 hodin máčet ve studené vodě a pak zahřát k bodu varu. Přecedit do umývadla a v této bylinné vodě masírovat velice pečlivě každý prst ruky, celou dlaň, paži až do podpaždí. Potom do bylinného odvaru položit nohy a opět masírovat jednotlivě každý prst, chodidlo, nárt, kotník, lýtko, nohu až do třísel. Tuto masáž v teplé lázni provádět po tři dny v týdnu. Začátkem nového týdne vzít nový nálev - to vše dělat po dobu pěti týdnů. (302)

**KONEČNÍK****Svědění konečníku**

0921 • Denně sedací koupel, horkou, načež se konečník vymaže po osušení jelením lojem. (132)

0922 • Jeden díl oloveného octa rozetřete s devíti díly parafinové masti, vtírejte vždy na noc, přes den jen při nesnesitelném svědění. Zvýšený účinek zajistíte vložením malého tamponu z vaty. (132)

**Vyhřeznutí konečníku**

0923 • Na prášek rozemleté duběnky a chininové kůry po 18 g - vyvařte v půl litru destilované vody na hustší kasičku, kterou potřete na čistý klůček a vystydlou přikládejte na místo - připevnit páskou. (132)

0924 • Dvakrát denně sedací koupel v horkém odvaru dubové kůry (4 lžíce sušené kůry na dva litry vody). (132)

**Krvácení z konečníku**

0925 • Krvácení zastavíte, vložíte-li si tam kus vaty napité šťávou z čerstvých kopřiv (mladých listů). (132)

**Zánět okolí konečníku**

0926 • Provádějte denně sedací koupele (jen půl hodiny) z nálevu přesličky rolní - 200 g drogy přelít litrem vroucí vody, 10 minut vyluhovat a scedit, pak nálev přidat do sedací lázně. (30)

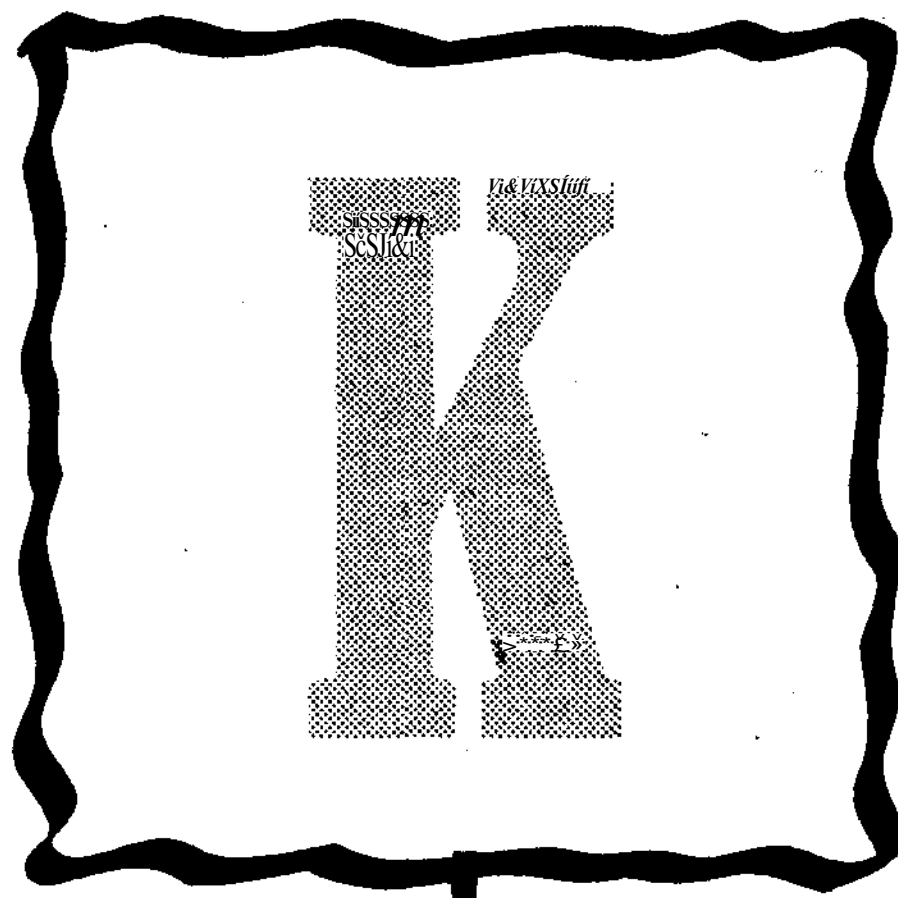
0927 • Denně na noc - dokud se nezlepší - ze spárky rozdrčených semínek pískavice a pelyňku. Na tři špetky pískavice pět špetek pelyňku - to vše na jeden koflík. (132)

0928 • Sedací lázeň z propolisu, třikrát denně do prevarené vody 1/8 litru nakapat 10 kapek propolisu. (99)

**KOPŘIVKA**

0929 • Používá se směs z dvojzubce, kopřivových listů, stvoly nebo květy rebríčku, listy černého rybízu, kořeny lopuchu a listy jahodníkové. Pro přípravu vezmeme po jedné lžici každé rostliny a zalijeme jedním litrem studené vody, pak uvedeme do varu a vaříme na mírném ohni asi 10 minut. Procedíme a bereme dvě polévkové lžíce po hodině až do zmírnění vyrážky. (126)

0930 • Připravte zapar z natě kontryhele, mořeny, stračky a květu heřmánku. (99)



0931 • Přelej tři čajové lžičky natě kopřivy šálkem vřelé vody, pět minut třeba vyluhovat a pak scedit. Vypít denně 3 až 5 šálků teplého čaje. (30)

0932 • Pomůže odvar z břízy (list), květu černého bezu, kořene hořce, andělíky, kozlíku, oddenku puškvorce a kůry krušiny olšové. (99)

0933 • Uvařte v mléce kořínek petrželový, scedte a pijte menší šálek ráno a večer. Není příjemným, ale působí výborně a rychle. (132)

0934 • Příčinou vyrážky je zánět močového měchýře nebo nepořádek v žaludku; horké obklady z odvaru senokvětů na tyto vnitřně s některým močopudným nebo projímacím čajem pomohou i od vyrážky. (132)

**Kopřivka spojená s poruchou menstruace**

0935 • Připravte odvar ze stejných dílů natě jablečnicku, třezalky, zeměžluče, rebríčku a květu hluchavky. (99)

**Kopřivka malých dětí**

0936 • Kopřivku rozeznáš takto: děti dostanou po celém těle drobné puchýřky, které je zle svědí. Vezmi dubové listy a polož je dítěti do postýlky a do lázně, když je koupeš. (134)

**KÔRNATENÍ TEPEN**

0937 • Odvar z celé rostliny přesličky rolní je neocenitelný jako preventivní prostředek proti kôrnatení tepen. (132)

0938 • Po 10 g plodu kmínu a natě routy, 15 g kořene kozlíku a 15 g natě meduňky, 20 g květu a listu hlohu a 30 g jmelí bez bobulí. Jedna polévková lžíce směsi se spaří ve čtvrt litru vařící vody, pak 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

0939 • 4 až 8 g prhových květů několik dní nechat táhnout v litru vína, scedit a pít denně na lačno jednu lžici. (132)

0940 • Vzít po 80 g květu hlohu, kořene pampelišky a šípku zbavených semen, dále po 40 g-plodu jalovce, fenyklu a listu máty peprné. Jednu polévkovou lžici směsi spařit 200 ml vroucí vody, čaj nechat 20 minut vyluhovat a pak scedit. Pije se dvakrát denně jako profylaktikum. Na každou dávku je možno přidat 1 až 2 čajové lžičky citrónové šťávy. (132)

0941 • V pitné vodě umýt tři citrony a spolu se 70 g loupavého česneku je pomlít i s kůrou na masovém strojku, poté přelít dvěma litry prevarené, ale chladné vody a nechat 24 hodin macerovat za občasného promíchání. Pak přefiltrovat přes plátno do připravených lahví. Užívat třikrát denně jednu polévkovou lžici. Po využití jedné dávky zařadit šesti-týdenní přestávku a postup je možno opakovat. Působí preventivně i proti zvýšení krevního tlaku. (136 + 47 - 48)

0942 • 30 g smetanky lékařské, 20 g natě rebríčku obecného, 20 g kořene pýru plazivého a 20 g kořene kozlíku lékařského. Nálev: polévková lžíce směsi na šálek vody. Pije se jeden šálek ráno před jídlem. (78 + 66)

0943 • Připravte mast: do 5 g výtažku hřebíčkového a muškátového másla po 2 g oleje ricinového a výtažku jalovcového nechtě týden táhnouti v 8 g 95% lihu, přefiltrujte a utřete filtrát



s čerstvým máslem a trochou alkoholu na jemnou mastičku. Slouží jako vtíradlo ke zmírnění vnitřních bolestí a je nezbytným doplňkem každého léčení záludného kórnatení tepen. (132)

0944 • Do třech šálků studené vody dáme tři čajové lžičky kořene kozlíku lékařského a tři lžice jmelí a necháme 8 hodin vyluhovat. Mimo to smícháme 10 g plodů kmínu, 10 g routy vonné. Směs prelejeme třemi šálky vroucí vody, necháme pak 5 minut vyluhovat. Studený macerát z kozlíku a jmelí smícháme s nálevem a scedíme. Během dne se pijí tři šálky teplého čaje. (30)

0945 • Česnekový likér proti kórnatení tepen: nechtě táhnout 50 g ustrouhaný česnek v 220 g 90% alkoholu celý měsíc, pak slejte. Denně na lačno 1 až 2 kávové lžičky. (132)

0946 • 30 g listu jmelí bílého, 20 g květu hlohu obecného, 15 g listu meduňky lékařské a 10 g routy vonné. Macerát: polévková lžice směsi se zalije dvěma šálky vroucí vody a nechá přes noc vyluhovat. Čaj se pije během dne po malých dávkách. Mohou se užívat až 3 šálky denně. Upozorňujeme, že routa může u někoho způsobit alergii a nutno ji pak ze směsi vyloučit. (78 + 66)

0947 • 30 g listu jmelí bílého, 30 g natě přesličky rolní, 30 g rebríčku obecného, 10 g natě mochny husí. Macerát: polévková lžice směsi se zalije dvěma šálky chladné vody a nechá se vyluhovat 3 hodiny. Pak se 5 minut povarí a nechá 15 minut stát. Pijí se dva šálky během dne. (78 + 66)

0948 • 50 g plodu šípku, 20 g natě rdesna ptačího (truska-vec), 20 g natě rebríčku obecného a 20 g listu máty peprné. Nálev: polévková lžice směsi na šálek vody. Pije se 2 až 3 krát denně po šálku čaje. (78 + 66)

0949 • 20 g listu meduňky lékařské, 20 g natě mateřídoušky obecné, 20 g natě přesličky rolní, 15 g divizny velkokvěté a 10 g heřmánku lékařského. Odvar: deset kávových lžiček se nasype do 300 ml studené vody, která se zahřeje, až krátce přejde var. Potom se směs nechá ještě 20 minut stát pod pokličkou. Pije se ráno a večer po šálku čaje. (78 + 66)

0950 • 25 g kořene kozlíku lékařského, 20 g květu heřmánku lékařského, 20 g natě přesličky rolní. Nálev: pijí se tři šálky denně. (78 + 66)

0951 • Do tří šálků studené vody dáme tři čajové lžičky jmelí a necháme 8 hodin vyluhovat. Jinak smícháme 10 g květu arniky prhy, 30 g listu meduňky a 30 g natě třezalky. Tři čajové lžičky této směsi prelejeme třemi šálky vroucí vody a necháme pět minut vyluhovat. Studený macerát z jmelí smícháme s nálevem a scedíme. Vypijeme během dne tři šálky teplého čaje. (30)

0952 • Vzít po 20 g routy a kmínu, po 30 g meduňky a kozlíku, 40 g hlohového květu s listem (nebo 50 g hložinek) a 60 g jmelí. Dvě polévkové lžice přelít navečer 500 ml chladné prevarené vody, ráno scedit, neohřívát a pít po doušcích během dne. (136 + 47-62)

0953 • Vzít po 80 g květu hlohu, kořene pampelišky a šípků zbavených semen, 30 g třezalky tečkované, 30 g listu meduňky a 10 g květu arniky prhy. Čajovou lžičku této směsi na šálek vody, prelejeme vřelou vodou a necháme 10 minut vyluhovat. Pijeme dva šálky teplého čaje denně. (130)



0954 • Pijte denně 4 koflíky teplé a dvakrát prevarené natě z rosnatky. (132)

0955 • 30 g natě třezalky tečkované, 30 g listu jmelí, 25 g macešky rolní, 25 g listu s květem hlohu a 25 g lusků bez semen fazole obecného. Nálev: pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

0956 • V půl litru kvalitní borovičky namočit 400 g (rozumí se hrubá hmotnost ve slupce) česneku a jednu polévkovou lžici hořcového kořene a vyluhovat 2 týdny při pokojové teplotě, potom prolisovat. Užívat každé ráno jednu polévkovou lžičku výluhu, spolu s pohárkem vlažné vody, na lačno, před snídaní. (136 + 47 - 62)

0957 • 10 g plodu kmínu, 10 g natě routy vonné, 15 g kořene kozlíku lékařského, 15 g listu meduňky, 20 g hlohu, 30 g jmelí. Tři čajové lžičky kozlíku ajmelí naložte na noc do tří šálků studené vody, ostatní složky smíchejte v uvedeném poměru. Ráno 3 čajové lžice směsi přelít třemi šálky vroucí vody a nechat 5 minut vyluhovat. Studený výluh a nálev smíchat, scedit. Pijí se během dne 3 šálky teplého čaje. (303)

0958 • 25 g listu s květem hlohu, 20 g listu jmelí bílého, 20 g natě rebríčku obecného, 15 g prhy horské. Nálev: pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

0959 • Vezmeme 100 g listu břízy bílé a tři čajové lžičky drogy přelijeme půl litrem vroucí vody. Vyluhovat 5 minut a pak scedit. Ráno, v poledne a večer pijeme šálek teplého čaje, oslazeného medem. (30)

0960 • 20 g šalvěže luční, 25 g hlohu, 5 g levandule, 20 g bedrníku kořen, 30 g truskavce. Půl šálku teplého nálevu před snídaní a celý před spaním. Vaří se v destilované vodě. Omezit veškeré nápoje na nejmenší míru. (132)

#### Kórnatení tepen spojené s vysokým krevním tlakem

0961 • Tři lžičky jmelí dáme do tří šálků studené vody a necháme 8 hodin vyluhovat. Mimo to smícháme 10 g natě mochny husí, 10 g natě routy vonné, 30 g rebríčku a 30 g natě přesličky. Tři čajové lžičky této směsi prelejeme třemi šálky vroucí vody a necháme 5 minut vyluhovat. Studený macerát ze jmelí smícháme s nálevem a scedíme. Během dne pijí se po douškách tři šálky teplého čaje. (30)

0962 • Arterioskleróza spojená s vysokým krevním tlakem a srdečními potížemi: Do dvou šálků studené vody dáme dvě čajové lžičky jmelí a necháme 8 hodin vyluhovat. Mimo to smícháme 15 g květu hlohu, 15 g natě přesličky, 15 g stroužku česneku, jen 5 g prhy chlumní arniky a 100 g natě rebríčku. Dvě čajové lžičky této směsi přelijeme dvěma šálky vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat. Studený macerát ze jmelí smícháme s nálevem a scedíme. Během dne se pijí po doušcích dva šálky teplého čaje. (30)

0963 • Při koronární skleróze a vysokém arteriálním tlaku: po 20 g listu břízy a máty peprné, květu černého bezu, levandule a lípy, kořene jehlice trnité a kozlíku lékařského, natě saturejky a rozchodníku ostrého, po 40 g nať jmelí, květ hlohu, plod hlohu a list meduňky a 10 g chmele. Jednu polévkovou lžici této směsi spaříme čtvrt litrem vařící vody a necháme 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)



0964 • Jednu lžičku řezané sušené natě jmelí bílého přelijeme čtvrt litrem studené vody a necháme 12 hodin vyluhovat. Pijeme vlažný po doušcích, ráno a večer jeden šálek (maximálně 5 g drogy denně a se souhlasem lékaře). (14)

### Proti kôrnatení tepen

09665 • Proti kôrnatení tepen, začínající chřipce, ale i při nechutenství, žaludečních křečích, plynatosti, žaludečním a střevním kataru: tři lžice řezané natě rebríčku obecného na půl litru vody. Přelijeme vařící vodou a necháme 15 minut louhovat. Pijeme chladný, jeden, výjimečně dva šálky denně. (14)

## KOST

### Zánět kostí

0966 • Smíchejte 30 dílů rozstrouhaného černého mýdla se 4 díly prhové tinktury a 1 dílem benzoové kyseliny a tolik dílů glycerinu, až vznikne vláčná, hustší mast. Vetřete ji na postižené místo, načež přiložte ještě teplý nahřátý obkladek z tohoto. (132)

0967 • Přikládejte pilně obklady teplé z vývaru rozemletého semínka pískavice řeckého sena. Jedna lžička prášku k rozmocení ve skleničce studené vody, pak 8 minut povařit s trochou vinného octa. (132)

### Hnisání kostí

0968 • Užívejte častěji v týdnu z počátku alespoň třikrát týdně, tedy ob den koupele z listí ořechového. 1,5 kg listů jen sušených rozvařte v 10 l vody a po scezení vlejte do vany k ostatní vodě, teplé 35 °C. (132)

### Měknutí kostí

0969 • Mleté semeno řeckého sena léčí různé kostní choroby. 4krát denně vypijeme pohárek čaje z natě rebríčku a tím vždy zapijeme půl čajové lžičky mletého semene řeckého sena. Jednou týdně provedeme celkovou koupel cca ze 200 g bylin, doba koupele asi 20 minut. Lidé náchylní k srdečním potížím mají mít srdce mimo lázeň a nebo si na ně přiloží studený obklad. Kromě toho je vhodné řebříčkovou esenci vtírat do postižených údů a případně celého těla. Na sluníčku trhané květy rebríčku naplníme až po hrdlo zavařovací lahve a zalijeme dobrým koňakem. 10 dní vyluhujeme a používáme jako mazání. (123)

0970 • Přikládejte obklady odvaru z natě konitrudové. (132)

### Při chorobách kostní dřene

0971 • Aplikujeme čajovou kúru, koupele a masáže s řebříčkovou tinkturou. Tinkтуру připravíme tak, že láhev naplníme po hrdlo květy rebríčku nasbíraného za slunečního dne a zalejeme 38 až 40% samožitnou nebo jinou ovocnou pálenkou. Necháme stát 14 dní na slunci nebo u kamen. (123)

## KOŽNÍ CHOROBY

### Kožní záněty

0972 • Zánětlivá kožní onemocnění, hnisavé a špatně se hojící rány: 30 g natě přesličky rolní dáme do půl litru studené vody a necháme maceřovat dvě hodiny. Pak 15 minut povaríme

a 15 minut vyluhujeme. Používá se k omývání nebo k obkladům. (78 + 66)

0973 • Při onemocněních uvedených v receptu č. 0972: 50 g listu ostružiníku krovitého vsypeme do půl litru studené vody, povaríme 2 minuty, 10 minut necháme vyluhovat. Používáme na omývání a obklady. (78 + 66)

0974 • 4 až 6 g šťávy z řeřišnice potoční utřete s 30 g čerstvého nesoleného másla na řidší mast, kterou vtírejte do postižených míst. (132)

0975 • Kávovou lžičku semene pískavice řeckého sena rozvaříme s malým množstvím vody na kasičku. Rozetřeme na gázu potřebné velikosti a přiložíme teplý obklad, který ještě zabalíme. Měníme alespoň dvakrát denně. (78 + 66)

0976 • Při zánětlivých kožních onemocněních vezmeme 10 g lnice květel (nať), svaříme se čtvrt litrem mléka na kašovitou směs kterou rozetřeme na gázu nebo pláténko potřebné velikosti a teplou přiložíme na 15 až 20 minut na nemocné místo pokožky. (78 + 66)

0977 • 20 g listu břízy a kopřivy, 30 g natě macešky tužebníku jilmového - jednu čajovou lžičku směsi bylin spařte čtvrt litrem vařící vody, 20 minut vyluhujte. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

0978 • 50 g čerstvé celerové šťávy tlačené z hlíz, 20 g octa 8%, 30 g prevarené vody, 2 g kuchyňské soli. Aplikovat formou obkladů. (136 + 47 - 76)

0979 • Léčíme čerstvou šťávou vytlačenou z celeru, kterou smícháme s menším množstvím octa, nejlépe vinného. Velmi mírně osolit. Používat formou obkladů na zanícená místa. (136 + 47-202)

### Kožní onemocnění chronické

0980 • 30 g natě dvb Zubce trojdílného, 20 g kořene čekanky, 20 g listu a kořene pampelišky, 10 g plodu fenyklu, 20 g natě macešky, 10 g kůry krušiny olšové. Jednu čajovou lžičku směsi vařit 5 minut, pak 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (30)

0981 • Vše po 25 g: list břízy, nať macešky trojbarevné, květ tužebníku jilmového a nať kopřivy. Tři čajové lžičky směsi přelít půl litrem vroucí vody, 5 minut nechat vyluhovat, scedit a pít denně 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

0982 • 5 g kořene čekanky, 5 g kořene pampelišky, 10 g listu vachty, 20 g plodu fenyklu, 30 g natě macešky trojbarevné a 30 g krušiny olšové kůry. Jednu čajovou lžičku této směsi na šálek vody, vaří se 5 až 10 minut, po scedění se pije denně 3 šálky teplého čaje. (30)

0983 • Smíchat 20 g-krušiny olšové kůry, 20 g listu břízy, 20 g natě macešky trojbarevné, 20 g květu bezu černého, 10 g plodu fenyklu a 10 g kořene lékořice. Jedna čajová lžička směsi na jeden šálek vody, vaří se 5 až 10 minut, po scezení se pije třikrát denně šálek teplého čaje. (30)

### Nádor kůže

0984 • Spařte 60 g čerstvých nebo sušených květů maceškových litrem vařící vody a užívejte čtyři lžice teplé spárky denně. (132)

**Boláky a jiné kožní choroby**

0985 • Vrchovatou polévkovou lžící mleté pískavice a stejně množství mletého lněného semene 5 minut povaríme ve 3/8 mléka na řídkou kaši a necháme pak trochu vychladnout. Bolák se zatím čistě lékařským benzinem vymyje, kasička se na 1 cm silně natře na plátno, organickým přikryje a ještě teplá na ránu přiloží a zavine. Poněvadž při hojení mast „táhne“, ponecháme uprostřed náplasti malý otvor, kudy tvořící se hnis odtéká. Náplast každého dne obnovujeme. Zbývající kasičku uschováme a vždy před upotřebením ve vodní lázni přihřejeme a teplou na bolák přikládáme. Boláky se takto rychle hojí. (107)

0986 • Rozpusťte stejný díl terpentýnu nebo hovězího loje, 20 g šafránu, povarte ve vodní lázni, odstavte za půl hodiny a do vychládajícího utřete dva žloutky. Mast přikládejte nanesenou na klůčku, jemně přihřátou. Nechtě několik dní, až proschne. (132)

0987 • Po 25 výhoncích borovice, listu ořešáku, jahodníku a ostružiníku, květu rebríčku a trnky, plodu jalovce, natě marinky vonné, 30 g kořene lopuchu, po 40 g natě třezalky, listu jitrocele a kopřivy, 50 g květu petrklíče a 100 g natě řepíku. Jednu polévkovou lžící směsi spaříme čtvrt litrem vařící vody, 20 minut necháme vyluhovat. Pijeme třikrát denně před jídlem. (126)

0988 • Žampion zahradní - *Agaricus hortensis* a žampion dvouvýtrusný - *Agaricus bisporus*. Roku 1944 publikoval francouzský lékař Paul Daugin, že sušená droga z žampionů má léčebný účinek na některé alergické choroby, zejména kožní. Tato práce, doložená podrobnou kazuistikou o 86 léčených pacientech, se zakládala na náhodném pozorování nemocného s kopřivkou, která vzdorovala jakékoliv obvyklé léčbě, náhle vyléčeného, když se byl před tím přejedl velkým množstvím žampionů. (109 + 128)

0989 • *Cinnamomum camphora* je stále zelený mohutný strom, z něhož se pro léčebné účely používá dřevo, kořeny a listy. Hlavní účinnou látkou je kafir. Mast na kožní afekty se užívá z prášku kořene a listů, na koupele jsou vhodné listy a dřevo. (114)

0990 • Nad mírným ohněm rozpálí se olivový olej, do něho se dá stejný díl pravého včelího vosku, spolu dobře promíchá a dá pak zchladnout. Po zchladnutí musí být směs vláčná. Je-li směs hustá, přidá se oleje, je-li řídká, přidá se vosku. Takto připravenou mast použijeme jako u receptu č. 0985. Tato mast zahojila i snětlivé rány, jimž hrozil operativní zákrok. (107)

0991 • Boláky - náplast z hlíny: z lékárny nebo drogerie si opatříme bílou hlinku (*bolus alba*). Jeden kilogram mladé dubové kůry na drobno nařezané povaríme jednu a půl hodinu ve třech litrech vody. V odvaru povaríme ještě 30 g mateřídoušky, 30 g nátržniku, 30 g kořene kostivalu, 30 g přeličky, 30 g šalvěje po 30 minut. Ze silného odvaru těchto bylin (70 g směsi na jeden litr vody) uděláme hladké těsto, které nanese v silné vrstvě na plátěnko a přiložíme na rány. Náplast měníme podle povahy choroby. (107)

**Při kožních vyrážkách a hnisavých procesech**

0992 • Půl kg čerstvých listů nebo oplodí ořešáku královského vaříme půl hodiny v jednom litru

vody. Necháme vychladnout a precedíme do lázně. Užíváme při kožních vyrážkách všeho druhu a při hnisavých procesech. (14)

**Při kožních potížích a při poruchách žlučníku, jater, prostaty**

0993 • 1 až 2 čajové lžičky natě zlatobýlu přelít jedním šálkem studené vody, ohřát do varu, nechat dvě minuty táhnout. Tři šálky čaje denně je správné dávkování. (126)

**Při vitiligu**

0994 • Smícháme 200 g plodu chebzu a po 50 g list máty peprné, list meduňky, nať zeměžluče, kořen lopuchu a nať řepíku. Do 500 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice této směsi, vaříme 3 minuty a necháme 30 minut vyluhovat, pak scedíme. Užíváme šestkrát denně 70 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

0995 • Na prach rozdrtíme 300 g suchých plodů chebzu (chebdi) a užíváme třikrát denně jednu čajovou lžičku. (91)

**Svědění kůže a pokožky**

0996 • Smíchejte 3 g kyseliny salicylové, 17 g lanolinu, 5 g metholu, 5 g olivového oleje na kasičku. Vetřete do kůže pokaždé, jakmile ucítíte palčivost a chtěli byste se škrábat. (132)

0997 • Směs 40 g drcených jalovčinek, po 30 g natě meduňky a květu třapatky nachové, po 20 g listu máty peprné, listu kopřivy a květu heřmánku a 10 g natě tymiánu. Dvě čajové lžičky směsi přelít večer půl litrem vařící vody, nechat 15 až 20 minut vyluhovat a pak scedit. Polovinu vypít hned, druhou polovinu z malé termosky ráno na lačno. Doba léčby je jeden měsíc. (136 + 47 - 131)

0998 • Oloupeme bramboru, nařežeme ji na plátky a těmi potíráme svědicí místa. Při úporném svědění je dokonce můžeme přiložit formou kašovitého obkladu. (136 + 47 - 138)

**Puchýřovitě onemocnění**

0999 • K vnitřní léčbě používáme pšenici, ječmen, oves. Obiloviny každý den střídáme. Ve dvou litrech vody máčíme obilí přes noc, ráno hodinu povaríme a precedíme. Do vývaru přidávat přiměřené množství listu máty a ještě necháme přejít varem. Vařené obilí je třeba sníst během dne (v množství cca 1/4 kg), vývar pijeme studený-místo vody. Nemocná místa ošetřujeme jedenkrát denně jednou z těchto dvou náplastí:

1. po 30 g kořene kopřivy, natě šřovíku a 10 g natě rebríčku. Jemně rozřezané drogy povaríme asi půl hodiny v litru dobrého mléka za nepřetržitého míchání odkorněným klacíkem. Pak přidáme 4 polévkové lžice medu a ještě 10 minut vaříme. Precedíme a uschováme. (136 + 47 - 73)

1000 •

2. po 100 g drcených šípků, kořene šřovíku a kořene kostivalu. Drobně řezané drogy přelijeme litrem mléka, přidáme šest polévkových lžic medu, vaříme půl hodiny jako u prvního případu. (136 + 47 - 73)



**Při hnisavých kožních komplikacích**

1001 • Při hnisavých kožních komplikacích, při vyrážkách, vředech a ekzémech, se doporučuje přikládat obklady namočené v nálevu připraveného z květů sedmikrásky obecné. (305)

**Praskliny kůže na ruce, nohou a na rtech, které vznikají zejména za mrazivého počasí**

1002 • Můžeme ošetřit mastí připravenou tak, že dvě čajové lžičky drobně rozdrcených oddenků mochny nátržníku se ve vodní lázni povarí v decilitrové skleničce másla a ještě za tepla se přefiltrují přes gázu. Mast se musí uchovat v chladnu. (335)

1003 • Doporučuje se někdy mast připravená tímto způsobem: 5 g drobně nakrájených kořenů mochny nátržníku se povarí pět minut ve sklenici másla a ještě za tepla se scedí přes gázu. (106 + 009)

**Po amputacích, při počínajícím hnisání, bércových vředech, při menstruačních potížích**

1004 • Přelete dvě čajové lžičky sušeného květu měsíčku lékařského dvěma sklenicemi vroucí vody a nechte vyloužit. Tuto dávku čaje denně vypijte. (23)

**Strupovitost - prašivka**

1005 • Hrst čerstvých vlaštovičnickových kořínků dobře umytých, oschlých a na drobno posekaných prosolte, přidejte lžici octa a svařte s vepřovým sádlem na vláčnou masťičku. Natírat třikrát denně. (132)

1006 • Při nečisté pokožce a mléčném strupu je radno pít třikrát denně šálek čaje připravený ze dvou čajových lžiček violky trojbarevné, které přelijeme šálkem vroucí vody a necháme odstát 10 minut. (126)

**K utišení všech vnitřních a zvláště podkožních bolestí**

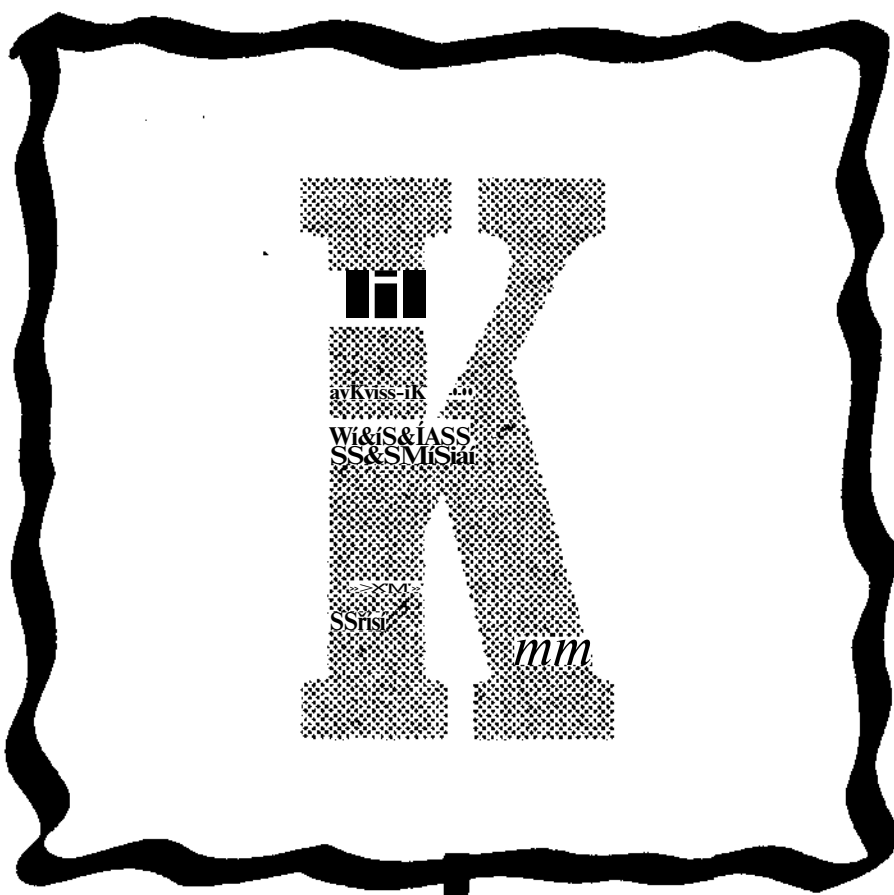
1007 • Svařte stejným dílem pšeničné otruby a žitnou mouku na kasičku a ještě teplé vložte mezi dva lněné šátky, které jste předtím posypali důkladně na prášek rozemletými otrubami a přiložte ještě horké na bolestivé místo. Po vychladnutí přihřejte a použijte znovu. (132)

**Univerzální čaj zlepšující funkci pokožky, jater, střev a ledvin**

1008 • Směs stejných dílů tužebníku jilmového, kořene pampelišky, krušínové kůry, natě jablečnicku a oddenků pýru. Jedna polévková lžice směsi se nechá asi 6 hodin macerovat, potom se krátce povaří, po vychladnutí na příjemnou teplotu se scedí a podává neslazená a na lačno. (136+47-29)

**Při kožní tuberkulóze**

1009 • Smícháme po 50 g nať řepíku, kořen pakostu a nať přesličky a po 30 g kořen lopuchu, kořen pampelišky a plod růže (šípku). Do 500 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice této směsi, vaříme 3 minuty, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Odvar užíváme třikrát denně 80 až 150ml-podle věku. (132)

**KREV****Čištění krve**

1010 • Čaj pročišťující krev připravíme tak, že prelejeme 2 až 3 g sušeného květu brutnáku lékařského nebo 10 g sušeného listu této drogy jednou sklenicí vřelé vody a necháme v uzavřené nádobě vyloužit. Pijeme během dne jednu sklenici cukrem oslazeného čaje, léčbo-provádíme 3 až 4 týdny. Tento čaj také snižuje dráždivost a posiluje nervový systém. (23)

1011 • K čištění krve podáváme odvar z 5 g měsíčku, slézového listí, kořene pampelišky, šalvěje, 10 g jalovčinek a 15 g přesličky. Teplý odvar podáváme před snídaní a před spaním. (132)

1012 • 20 g kořene lopuchu, po 10 g dvouzubce trojdlílného, listu lesního jahodníku, natě meduňky a hluchavkového květu. Jednu polévkovou lžici směsi povaríme jednu minutu ve čtvrt litru vody. Necháme 15 minut vyluhovat, scedíme a podáváme třikrát denně na lačno. (136 + 47 - 005)

1013 • Smícháme 20 g natě kopřivy, 20 g květu bezu černého, 20 g trnky a 40 g listu břízy. Směs prelejeme (1 čaj. lžičku) šálkem vřelé vody a necháme 5 minut vyluhovat. Pak scedíme. Pijeme denně 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

1014 • Přidejte 2 čajové lžičky roztlučené sušené kůry řešetláku krušiny do dvou sklenic studené vody a nechte 12 hodin vyluhovat. Tuto dávku během dne vypijte. (23)

1015 • Přelete jednu polévkovou lžici řezané kůry řešetláku krušiny jedním šálkem vroucí vody a nechte krátce povařit. Tuto dávku během dne vypijte. Pozor: moč barví do červena. Nevhodné pro ženy v těhotenství. Působí proti zácpě vyvolané nedostatečnou činností střev. Preventivně se užívá proti žlučnickým potížím. (23)

1016 • 10 g listu ostružiníku, 30 g listu maliníku, 30 g listu rybízu černého. Všechny složky smícháme v uvedeném poměru. Čajovou lžičku této směsi přelijeme šálkem vroucí vody, necháme pět minut vyluhovat a scedíme. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. (30)

1017 • 5 g natě tymiánu, 20 g listu meduňky, 25 g natě marinky vonné a 100 g listu jahodníku smícháme v uvedeném poměru, tři čajové lžičky této směsi prelejeme půl litrem vroucí vody, necháme pět minut vyluhovat a scedíme. Pijí se denně 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

1018 • 10 g plodu fenyklu, 10 g heřmánku, 15 g lipového květu, 15 g listu meduňky, 20 g květu bezu černého a 30 g listu máty peprné. Všechny složky smícháme v uvedeném poměru a tři čajové lžičky této směsi prelejeme půl litrem vroucí vody, necháme pět minut vyluhovat a scedíme. Pijí se denně 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

1019 • Připravíme směs stejných dílů kořene lékořice, kořene a natě pampelišky, listu máty peprné, natě jablečnicku, natě rebríčku, kořene andělíky, natě čubetu benedyktu, kořene proskurníku, drceňých jalovčinek, natě zlatobýlu a natě vachty. Vachtu lze nahradit kořenem omanu. Vrchovatou polévkovou lžici směsi spaříme čtvrt litrem vřelé vody a necháme pod pokličkou ustát 3 hodiny. Pak precedíme, mírně přihřejeme a neslazené vypijeme, před jídlem. (136 + 47 - 52)



1020 • 20 g jablečnicku, 20 g květu černého bezu, 20 g kořene lopuchu, 15 g kořene jehlice, 10 g dobromysli. (136 + 47 - 31)

1021 • 30 g listu kopřivy, 20 g natě třezalky, 20 g natě rebríčku, 20 g natě nebo kořene čekanky, 10 g listu rozmarýny nebo šalvěže. Dvě čajové lžičky této směsi prelejeme sklenicí vroucí vody, necháme 15 minut ustát, scedíme a pijeme na lačno třikrát denně. Účinky čaje také při zácpě, příznivý vliv i na funkce jater a na látkovou výměnu. (56)

1022 • 200 g kořene pýru plazivého, 100 g kořene lopuchu, 50 g natě rebríčku, 50 g natě mateřídoušky, 50 g kůry krušiny, 50 g fenyklu, kmínu nebo anýzu. Štipec této směsi přelít sklenicí vařící vody, chvíli nechat ustát. Scedit a pít půl hodiny před jídlem 2 až 3 krát denně do využívání celé dávky. (136 + 47 - 69)

1023 • Hrst semletých kořínků macešky polní a půl hrsti natě nechtě táhnout přes den v litru vody pramenité, pak 5 minut povařit a scedit. Pijte studený po lžičkách. (132)

1024 • 50 g prvosenky jarní nebo vyšší, 50 g mladých výhonků bezu černého, 15 g listů kopřivy a 15 g kořene pampelišky - jednu vrchovatou čajovou lžičku směsi na čtvrt litru vody. Spaříme, necháme tři minuty vyluhovat. Přes den se pijí po doušcích dva šálky čaje, můžeme přisladit trochou medu. (123)

1025 • K čištění krve a k podporování činnosti ledvin pořídíme vodní výluh z 15 až 20 g oddenku (2 lžice) pýru plazivého přelitého půl litrem vařící vody. Necháme 10 minut vařit a 20 minut stát. Po scezení pijeme pětkrát denně po třech hodinách 1 dl přislazený šťávou z plodů bezinky nebo medu. (325)

1026 • 5 g měsíčku, 5 g listů slézového, 10 g jalovčinek, 10 g macešky, 5 g kořene pampelišky, 5 g šalvěže, 15 g přesličky. Před snídaní a před spaním pijeme šálek teplého odvaru. (132)

1027 • K čištění krve, ledvin, močového měchýře, žaludku připravíme tento čaj: 30 g květu trnky obecné polejeme litrem vařící vody, precedíme a do horkého nálevu vhodíme 30 g usušených a rozkrájených plodů trnky, které necháme 20 minut povařit. Čaj takto upravený je velice lahodný a má přímo kouzelnou moc. (132)

1028 • Dbejte na upravidelnění stolice. Nejlepším domácím prostředkem jsou květy trnky, sbírané na jaře. Květy se nechají uschnout na větvičkách, pak se teprve zdrhnou. (132)

1029 • Osvědčeným prostředkem k čištění krve je čaj, připravený ze stejných dílů listů jahodníku, maliníku a ostružiníku a dvounásobného dílu plodu trnky obecné. Čajovou lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vřelé vody a necháme 10 minut vyluhovat. Čaj, který můžeme přisladit medem nebo bylinným sirupem, pijeme třikrát denně po doušcích. (130)

1030 • K čištění krve a zmenšení bolesti revmatiků je osvědčený čaj z 20 g listů břízy, 20 g oplodí a fazolí, 10 g nať přesličky, 10 g nať a kořenu pampelišky, 10 g listů máty peprné. Jednu vrchovatou čajovou lžičku této směsi přelijeme jedním šálkem studené vody, pomalu zahřejeme do varu, pět minut necháme louhovat, scedíme a pijeme 2 až 3 krát denně jeden šálek. (126)

K

1031 • Pomáhá zvykání bobulí jalovce obecného. Denně se užije 5 až 8 bobulí - při ledvinových potřích je nutno se vyvarovat větších dávek. Kúru je nutno provádět nejdéle 6 týdnů. Nepoužívat v těhotenství. (23)

1032 • Kdo chceš na jaře své šťávy a krev vyčistiti a zastaralé látky snáze a přirozeněji odstraniti, vezmi 6 až 8 bezových listů, rozřež je nadrobno a nech asi 10 minut vařit na thé. Za léčení uživej každodenně ráno na lačný žaludek jeden šálek tohoto thé a pak

asi za hodinu snídej. (56)

1033 • Po jednom váhovém dílu listu jahodníku, listu ostružiníku a listu maliníku. Listy necháme několik dní pechované zavadnout, teprve pak dosoušíme. Dvě lžičky směsi na čtvrt litru vody - přelijeme vroucí vodou a necháme vychladnout. Pijeme naráz na lačno a večer po jednom šálku. (14)

1034 • Smíchejte 30 g listu a kořene pampelišky, po 40 g listu ostružiníku, maliníku a černého rybízu. Jednu čajovou lžičku této směsi spařit čtvrt litrem vařící vody, nechat dvě minuty vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

1035 • Prostředek pro čištění krve, dále při kurdějích, svědivém zánětu kůže, vředech v dutině ústní, zánětu dásní: užívá se ve svěžím stavu nař potočnice lékařské - denně plná hrst, a to buď jako salát, v tvarohu, nebo jako obloha na chleby. Léčebná kúra nemá trvat déle než 3 až 4 týdny. Při slabém pálení močové roury je třeba kúru přerušit. (23)

1036 • Doporučuje se směs: petrklíč 50 g, mladé výhonky bezu černého 50 g, kopřiva 15 g, kořen pampelišky 15 g. Jedna čajová lžička směsi na půl litru vařící vody, spaříme a necháme tři minuty vyluhovat. Po doušcích pijeme přes den dva šálky čaje, můžeme jej osladit medem. (303)

1037 • Smíchejte 30 g listu kopřivy, 20 g květu černého bezu, 30 g květu trnky, 30 g listu břízy a 30 g listu i kořene pampelišky. Jednu polévkovou lžici směsi spařit litrem vody, 40 minut nechat vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

1038 • Pro čištění krve a jako prostředek močopudný při revmatismu a dně: dvě lžičky sušených drčených plodů jalovce zalijeme čtvrt litrem vody a necháme přes noc vyluhovat. Pijeme dva šálky denně. Zároveň užíváme při kožních onemocněních. (14)

1039 • Po 4 lžících kořene smetanky lékařské, kořene čekanky, oddenku pýru a 1 lžice semene fenyklu. Dvě lžičky této směsi na čtvrt litru vody, 15 minut povaříme, necháme stát do vychladnutí a užíváme dva šálky denně. (14)

1040 • 10 lžic listu břízy bradavičnaté, 5 lžic listu kopřivy, 5 lžic květu bezu černého, 5 lžic květu trnky. Čtyři lžice této směsi na čtvrt litru vody, necháme přejít varem, na 15 minut odstavíme a pak scedíme. Čaj se pije teplý, ráno a večer jeden šálek. (40 + 45)

1041 • Kořen smetanky a čekanky a oddenek pýru po 4 lžících a semeno fenyklu jedna lžice. Dvě lžičky této směsi na čtvrt litru vody, 15 minut povaříme a pak necháme stát do vychladnutí. Užívají se dva šálky denně. (40 + 45)

1042 • List jahodníku a ostružiníku, list maliníku - po jednom váhovém dílu, dva díly listů břízy a kopřivy. Dvě lžičky směsi na čtvrt litru

58

vody, přelijeme vřelou vodou a necháme vychladnout. Pijeme ráno a večer po jednom šálku. (130)

### Ke snížení hladiny cukru v krvi

1043 • Připravíme obvyklým způsobem čaj z směsi stejného množství sušených listů kopřivy, marinky vonné a lipového květu. (322)

1044 • 5 dílů borůvkového listí, jeden díl celé skořice a 5 dílů třezalky. Pijeme denně jeden šálek teplého čaje po dobu 5 týdnů. (302)

### Podpora léčby krevních chorob „Bylinná krev“

1045 • 40% šťáva z červené řepy, 30% šťáva z černého rybízu, 20% šťáva z kořene pampelišky, 10% šťáva z bezinek (sterilizovaná). Užívat na lačno 3krát denně po 50 ml. Pro zesílení účinku je možno v létě současně podávat po jedné polévkové lžici šťávy z kopřiv. (136 + 47 - 97)

### Krev příliš ostrá

1046 • Spařte 100 g plicníku litrem vařící vody, nechte 10 minut táhnout, scedte a pijte koflík denně na lačno. (132)

### Chrlení krve

1047 • 20 g jitrocelů, 30 g kokošky, 10 g kopřivy, 20 g kostivalu, 20 g popence. Odvar se pije studený po celý den v hodinových intervalech vždy několik polévkových lžic. (132)

### Při nedostatku vitamínu H

1048 • Rozmelníme na prášek nař řepíku, bukvice, list kopřivy a semeno pískavice řeckého sena a necelé půl lžičky užíváme dvakrát denně. (99)

## KREVNÍ OBĚH

### Špatný krevní oběh

1049 • Pro zlepšení krevního oběhu: 15 g listu plané lesní máty přelit večer čtvrtlitrem bílého vína a stejným množstvím vody a nechat ustát až do rána. Ráno 5 minut povařit, 10 minut nechat ustát a scedit. Pít 2 až 3krát denně po malém pohárku, zajídat jablečným kompotem. (136+47-80)

1050 • Likér petrželový: do jednoho dílu 60% lihu nebo dobré žitné kořalky vmíchejte jeden díl šťávy vytlačené z čerstvých listů a natě petrželové. Denně na lačno a večer před spaním místo obvyklé sklenice piva. (132)

1051 • Vanové koupele ze senné drtě: Na celou vanovou koupel (60 až 100 litrů obsahu) bereme půl až jeden a půl litru čisté, zdravé a dobře osáté senné drtě. K senné drti přidáváme vždy některé z vonných léčivých bylin jako balšámu, bazalky, božího dřevce, dobromysli, heřmánku, libečku, majoránu, mařího listu, marinky vonné, máty vodní, mateřídoušky, medovníku, meduňky, také pelyňku, přesličky, puškvorce, listu černého rybízu, rmenu vonného, saturejky šalvěje apod. Touto přísadou nabude koupel příjemné vůně a účinek její se mnohonásobí. Tuto bylinnou směs určenou ke koupeli povaríme v hrnci 30 minut a pak ji do vany precedíme. Kdo má bíle

smaltovanou vanu a bojí se, aby mu byliny email nezabarvily, přidá k bylinné směsi před vařením 1 až 2 na koláčky nakrájené citrony. Citrónová šťáva srazí barvivo tak, že bělost emailu jím neutrpí. Přídavek citronu ještě koupel zlepšuje. (107)

1052 • Váznoucí krevní oběh lze nejlépe podpořit medem kombinací s jablečným moštem: dvě čajové lžičky medu rozmíchané v pohárku moštu dovedou krevní oběh překvapivě upravit. Místo moštu lze užít jednu

polévkovou lžici jablečného octa, vše rozmíchat v trošce vody, 2 až 4krát denně, podle potřeby. (117 - 208)

1053 • Vanové koupele z jehličí: nejlépe se osvědčilo jehličí smrkové, ale v nedostatku tohoto je také dobré borové, jalovcové, jedlové nebo-modřínové. Jehličí i s tenounkými větvičkami bere se na jednu koupel 1,5 kg, počítaje v to polovinu zdravých jedlových a smrkových rozdrobených šišek. Poněvadž dřeviny tížeji pouštějí své výtažkové látky, musí se vařit jeden a půl hodiny. Odvar se pak scedí a ke koupeli přileje. Teplota vody musí být mírně teplá, aby odpovídala chorobě a zdatnosti srdce nemocného. V koupeli setrváme podle chuti od 10 do 45 minut, po každé koupeli je nutno chladně se omýti. (107)

1054 • Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice květu hlohu, necháme 30 minut vyluhovat a pak scedíme. Zapar užíváme třikrát denně 150 ml 10 minut před jídlem. (91)

1055 • Při léčení špatného krevního oběhu, kloubového revmatismu, ledvinového písku, ekzémů nervového původu, nervové vyčerpanosti a tělesné slabosti připravíme lázeň: 1 kg řezané slámy nebo ovsu setého (nebo půl kg ovsu a půl kg slámy) vaříme půl hodiny v hrnci vody. Přecezený odvar přidáme do lázně, v níž zůstaneme 15 minut. Neutíráme se, zabalíme se do prostěradla a zůstaneme ležet půl hodiny pod pokrývkou. (40 + 45, ale i 14)

1056 • Nař petržele a květ hlohu stejným dílem - dvě čajové lžičky směsi spaříme vřelou vodou, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Pijeme šálek teplého odvaru třikrát denně před jídlem. (130)

### Poškození krevního oběhu a srdce

1057 • Je třeba připravit tuto směs početných bylin po 10 g, přeslička, ruta vonná, truskavec ptačí, kořen kozlíku lékařského, prha chlumní, konopice, pampeliška, fazolové lusky bez semen, kokoška pastuší tobolka, kůra krušiny, chaluha bublinatá, lopuch, mochna husí, rebríček, zemědělský, srdečník obecný, karagén, puškvorce, jehlice trnitá, pýr, meduňka, po 20 g jmelí bílé, list mate a 30 g hloh. Vše se dobře promísí a na přípravu jednoho šálku použijeme jednu vrchovatou lžičku. Ráno i večer se pije po jednom šálku, přisladí se medem. (123)

1058 • Užíváme čaj, který připravíme takto: po 1 dílu truskavce, přesličky, routy, bedrníku, arniky, konopice, pampelišky, fazolových lusků, pastýřské tobolky, krušiny, chaluhy bublinaté, lopuchu, nátržníku husího, rebríčku, zemědělskému, srdečníku, lišejníku irského, puškvorce, jehlice trnité, pýru, meduňky, 3 díly hlohu, dva díly jmelí a máty smícháme, vezme jednu vrchovatou lžičku směsi, kterou přelijeme čtvrt litrem vařící vody. Pijeme ráno a večer po jednom šálku, po malých doušcích, přislázené medem. (303)

**Nízký - snížený krevní oběh**

1059 • 30 g rozmarýnu, 20 g jehlice, 10 g přesličky, 20 g průtržníku, 20 g břízy. Několik šálků denně. (132)

1060 • 50 g rebríčku prelejeme půl litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a pak scedíme. Denně vypijeme tři šálky teplého čaje. (30)

1061 • 50 g jmelí (bez bílých bobulí) dáme večer do šálku vody a necháme přes noc vyluhovat. Ráno tento studený macerát vypijeme. Nesmíme večer zapomenout připravit nový macerát. (30)

1062 • Pro povzbuzení krevního oběhu: po 50 g natě pohanky, listu máty peprné, meduňky a kopřivy a kořen jehlice trnité a 20 g plodu kaštanu koňského -jedna polévková lžice směsi se spaří ve čtvrt litru vařící vody, 20 minut vyluhovat, pít 3 krát denně po jídle. (126)

**Lehce narušený krevní oběh způsobený nervozitou**

1063 • Dobře lze zmírnit i vyléčit pomocí této čajové směsi: po 20 g listu meduňky a rozmarýny, po 30 g kořene kozlíku a natě třezalky tečkované. Z jedné polévkové lžice směsi na jeden šálek vody připravíme odvar (5 minut varu). Čaj pijeme během dne po doušcích. (126)

**KREVNÍ TLAK NÍZKÝ**

1064 • Po 25 g hlohu, kopřivy a měsíčku smícháme. Mimo to naložíme 25 g jmelí na noc do tří šálků studené vody. Směs hlohu, kopřivy a měsíčku spaříme třemi šálky vody a necháme 5 minut vyluhovat, pak přidáme k horkému čaji studený výluh ze jmelí, scedíme a pijeme denně tři šálky teplého čaje. (303)

1065 • 10 g natě kokošky, 10 g jmelí bez bobulí, 10 g květu rebríčku, 20 g listu rozmarýnu, 10 g listu a květu hlohu. Jednu polévkovou lžici směsi zalít čtvrt litrem studené vody, 8 hodin louhovat, potom uvést do varu a nechat 20 minut odstát. Pít 2 až 3 krát denně před jídlem. (126)

1066 • Osvědčilo se například podávání rozmarýnu formou vína (vyluhovat v poměru 1:12 po dobu 7 až 10 dnů) dvakrát denně po 50 ml. Dále podávání šalvějového výtažku v rezné pálenice (1:7, 10 dnů) dvakrát denně po 20 ml. - Jinou možností je podávání vodných nálevů natě kručinky barvířské nebo natě kokošky pastuší tobolky, dvakrát denně po jednom šálku. Může se také aplikovat nálev kukuřičných čnělek, průměrně 1/3 litru denně po doušcích. Je-li nutné další podávání, mají se navržené aplikace střídát. (136 + 47 - 97)

1067 • Dobrým přírodním léčivem je rozmarýna. Připravíme vinný materiál v poměru 1:12 v bílém víně typu ryzlink a po obědě a po večeři vypijeme podle potřeby 1 dl. (136+47-56)

1068 • Při nízkém krevním tlaku a neurózách připravíme zapar z jedné polévkové lžice hlaváčku jarního, kterou zalijeme 300 ml vřelé vody a necháme vyluhovat dvě hodiny. Zapar precedíme a užíváme jednu polévkovou lžici třikrát denně před jídlem. (91)

1069 • Při nízkém krevním tlaku a srdeční ochablosti pomůže víkendová kúra. Několik

**K**

sobot a neděli si ráno připravíme rozmarýnovou koupel (do 100 litrů vody 38 °C teplé vlijeme asi 2 až 3 litry nálevu ze 100 g rozmarýny), koupeme se 10 minut, potom se opláchneme studenou vodou a ještě půl hodiny odpočíváme v klinu na lůžku. (136 + 47 - 133)

1070 • Tři čajové lžičky jmelí dáme do tří šálků studené vody a necháme 8 hodin vyluhovat. Dále smícháme 25 g květu hlohu, 25 g natě kopřivy a 25 g květu měsíčku a tři lžice

této směsi přelijeme třemi šálky vroucí vody a necháme pět minut vyluhovat. Studený macerát z jmelí smícháme s nálevem a scedíme. Během dne vypijeme tři šálky teplého čaje. (30)

1071 • Tři čajové lžičky jmelí dáme do tří šálků studené vody a necháme 8 hodin vyluhovat. Dále smícháme 30 g natě rebríčku, 30 g natě rozmarýny a 30 g květu hlohu a tři čajové lžičky této směsi přefijeme třemi šálky vroucí vody a necháme 5 minut vyluhovat. Během dne vypijeme tři šálky teplého čaje. (30)

1072 • Při nízkém krevním tlaku a horečce připravíme odvar ze dvou polévkových lžic rozdrčeného rdesna peprníku, které zalijeme 400 ml vřelé vody. Vaříme 3 až 5 minut a necháme vyluhovat jednu hodinu. Po přecezení odvaru užíváme třikrát denně 120 ml po jídle. (91)

1073 • Hrst rozmarýny macerovat 14 dní v jednom litru červeného vína. Pije se dvakrát denně půl decilitru. (126)

**KREVNÍ TLAK VYSOKÝ**

1074 • Osvědčuje se střídání koupelí, jeden večer koupel nohou, druhý večer koupel rukou, v těžších případech ráno koupat ruce, večer nohy. Koupele bereme co nejvíce horké po dobu asi čtvrt hodiny. Použijeme směs: 1 hlávka drceného česneku, 1 hrst hlohového květu s listem, 1 hrst natě vlašovičnicku (je jedovatý, neužívat vnitřně!). Při koupeli vždy vypít šálek nálevu ze směsi stejných dílů máty, natě sporýše a květů heřmánku římského. (136 + 47 - 77)

1075 • Nať 30 g rebríčku obecného, list 15 g medvědice lékařské, nať 15 g jmelí bílého, květ 15 g hlohu obecného. Macerát připravíme takto: polévkovou lžici směsi zalijeme 200 ml vody pokojové teploty a necháme vyluhovat 3 hodiny. Pak se 5 minut povarí a nechá 15 minut stát. Toto množství se užívá během dne po doušcích. (78 + 66)

1076 • Po 30 g přeslička, hloh, česnek - smícháme a přelijeme čtyřmi šálky vřelé vody, necháme 5 minut vyluhovat. 4 lžičky jmelí naložíme na noc do 4 šálků studené vody. Výluh z jmelí smícháme s nálevem z bylin a scedíme. Pijeme 3 až 4 šálky denně, sladíme medem. (303)

1077 • Směs hlohového květu, přesličky, česneku a jmelí. Polévkovou lžici stejných dílů uvedených drog spařit čtvrt litrem vroucí vody, nechat jednu hodinu ustát a potom vypít - dvakrát denně po jedné sklenici, ráno a večer. (136 + 47 - 93)

1078 • Smícháme 30 g natě třezalky, 30 g natě rebríčku a 10 g květu prhy chlumní arniky. Tři čajové lžičky této směsi přelijeme půl litrem vroucí vody, necháme jednu minutu vyluhovat a pak scedíme. Denně vypít 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

**60**



1079 • 30 g květů hlohu obecného, 30 g natě komonice lékařské, 25 g natě jmelí bílého - nálev připravíme z poloviny lžičky směsi na šálek vody. Pijí se tři šálky denně. (78 + 66)

1080 • 4 čajové lžičky jmelí dáme do 4 šálků studené vody a necháme 8 hodin vyluhovat. Pak smícháme 30 g natě přesličky rolní, 30 g květu hlohu a 30 g stroužku česneku a 4 čajové lžičky této směsi přelijeme čtyřmi šálky vroucí vody a necháme pět minut vyluhovat. Macerát ze jmelí smícháme s nálevem a scedíme. Denně vypít 4 šálky teplého čaje oslazeného medem. (30)

1081 • Podpora srdeční činnosti při vysokém krevním tlaku: jednu čajovou lžičku semene kopru rozdělit na tři části a přes den žvýkat. Zapijí se dobrým čajem, např. zeleným čínským čajem. (126)

1082 • Nakrájet 4 citrony (bez pecek), nakrájet 4 velké cibule, nastrouhat 80 g česneku a 40 g křenu -vše dát do třílitrové sklenice. Svařit 3 litry vody a 1 kg cukru (může být méně). Vlažné nalít na předem připravenou směs z citronů a cibule, občas míchat. Za 14 dní precedit a dát do menších lahviček. Užívá se třikrát denně jedna polévková lžice. Měření krevního tlaku minimálně jednou měsíčně. (126)

1083 • Sušené, květy hlohu obecného zalijeme lihem, vodkou nebo slivovicí a necháme 14 dní v uzavřené láhvi za občasného protřepání stát. Užíváme třikrát denně 20 kapek na lžici vody. (14)

1084 • Při zvýšeném krevním tlaku: směs po 5 g květu heřmánku, listu meduňky a máty, 7,5 g natě přesličky, po 10 g květu a listu hlohu, plodu hlohu a natě třezalky, po 30 g listu jmelí a natě srdečnicku. Jedna polévková lžice směsi se spaří -ve čtvrt litru vařící vody, pak se 20 minut vyluhuje a pije třikrát denně před jídlem. (126)

1085 • Při zvýšeném krevním tlaku: 20 g jmelí, 30 g bezinky, 10 g bedrníku, 30 g rozmarýny, 10 g truskavce. Půl šálku ráno, půl šálku na noc slabého teplého odvaru. Vaří se jen v destilované vodě. Třezalkové kapky, vždy 5 kapek do odvaru. (126)

1086 • „Poměrně spolehlivými prostředky jsou byliny nebo přípravky z nich anebo také jejich kombinace ... u někoho stačí třeba jen hloh, u druhého nestačí ani česnek. Nejuniverzálnějším prostředkem je jmelí bílé, česnek a petržel. Návod na jmelí: jmelí trhané nejlépe v zimním období pomalu usušit, pak umlít na prášek a 3 krát denně užívat 1 kávovou lžičku 15 minut před jídlem, nejlépe v 0,5 dl bílého vína. Kúru ale doporučuji začít o nepracovních dnech, zejména u fyzicky pracujících, protože první dva dny tlak mírně stoupne a teprve pak začne klesat. Je to prostředek velmi spolehlivý.“ (44)

1087 • Nakrájet 4 citrony (bez pecek), 30 g natě komonice lékařské a 40 g kořene petržele. Dvě čajové lžičky směsi přelijeme šálkem vroucí vody, necháme ještě 5 minut vařit, odstavíme a necháme 10 minut vyluhovat. Scedíme a pijeme denně třikrát po jednom šálku teplého odvaru. (130)

1088 • 30 g natě jmelí bílého, 30 g květu hlohu obecného, 14 g kořene kozlíku lékařského, 15 g listu meduňky lékařské, 10 g plodu kmínu. Vše smíchat a jednu polévkovou lžici směsi na šálek

k přípravě nálevu. Pijí se po doušcích dva šálky během dne. (78 + 66)

1089 • 50 g květu hlohu obecného, 25 g natě jmelí bílého, 25 g kořene kozlíku lékařského, 12 g listu meduňky lékařské, 12 g šištic chmele obecného. Dvě polévkové lžice směsi na čtvrt litru vody, nechá se 30 minut ustát. Užívá se třikrát denně jeden a půl šálek 10 minut před jídlem. (78 + 66)

1090 • Osvědčila se aplikace směsi stejných dílů hlohového květu s listem, jmelí a meduňky lékařské. Podle běžných pravidel připravit (nejlépe vyluhováním přes noc) macerát, tedy studený výluh, ten před aplikací pouze mírně přihřát a pít 2 až 3 šálky denně, nejlépe mezi jídly. Nesladit. (27)

1091 • Jmelí nelze užívat déle než osm týdnů, navíc v těžších případech samo nepostačí. Tu přidáváme ještě třikrát denně kolem 30 kapek hlohové tinktury. Jako čaj na pití se osvědčil prostý nálev z meduňky, asi půl litru během dne z termosky, po doušcích. (136 + 47-27)

1092 • Vaříme 5 g ova, 5 g oddenku pýru, 5 g květu karafiátu a 10 g drcených jalovčinek v jednom litru vody tak dlouho, až zbude tři čtvrtě litru. Pak precedíme do termosky a popijíme během dne. (136 + 47 - 80)

1093 • 30 g natě rebríčku obecného, 20 g fazolových lusků, 30 g natě srdečnicku obecného, 20 g květu hlohu obecného, 20 g routy vonné. Nálev: polévková lžice směsi na šálek vody. Pijí se 2 až 3 šálky denně. (78 + 66)

1094 • 20 g třezalky tečkované, 20 g květu rebríčku a po 50 g natě pohanky. Jedna čajová lžice směsi se spaří ve čtvrt litru vařící vody, 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně po jídle. (126)

1095 • Při mírně zvýšeném krevním tlaku smíchat šťávu červené řepy nebo i cukrové řepy v poměru 1:1 s medem, uschovat v chladnu a užívat třikrát denně 1 až 2 čajové lžičky směsi. (136 + 47-217)

1096 • 20 g jmelí, 30 g bezinky, 10 g bedrníku, 30 g rozmarýny, 10 g truskavce. Vaří se v destilované vodě, pak pět kapek třezalkových do odvaru. (132)

1097 • Je třeba působit na ledviny a přitom snižovat tlak léky a podpurnými bylinnými čaji: jmelí bílé, bez bobulí. Sbírá se březen - duben a říjen - listopad. Maximální denní dávka 5 g, používá se studený nálev: jedna čajová lžička se zalije čtvrt litrem studené vody a nechá se 8 hodin louhovat. Poté se jenom mírně přihřeje. (126)

1098 • Čaj z květů hlohu nebo plodů hlohu běžně připravit a pít 1 až 2 krát denně šálek. (126)

1099 • Kokoška pastuší tobolka v kombinaci s jmelím oboustranně reguluje krevní tlak. Kombinovaný způsob: jmelí studenou cestou, kokoška běžným způsobem přípravy. Pít 1 až 2 šálky denně. (126)

1100 • Dvě lžice sušeného drceného kořene kostivalu lékařského na půl litru vody. Vaříme 15 minut na mírném ohni, necháme 15 minut stát, scedíme, osladíme medem a pijeme teplý. (14)

1101 • Používáme jedenkrát denně 30 kapek propolisu večer před spaním až do vyléčení. (99)

K

61



**Proti vysokému krevnímu tlaku, stárnutí kůže, při zánětu průdušek, astmatické bronchitidě a střevních potížích**

1102 • Jedna rozetřená hlavička česneku, jeden citron a jeden litr vařící vody smícháme a necháme 48 hodin stát. Potom slíjeme do láhve, uzavřeme a uložíme do studena. Užíváme třikrát denně po jedné lžičce. (14)

**Krevní tlak vysoký a současná artérioskleróza**

1103 • Vzít po 25 g jmelí a routy, po 20 g hlohu a přesličky a 10 g kokošky pastušky tobolek. Jedna polévková lžice na sklenici nálevu 2 až 3 krát denně. Také je možno připravit polovinu nálevu, polovinu macerátu (studeného výluhu, macerovat 6 hodin), oba výluhy spojit a vypít v čase potřeby. (136+47-29)

**Vysoký krevní tlak - prevence**

1104 • Preventivně působí odvar ze 3 až 4 stroužků česneku, které se vaří 5 minut ve čtvrt litru vody nebo mléka. Pije se denně šálek. Neužívat při vředové chorobě žaludku nebo dvanácterníku. (78 + 66)

**KRK**

**Při bolestech v krku**

1105 • Bolesti ztišují slizové látky a látky obsahující vitamín A nebo karoten: list a kořen proskurníku, kořen kostivalu, květ divizny, list podbělu. Dvě, tři nebo více těchto bylin - lžici na sklenici vařící vody a pít třikrát denně. (99)

1106 • Lněné semeno rozemleté s medem - jedna lžička medu + tři lžičky semene. Jíst třikrát denně lžičku. (99)

1107 • Kloktadlo z jedné čajové lžičky propolisové tinktury a 2 dl teplé vody. Kloktat dvakrát denně po dobu 10 dní. (300)

1108 • Kloktadlo: smíchat po 20 g šalvěže, květu divizny, květu akátu nebo heřmánku a dvou strouhaných kaštanů. Jednu vrchovatou čajovou lžičku směsi vhodit do asi 200 ml studené vody, krátce povařit, nechat ustát, potom scedit a přidat na špičku nože jedlé sody. Kloktat vícekrát denně. (216)

1109 • Připravit kloktadlo ze stejných dílů meduňky, máty a květu divizny. Jednu čajovou lžičku na šálek, krátce povařit, nechat ustát, scedit a kloktat vícekrát denně. (301)

1110 • Denní dávku kloktadla připravíme ze tří polévkových lžic drceného ibiškového kořene, spařeného čtvrt litrem vařící vody. Necháme osm hodin vyluhovat. (301)

1111 • Úspěšné je kloktání čajem ze směsi stejných dílů meduňky a máty. Jiným dobrým kloktadlem je směs stejných dílů šalvěže, řepíku, heřmánku, případně směs listů jitrocele, dubové kůry a natě tymiánu. (27)

1112 • Pražené lněné semínko spaříme, pijeme ráno a večer šálek horkého odvaru. Kloktáme šalvěží medem slazené a na krk přikládáme obklad z odvaru černohlávků. (132)

1113 • Čtvrthodinové teplé obklady na krk - čtyřikrát vyměnit během jedné hodiny. Kapesník se

namočí do octa ohřátého na 40 °C, rychle se vyždíme a přiloží na krk, přes to ovázat flanelem a podobně, aby teplo neuniklo. Po sérii čtyř výměn je třeba další léčbu vždy na delší čas přerušit. (136 + 47 - 120)

1114 • Rozkrájíte větší cibuli nadrobno, vložte do sklenice, přidejte lžici cukru a 12 hodin nechte táhnout, pak je třeba vymačkat a po lžičkách užívat každou hodinu. (132)

1115 • Kloktadlo: rozdrtíme najemno asi 10 až 15 hřebíčků, pak je vsypeme do čtvrtitrového hrnku a spaříme vařící vodou. Necháme louhovat před prvním použitím dobrou půlhodinu. Pak část slíjeme, doplníme teplou vodou a kloktáme. Zbylý nálev (hřebíčky v něm ponecháme) používáme stejným způsobem při dalším kloktání. (126)

1116 • Jedna lžička dubové kůry, půl citronu omytého v octě, horké vodě a vodě slané, lžice petržele (kořen nebo nať) - vařit 8 minut, hned slít a pít 6 dní. (25)

1117 • Kloktadlo: po 20 g šalvěže, divizny, květu akátu nebo heřmánku, 2 ks strouhaných plodů kaštanu smícháme a z této směsi připravíme kloktadlo tak, že jednu navršenou čajovou lžici vložíme do 2 dl chladné vody, přivedeme k varu, krátce povaríme, necháme ustát, scedíme a přidáme na špičku nože jedlou sůl. Kloktáme několikrát denně. (126)

1118 • Při bolestech v krku, zánětu sliznice hrtanu a dutiny ústní připravíme kloktadlo z hrsti zralých plodů dubu letního, které vaříme 20 minut v půl litru vody, necháme ustát, precedíme a zředíme na polovinu vodou. (14)

1119 • Při bolestech v krku na kloktání, na špatně se hojící rány a otoky k obkladům: 3 lžičky suché řezané natě kokošky pastušky tobolek přelijeme čtvrt litrem vařící vody, necháme 15 minut přikryté a precedíme. (14)

1120 • Při krčních bolestech spojených s horkostí v krku jest toto thé výborným kloktadlem: ze semena pískavice připravíme prášek, jedna lžička prášku postačí na šálek thé, z něhož v jednom dni každé hodiny nebo častěji jednu plnou lžici pijeme nebo si jím v krku kloktáme. (56)

1121 • Při bolestech v krku, zánětu sliznice hrtanu a dutiny ústní připravíme toto kloktadlo: hrst zralých žaludů se vaří 20 minut v půl litru vody, nechá se ustát, scedí se a ředí na polovinu vodou. (40 + 45)

1122 • Při bolestech v krku, při akné a vyrážkách, při častém krvácení z nosu použijeme obklady: 1 lžička dubové kůry, 2 stroužky česneku, 1 lžička přesličky do jednoho litru vody, vaříme 10 minut. Roztok odstraňuje jedy z těla. Obklady namáčíme šestkrát po 12 minutách a v jednom tahu za sebou přikládáme. (303)

**Zánět v krku**

1123 • Připravte likér bedrníkový: na deset dílů zředěného lihu nechte macerovat 48 hodin dva díly pečlivě rozstrouhaných kořínků bedrníkových. Užívat podle potřeby po lžičkách. (303)

1124 • Svařte si 10 g rozemletých orlíčkových semínek ve čtvrt litru vody a kloktejte každých 15 minut teplým odvarem. (132)

1125 • Při všech zánětech v krku, ústech a hrtanu pomáhá řepík lékařský. Jednu čajovou

K

62

lžičku řepíku potřebujeme na čtvrt litru vody, spaříme a krátce vyluhujeme. (123)

1126 • Při krčném zánětu a zahnívajících zubech, zvláště pak u dětí, osvědčuje se odvar z rozdrčených semen orlíčku obecného - 10 g na půl litru vody. Použijeme jako výtečné kloktadlo. (132)

#### Zánět krčních žláz

1127 • Vyvařte si ve dvou litrech vody osminku kvassiového neboli hořkého dřeva a pijte každý den dopoledne půl koflíku na-lačno. (132)

#### Proti všem krčním chorobám

1128 • Likér čerkusový: 2 až 3 týdny na slunci neb teplých kamnech hrst na drobno posekaných čerkusových kořínků v litru dobré žitné kořalky a scedte. Pijte denně tři kávové lžičky. (132)

## KRVÁCENÍ

### K zastavení krvácení

1129 • Pitná léčba: nálev z 15 g čerstvé stavy a z rebríčku obecného na 200 ml vařící vody čtyřikrát denně po 50 ml. Samotná šťáva se užívá ředěná vodou v poměru 1 : 20 čtyřikrát denně jedna polévková lžice. (136 + 47 - 55)

1130 • Účinně působí všechna rdesna, zvláště kořen rdesna hadího, přeslička, kokoška pastuší tobolka, kořen krkavce totenu, nať černohlávku, kopřiva a v neposlední řadě tríslovinné drogy, jako kořen nátržníku nebo dubová kůra. (136)

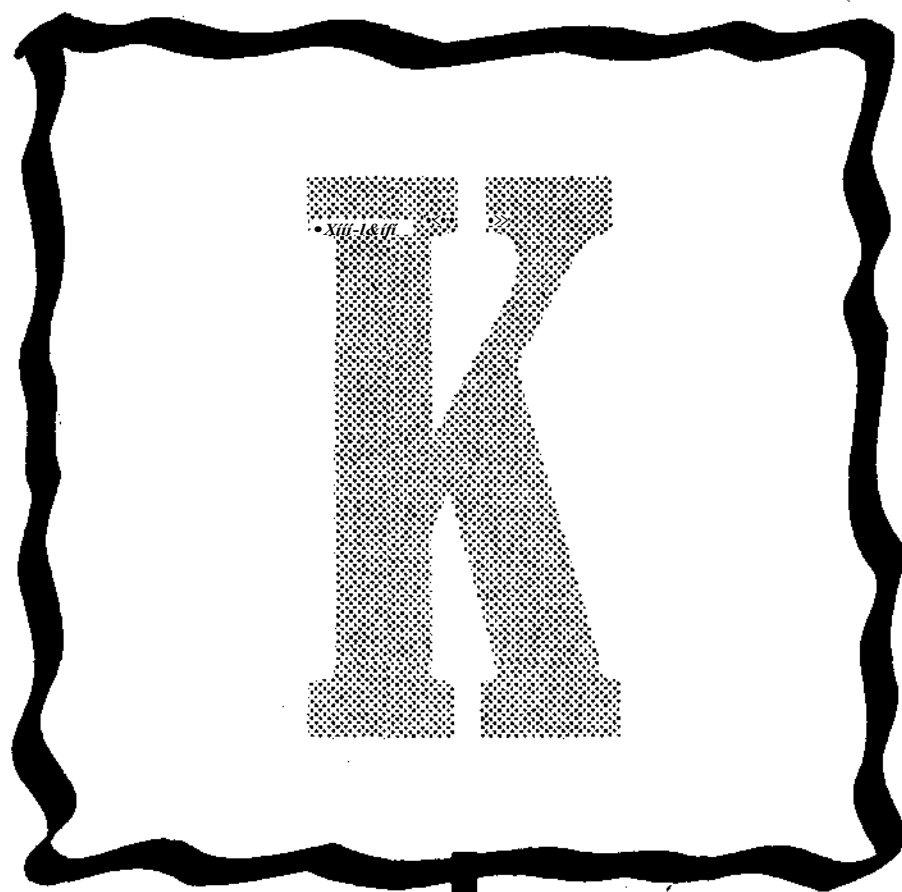
1131 • **Vnější použití:** nať rebríčku (nejúčinnější je čerstvá nať), nať kokošky pastuší tobolky, nať rdesna pepříku (užívat rozmělněnou na prášek), list kopřivy (stejně), oddenek mochny. **Vnitřní použití:** stejným způsobem - lžice na sklenici vařící vody, mochnu v tomtéž poměru vařit 5 až 10 minut. (99)

1132 • Účinným lékem je nálev a čerstvá šťáva z rebríčku obecného. Droga urychluje srážlivost krve asi o 60 % a podle Kovaleva (Moskva) působí mírně, dlouhodobě a bez nebezpečí vzniku trombóz. Šťáva se užívá ředěná vodou v poměru 1 : 20, čtyřikrát denně jedna polévková lžice. (136 + 47 - 125)

1133 • Ohnivec šarlatový - *sarcoscypha coccinea*. Tato nejedlá dřevní houba je ze skupiny terčoplodných vřeckovýtrusných hub. Její miskovitě, nápadně šarlatově červené plodnice nacházíme koncem zimy i za sněhu na ležících větvích listnáčů. Houbu používaly severoamerické kmeny Indiánů z okolí Velkých jezer jako lék k zastavení krvácení. (109 + 128)

1134 • K zástavě vnějšího i vnitřního krvácení, při katarrech žaludku a střev a při silných průjmech připravíme odvar: dvě až tři lžičky oddenku hadího kořene většího přelijeme čtvrt litrem vody - hotový odvar pak pijeme přes den. (002 + 006)

1135 • *Angelica dahurica* je vytrvalá bylina poskytující kořen, jehož prášek se užívá při neuralgiích, křečích, krvácení, zevně jako mast při kožních chorobách. Obvyklá dávka je 6 až 10 g práškovaného kořene ve formě odvaru v půl litru vody. (109 + 128)



### Krvácení z dásní

1136 • Při krvácení z dásní, z nosu, při nadměrné menstruaci: dvě čajové lžičky sušené drcené natě brčálu barvínku na dva šálky vody - množství potřebné na jeden den. (305)

### Krvácení z nosu

1137 • Vnitřní krvácení z nosu, střev, žaludku, plic, ledvin: dejte 6 čajových lžic (cca 15 g) sušené řezané natě kokošky pastuší tobolky do dvou sklenic studené vody a nechte 8 hodin vyluhovat. Tuto dávku čaje během dne vypijte. Zevně se tento macerát užívá k omývání a k obkladům. (23)

### Krvácení z dělohy

1138 • Kuklík obecný ve víně vařený koná výtečné služby. Kořen je lépe naložiti a sice 70 g do litru vína. Používá se jen několik lžic za den. Ještě lépe jest jej naložiti do žitné kořalky; najmě každá žena, která trpí krvotokem při přechodu, by měla míti tento lék doma. (132)

### Krvácení střevní

1139 • 10 g kokošky, po 20 g přeslička, rebríček, nátržník a 30 g dubové kůry. Píti čtyřikrát denně půl šálku chladného odvaru. (132)

### Krvácení urologické

1140 • Vezmeme po 25 g natě kontryhele, natě třezalky, natě pastuší tobolky a lněného semene. Několikrát denně pijeme šálek odvaru připraveného obvyklým způsobem. (30)

## KRVÁCIVOST DĚDIČNÁ

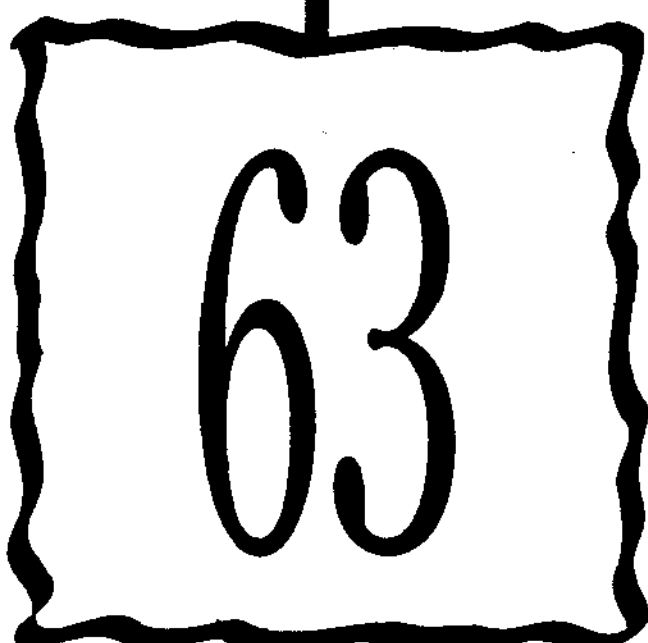
1141 • V létě čerstvě nasbíranou kokošku pastuší tobolku rozmixovat s mlékem a medem a získanou šťávu užívat třikrát denně bez obav z předávkování. Kromě toho je možno stejné suroviny avšak bez medu použít na obklady, které přikládáme na postižená místa. (99)

1142 • Nať kokošky pastuší tobolky a nať rdesna ptačího smíchat ve stejném poměru a brát dvě lžičky bylin na sklenici studené vody. Získané tekutiny smíchat a pít každé dvě hodiny půl sklenice. (99)

1143 • Vztít stejné díly větviček jmelí, natě rebríčku, natě kokošky pastuší tobolky, natě rdesna pepříku, listu kopřivy, kořene mochny nátržníku a natě přesličky. Jednu vrchovatou polévkovou lžici směsi přelít 250 ml vřelé vody a nechat 3 hodiny vyluhovat, potom přehřát, scedit a pít třikrát denně na lačno. (136 + 47 - 52)

1144 • Vezmeme 100 g natě rebríčku a po 50 g natě kokošky pastuší tobolky, rdesna červivce (vrbice červená), natě třezalky, oddenku puškvorce a natě přesličky. Podáváme na lačno 3 až 4 krát denně sklenku odvaru, nesladit. (136 + 47 - 85)

1145 • Nať přesličky, kokošky pastuší tobolky, rdesna pepříku a oddenek mochny. Zjedné lžice bylin sklenici odvaru. Pít třikrát denně tak dlouho, až zmizí příznaky nemoci. (99)



**KRVINKY****Tvorba krvinek**

1146 • Tvorbu krvinek ovlivňuje hořec žlutý. Nálev připravíme v poměru 1 g na 1 dl vody, podává se před obědem. (305)

**Krvinky červené**

1147 • Při nedostatku krvinek červených nakrájejte syrovou cibuli do gázy a přiložte na vnitřní stranu stehen na 20 minut. Kostní dřev bude podněcena k činnosti. (136+47-25)

1148 • K doplnění krvinek červených: 6 dílů kopru a 7 dílů mochny husí. Pijí se dva šálky denně po dobu 7 týdnů. (302)

1149 • Zmnožení červených krvinek pijte denně dva koflíky horké spárky z květů lipových, slazené kterýmkoliv sirupem. (132)

1150 • Přebytek červených krvinek: při zvýšeném tlaku: list rozmarýny, květ levandule, oddenek kozlíku, třikrát denně dvě lžičky na sklenici vařící vody, nebo kořen posedu bílého, oddenek kosatce, vrbovou kůru, květ levandule - odvar. (99)

**Krvinky bílé**

1151 • Při nedostatku bílých krvinek: nálev z natě komonice lékařské zvyšuje mírně počet bílých krvinek, současně ale snižuje srážlivost krve a tím působí antitromboticky. Podobně působí nálev z natě marinky vonné. (136)

**Krvinky červené i bílé**

1152 • Tvorbu těchto krvinek příznivě ovlivňuje hořec, podávaný ve formě nálevu připraveného v poměru 1 g na 1 dl vody. Pijeme před obědem. (301)

**KŘEČE**

1153 • Proti křečovým záchvatům, ať jsou kdekoli, jest dobrým prostředkem mochnové thé. Při objevujících se příznacích křečových dávejme nemocnému třikrát za den horké mléko (jak je nemocný může snést), v němž tyto byliny (špetka jako na thé) jsou spařeny. Dvojitý účinku dosáhne, kdo takové thé pije a zároveň si obkladky ze spařené mochny přikládá na místa stížená křečím. Matky mají především toho dbáti, aby si slušnou zásobu této byliny nasbíraly a usušily. Dobře vědí, že bolestné jsou tak často se objevující záchvaty křečové a ještě bolestnější bývá dívati se na své trpící miláčky, děti. (56)

1154 • Křeče uvolňují a záněty tlumí účinné látky květu divizny velkokvěté. Přípravuje se léčivý čaj z jedné čajové lžičky drogy, která se přejele šálkem vařící vody. Směs se ponechá 10 minut vyluhovat, scedí se a pak se užívá v dávce 3 až 5 šálků denně. (002 + 006)

1155 • Protikřečové účinky má kokoška pastuší tobolka. Léčivý čaj se připravuje přelitím jedné lžičky drogy šálkem vařící vody a užívá se dvakrát až čtyřikrát denně. (002 + 006)

**KŘIVICE**

1156 • Semeno pískavice řeckého sena, nařepiku, pelyňku pravého, bukvice, macešky - roz-

mělnit na prášek, smíchat na půl s medem a užívat dvě až tři lžičky denně po jídle. (99)

1157 • Rozpusťte na mírném ohni v kamenné nádobě 10 g skopového loje, 5 g muškátového másla, 5 g jalovcového oleje, 80 g vepřového nesoleného sádla a 10 g žlutého včelího vosku. Když se vše řádně rozpustilo za stálého míchání, nechtě trochu vychladnout a pak vkapávejte tak dlouho rozmarýnový olej, až vznikne hustá mast. Vtírejte do postižených šlach a svalů třikrát

denně. (132)

**Dětská křivice**

1158 • Oddenek pýru, kořen ostřice, list vlašského ořechu, kořen kostivalu rozmělnit na prášek, smíchat půl na půl s medem a užívat 2 až 3 lžičky denně, po jídle. (99)

1159 • Lázeň pro děti postižené křivicí: 1/2 kg dubové kůry vařit 10 minut v několika litrech vody, nasypat po 100 g natě třezalky a mateřídoušky, nechat vyluhovat a scedit do vány. Tutěž vodu je možno po opětovném ohřátí použít 2 nebo 3 krát. Totéž z oddenku puškvorce. (99)

**KŘÍŽ**

1160 • Úporné bolesti kříže u žen: do 350 g vepřového sádla a 170 g ovčích loje šetřete 30 g prášku ze sušených rozmarýnových listů, 15 g jalovcového a rozmarýnového oleje a 10 g na prášek rozemletých kořínků bertramových a listů vavřínového. Vtírá se přímo nahřátá do napřed nahřátého bolavého místa. (132)

1161 • Při bolestech v kříži nebo pod lopatkami: bezinkový ocet (z lékárny) svařte v jednom litru vody a přikládejte na postižená místa, pokud možno co nejteplejší. (132)

**KURDĚJE**

1162 • Lékárenské droždí 4 až 5 tablet několikrát denně. Pokud je nemáme, použijeme čerstvé droždí do pečiva, 3 až 5 dkg rozmícháme v mléce nebo v cukru - užíváme dvakrát denně. (99)

1163 • List máty a list šalvěže po 1 dílu, lžící směsi povařit ve dvou sklenicích vody, nasypat lžící a nechat vyluhovat. Získaným odvarem vyplachovat ústní dutinu v případě uvolněných zubů. (99)

1164 • Nař benedyktu a zeměžluče, kořen pampelišky, list šalvěže, anýz - 3 krát denně sklenici odvaru nebo třikrát denně necelou lžičku bylin rozmělněných na prášek. (99)

**KUŘÍ OKO**

1165 • Lihový výtazek připravíme z nakrájených oddenku kopřivy, sbírané na jaře při rašení listů. Droga se zalije 40% alkoholem a nechá se macerovat 14 dní. Pak tímto extraktem natíráme kuří oka několikrát denně. (321)

1166\* Vymočte půl hodiny v octě čerstvé břechťtanové listy, pak je rozmačkané přivažte na kuří oko; opakujte 8 dní, načež je bez nesnází vyloupenete. (132)

1167 • Mast na kuří oka: 60 g žlutého vosku, 10 g vazelíny, 7 g benátského terpentýnu a 5 g vazelíny salicylové, 5 g peruánského balzámu a 5 g

borové pryskyřice. Vše vařte na mírném ohni tak dlouho, až se všechny součásti plně rozpustí. Pak odstavte a míchejte do vychladnutí. Rozpouštějte jediné v páře. Na kuří oka naneste na noc silnější vrstvu a prevážete. (132)

## KÝLA

1168 • První den: dopoledne hořejší polévání a polévání kolenou. Odpoledne hořejší polévání a chůze ve vodě, - druhý den: dopoledne hořejší polévání a stání ve vodě, - třetí den: dopoledne hořejší polévání s klečením ve vodě, odpoledne polévání zad, - čtvrtý den: dopoledne polévání zad (páteře), - pátý den: dopoledne poloviční koupel a později hořejší polévání, odpoledne hořejší polévání a za dvě hodiny později sedací koupel, - šestý den: dopoledne hořejší polévání a pak za dvě hodiny poloviční koupel, odpůldne koupel až pod paže, - sedmý den: chůze ve vodě až přes kotníky a pak ze dvě hodiny polévání zad. Takto pokračovat po 4 neděle. (56)

viz také:

Kašel

0022, 0398, 0400, 0453, 0457, 0462, 0463, 0464, 0465, 0466, 0527 až 0530, 1294, 1768, 1804, 1807, 1853, 2951, 3097, 3353, 3827, 3877

Kašel černý

0457, 0626, 1190, 3234

Klimakterium

0394, 1444, 1951, 4139, 4132-4140

Klouby

0205, 0574, 0607, 0609, 2982, 2985, 2987, 2898, 2990 až 3006, 3642

Koleno

0863, 0842, 0861, 3005

Končetiny

1977, 2494, 3356, 3456, 3457, 3458

Konečník

0299, 2382, 2383, 2384, 2385-, 2849, 2850

Kórnatení tepen

2360, 2966, 3197, 3229

Kousnutí hmyzem

0084, 2884'

Kožní choroby

0445, 1006, 1344, 1345, 1346, 1347, 1863, 2490, 2876, 2896, 3522, 3762, 3763

Krev

0682, 0683, 0684, 0685, 0686, 0687, 0688, 0689, 0690, 0691, 0770, 0796, 0816, 0835, 1605, 1621, 1835, 2969, 3427, 4116

Krevní oběh

0961, 0962, 0963, 1951, 2673, 2674, 3129, 3130, 3191, 3197, 3229, 3254, 3225, 3256, 3354, 3428

Krk

0017, 0018, 0019, 0020, 0021, 0031, 0536, 1369, 1799, 3053, 3097, 3108, 3518, 3883

Krvácení

0111, 0322, 0323, 0324, 0325, 0326, 0335, 0925, 1293, 1442, 1490, 1606, 2121 až 2130, 2888, 2889, 2890, 2891, 2892, 2968, 3300, 3440, 3441, 3489, 3490, 3491, 3492, 3493, 3495, 3496, 3521

Krvinky

0049, 3257, 3258

Křeče

0379, 0391, 0392, 0395, 0396, 1252, 1606, 1692, 1694, 1696, 1699, 1751, 2012, 2097, 2098, 2099, 2219, 2955, 3354, 4461, 3436, 3834, 2983, 3990, 4021, 4053, 4276, 4334

Křečové žíly

0314, 0334, 0461, 0609, 0682, 0683, 0684, 0685, 0686, 0687, 0688, 0689, 0690, 0691, 1210, 1293, 1364, 1365, 1406, 2853, 2863, 2871, 3228, 3293, 3723, 3724

Kříž

0578, 0589, 0605, 1472

Kurděje

1035

Kyčle

3005, 3058, 3081, 3085



## LÁTKOVÁ VÝMĚNA

1169 • Připravíme nálev z jedné polévkové lžice směsi 25 g kopřivy dvoudomé, 25 g květu lípy, 25 g natě meduňky lékařské a 25 g listu máty peprné. Směs dáme do 200 ml vody. Pije se dvakrát denně jeden šálek čaje. (78 + 66)

1170 • Připravíme nálev z 20 g chaluhy bublinaté. Pijeme 1 až 2 šálky denně. (78 + 66)

1171 • 20 g kořene pampelišky, 10 g kořene libečku, 10 g kůry krušiny olšové, 10 g listu borůvky černé, 10 g kořene jehlice trnité, 10 g chaluhy bublinaté. Nálev: dvě čajové lžičky směsi na 200 ml vody - pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

1172 • 15 g jitrocele kopinatého (list), 10 g kořene a natě čekanky obecné, 15 g natě řepíku lékařského, 15 g dobromysli obecné, 15 g natě mateřídoušky obecné, 15 g natě rdesna ptačího, 10 g květu divizny velkokvěté, 7 g plodu fenyklu obecného - nálev: pije se večer jeden šálek čaje. (78 + 66)

1173 • 30 g listu kopřivy dvoudomé, 20 g natě přesličky rolní, 20 g natě jablečnicku obecného, 10 g květu bezu černého, 10 g natě řeckvičky obecné. Nálev: pije se jeden šálek denně. (78 + 66)

1174 • 10 g kořene smetanky lékařské, 10 g plodu růže šípkové. Pije se dvakrát denně šálek čaje. Lze přidat čajovou lžičku citrónové šťávy a lžičku medu. (78 + 66)

1175 • 10 g kořene smetanky lékařské, 10 g plodu růže šípkové. Pije se dvakrát denně šálek čaje, který se ochutí sirupem z černého bezu nebo sirupem akátovým. (301)

1176 • 30 g plodu řešetláku počistného, 20 g chaluhy bublinaté, 15 g kořene pampelišky, 15 g natě řebříčku obecného, 10 g natě violky trojbarevné, 10 g kořene rebríčku obecného, 10 g kořene pýru plazivého. Dvě čajové lžičky směsi na 200 ml vody. Pijí se dva až tři šálky denně. Doporučuje se pít po dobu 14 dnů, pak několik dní přerušit a pokračovat stejným čajem dále. (78 + 66)

1177 • Stejným dílem smícháme kořen pampelišky, list borůvky černé, nať řepíku lékařského a jablečnicku obecného a plod růže šípkové. Dvě čajové lžičky směsi na 200 ml vody. Odvar: pije se dvakrát denně šálek teplého čaje. (301)

1178 • List vachty, kořen čekanky, kořen pampelišky, nať macešky, kořen krušiny olšové, kopr, kořen lékořice: lžičku směsi bylin zalít půllitrovou sklenicí vody na 3 až 4 hodiny, pak povařit a pít po malých dávkách. (99)

1179 • Nať jablečnicku, rebríčku, fazolové lusky, list kopřivy, kůra krušiny olšové, list máty, kořen lékořice - pít dvakrát denně sklenici záparu. (99)

1180 • Při poruchách látkové výměny se nejlépe uplatňuje oddenek pýru. Důkladně pročistí organismus, potahuje slizem rozbolavěné sliznice, posiluje organismus a napomáhá k narušení struktury jak žlučových, tak močových kamínek. - 30 g oddenku pýru vaříme ve vodě jednu minutu, potom pýr vyjmeme a rozdrtíme. Vhodíme jej znovu do vody, ve které se vařil

L

poprvé, a doplníme na jeden a čtvrt litru. Vaříme tak dlouho, až zůstane právě litr odvaru. Před koncem vaření přidáme 10 g kořene lékořice. Scedíme do termosky a pijeme po doušcích během dne. Můžeme, ale nemusíme, okyselit nápoj trochou citrónové šťávy. Dvě litrové dávky spotřebujeme během tří dnů. (136 + 47 - 133)

1181 • Čtyři díly fazolových lusků, tři díly oddenku pýru, po dvou dílech kůry krušiny olšové, nať rdesna ptačího, list borůvky, po jednom dílu nať jahodníku, oddenek kozlíku a nať přesličky. Ze směsi připravíme odvar - je možno také směs rozmělnit na prášek a užívat 2 až 3 krát denně necelé půl lžičky. (99)

1182 • Při poruše látkové výměny, při chorobách ledvinových a močového měchýře, při močových kamenech a revmatismu používáme odvar z kořene jehlice trnité. Dvě lžice suchého drčeného kořene povaříme 10 minut ve čtvrt litru vody, odstavíme na 15 minut, precedíme a osladíme medem. Pijeme ráno a večer 1 šálek. Chladný odvar pijeme při poruše látkové výměny, teplý k usnadnění odkašlávání. Zevně se užívá při kožních vyrážkách. (14)

1183 • Látkovou výměnu v těle podporuje a příznivý účinek na celkový zdravotní stav má šípkový čaj, který je také výborným posilujícím prostředkem pro rekonvalescenty, kojící matky, sportovce a děti. Správná příprava čaje pozůstává z jedné lžice rozdrčených šípků (nejlépe bez nažek a chloupků), které se povaří asi 3 minuty v šálku vody. Směs se pak precedí a doplní takovým množstvím vody, jaké se vyvařilo. Nadměrným vařením, působením světla a stykem s kovovými předměty se vitamíny ničí. Čaj se pak pije samotný nebo ochucený medem po jednom šálku dvakrát až pětkrát denně po celý rok. (002 + 006)

1184 • Z jedné až dvou lžiček sušené trnky obecné na šálek vody se připravuje nálev, který se pak užívá několikrát denně. Čaj podporuje výměnu látkovou a působí mírně projímavě. Lze ho doporučit především dětem. (002 + 006)

1185 • Z čisté drogy třezalky tečkované se připravuje nálev z jedné polévkové lžice řezané drogy přelité čtvrt litrem vařící vody. Směs se ponechá asi 10 minut vyluhovat a pak se užívá v dávce jednoho šálku dvakrát až třikrát denně třicet minut před jídlem k podpoře činnosti střev. Na noc se čaj užívá jako uklidňující prostředek proti nespavosti, únavě, stavům úzkosti a bolestem hlavy. (002 + 006)

1186 • Při poruchách látkové výměny se osvědčil kopřivový čaj. Dvě lžičky kopřivových listů se přelijí jedním šálkem vařící vody, pět minut vaříme, odcedíme a poměrně teplý po hltech pijeme, ráno a večer po 1 šálku čaje po dobu 4 až 8 týdnů, (126)

1187 • Při poruše látkové výměny, při chorobách ledvinových a močového měchýře a při močových kamenech a revmatismu je osvědčeným čajem odvar z stejných dílů kořene jehlice trnité a kořene pampelišky. Lžičku směsi drčených kořenů vaříme 10 minut ve čtvrt litru vody, 15 minut necháme vyluhovat, scedíme, osladíme medem a pijeme denně tři šálky teplého čaje. (301)

1188 • Připravíme přesličkový čaj: 1 až 2 čajové lžičky nakrájené natě pro jeden šálek se buď 12 hodin vyluhují ve studené vodě, nebo se přelijí vařící vodou a nechají se asi 30 minut vyluhovat. Pijí se tři šálky denně po delší dobu. (126)

66

1189 • Semeno ostropestřce mariánského, nařvlastovičnicku většího, nařv benedyktu obecného, také čubet benedykt. Tvrdé části čaje (semena ostropestřce) se povaří 7 minut v půl litru vody a pak se odvarem přelije směs ostatních bylin. Nechá se 10 až 15 minut vyluhovat. Doporučuje se užívat třikrát denně čtvrt litru asi 10 minut před jídlem. Denní množství je možno udělat najednou a uschovat v termosce. (44)

1190 • K. podpoře látkové výměny a činnosti potních žláz, ale i k léčení horních cest dýchacích, k usnadnění odkasávání a k léčení černého kašle: nálev se připravuje ze dvou lžiček sušené natě macešky trojbarené na šálek vody, krátce se povaří a užívá přes den. Nápoj má i močopudý účinek a pomáhá při revmatických bolestech. Vyšší dávky drogy nejsou nebezpečné, ale mohou nutit k dávení. (002 + 006)

#### Látková výměna - prevence

1191 • Čaj z kořene lopuchu je vynikající preventivum chorob látkové výměny. (136)

#### Látková výměna - k podpoře vylučování přebytečné tekutiny z tkání

1192 • Připravte nálev z listu břízy bělokoré. Pijí se dva až tři šálky denně, pouze v době potřeby. (78 + 66)

1193 • Kávová lžička kořene jehlice trnité se večer vloží do šálku studené vody a nechá přes noc vyluhovat. Ráno se přivede k bodu varu, odstaví a nechá vyluhovat 10 minut. Pije se šálek čaje denně, pouze v době potřeby. (78 + 66)

1194 • 20 g chaluhy bublinaté, 10 g kůry krušiny olšové, 10 g kořene pýru plazivého, 10 g kořene jehlice trnité, přidat lze 10 okvětních plátků růže červené. Odvar: kávová lžička směsi na šálek vody, povařit 3 minuty, vyluhovat 15 minut, scedit Pijí se 1 až 2 šálky denně, pouze v době potřeby. (78 + 66)

#### Látková výměna s působením na lepší vyměšování

1195 • 20 g kořene smetanky lékařské, 20 g kořene pýru plazivého, 20 g kořene libečku lékařského, 10 g kořene jehlice trnité a 10-g kořene lékořice lysé. Odvar: polévková lžice směsi na 200 ml vody, povařit 4 minuty, vyluhovat 10 minut. Pije se šálek ráno a večer. (78 -f 66)

#### Látková výměna s příznivým vlivem na zažívání

1196 • 30 g listu kopřivy dvoudomé, 20 g natě třezalky tečkované, 10 g listu pelyňku pravého, 10 g listu šalvěje lékařské. Nálev: polévková lžice směsi na čtvrt litru vody. Pije se třikrát denně po jednom šálku čaje. (78 + 66)

## LEDVINY

### Onemocnění ledvin

1197 • Matthioli: „Dává se jitrocíl také v nápoji s řeckým vínem proti bolení ledví a měchýře, také i pálivost moče odnímá.“ (74)

1198 • „Bylinář Rudolf Franč (ČR) vyzoroval, že při dysfunkci ledvin se osvědčuje podání některých bylin, tvořících jakoby ‚bavlnu‘. Patří sem např. vrba, ale zvláště suchopýr. Takovou

drogu přidával v rozmezí 20 + 5 % do ledvinového čaje, připraveného podle obvyklých zásad, a v řadě případů dosáhl překvapivého zlepšení zdravotního stavu. Používal kůru, listy a mladé větvičky vrby, kvetoucí nařv suchopýru, topolové pupeny, mladé větvičky i vlastní ‚bavlnu‘ (ochmýřená semena)‘ (136)

1199 • Připravme odvar z lipových větvíček (bez květu!) - 1 polévková lžice drobně lámaných větvíček do půl litru studené vody, 7 minut povaríme, chvíli necháme ustát a scedíme do termosky. Pít po doušcích během dne po dobu tří týdnů. Potom krajinu ledvin lehce masírovat slivovicí. (136 + 47 - 35)

1200 • Ledviny a hroty plic - obklad: 1 kostku tučného tvarohu, 200 g cibule a dvě lžice strouhaného křenu smícháme a přiložíme. Možno použít ještě na další místo. Pokožku napřed namažeme měsíčkovou masťou nebo sádlem a další obklad dáváme až po třech dnech, kdy pokožka opět zbledá. (136+47-25)

1201 • Přeslička rolní - nařv 200 g. Celou dávku vložíme do dvou litrů studené vody a necháme několik hodin vyluhovat, pak 15 až 20 minut povaríme a scedíme do připravené sedací koupele. Voda má sahat nad ledviny. V případě rychlé pomoci přesličku 30 minut povaríme a scedíme do připravené lázně, nebo dáme hrst přesličky do plátěného sáčku a necháme 15 minut povařit, pak přikládáme teplé obklady. (78 + 66)

1202 • Sirup na léčení ledvinových funkčních chorob: pomeleme půl kg čerstvých borůvek a hmotu smícháme s 1 kg medu. Užíváme třikrát denně jednu polévkovou lžici sirupu a zapijíme vždy sklenkou přihřátého macerátu ze směsi: po 100 g listu, květu a kořene proskurníku a po 50 g listu máty peprné a semene kopru. (136 + 47 - 96)

1203 • Šumavský bylinář farář Petr Mikeš radí: „Když nemáte v pořádku ledviny, nezapomeňte na popenec!“ (136)

1204 • Pro zlepšení funkce ledvin připravíme odvar z květu lípy a lipový čaj pravidelně podáváme k odlehčení ledvinám zvýšeným pocením. (136 + 47 - 140)

1205 • Připravíme zapař z 30 g natě zlatobýlu a 300 ml vřelé vody. Užíváme jednu polévkovou lžici záparu čtyřikrát denně. (91)

1206 • Jedna čajová lžička vrchovatě naplněná květy a listy zlatobýlu obecného na čtvrt litru vody. Spaříme a necháme krátce vyluhovat. Z čajové směsi (svízel, pitulník žlutý, hluchavka bílá) vezmeme taktéž jednu vrchovatě naplněnou lžičku a pak následuje stejná příprava. (123)

1207 • Užívat maximálně 3 týdny - třítýdenní dávka pro jednu osobu: 15 g přesličky, 10 g kopřivy, 8 g truskavce, 6 g třezalky. Špetku směsi spařit 5 dl horké vody, 10 minut vyluhovat, scedit a na zbytek drogy nalít dva šálky horké vody, 10 minut vařit, scedit a oba čaje smíchat. Toto množství stačí na dva dny: ráno na lačno půl šálku a večer před spaním půl šálku. Pít studené, pomalu. (50)

1208 • Při ledvinových chorobách a pro pocení: horký odvar, připravený z 20 g suchého kořene lopuchu většího na sklenici vody - vypije se během dne ve třech dávkách. (106 + 009)

1209 • Při poruchách funkce ledvin - působí též močopudně, žlučopudně a projímavě: nálev při-

pravíme z 2 g (jeden-a čajová lžička) řezané sušené kůry dříví šálu dráče a dvou šálků vody. Pít ob den. Nepít více, nepít častěji - kůra obsahuje berberin, oxyakantin a bermanin. (305)

1210 • Onemocnění ledvin a močových cest spojené s křečemi: 50 g natě vlašovičnicku, 25 g natě třezalky a 25 g natě mateřídoušky. Všechny tyto složky čaje smíchejte v uvedeném poměru. Přidejte čajovou lžičku této směsi do šálku vody. Nechte vařit 5 až 10 minut a poté scedte. Denně vypijte 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

1211 • Při chorobách ledvin a močových cest se doporučuje několikrát denně zapař z 1 až 1,5 g plodu petržele zahradní nebo ze 4 čajových lžiček řezaného kořene na šálek vody. (106 + 009)

1212 • Týdně dvě teplé koupele ze svařené slámy ovesné s trojím střídáním (10 minut v teplé koupeli, minutu ve studené). Týdně dva krátké ovinky namočené ve vodě z ovesné slámy na 1 1/2 hodiny. Denně užívat dva koflíky thé z přesličky a jalovcových jahůdek, jež byly 10 minut vyvařeny. (56)

1213 • Jednoho dne dopoledne hořejší polévání a polévání kolenou, odpoledne poloviční koupel na půl minuty. Druhého dne za noci úplné omývání z postele a to ráno, potom chodit ve vodě, odpoledne hořejší polévání kolenou. Třetího dne dopoledne hořejší polévání a později polévání kyčlí, odpoledne polévání zad a chůze ve vodě. To se střídá po tři neděle, pak denně pít koflík thé z 10 roztloučených jalovcových jahůdek a něco přesličky. Thé se pije ráno a večer, vždy ve dvou porcích. (56)

1214 • Na vyrovnání funkce ledvin připravíme čaj: jedna polévková lžice nakrájených mladých lípových větvíček (ne květ!) na půl litru vody, 7 minut vařit. Pít po 3 týdny. Po vypití čaje natírat slivovicí kůži v oblasti ledvin. (126)

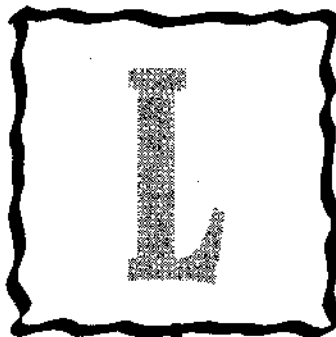
1215 • 20 g plodu fenyklu, 20 g kořene petržele, 20 g bulvy celeru, 10 g kořene chřestu - 1,5 čajové lžičky této směsi vařit 5 minut, 20 minut louhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. Čaj není vhodný pro těhotné ženy. (126)

1216 • 20 g květu měsíčku, 20 g natě tužebníku, 20 g natě celíku zlatobýlu, 10 g natě máty peprné, 10 g oplodí fazolí, 10 g natě přesličky, 10 g natě truskavce, 10 g listu medvědice léčivé, 10 g listu břízy a 10 g listu kopřivy. Jednu polévkovou lžici této směsi zalít čtvrt litrem vařící vody, nechat 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

1217 • Tři díly zlatobýlu, dva díly kopřivového listu a jeden díl kukuřičných čnělek připravíme spařením, pijeme třikrát denně. (12)

1218 • 25 g medvědice, 25 g zlatobýlu, 15 g svízele, 15 g březového listu, 10 g kopřivy, 10 g podbělového listu - 4 polévkové lžice této směsi přelit navečer jedním litrem studené vody, ráno nechat přejít varem, po ustání scedit do termosky, čtvrt litru vypít na lačno a zbyteček po doušcích během dne. Po šesti týdnech je nutno léčbu na 1 až 2 týdny přerušit. (136)

1219 • Týdně dvě teplé koupele ze svařené slámy ovesné s trojím střídáním (10 minut v teplé kou-



peli, minutu ve studené). Týdně dvě krátké ovinky, namočené ve vodě z ovesné slámy, na 1,5 hodiny. Denně užívat dva koflíky thé z přesličky a jalovcových jahůdek, jež byly 10 minut vařeny. Kůra trvá 6 neděl. (56)

1220 • Doporučuje se smíchat jednu čajovou lžičku tužebníku jilmového, jednu lžičku celíku zlatobýlu a jednu lžičku rdesna ptačího. Dvě lžičky směsi necháme přejít varem ve čtvrt litru vody, pak na 20 minut odstavit, scedit a pít dva šálky teplého čaje denně. (301)

1221 • Čaj: jedna lžička květu tužebníku, jedna lžička natě kokošky a jedna lžička rdesna ptačího. Dobře promíchat, dvě lžičky směsi nechat přejít varem ve čtvrt litru vody. Na 15 minut odstavit a pít 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

1222 • K pročištění ledvin: nejideálnějším prostředkem je čaj z třezalky. Proti bolestem v ledvinách přikládáte obklady z rozsekaného čapího nůsku. (132)

1223 • Likér kručinkový proti ledvinovým chorobám: do litru vína semelte hrst kručinkové natě i s kořínky, nechte 14 dní táhnouti a přefiltrujeme. Denně na lačno menší odlivku. (132)

1224 • Na poruchy ledvin obecně platný ledvinový čaj: 3 díly celíku zlatobýlu - nať nebo květ, 1 díl přesličky rolní - nať, 1 díl rdesna ptačího truskavce - nať a 1 díl rdesna blešnicku - vrbice bílé. Čaj se může užívat i s méně bylinami nebo výjimečně i s více, ale vždy musí být zachován poměr celík : ostatní byliny 1:1. (301)

1225 • Na poruchy ledvin obecně platný ledvinový čaj: 3 díly natě celíku zlatobýlu, 1 díl natě přesličky rolní, 1 díl natě rdesna ptačího - truskavce a 1 díl rdesna blešnicku - vrbice bílé. Celík zlatobýl se nesmí v žádném případě užívat samostatně. Celík zlatobýl nemůže být nahrazen jiným celíkem, např. kanadským nebo obrovským. (44)

1226 • 6 dílů medvědice léčivé, 6 dílů přesličky, 8 dílů truskavce, 7 dílů svízele syříšového. Pijí se tři šálky denně po dobu 9 týdnů. Než budete čaj vařit, vezměte suchou dubovou kůru na každý šálek jednu čajovou lžičku a tuto kůru vařte ve 3 dl vody po dobu 15 dní, vroucí vodu pak přelijte na ostatní byliny. (302)

### Zánět ledvin

1227 • 40 g lněného semene, 40 g natě kručinky a 100 g plodu jalovce smícháme v uvedeném poměru. Čajová lžička směsi na šálek vody, vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Denně vypijte dva až tři šálky teplého čaje. (30)

1228 • Po 10 g listů jahodníku, ostružiníku a natě kopřivy, 20 g listu břízy a 100 g lněného semene. Všechny složky čaje smíchat v uvedeném poměru, jedna čajová lžička této směsi na šálek vody. Vařit 5 až 10 minut, pak scedit. Denně vypijte 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)



1229 • Po 5 g květ slézu a plod petržele, po 10 g plod šípku, kořen libečku a bedrníku, po 15 g list medvědice a břízy, kořen jehlice trnité a oddenek pýru. Všechny složky čaje smíchat v uvedeném poměru. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Pijí se tři šálky teplého čaje denně. Čaje č. 1227, 1228 a 1229 užívat jen se svolením oset-



rojičho lékaře a pod jeho průběžnou kontrolou. (30)

1230 • Svařte ječné kroupy s cibulí a kouskem másla, směs namažte tlustě na ručník a obalte jím místa, kde jsou ledviny, převážete vlněným šátkem a ponechte 6 až 7 hodin, potom omyjte teplou vodou a opakujte 3 až 4-krát v době deseti dnů. (132)

1231 • Svařte 6 g čerstvé natě koprové nadrobno posekané v 100 g vody, scedte, přisladte a vypijte ráno na lačný žaludek, po dobu 1 až 2 týdnů. (132)

1232 • Pijte ráno na lačný žaludek koflík odvaru ze sušených broskvových listů. (132)

1233 • 50 až 60 g na prášek pomletých pupavovitých kořínků vetřepte do jednoho litru bílého vína. Před upotřebením zatřeptati. Užívat denně 15 kapek. (132)

1234 • Pijte nálev z březového listí, sladkých hrachových lusků a truskavce. Dodržujte dietu, jezte hodně zelených salátů. (132)

1235 • Nasadíme čaj z „vlasů kukuřice“, čerstvě natrhaného šřavele, pitulníku žlutého či hluchavky bílé a použijeme přesličkových sedacích koupelí. Kromě toho pijeme denně tři až čtyři šálky čaje ze šťávy truskavce ptačího. Na jeden šálek použijeme vrchovatou čajovou lžičku bylin, přelijeme vroucím mlékem, pijeme dost teplé po doušcích. (123)

1236 \* 50 g svízele syřišového, 40 g semena lnu, 30 g kořene jehlice trnité, 30 g listu břízy -jednu polévkovou lžici směsi dát do čtvrt litru studené vody, 6 hodin vyluhovat, pak krátce povařit a dalších 20 minut vyluhovat. Pít třikrát denně po jídle. (126)

1237 • 20 g janovce metlatého, 20 g plavuně, 5 g listu břízy, 15 g zlatobýlu, 25 g šípků, 10 g chmele a 5 g kořene libečku. Třikrát denně šálek teplého čaje silného nálevu vždy po jídle. (132)

1238 • Používáme s dobrým výsledkem dvakrát denně jednu kávovou lžičku propolisu do 1 dcl teplé vody. Léčba se každý druhý týden přerušuje - do vyléčení. (99)

### Brightova nemoc

1239 • Ihned do postele! Obklady na ledvinovou oblast z léčivé hlíny, zředěné octem. Vnitřně čaj z březových listů a poupat na jaře sbíraných, polev čtyř hrstí směsi 1,5 l vařící vody, scezený a ještě jednou dvakrát vařený (dvě hodiny nechte pak táhnout), do nějž jste přidali na špetku nože kyselého uhličitanu sodného. Pijte jen horký! (132)

### Rozšíření ledvin

1240 • Denně dva šálky čaje ze směsi listů borůvek, mochny plazivé a ostružin, od každého 15 g, a dále 45 g svízele a 10 g tužebníku. (301)

### Zbytnění ledvin

1241 • Moč je nápadně rudá a okolí ledvin „štípe“. Pijte čaj z květů a kořínků třezalky; na okolí ledvin si přikládejte obkladky z rozdrcených čapínkových kořínků. (132)

### Chronické onemocnění ledvin

1242 • Zapař z 25 g natě srdečnicku a 25 g třezalky, 30 g natě macešky a 30 g natě pampeřličky, 20 g kořene kostivalu a 15 g květu vřatiče. Nebo: drobně nakrájený celer nasypeme do sklenice s víčkem, smícháme s medem a takto získaný sirup po několika dnech užíváme dvakrát denně lžící. (99)

1243 • Smíchejte 30 g jalovcového plodu, 30 g plodu šípku a 100 g semene kdoule. Jedna čajová lžička najeden šálek vody, vaří se 5 až 10 minut scedí se a pije se 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

1244 - • Při chronickém onemocnění ledvin - užívat jen se svolením ošetřujícího lékaře a pod jeho průběžnou kontrolou: 30 g natě rozrazilu lékařského, 30 g natě truskavce a 40 g natě řepíku. Všechny složky smíchejte v uvedeném poměru. Přelejte čajovou lžičku této směsi šálkem vroucí vody, nechte 5 minut vyluhovat, scedte. Denně při snídani vypijte šálek teplého čaje. (30)

### Ledvinové koliky

1245 • Po 10 g listu břízy, kořen jehlice trnité, oddenek pýru a plod jalovce, po 20 g nařvlastovičnicku, - routy vonné a mochny husí. Všechny složky čaje smíchejte v uvedeném poměru, přidejte tři čajové lžičky této směsi do tří šálků vody, nechte vařit 5 až 10 minut a poté scedte. Tento teplý výluh vypijte během jedné hodiny. Přitom zadržte moč a až pod tlakem po horké sedací koupeli se vyprázdněte. (30)

1246 • Doporučuje se jako podpůrná terapie pitná kúra v kombinaci s teplými koupelemi a obklady. K pitné kúře připravíme nálev z 30 g listu kopřivy dvoudomé, 15 g natě přesličky rolní, 15 g natě rdesna ptačího a 15 g natě třezalky tečkované. Pijí se tři šálky denně. (78 + 66)

1247 • Při ledvinových a žlučových kolikách smíchejte 10 g listu břízy, 10 g kořene jehlice trnité, 10 g pýru, 10 g jalovcového plodu, 20 g natě vřatičnicku, 20 g natě routy vonné a 20 g natě mochny husí. Jedna čajová lžička na šálek vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Tento teplý výluh vypijte během jedné hodiny. Přitom zadržte moč a až pod tlakem po horké sedací koupeli se vyprázdněte. (30)

### Při svařování ledvin

1248 • Kručinku německou nebo barvířskou svaříme ve zředěném bílém víně a užíváme několikrát denně 1 až 2 polévkové lžice. Do krajiny ledvin a podél celé páteře pravidelně vtíráme koprový olej. (136 + 47 - 26)

1249 • Čerstvá stáva z natě popence obecného jest ode dávnych dob chválena lidem proti vředům ledvin. 20 g šťávy třikrát denně požitá v syrovátce hojí i zastaralé vředy ledvin a koná výtečné služby při souchotinách. (132)

1250 • 20 g kořene libečku, 100 g kořene přestupu, 20 g pýru, 20 g jehlice trnité (kořen) - vše smícháme. Tři čajové lžičky směsi vaříme 7 minut ve 3/4 litru vody. Denně vypijeme 2 až 3 šálky teplého čaje. Můžeme užívat i delší dobu. (303)

1251 • Čaj žlutý, který doporučoval proslulý farář Johann Kiinzle při svařování ledvin, jejichž funkce rychle klesá: 2 díly zlatobýlu, 2 díly svízele syřišového, 1 díl květu žluté hluchavky. Pít 4 krát denně šálek nálevu, k tomu na krajinu led-



vin na noc obklady ze strouhaného kostivalu. (136)

1252 • Při srašťování ledvin a křečovitých bolestech dělohy se doporučuje sedací koupel z celé rostliny hluchavky bílé. (136+47-49)

1253 • Stejně díly hluchavky žluté, svízele a zlatobýlu smícháme a jednu lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vody. Krátce vyluhujeme a pijeme po malých douškách. (303)

1254 • Připravíme čaj ze směsi stejných dílů hluchavky žluté, svízele, zlatobýlu a kořene jehlice trnité. Jednu lžičku této směsi spaříme čtvrt litrem vody, necháme vyluhovat 20 minut a popijíme po malých doušcích na lačno 30 minut před snídaní a zbytek během dne. (301)

1255 • 20 g kořene libečku, 100 g kořene jehlice trnité, 20 g pýru, 20 g kručinky německé - vše smícháme a tři čajové lžičky této směsi vaříme 10 minut ve 1/3 litru vody. Po scezení pijeme 2 až 3 šálky teplého čaje denně. (301)

#### Při ledvinové nedostatečnosti

1256 • Smíchat kořen andělíky s natí přesličky stejným dílem. Vzít jednu čajovou lžičku směsi na sklenici odvaru, vařit 10 minut, vypít pomalu po doušcích 3 krát denně, asi hodinu před jídlem. (136 + 47 - 88)

#### Při disfunkci ledvin

1257 • Čaj připravený ze stejných dílů kůry, listů a mladých větvíček vrby, kvetoucí natě suchopýru a topolových pupenů. (136 + 47-27)

#### Chronický zápal ledvin

1258 • Smícháme po 50 g natě čekanky, přesličky, třezalky tečkované, plod borůvky a list máty peprné a 150 g natě zlatobýlu. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice této směsi, vaříme 3 minuty a necháme 30 minut vyluhovat, pak scedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

1259 • Při chronickém zápalu ledvin a močového měchýře s krví v moči smícháme po 50 g natě přesličky, šišťice chmelu, natě jablčníku, kořen jehlice trnité, natě mateřídoušky a natě kokošky pastušky tobolky, po 100 g natě zlatobýlu a rdesna peprníku. Dále jako u receptu č. 1258. (91)

1260 • Smícháme po 50 g natě přesličky, šišťice chmelu, natě jablčníku, kořen jehlice trnité, natě mateřídoušky, natě kokošky pastušky tobolky a po 100 g natě zlatobýlu a natě rdesna peprníku. Dále jako u receptu č. 1258. (91)

#### Akutní zápal ledvin

1261 • Smícháme po 50 g natě přesličky a květ měsíčku, po 60 g kořen omanu, semeno lnu a 80 g květu heřmánku. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice této směsi, vaříme tři minuty a necháme 30 minut vyluhovat. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

1262 • Smícháme po 50 g plod borůvky, kořen jehlice trnité, kořen lékořice lysé, po 50 g květu měsíčku a plodu petržele a 100 g natě zlatobýlu. Dále jako u receptu č. 1261. (91)

#### Zánět ledvinových klubiček

1263 • Vezmeme 25 g natě srdečnicku, 20 g natě pelyňku Černobýlu, 15 g natě bukvice lékařské a 10 g květu měsíčku. Připravíme bylinářský čaj, který podáváme třikrát denně 50 ml až po čtyřikrát denně 250 ml, podle rady odborníka a stavu nemoci. (136 + 47 - 63)

#### Při nefróze

1264 • Podávat ve větším množství mleté lněné semeno, kořen kostivalu, slézu, list jitrocele, list podbělu apod., 2 až 3 krát denně lžičku bylin rozmělněných na prášek. (99)

1265 • Nať přesličky, medvědice léčivé, břízy, pupeny břízy, květ chrpy - lžici bylin povařit ve čtvrt litru vody, pít 2 až 3 krát denně před jídlem. (99)

1266 • Pupeny břízy - tři lžice na tři sklenice vody, vyvařit do poloviny a pít třikrát denně půl sklenice. (99)

#### Zánět ledvin a ledvinových pánviček

1267 • Listu břízy, list medvědice léčivé, nať třezalky, stopky višni, kořen jehlice, nať celíku - vše smíchat stejným dílem. Jednu polévkovou lžici směsi spařit čtvrt litrem vařící vody, 45 minut louhovat, pít třikrát denně před jídlem. (126)

1268 • Připravíme čaj ze stejných dílů natě rdesna ptačího, truskavce, natě třezalky, listu máty peprné a natě srdečnicku. Pijeme z termosky 3 až 4 krát denně cca 1/3 litru. K dalším vhodným bylinám při této indikaci patří zejména šalvěj, heřmánek, pupeny černého topolu, zlatobýl, popenec, vřes, medvědice, jitrocel, měsíček, turan kanadský, lichořeřišnice. (136 + 47-63)

1269 • 30 g listu břízy bělokoré, 30 g semena lnu setého, po 10 g listu kopřivy dvoudomé, jahodníku obecného a ostružníku krovitého. Nálev: pijí se 2 až 3 šálky denně. (78 +, 66)

1270 • Po 25 g listu břízy bělokoré a medvědice léčivé. Nálev: pijí se 2 až 3 šálky denně. (78 + 66)

1271 • Po 10 g květu bezu černého, natě třezalky tečkované a natě violky trojbarevné, 10 g natě celíku zlatobýlu a 20 g listu jitrocele kopinatého. Nálev: polévková lžice směsi na 200ml vody, doba vyluhování 15 minut. Pijí se 2 až 3 šálky denně. (78 + 66)

1272 • Vše po 10 g: natě čekanky obecné, přesličky rolní, třezalky tečkované, celíku zlatobýlu, list máty peprné a borůvky černé. Odvar: kávová lžička směsi na šálek vody, doba varu 3 minuty, vyluhování 15 minut. Pijí se tři šálky denně a to tak, že půl šálku se vypije 15 minut před jídlem a zbývající polovina půl hodiny po jídle. (78 + 66)

1273 • Vše po 15 g: natě přesličky rolní, rdesna ptačího (truskavce), třezalky tečkované a list kopřivy dvoudomé. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

1274 • Po 25 g rdesna ptačího (truskavce), přesličky rolní, list kopřivy dvoudomé a břízy bělokoré a po 12 g list medvědice léčivé a kořen petržele zahradního. Odvar: polévková lžice směsi na půl litru vody, necháme přejít varem a odstavíme. Doba vyluhování 15 minut. Popijíme po doušcích celý den. (78 + 66)

## LEDVINY-KAMENKY

1275 • Smícháme 150 g listu medvědice léčivé, po 60 g kořen omanu, kořen jehlice trnité a kořen mořeny barvířské a po 30 g kořen pampelišky a blizny kukuřice. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, vaříme 3 minuty a necháme 30 minut vyluhovat, pak scedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

1276 • Smícháme po 100 g kořen jehlice trnité, kořen a plod petržele, kořen lékořice lysé a plod borůvky. Dále jako u receptu č. 1275. (91)

1277 • Smícháme 150 g listu medvědice, 80 g kořene omanu a po 30 g kořene pampelišky mořeny barvířské, kořene kostivalu, natě přesličky, natě zlatobýlu, stopky višně a blizny kukuřice. Dále jako u receptu č. 1275. (91)

1278 • Při ledvinových kamencích a písku, žlučových kamencích, proti revmatickým bolestem: dvě kávové lžičky drcené medvědice se za studena vyluhují ve čtvrt až půl litru vody po dobu 12 i více hodin. Užívá se vlažný výluh, dvě polévkové lžíce asi čtyřikrát za den: Odvar je nevhodný! Do výluhu z medvědice se přidává na špičku nože žrávčí soda. (50)

1279 • Připravíme čaj ze dvou lžic hložínek na půl litru vody. 10 minut povaríme. Pijí se dva šálky vlažného čaje denně. (40 + 45)

1280 • Ledvinové kaménky vyhání odvar z vřesu. Dvě lžičky květu nebo nedřevnatých zelených větvíček čerstvých nebo sušených krátce povaríme ve čtvrt litru vody, necháme 15 minut stát, precedíme a popijíme vlažný 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

1281 • Ledvinové kaménky - nárazová pitná kúra: smícháme 25 g kořene smetanky lékařské, 25 g kořene petržele, 25 g natě průtržníku lysého, 25 g plodu bedrníku anýz a 10 g kořene lékořice lysé. Dvě polévkové lžíce této směsi na litr vody, doba vyluhování 30 minut. Čaj se popijí na lačno, velmi pomalu, celá dávka. Kúra má trvat 2 až 3 dny. (78 + 66)

1282 • 15 g potočnice, 25 g máčku polního, 15 g krušiny, 25 g drchničky, 20 g břízy. Tříkrát denně vždy po jídle šálek vlažného odvaru a dvě kapky eukalyptového oleje, teplé obklady mateřídouškové a sedací koupele z přesličky. (132)

1283 • Pijte denně ráno na lačný žaludek koflík vývaru z natě rdesnové a přes den po lžičkách dva koflíky odvaru z mladých sušených lístků smuteční břízy. Pijte teplé. (132)

1284 • Dvě lžíce plodů hlohu obecného na půl litru vody. Vaříme 10 minut. Pijeme vlažný, dva šálky denně. (14)

1285 • Při ledvinových kamencích, katarrech průdušek, při plicní tuberkulóze a proti nadměrnému pocení se užívá vnitřně odvar ze čtyř lžiček drcené natě přesličky ve čtvrt litru vařící vody, který se nechá 15 minut stát. Pije se třikrát denně. (326)

1286 • Proti všem druhům kamének likér stříbrníkovy: 25 g kořinek benedyktových, 90 g mochyň - stříbrníků, 60 g nátržníku, k tomu po třech hrstích natě betoničkové čubetové, kalám-

brové, pelyňkové a zeměžlučové. Smíchejte a rozstrouhejte vše nadrobno, pak naložte do soudku 20 l moštu a nechtě 2 měsíce kvasiti. Denně na lačno větší odlivku. (132)

1287 • Při kamencích ledvinových se doporučuje nejrychleji, účinkující prostředek: odvar z bramborových slupek. Umyté brambory oškrábat, slupky uvařit, odvar slít a použít před jídlem po 3 nebo 4 dávkách v průběhu dne. Pro vyhublé osoby je tento odvar zvlášť vhodný, neboť má velmi dobré výživné vlastnosti. (99)

1288 • 15 g medvědice, 15 g truskavce, 10 g plodu jalovce, 10 g kručinky německé, 20 g chebdí, 100 g přesličky rolní. Vše smícháme, tři lžičky směsi přelijeme třemi šálky vařící vody a necháme 15 minut vyluhovat. Denně pijeme 3 šálky příjemně teplého čaje. Vhodná je porada s lékařem. (303)

1289 • Čaj z květů janovce odstraňuje bezbolestně ledvinový kámen - bere se pouze 15 g na půl litru vody. (132)

1290 • Při ledvinových kamenech, ale i při revmatismu a dně, připravíme tento čaj: 5 polévkových lžic sušených mladých listů břízy bělokore (listy je nutno rozřezat nebo rozdrobit, aby se účinné látky lépe vyluhovaly) krátce povaríme v půl litru vody. Pijeme dvakrát denně. (338)

1291 • Čtyři stroužky česneku oloupejte, rozkrájejte na větší kousky a svařte v půl litru vína, scedte. Tohoto vývaru pijte denně jednu odlivku na lačný žaludek. (132)

1292 • Lehce a šetrně močopudně působí pampeliška. Je proto vhodná k vypuzení ledvinových kamenů a je současně profylaktikem proti nové tvorbě kamenů. Metoda dr. Weisse zvaná „vodní úder“ vypuzuje celé kameny dříve, než jsou větší a zapřičiňují koliku. Pampeliškový čaj připravíme ze dvou polévkových lžic drogy, které přelijeme půl litrem vody, ohřejeme do varu a po 20 minutách scedíme. Pak tuto kapalinu rozředíme vodou na 1,5 litru. Během 15 až 20 minut je nutné toto množství vypít. (126)

1293 • Speciální směs při kamencích ledvinových, ledvinové nedostatečnosti, zánětech, krvácení, křečích: po 10 g listu pelyňku, kořene mořeny barvířské, natě svízele a celíku zlatobýlu a stopek višně, po 20 g natě jmelí, semene lnu a konopí, kořene kozlíku, omanu, jehlice trnité a proskurníku, po 30 g natě přesličky a květu hlohu a po 40 g listu medvědice léčivé a listu břízy. Jedna polévková lžíce směsi se spaří 300 ml vody, 45 minut vyluhuje. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

1294 • Při ledvinových kamencích, ale i revmatismu, dně, onemocnění cest dýchacích, kašli a chrapotu pomůže odvar připravený ze sušeného kořene lékořice lysé a dalších přísad, kterými jsou květy divizny, vlčího máku, listu a kořene proskurníku. Vše smícháme ve stejném poměru, jednu polévkovou lžici spaříme půl litrem vřelé vody a po 15 minutách slijeme. Využijeme ve třech dávkách během dne. (305)

1295 • Kdo trpí na ledvinové kaménky a nemůže močiti a nebo jen s největšími potížemi, ať si dá zavést několik dní po sobě klystýr z teplého odvaru heřmánkových květů, do něhož před použitím je třeba namíchat lžičku oleje a špetku soli. (132)

1296 • 30 g kořene pýru vařit jednu mintu v půl litru vody, vodu vylít, měkký pýr semlet a povarit

v 1250 ml vody s přidávkem 10 g kořene lékořice (nebo jehlice trnité), až zbude jeden litr. Vypít ráno 300 ml, zbytek po doušcích během dne. Podle možnosti přidat do čaje stavu z jednoho citronu. (136 + 47 - 33)

1297 • Pijte denně ráno na lačno koflík vývaru z natě rdesnové a přes den po lžičkách dva koflíky odvaru z mladých sušených lístků břízy - obojí teplé. (132)

#### Kaménky ledvinové a močové

1298 • List břízy, řepík, jehlice trnitá a pastýřská tobolka se smíchají rovným dílem. Jednu lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vody a necháme jednu minutu vyluhovat. Pijeme po doušcích během dne. (123)

1299 • Na jednu dávku čaje použít směs 2 g semen kopru, 3 g semen mrkve nebo semen petržele, 2 g natě Černobýlu, 2 g natě přesličky a 3 g lístků medvědice. Vše zalít večer 400 ml teplé vody, nechat přes noc ve vyhřáté troubě vyluhovat, ráno krátce povařit, scedit a vypít. Je vhodné připravit najednou 3 až 4 dávky, což představuje množství denní potřeby. Před použitím přihřát nebo podávat z termosky. Užívat 3 týdny a po týdenní přestávce je možno kúru opakovat. (136+47-202)

1300 • Čaj z lískového listí a zrníček šípků, který se předcedí přes hustou tkaninu. K tomu má nemocný užívat třikrát denně 3 mandle a jíst černou ředkev nebo pít její šťávu, kterou lze osladit medem. Tuto terapii je vhodné střídát s pitím čaje, připraveného z celé rostliny rdesna ptačího, tedy z kvetoucí natě včetně kořenů. (136 + 47 - 93)

1301 • Pijte čaj připravený tak, že dáte jednu čajovou lžičku rozmačkaných jader růže šípkové do jednoho šálku vody a nechte vařit půl hodiny. Denně ráno i večer vypijte jeden šálek čaje. Kúra trvá 2 až 3 měsíce. (23)

1302 • Čajová směs: 25 g rdesna ptačího a přesličky, po 15 g kořene jehlice a listu březového a po 10 g květu petrklice a listu podbělu. Pít odvar připravený podle obvyklých pravidel, nejlépe ráno a večer půl litru, v léčbě občas učinit přestávku 2 až 3 dny. V noci je nutno alespoň jedenkrát močit. Po 6 týdnech delší přestávka a obměnit recepturu. (136)

#### Při ledvinových a močových kamencích pro dlouhodobější pitnou kúru

1303 • 20 g květu bezu černého, 20 g květu heřmánku a 20 g přesličky polní smícháme a připravíme nálev - čaj. Pije se v množství 3 až 4 šálků denně. (78 + 66)

1304 • 20 g natě rdesna ptačího (truskavec), 20 g natě přesličky rolní, 30 g natě meduňky lékařské, 10 g listu medvědice léčivé, 10 g listu břízy bělokore. Nálev: 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

1305 • 20 g natě řepíku lékařského, 20 g kořene jehlice trnité, 20 g natě kokošky .pastuší tobolky, 20 g listu břízy bělokore. Pijí se 3 až 4 šálky denně 3 dny v týdnu. (78 + 66)

1306 • Vše po 15 g: natě přesličky rolní, list brusinky obecné, list jahodníku obecného, plod kmínu a kořen lékořice lysé. Pijí se tři až čtyři šálky teplého čaje denně. (78 + 66)

1307 • Po 20 g natě rdesna ptačího, natě přesličky rolní a natě meduňky lékařské, po 10 g list medvědice léčivé, natě průtržníku lysého a kakostu smrdutého. Nálev: dvě čajové lžičky směsi na 200 ml vody. Pije se 3 až 5 šálků teplého čaje denně. (78 + 66)

1308 • Po 30 g list kopřivy a natě přesličky rolní a rebríčku obecného. Dvě polévkové lžíce směsi se spaří čtvrt litrem vřelé vody. 20 minut vyluhovat, pak scedit. Tato dávka se popíjí během dne. (78 + 66)

1309 • Po 20 g brusinka obecná (list), list břízy bělokore, natě průtržníku lysého a kořen petržele. Odvínají se dva až tři šálky teplého čaje denně. (78 + 66)

1310 • Po 15 g květ bezu černého a lípy, 10 g natě přesličky rolní a po 5 g plod jalovce, kořen puškvorce a list máty peprné a kopřivy dvoudomé. Odvar: dvě čajové lžičky na šálek vody, doba varu 5 minut, vyluhovat 5 minut. Pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

#### Kaménky ledvinové a žlučnickové

1311 • Pomáhá sirup - Maria Treben uvádí dva způsoby přípravy:

1. způsob: dvě vrchovaté dvouhrsti listů jitrocele semeleme na masovém mlýnku. Do kaše přidáme trochu vody, 300 g cukru a 250 g včelího medu. Za stálého míchání vše vaříme na slabém ohni až vznikne zahuštěná tekutina, kterou horkou naplníme do sklenic a po vychladnutí uložíme do chladničky.
2. způsob: umyté listy jitrocele uložíme ve vrstvách s cukrem do sklenice na okurky a všechno řádně stlačíme. Hmota se postupně usazuje. Následující dny se vrstvy doplňují, až je sklenice plná. Pak povážeme dvoj- až trojnásobně pergamenem nebo celofánem. V zahradě na chráněném místě vykopeme jámu a sklenice do ní vložíme. Nad sklenici dáme desku, zatížíme kamenem a celé zasypeme zemí. Deska i kámen mají zůstat viditelné. Za stálé teploty v zemi cukr vzkvasí s listy na sirup. Po třech měsících sklenici vyjmeme, šťávu vylišujeme ovocným lisem (ne přes hadíky!), prevaríme, naplníme do lahví a dobře uzavřeme. Kdo nemá možnost použít tento způsob kvašení, nechá sklenici stát na teplém místě na slunci do doby, kdy se sirup usadí u dna. I takto získaný sirup dobře prevaríme. (123)

1312 • 15 g libečkového kořene, 15 g kořene pampelišky, 15 g kořene jehlice trnité, 15 g medvědicového listu, 10 g jalovcového plodu, 10 g kokošky, 5 g petrželového plodu, 5 g anýzu. Vše promícháme, tři čajové lžičky směsi vaříme 7 minut ve 3/4 litru vody. Hned scedíme a pijeme tři šálky teplého čaje denně. (303)

1313 • Medvědici, fialku vonnou a kakost smrdutý smícháme rovným dílem. Jednu lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vody a necháme krátce vyluhovat. Při nesnášenlivosti medvědice je možno ji nahradit listy hrušky vinorodé (pyrus vinifera), která roste v Rakousku. (123)

1314 • 5 g anýzu, 5 g plodu petržele, 10 g natě pastuší tobolky, 10 g plodu jalovce, 15 g listu medvědice, 15 g kořene jehlice trnité, 15 g kořene libečku a 15 g kořene pampelišky. Jedna čajová lžička směsi na jeden šálek vody, vaří se 5 až 10 minut a scedí se. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. (30)



1315 • Smíchejte 10g listu břechťanu, 10g listu rozmarýny, 10g listu medvědice, 10g natě přesličky rolní, 10g kořene lékořice, 15g plodu kmínu, 15g plodu jalovcového a 100g kořene bezu chebdí - jedna čajová lžička na šálek vody, vaří se 5 až 10 minut, po scezení pijeme tři šálky teplého čaje denně. (30)

1316 • Zamezení tvorby ledvinových a žlučových kaménků: smíchejte 10g natě kručinky německé, 10g jalovcového plodu, 15g listu medvědice, 15g natě truskavce, 20g kořene bezu chebdí a 100g natě přesličky rolní. Jedna čajová lžička této směsi na jeden šálek vody, vaří se 5 až 10 minut a po scezení se pije denně tři šálky teplého čaje. (30)

1317 • Při ledvinových kamenech a písku i při žlučnickových kamenech poskytuje pomoc vynikající čaj od června do září žlutě kvetoucího řepíku. Vynikajícím způsobem pomáhá čaj ze směsi řepíku, jehlice trnité, pastuší tobolky a listů břízy - vše po 20g. Čaj se spaří a nechá minutu vyluhovat. Řepík plným právem nazývají v Rakousku lidově „Heil aller Welt“ (lék celého světa) nebo „König aller Kräuter“ (král všech bylin). (123)

1318 • 30g listu břízy bělokoré a 20g kořene libečku lékařského smícháme spolu s 15g medvědice léčivé a 15g přesličky-rolní. Polévková lžice směsi na 200 ml vody. Pije se třikrát denně šálek čaje. (78 + 66)

#### Při kaméncích vytvořených na kyselé bázi

1319 • 120g natě rdesna ptačího, 20g natě vlašovičnicku, 20g květu rebríčku. Tři lžičky bylin zalijeme na noc třemi sklenicemi vody, ráno povaríme, scedíme a pijeme po malých dávkách celý den. (99)

#### Při kaméncích vytvořených na fosforečnanové a uhličitanové bázi

1320 • Fazolové lusky, list borůvky, list medvědice, nať macešky, kukuřičné klasy - vše se stejným dílem smíchá a připraví se ze směsi obvyklým způsobem odvar. (78 + 66)

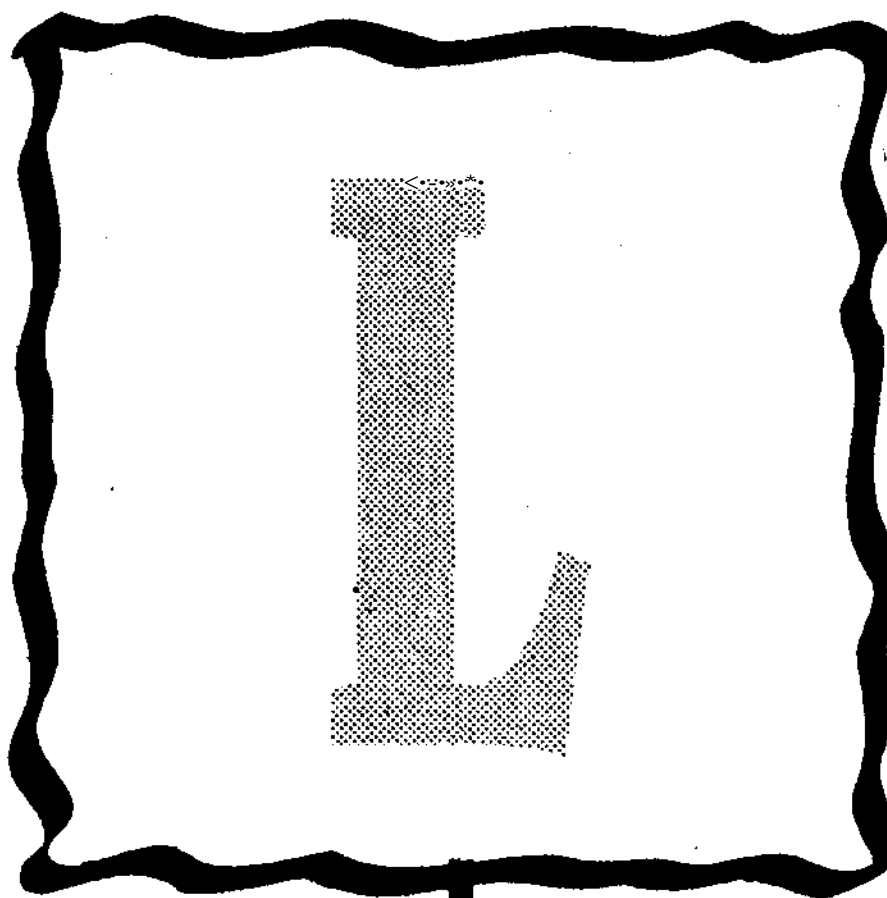
### LEDVINY-PÍSEK

1321 • Vezmeme stejné díly natě dobromysli, březového listu, lipového květu, listu šalvěje, natě mateřídoušky, šištic chmelu, natě protěže močálové, natě bazalky, květu červené růže a květů heřmánku. Protěž bahenní můžeme nahradit natí rdesna blešního (vrbice bílé). Podáváme z termosky zhruba šestkrát denně šálek bylinářsky připraveného čaje. (136+47-55)

1322 • 25g oddenku pýru plazivého a 25g kořene lopuchu většího. Odvar: jedna polévková lžice směsi na šálek odvaru. Pije se dvakrát denně půl šálku mezi jídly. (78 + 66)

1323 • Bereme hořké přesličkové sedací koupele aplikované tak, že oblast ledvin je ještě ponořena. Nohy mají viset z vany ven, srdce není ponořeno a proto může být koupel tak horká, jak vydržíme, asi dvacetiminutová. (136 -i- 47 - 27)

1324 • Při písku a kaméncích v ledvinách: z právě zabíjených slepic vybereme vnitřní blánu jejich žaludku. Usušíme ji, pomeleme na prášek a užíváme čtyřikrát denně na špičku kulatého nože.



Zapíjíme to asi čtvrt litrem čaje připraveného ze směsi 200g březových listů, 100g natě rdesna ptačího, 100g natě přesličky, natě pastuší tobolky a kořene pampelišky s natí, vždy po 50g. (136 + 47 - 84)

1325 • Vezmeme 200g natě přesličky, po 100g natě kakostu smrdutého a natě rdesna ptačího truskavce, po 50g natě řepíku, natě pastuší tobolky, březového listu a kořene jehlice trnité. Vrchovatou polévkovou lžící směsi vhodíme do 1/3 litru studené vody a povaríme asi půl minuty. Pak necháme vyluhovat do poklesu teploty, scedíme a ihned vypijeme. (136 + 47-27)

1326 • Při krupici v ledvinách svařte 30g rozrazilové natě v litru vody 10 minut a pijte dva šálky teplé denně, nejlépe po lžičkách. Nesladit. (132)

#### Písek v ledvinách a močových cestách

1327 • Při písku v ledvinách a kaméncích v močovém měchýři se užívají horké koupele z přesličky rolní, přičemž se pije i teplý čaj z přesličky. Moč se zadržuje, aby se mohla naráz pod tlakem vypustit. Po takové kúře kameny většinou odcházejí. Sedací koupel připravíme tak, že 100g přesličky dáme do studené vody na noc, následující den ohřejeme k varu a přelijeme do vany. Doba koupání 20 minut. Nesušit se, mokry zabalit do koupacího pláště. Pařit se dále jednu hodinu v posteli. Voda musí při koupeli sahat až nad ledviny. (123)

1328 • Při záchvatu koliky vlézt ihned do vany s horkou vodou a vypít sklenici teplého mléka s 20 až 25 ml lékárenského glycerinu. Provádět tři dny i kdyby se kolika již neopakovala. (136 + 47 - 87)

1329 • Seberte šípky ihned, jakmile na keři opadaly květy, vyškrabte z nich zrníčka, usušte na slunci a rozemelte je na prášek, který nechte týden v bílém víně. Častěji míchejte, scedte a vypijte menší sklenici půl hodiny před spaním. (132)

### LEPRA

1330 • Čalmugrový olej je značně účinným prostředkem při léčbě lepry. Podává se po kapkách po jídle, protože silně dráždí žaludek. Získává se ze semen různých druhů hydrocarpus lisováním za studena. Plody jsou jedovaté. (114)

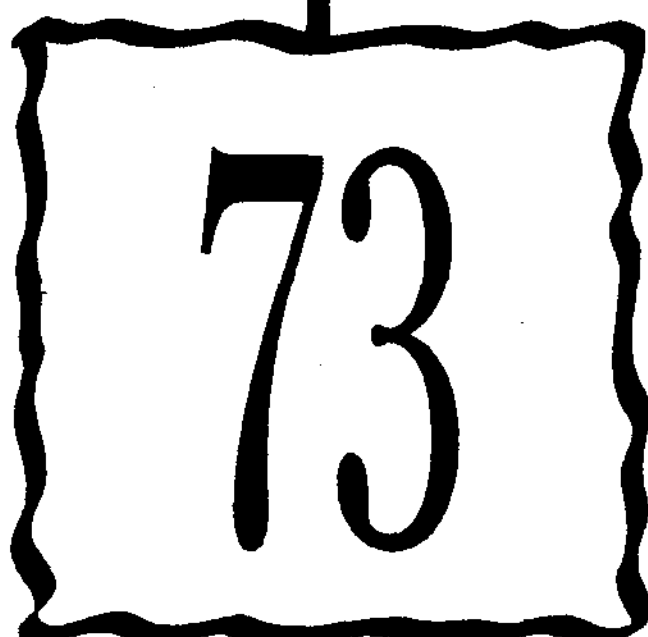
### LIŠEJ

1331 • Pět lžic řezaných sušených listů břízy bradavičnaté povaríme krátce v jenom litru vody, necháme ustát a precdíme. Na jednu lázeň potřebujeme čtyři litry odvaru. - Koupel můžeme rovněž použít proti pocení nohou. (14)

1332 • Připravte odvar z natě macešky, natě rdesna ptačího, listu kopřivy, listu vlašského ořechu a kořene lopuchu. (99)

1333 • K omývání: mydlíce - celá rostlina 20g, potměchuť a stonek 60g, maceška rolní - květ 20g, ořešák vlašský - list 40g. (40 + 45)

1334 • Čtyři lžičky řezaných sušených listů břízy bradavičnaté na čtvrt litru vody. Nechat přejít varem, na 15 minut odstavit a scedit. Pít ráno a večer jeden šálek. (40 + 45)





1335 • Po 10 g zemědým, kůra krušiny, mateřídouška a rozmarýna, 20 g kořene lopuchu a 30 g listů ořechových. Mírně teplým odvarem před spaním omýváti. (132)

1336 • Denně koupel z odvaru senokvětů. Dodržujte nemastnou dietu, pijte některý čaj čistící krev. Nejlepším prostředkem jsou ovšem koupele z vývaru čapínůšků. (132)

1337 • Pravidla při léčení lišejů jsou: zevně nesmíme zcela ničeho používat, jen vlažné vody, abychom smyli nečistotu. Vše ostatní nezůstane bez následků. Pokrm a nápoje mají být lehce zázivný, jednoduchý, aby vydaly dobrých šťáv a šťávy tělesné zlepšily. Chraňme se všeho kyselého, příliš slaného a kořeněného, jakož i všech lihových nápojů. Krev jest dosti ostrá. (56)

1338 • 50 g listu jitrocele kopinatého použijeme na šálek vody k obkladům a omývání lišejů. (78 + 66)

1339 • Připravte odvar z macešky, natě rdesna ptačího, listu kopřivy, listu vlašského ořechu a kořene lopuchu. (99)

1340 • Léčení vodou jest: prvního dne vezme nemocný parní lázeň na hlavu a španělský plášť, druhého dne parní lázeň na nohy a dolejší ovinek, třetího dne ráno španělský plášť, odpůldne pak krátký ovinek, čtvrtého dne nebere nic, pátého dne leží v posteli a vždy po dvou hodinách omyje si rychle celé tělo studenou vodou. Kdyby snad byl nemocný zaneprázdněn, má se mimo postel omýti ráno, v poledne a večer a na to se buď pohybuje, nebo jde po své práci. Když vypocování nečistých šťáv zevnitř navenek přestává a kůže se nově tvoří, pak umenšuje stupeň a počet prostředků. - Jsou-li lišeje mokré nebo suché, nemění na způsobu léčené pranic. Suché lišeje jsou, které méně tekou, takže tekutina rychle na povrchu kůže usychá jako strupovina. Mokré lišeje tekou silně a proto jsou obtížnější a nebezpečnější k léčení. (56)

1341 • První noci úplně se omýti. V týdnu dvě teplé koupele v odvaru ze slámy ovesné za půl hodiny a po každých 14 minutách studenou vodou úplně omýti a na konci koupele zase úplně omývání. Každodenně hořejší polévání a hned na to polévání kolenou. Každého dne bráti na dvě špičky nože bílého prášku. Aby se tento neduh po vyléčení vícekrát nevrátil, musí se bráti dvakrát v týdnu za noci úplně omývání a měsíčně jednou výše jmenovanou teplou koupel. (56)

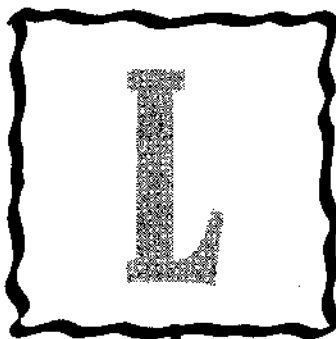
1342 • Na lišej a vyrážky používáme ve formě obkladu odvar z průtržníku lysého. Dvě polévkové lžíce nadrobno posekané drogy zalejeme 500mi vřelé vody a povaríme 3 minuty. Necháme vyluhovat 30 minut a po přecezení použijeme odvaru k obkladu na postižené místo. (91)

#### Lišej chronický, vleklý

1343 • Je třeba vyřešit, zda pacient netrpí cukrovkou, poruchami žláz, poruchami trávení. V každém případě musí zanechat pití veškerých alkoholických nápojů. Pomáhá současně pití čaje z listů maliníku, natě zeměžluče, natě šalvěje, listu ořechovníku a kořene pampelišky. (99)

#### Lišej červený

1344 • Připravíme odvar z natě pelyňku brotanu, natě majoránky, natě kopytníku evropského, kořene pampelišky, oddenku puškvorce, kůry krušiny olšové a listu pampelišky. Pijeme 2 až 3 krát denně. (99)



#### Lišej ve vousích

1345 • 40 g přesličky, 30 g kořene lopuchu a 30 g kořene nátržníku. Častěji teplým odvarem omýváti. (132)

#### Lišej na hlavě

1346 • Za prvé - v týdnu třikrát úplně omývání za noci s postele a nato hned zase ulehnutí do postele. - Za druhé v každém týdnu dvakrát mokrou košili, namočenou ve slané vodě. - Za třetí v týdnu parní lázeň na hlavu. - Za čtvrté pro úplné vyléčení a zesílení jednou v týdnu mokrou košili a jednou nebo dvakrát v týdnu úplně omývání. - Denně užívat dvakrát po 20 kapkách extraktu z kručinky barvířské ve sklenici vody. (56)

#### Lišej a nečistoty kůže

1347 • Po 10 g krtičník, konitrud lékařský a smetanka, 15 g kořenu čekanky, 25 g zemědýmu a 30 g řeřichy potoční. Mírně teplým odvarem před spaním omýváti. (132)

#### Lupénka

1348 • Po 25 g zemědým lékařský, nať a baženka roční. Vše smícháme a tři čajové lžičky přelijeme půl litrem vroucí vody, vyluhujeme pět minut a scedíme. Denně tři šálky teplého čaje. (30)

1349 • Čajová směs stejných dílů listů kopřivy, květů případně celé natě měsíčku, natě kozí brady luční, natě vlaštovičnicku a natě rozrazilu. Dvě čajové lžičky přelijeme sklenicí vroucí vody a vyluhujeme pouze 3 až 5 minut, scedíme a podáváme třikrát denně. - Postižená místa ošetřujeme masť z 5 g oranžové šťávy z vlaštovičnicku, 50 g vepřového sádla a malého přídatku (asi 3 g) včelího vosku. Masťový základ roztavíme ve vodní lázni a dobře vmícháme šťávu, resp. tavený vosk. Léčba je obvykle dlouhodobá, avšak po třech měsících je většinou potřeba vyměnit bylinnou směs pro pitnou léčebnou kúru. (136 + 47 - 108)

1350 • Léčíme lázni - 10 dkg kořene libečku lékařského vařit několik minut v hrnci vody a vlít do lázně. (99)

1351 • Léčíme lázni - 1 kg pšeničných otrub rozmocit za studena ve vodě (např. přes noc), potom povarit v hrnci vody a scedit do vany. (99)

1352 • Půl kg borovicového, jedlového nebo smrkového jehličí + 10 dkg máty a postupovat jako u receptů č. 1350 a 1351. (99)

1353 • K mazání postižených míst (při současném vnitřním působení pomocí vhodné výživy) použít vitamínovou masť (10 g Azulenu), 5 g tinktury z průtržníku lysého, 5 g tinktury z vlaštovičnicku většího, smíchat s třikrát větším množstvím olivového oleje. Postižená místa namazat na noc tenkou vrstvou této masti, ráno smýt vatou namočenou v odvaru z kořene nebo listu meduňky. (99)



1354 • Čajová směs: 10 g dubové kůry, po 20 g zemědýmu, oplodí ořechu a rebríčku, po 30 g měsíčku, vlaštovičnicku, vrbové kůry a rozrazilu, 40 g tužebníku jilmového a 50 g kopřivy. Bylinky se důkladně promísí, na jeden šálek použijeme jednu vrchovatou čajovou lžičku a necháme 3 minuty vyluhovat. Je dobré, pokud možno, využívat čerstvé rostliny. V průběhu dne

se po doušcích vypijí 1,5 až 2 litry čaje. Pokožku je třeba dvakrát denně natřít vepřovým střevním sádlem. Jde-li o strupovitou lupénku, která pokrývá celé tělo, odstředíme šťávu z čerstvého vlašovičnicku a 5 g jí zamícháme do 50 g střevního sádla. Tato mast se uchovává v ledničce. Mast je možné připravit i z čerstvého slézu. Pozor: zeměděm a vlašovičnick jsou rostliny jedovaté. (123)

1355 • Do 600 ml vřelé vody dáme dvě až tři polévkové lžíce natě průtržníku lysého, vaříme 5 minut, necháme vyluhovat do vychladnutí, pak precedíme. Odvar užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

1356 • V léčbě lupénky se osvědčila aplikace tinktury z dvojzubce trojdílného v dávce asi 100 kapek denně, rozdělené na tři dílčí dávky. Do psoriatických ložisek se současně vtírá mast jednou denně, doba léčby je asi 2 až 3 týdny. Příprava masti: bílá vazelína a lanolín se smísí v poměru 1:1 a roztaví ve vodní lázni a poté se přidá 2,5 až 3% extraktu připraveného předchozím zahuštěním tinktury, rovněž varem ve vodní lázni nebo ve vakuu. Příprava tinktury: jeden díl dvojzubce se přelije pěti díly lihu o koncentraci 60 až 65 % a ponechá se vyluhovat při pokojové teplotě na tmavém místě za občasného protřepání po dobu 7 až 10 dní. Po posledním protřepání se tekutina ponechá 24 hodin v klidu do vyjasnění, poté se přefiltruje. (136)

1357 • Vnitřně i zevně - terapie odvaru dvouzubce trojdílného. Vnitřně se léčí podáváním čaje připraveného bylinářskou metodou, asi 3/4 litru denně, z termosky, po doušcích. Zevně se ošetřují Lupénková ložiska mastí připravenou ze směsi stejných- dílů vazelíny a lanolínu - v masťovém základu se rozmíchá asi 5 % čerstvě připravené stavy z natě, případně lze využít i tinkturu a líh odpařit. (136 + 47 - 125)

1358 • Pitná léčebná kúra: vezmeme po 100 g kořene lopuchu a natě violky trojbarevné a po 50 g listu kopřivy, natě čubetu benedyktu a květu bezu černého. Jednu vrchovatou čajovou lžičku směsi spařit sklenkou vroucí vody, nechat vyluhovat půl hodiny, scedit a podávat dvakrát denně neslazené na lačno. (136 + 47-111)

## Lupus

1359 • Smícháme po 25 g natě žabince, přesličky rolní, jitrocele kopinatého a pelyňku pravého. Tři čajové lžičky této směsi přelijeme půl litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a potom scedíme. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. (30)

1360 • Používat na noc obklady z vařené cibule nebo z rozmáčeného semena mleté pískavice řeckého sena. Ke smývání používáme zpar z třezalky. (99)

1361 • Smícháme vše po 25 g: natě žabince, přesličky rolní, jitrocele kopinatého a pelyňku pravého. Tři čajové lžičky této směsi se přelijí půl litrem vroucí vody. Vyluhovat 5 minut a pak scedit. Denně se pijí tři šálky teplého čaje. (30)

## LUPY

1362 • Lupy ve vlasech léčíme odvarem z natě přesličky, listu kopřivy, kořene lopuchu a kořene mydlice. Dvě hrsti těchto bylin se vaří půl hodiny v litru vody pod pokličkou. Po důkladném umytí hlavy pak odvarem hlavu opláchneme. Pozor při utírání - byliny zanechají na ručníku skvrny. (99)

1363 • Pořídte si česnekový líh (4 stroužky rozdrceného česneku nechtě táhnouti v litru líhu na slunci 10 dní, scedte) a mažte jím hlavu. Nepříjemný pach po česneku zapudíme umytím hlavy a navoněním vlasů růžovou vodou. (132)

## LÝTKA

1364 • Křeče v lýtkách: 50 g mochny husí přelejte půl litrem vroucí vody, nechtě vyluhovat 5 minut a scedte. Denně vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

13656 • Masírujte postižené lýtko častěji denně tak horkým rumem, jak jen snesete. (132)

viz také:

Látková výměna

0271, 0272, 0273, 0453, 0905, 1021, 1022, 1604, 1605, 2321, 2322, 2954

Ledvinové kaménky

0166, 0206, 0207, 0208, 1598, 1611, 1619, 1649, 2964, 4052

Ledvinový písek

1955, 1956, 1575, 1598

Ledviny

0206, 0207, 0208, 0543, 0626, 0664, 0665, 0666, 0681, 0682, 0683, 0684, 0685, 0686, 0687, 0688, 0689, 0690, 0691, 1008, 1025, 1026, 1027, 1182, 1187, 1403, 1406, 1518, 1575, 1594, 1600, 1606, 1608, 1611, 1654, 1657, 1668, 1669, 1720, 1864, 2595, 2596, 2656, 2705, 2709, 2712, 2720, 2961, 3166, 3211, 3306, 3443, 3116, 3617, 3717, 3994, 4275

Lipomy

2412, 2413

Lišej

2410, 2758, 3759, 3760, 3769, 3770

Lokadlo

0664, 0665, 0666

Loket

0861

Lopatky

1161, 3057

Lupy

3580, 3605

Lýtka

1364, 1365, 4175

## MALÁRIE

1366 • Jako lék se užívá odvar plodů (10 až 20 g) ze stále zeleného keříku brucea javanica, jehož lékovou formou jsou právě jeho plody. Odvar se podává při malárii a onemocněných zaživacího ústrojí. (114)

1367 • 9g kořene dichroy febrifugy, 9g kořene pinelly ternaty. Vaří se 15 minut s 200 ml vody, potom se scedí a podává po lžících. Momordica cochinchensis je jednoletá bylina, z jejíž semen (5 až 20 g) se užívá odvar při malárii a syfilidě. (114)

## MANDLE

### Zánět mandlí

1368 • Použijeme kloktado z arnikové tinktury, kterou připravíme tak, že usušené květy arniky se přelijí 70% alkoholem v poměru 1: 10 nebo se čerstvé květy přelijí stejným váhovým množstvím alkoholu (50:50). Asi po 14 dnech se pomocí plátna oddělí květy od tekutiny (vymačkat). Několik dní se nechá kapalina ustát a pak se tinktura přefiltruje. Lžička tinktury na sklenici vody je správné dávkování. Je důležité, aby se patřičně dlouho kloktalo a vyplachovalo. Někteří lékaři soudí, že arnika je lepší než heřmánek. (126)

1369 • Při zánětech mandlí, bolestech v krku, hnisání zubů, zánětech hrtanu a ústní dutiny pomáhá čaj ze šalvěže lékařské, připravený z jedné čajové lžičky bylinek na čtvrt litru vody (spařit a krátce vyluhovat). Kloktá se jím nebo se dávají v nálevu namočené vatové tampony (paradentóza a zvrědatění dásni). (123)

1370 • Při zánětu mandlí, zánětu sliznice ústní dutiny a zánětu hltanu: do 500 ml vřelé vody dáme čtyři čajové lžičky květu měsíčku, vaříme 5 minut, necháme vyluhovat jednu hodinu a scedíme. S odvarem děláme výplachy a kloktáme 5 až 6 krát každé dvě hodiny. (91)

1371 • Kloktejte několikrát denně teplým odvarem z dubové kůry - jedna lžička na půl litru vody. Kloktejte častěji denně mírně teplým vývarem z bezinkových květů v mléce. (132)

### Mandle oteklé

1372 • P. Welsarová radí: „Když má dítě oteklé mandle - vezmi kvásek a rozmíchej ho s chlapeckou močí a natři na mokrý hadřík a přilož dítěti, ale je dobré přiložit mezi to jiný hadřík, aby to nepřišlo na kůži. Pak se má dítěti opatrně sáhnout do pusinky a zatlačit otok dozadu. Pak vezmi kus toho bílého, co na uhlících vypadá jako popel, trochu sazí a soli - od každého trochu. Z toho namíchej prášek. Vezmi ho trochu na prst, když dítěti stlačíš otok a smíchej prášek s medem. Má to být dobré.“ (134)

1373 • Matthioli: „Saft dobré mysli z čerstvé a zelené byliny vydávaný dobrý jest proti oteklým mandlím a čípku v hrdle.“ (74)

## MATEŘSKÉ MLÉKO

### Při nadměrné tvorbě mateřského mléka

1374 • Smíchejte 20g listu ořešáku a po 40g chmelu a listu šalvěže, čajovou lžičku směsi přelejte šálkem vroucí vody. Pijí se denně 2 až

# M

3 šálky teplého čaje oslazeného pravým včelím medem. (30)

1375 • Nálev připravíme v poměru 3g suchých plodů fenýklu na 0,2 l vody. Užívá se dvakrát denně. (305)

### Nedostatečná tvorba mateřského mléka

1376 • Při nedostatečné tvorbě mateřského mléka při kojení lze užívat dvě kávové lžičky rozmělněných plodů jestřabiny smíchaných s 5 dl vody. (305)

1377 • Zvýšení mléčné sekrece: 20g semeno anýzu, 20g semena kmínu, 30g semena fenýklu - jednu polévkovou lžici směsí spařit čtvrt litrem vařící vody a nechat 20 minut vyluhovat. Pije se dvakrát denně před jídlem a k tomu se doporučuje sníst jednu lžici semena pískavice s medem. (126)

1378 • Pro zvýšení sekrece:

1. Dva díly listu kopřivy, jeden díl listu nebo natě komonice lékařské, po jednom dílu semena anýzu a kopru.
2. Dva díly listu kopřivy, po jednom dílu semena fenýklu a kopru a kořene pampelišky s natí.

Pijeme jeden nebo druhý čaj, případně střídáme. Připravíme do termosky 3/4 l bylinářského čaje a po doušcích vypijeme během dne. (136 + 47 - 54)

1379 • Osvědčuje se užívání dvou kávových lžic rozmělněných plodů jestřabiny lékařské smíchaných s 5 dl vody. (305)

1380 • Tri kávové lžičky rozsekané kopřivy zalijeme půl litrem vřelé vody, 10 minut vyluhujeme a pijeme v průběhu dne. (334)

1381 • Pro lepší tvorbu mateřského mléka:

1. Po 15g plod fenýklu, bedrníku anýzu a kmínu kořeného. Nálev: 3 šálky denně.
2. Po 20g plodu fenýklu, bedrníku anýzu, natě meduňky lékařské. Nálev: 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

1382 • 30g bedrníku anýzu, 20g semena fenýklu a dvě kávové lžičky natě kopřivy. Třikrát denně po jídle šálek teplého odvaru. (301)

1383 • Čaj k podporování a tvoření mléka kojících žen: 30g fenýklu, 25g anýzu, 15g koprového semena, 30g mléče hladkého. Třikrát denně vždy po jídle šálek teplého odvaru. (132)

1384 • Když je málo mléka při kojení: 20g hadince, 15g kopru, 35g kozí brady, 30g mléče. Po každém jídle šálek teplého odvaru. (301)

1385 • Smíchejte po 20g plod anýzu a kopru a po 30g pískavici řecké seno a plod fenýklu. Jedna čajová lžička směsi do šálku vody, vařit 5 až 10 minut, dále scedit a pít denně 2 až 3 šálky teplého čaje oslazeného pravým včelím medem. (30)

1386 • Výluh 5g (3 kávové lžičky) rozsekaných listů kopřivy dvoudomé zalije se 0,5 l vroucí vody a po 10 minutovém vyluhování pijeme v průběhu dne. (322)

1387 • Vylučování mateřského mléka podporuje použití nálevu připraveného z jedné čajové lžičky bazalky pravé, která se spaří asi 150 až 200ml

# 76

vroucí vody, nechá se ustát asi 10 minut a po scedění se podává. (136)

1388 • Jelenka obecná - elaphomyces granulatus. Matthioli: „O této hubce staří nepsali ničeho, avšak vezme-li se jejího prášku půl lotu s květlíkem dlouhého pepře, má moc rozmnožovati přirození. Tento nápoj rozmnožuje také u žen mléko v prsích" ... „Příprava univerzálního léku je popsána takto: vezmi jelení hubku, podražec, hadí kořen, andělský traňky, rozdělej na prášek a požívej ránové víně." (109 + 128)

1389 • Smícháme po 80 g plod kmínu kořenného, kopru, fenyklu a list meduňky. Do 600ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, vaříme tři minuty, vyluhujeme 30 minut a scedíme. Užívat šeskrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

1390 • Smícháme po 50 g plod koriandru, kopru a fenyklu a 70 g natě jestřabiny lékařské. Dále jako u receptu č. 1389. (91)

1391 • Smícháme po 50 g natě jestřabiny lékařské, list kopřivy, plod bedrníku anýzu, plod kmínu kořenného a kořen kostivalu. Dále jako u receptu č. 1389.

1392 • Jednu polévkovou lžici komonice lékařské zalejeme 400 ml vřelé vody, necháme 30 minut vyluhovat. Zapar precedíme a užíváme třikrát denně 120 ml 15 minut před jídlem. (91)

1393 • Do 500 ml vřelé vody dáme dvě čajové lžičky plodu kopru a listu meduňky a jednu čajovou lžičku fenyklu. Vaříme 3 minuty, necháme 60 minut vyluhovat a scedíme. Užíváme třikrát denně 150ml před jídlem. Při nedostatečných výsledcích možno zvýšit o jednu čajovou lžičku (plody kopru a fenyklu můžeme předem rozdrtit). (91)

1394 • Do 600ml vřelé vody dáme dvě čajové lžičky každé z těchto drog: plod koriandru, kopru a fenyklu a list máty peprné. Vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat jednu hodinu a scedíme. Odvar užíváme šestkrát denně 90 ml - vždy 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

#### Na snížení mléčné sekrece

1395 • 20 g listu ořešáku vlašského, 40 g šišťice chmele, 40 g listu šalvěže. Dvě čajové lžičky směsi spaříme čtvrt litrem vařící vody, necháme 20 minut vyluhovat a pijeme 2 až 3 krát denně před jídlem. (126)

## MENSTRUACE

### Menstruační obtíže

1396 • Nať truskavce, kokošky, kontryhele a rebríčku po jednom dílu. Tři lžíce směsi na čtvrt litru vody, krátce povařit a scedit. Pijí se dva šálky denně. (40 + 45)

1397 • Po jednom dílu natě rebríčku, kontryhele, kokošky a truskavce. Tři lžičky směsi na čtvrt litru vody, krátce povaríme, scedíme a pijeme chladný dva šálky denně. (40 + 45)

1398 • Při menstruačních obtížích připravíme nálev tak, že jednu čajovou lžičku sušených květů i listů hluchavky žluté spaříme čtvrt litrem vody a jen krátce vyluhujeme. (303)

1399 • Mezi tzv. „ženské byliny" působící protizánětlivě patří rebríček, měsíček, kontryhel, květ hluchavky a mochna husí. Při nadměrném krvácení přichází v úvahu ještě přeslička, kopřiva, kořen krkavce totenu, kokoška pastuší tobolka, kořen rdesna hadího aj. Vhodný čaj připravíme takto: 25 g rebríčku a 25 g kontryhele, po 15 g chmel a meduňka, po 10 g měsíček a kokoška pastuší tobolka. Užívat dvě čajové lžičky směsi na sklenku nálevu 2 až 3 krát denně, s aplikací započít asi 3 až 4 dny před menstruací, (136 + 47 - 16)

1400 • 30 g pelyňku se máčí 24 hodin v 0,1 litru vodky, poté se doplní 0,9 litru bílého vína typu ryzlink a nechá se týden vyluhovat za občasných protřepání. Potom se scedí a při obtížích užívá jedna čajová lžička až jedna polévková lžíce před jídlem. (136 + 47-16)

1401 • Černobýl je lidovým lékem, chutnajícím slabě hořce, slouží blahodárně při potížích menstruačních. Odvar z kořene ve víně vrací zastavenou periodu a mírní bolesti při porodu. (132)

1402 • Odvarem z celé byliny plavuně obecné se dá dobře léčit nepravidelná čmýra a vodnatelnost vaječníku; bere se 13 g na 150 g vody. Odvarem z kořínků v teplých obkladech, zvláště ještě po prosáknutí silně nahřátých, zapudí muňky zohanbí. (132)

1403 • Menstruační potíže, ale i zánět prostaty, plynatost a onemocnění ledvin: přeletejte 4 čajové lžičky sušeného řezaného kořene petržele zahradní čtvrt litrem vroucí vody a nechte vyloužit. Toto množství čaje během dne vypijte. (23)

1404 • 30 g drcené sušené natě majoránky zahradní nalozíme na jeden týden do jednoho litru kvalitního bílého vína. Užíváme po lžících pro uklidnění. Při obtížné menstruaci se doporučuje pít 1 až 3 šálky denně. (14)

1405 • Vhodné je použití nálevu připraveného z jedné lžíce řezané sušené natě rdesna pepříku a 1 litru vody. Užívá se jeden šálek třikrát denně, nebo lze užívat prášek z drcené sušené natě na špičku nože rovněž 3 krát denně. (305)

1406 • Čaj připravíme ze dvou lžiček sušených květů hluchavky bílé (sbíráme květní koruny bez kalichů) na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem a 15 minut stát. Pijeme vlažný dva šálky denně. Čaj pomáhá nejen při menstruačních poruchách, ale i bílém výtoku, při zánětu močového měchýře a močovodů, zánětu ledvin, proti nespavosti a chudokrevnosti. Rozpouští hleny a proto se podává na odkašlávání při nemocích dýchacích cest. Zevně se užívá jako obklad na rány, křečové žíly, otoky a hernoroidy. (14)

1407 • Jeden šálek kontryhelového čaje smícháme s jedním šálkem řebříčkového čaje a pijeme při silné menstruaci. (14)

1408 • Připravíme tuto čajovou směs: nať rebríčku, kontryhele, kokošky pastuší tobolky a truskavce - po 1 dílu. Tři lžičky směsi na čtvrt litru vody. Krátce povaríme, precedíme a popijeme chladný, dva šálky denně. (40+45-223)

### Menstruační poruchy a při bílém výtoku

1409 • Tři díly listu ořešáku, dva díly natě rdesna ptačího, jeden díl rebríčku, dva díly šalvěže a dva díly heřmánku. (136 + 47 - 54)



1410 • Pět dílů natě rdesna ptačího, tři díly listů kopřivy, dva díly heřmánku a jeden díl dubové kůry. (136 + 47-54)

1411 • Dva díly jmelí, jeden díl tymiánu, řepíku a hluchavky. Čaje č. 1409, 1410 a 1411 podáváme podle potřeby zpravidla třikrát denně sklenici nálevu nebo odvaru formou výplachu, tamponů, omývání, případně sedacích koupelí. (136 + 47 - 54)

1412 • Menstruační poruchy, při bílém výtoku, při zánětu močového měchýře a ledvin: dvě lžičky sušených květů hluchavky bílé zalijeme v šálku vařící vodou, necháme 15 minut pařit a popijíme dva šálky denně. (40 + 45)

#### Menstruace slabá

1413 • Menstruace slabá spojená s tuhou stolicí: 10 g krušínové kůry, 40 g natě routy vonné a 100 g listu rozmarýny - jedna čajová lžička na šálek vody, vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Po dobu 8 dní před očekávanou periodou vypijte denně dva šálky teplého čaje. (30)

\*1414 • Menstruace slabá, pacientka nervózní: smíchejte 50 g natě třezalky a 50 g květu trnky. Jednu čajovou lžičku směsi přelejte šálkem vroucí vody, nechte jednu minutu vyluhovat a scedte. Pijí se denně 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

1415 • Velmi slabá menstruace provázená bolestmi v podbřišku: 20 g kořene pampelišky, 20 g listu kopřivy dvoudomé, 20 g natě meduňky lékařské. Nálev: doba vyluhování 20 minut. Pijí se dva šálky čaje denně. (78 + 66)

1416 • 4 čajové lžičky kopřivy dvoudomé (list) na 200 ml vody. Pijí se dva šálky denně. Pitná kúra se započne 7 dní před očekávanou menstruací. (78 + 66)

1417 • Při slabé menstruaci smíchejte 20 g natě rebríčku, 20 g kořene lékořice, 20 g vršků větví jalovce, 20 g natě třezalky, 20 g routy vonné. Jedna čajová lžička na šálek vody, vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Pijí se denně dva šálky teplého čaje. (30)

\*1418 • Stimulace slabé menstruace: 7 dílů rozmarýny, dva díly natě routy a dva díly listů kopřivy. Čaj podáváme podle potřeby, zpravidla 3 krát denně sklenici nálevu nebo odvaru. (136 + 47 - 54)

1419 • Stimulace slabé menstruace: 3 díly drcených jalovčinek, 3 díly pelyňku Černobýlu, 2 díly natě routy a 2 díly natě mochny husí. Čaj podáváme jako u receptu č. 1418. (13 + 47 - 54)

1420 • Bolestivá a slabá menstruace: smíchejte 10 g listu vachty, 10 g natě potochnice lékařské, 10 g natě třezalky, 10 g kořene kozlíku lékařského, 15 g natě routy vonné, 15 g květu rmence sličného, 15 g listu máty klasnaté a 15 g natě rebríčku. Jedna čajová lžička na jeden šálek vody, vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Pijí se 2 až 3 šálky čerstvě uvařeného teplého čaje denně. (30)

1421 • Menstruace slabá s bolestmi žaludku: smíchejte 20 g natě routy vonné, 20 g natě mochny husí, 30 g jalovcového plodu a 30 g pelyňku pravého. Jedna čajová lžička na šálek vody, vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Pijí se denně večer dva šálky teplého čaje. (30)

# M

1422 • Při bolestivé a slabé menstruaci: natě mochny nátržníku, natě routy, natě rebríčku, květ heřmánku, oddenek kozlíku - smíchejme ve stejném váhovém poměru a ze směsi pořídíme zapař. Pijeme několik dnů před začátkem menstruačního cyklu. (99)

#### Na zesílení menstruace

1423 • Smíchejme kořen jehlice trnité, kůru krušínovou, kořen pampelišky a plod šípku ve stejném váhovém poměru a ze směsi připravíme odvar, jehož koflík užíváme 15 minut před hlavním jídlem. (301)

1424 • Do 500 ml vřelé vody dáme po jedné kávové lžičce tyto drogy: kůru krušiny olšové, plod šípku, list meduňky, kořen pampelišky, šišťice chmelu a natě kopřivy. Vaříme 3 minuty, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Užíváme třikrát denně 150 ml před jídlem. (91)

1425 • Smíchejme 40 g kůry krušínové, 100 g natě routy vonné a po 80 g plod šípku (bez semene), list meduňky, kořen pampelišky a šišťice chmelu. Do 500 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžičce této směsi, vaříme 3 minuty, 30 minut vyluhujeme a scedíme. Užíváme 150 ml odvaru vždy 15 minut před jídlem. (91)

1426 • Smíchejme po 80 g kořen jehlice trnité a kořen pýru a po 30 g natě routy vonné, kozince sladolistého, šišťice chmelu, plod šípku a plod kopru. Dále jako u receptu č. 1425. (91)

#### Menstruace silná

1427 • Lidová lékárna doporučuje tuto směs: natě truskavce, natě kokošky pastuší tobolky, natě kontryhele a natě rebríčku po jednom dílu. Tři lžičky směsi na čtvrt litru vody, krátce se povaří, precedí a popijí chladný, dva šálky denně. (40 + 45)

1428 • Dvě lžičky sušených květů hluchavky bílé zalijeme v šálku vařící vodou. Necháme 15 minut pařit a popijíme dva šálky denně. (40 + 45)

1429 • 10 g kořene kozlíku, 10 g rdesna, 20 g kůry dubové, 20 g kokošky, 10 g třezalky, 20 g rebríčku, 10 g jitrocele. Pijí se tři až čtyři šálky vlažného odvaru denně. (132)

1430 • Připravíme tento čaj: po jednom váhovém dílu natě truskavce, natě kokošky pastuší tobolky, natě kontryhelu a natě rebríčku. Tři lžičky směsi na čtvrt litru vody, krátce povařit a pak precedit. Čaj se pije chladný, dva šálky denně. (14)

1431 • Osvědčil se čaj z meduňky, rebríčku, šalvěže, květu arniky, kozlíku a lišejníku islandského. Jednu čajovou lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vody a necháme 3 minuty vyluhovat. Pijeme šálek čaje půl hodiny před snídaní. I když se krvácení normalizuje, je třeba v pitné kúře pokračovat. (303)

1432 • Vše po 20 g: natě kokošky pastuší tobolky, natě řepíku lékařského, natě meduňky lékařské, list máty peprné. Nálev: v době menstruace se pijí dva šálky denně, nejdéle však 3 dny. (78 + 66)

1433 • Vše po 20 g: hluchavka bílá, rebríček obecný, šalvěj lékařská, kokoška pastuší tobolka. Nálev: dvě čajové lžičky směsi na půl litru vody. Pijí se tři šálky čaje denně po dobu 6 dní před menstruací. (78 + 66)

# 78

1434 • Při menstruaci příliš silné smíchejte 30 g natě kokošky pastuší tobolky, 30 g natě truskavce a 100 g jmelí. Dvě čajové lžičky jmelí dáme do dvou šálků studené vody a necháme 8 hodin vyluhovat. Kokošku s truskavcem smícháme a dvě čajové lžičky směsi přelijeme dvěma šálky vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a smícháme studený macerát z jmelí s nálevem a scedíme. Pijeme ráno a večer šálek teplého čaje. (30)

1435 • Smíchejte 30 g kokošky pastuší tobolky, 30 g natě přesličky rolní a 100 g natě truskavce. Přelijeme jednu čajovou lžičku směsi šálkem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. (30)

1436 • 3 díly natě pastuší tobolky, 2 díly natě rdesna ptačího, 1 díl natě rebríčku. Čaj podáváme podle potřeby, zpravidla třikrát denně sklenici nálevu nebo odvaru. (136 + 47 - 54)

1437 • 2 díly natě kokošky, 2 díly natě rebríčku, 2 díly kořene nátržníku a jeden díl dubové kůry. Dále jako recept č. 1436. (136 + 47 - 54)

1438 • Jeden šálek čaje z kontryhelu smísíme s jedním šálkem čaje z rebríčku. (40 + 45)

1439 • Při silné menstruaci a krvácejících hemoroidech: tři lžičky řezané suché natě tobolky pastuší přelit čtvrt litrem vařící vody a nechat 15 minut přikryté. (40 + 45)

1440 • Nať truskavce, kokošky pastuší tobolky, kontryhele a rebríčku - po jednom dílu. Tři lžičky směsi na čtvrt litru vody. Krátce povařit, pak přecedit. Popijí se chladný, dva šálky denně. (40 + 45)

1441 • Smíchejte 25 g dubové kůry, 25 g natě kokošky pastuší tobolky, 25 g natě rebríčku a 25 g kořene mochny nátržníku. Jedna čajová lžička na jeden šálek vody. Vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. (30)

1442 • Menstruace nadměrná, k zastavení krvácení: nálev připravený z 1 lžice řezané sušené natě rdesna peprníku a 1 litru vody. Užívá se 1 šálek 3 krát denně, nebo lze užívat prášek z drcené sušené natě rdesna na špičku nože rovněž třikrát denně. (305)

1443 • Vezmeme po 40 g listů máty a natě pastuší tobolky a po 20 g přesličky, jmelí a dubové kůry. Při slabé nebo pozastavené menstruaci zkusíme vzít stejným dílem květ černého bezu, kukuřičné čnělky, květ měsíčku a šištice chmelu. Při nepravidelné menstruaci dáme přednost směsi po 40 g černého bezu, třezalkové natě, natě rebríčku a natě meduňky a po 20 g listu lesního ostružiníku a natě mateřídoušky. 10g směsi vaříme jeden a půl minuty, necháme vyluhovat až do vychladnutí, scedíme do láhve a pijeme denně 150 ml. (136+ 47-73)

1444 • při silné menstruaci a preventivně k potlačení klimakterických příznaků používá se jako svíravý prostředek kontryhel obecný. Vnitřně se používá zapař ze dvou čajových lžiček řezané drogy na šálek, který se po 10 minutách scedí. Pije se neslazený dvakrát denně. Při silné a bolestivé menstruaci se doporučují dva šálky záparu denně v druhé polovině cyklu. (106 + 009)

M

1445 • Byl doporučován odvar z 20 g přesličkové natě, jitrocelových a kopřivových listů a 15 g oddenku puškvorce. Směs se dobře promíchala a plná polévková lžice se povarila v jednom litru vody. Po vychladnutí a scezení se pil třikrát denně šálek nápoje. (106+009)

1446 • Pije se ráno na lačno půl hodiny před snídaní jeden šálek spařeného čaje ze směsi těchto bylinek: 25 g květu arniky (prhy chlumní), 50 g kořene kozlíku lékařského, 25 g puklčky islandské (lišejníku islandského), 25 g meduňky lékařské, 25 g rebríčku, 25 g šalvěje lékařské. Jedna vrchovatá čajová lžička této směsi se spaří ve čtvrt litru vody, tři minuty vyluhuje. I když se krvácení dostává do normálu, je třeba v pití čaje pokračovat. Přináší to příjemné pocity v celém těle, těžkosti se již nevracejí. (123)

1447 • Do 500ml vřelé vody dáme jednu kávovou lžičku od každé z těchto drog: kořen dřišťálu, nať kokošky pastuší tobolky, nať řepíku, list-meduňky a list máty peprné. Vaříme 3 minuty a necháme 30 minut vyluhovat, pak scedíme. Užíváme třikrát denně 150ml před jídlem. Léčení trvá 5 až 6 měsíců, každých 40 dní uděláme desetidenní přestávku. Po dobu menstruace se do odvaru dává dvojnásobné množství kokošky pastuší tobolky a dřišťálu. (91)

1448 • 25 g hlohových květů, 25 g kokošky, 20 g krkavce, 10 g přesličky, 20 g rebríčku. Pijí se 3 až 4 šálky vlažného odvaru denně. (132)

1449 • Připraví se čaj ze 30 g jmelí na litr vody. Pije se třikrát denně. (132)

### Menstruace bolestivá

1450 • Buď zapař, nebo třikrát denně půl lžičky těchto bylin rozmělněných na prášek: 60 g květu kaštanovníku, 30 g natě kokošky pastuší tobolky a 30 g rdesna peprníku. (99)

1451 • Nejlepší katalyzátor luteinu lze získat z tinktury vyrobené z měsíčku lékařského: oranžové lístky měsíčku zalijeme lihem tak, aby hladina byla asi 2 cm nad nimi, necháme stát na tmavém místě dva týdny a zalijeme znovu 40% vodkou na další dva týdny. Potom obě tinktury smícháme dohromady a užíváme 2 až 3 lžičky týden před začátkem menstruačního cyklu. (99)

1452 • Smíchejte 25 g krušinové kůry, 25 g rebríčku, 25 g listu senný a 25 g pýru. Jedna čajová lžička na šálek vody, vaří se 4 až 10 minut a pak se scedí. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. (30)

1453 • Smíchejte 10 g natě kokošky pastuší tobolky, 10 g listu rozmarýny a 50 g natě routy vonné, přelejte 3 čajové lžičky směsi půl litrem vroucí vody, 5 minut vyluhujte a pak scedte. Pijí se tři šálky teplého čaje denně. (30)

1454 • Recept Fráňo Madvy, Slovensko: „Zober koreňa baldriánového 2 diely, zelinky striebornicovej 3 diely, kvetu kamilkového 2 diely, prominlovej zeliny 1 diel a humulových šištíc 1 diel". - Do sklenice studené vody dáme dvě čajové lžičky směsi, na mírném ohni povaríme dvě minuty, pod pokličkou necháme vyluhovat půl hodiny, potom precedíme a ihned vypijeme, nejlépe třikrát denně na lačno a přirozeně neslazené." (baldrián = kozlík, strieborník = mochna stříbrná, kamilky - heřmánek, promincl = máta)

79

peprná, humulová šištica = chmelová šištica). (136 + 47-69)

1455 • Smícháme 100 g květu heřmánku, po 50 g list máty peprné, nať routy vonné, nať vlaštovičnicku a nať mateřídoušky a 30 g natě jmelí. Do 500ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, vaříme 3 minuty a necháme 30 minut vyluhovat, pak scedíme a užíváme třikrát denně 150 ml odvaru 15 minut před jídlem. (91)

1456 • Smícháme po 50 g natě třezalky tečkované, natě meduňky a květu heřmánku a po 80 g natě vlastovičnicku, přesličky a jmelí. Do 500 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, vaříme tři minuty, 30 minut vyluhujeme a scedíme. Užíváme 150 ml odvaru 15 minut před jídlem. (91)

1457 • Smíchejte 10 g krušínové kůry, 10 g listů ostružiníku, 10 g listů břízy, 10 g listu vřesu, 20 g listů máty peprné, 20 g natě rebríčku a 20 g kořene kozlíku lékařského. Jedna čajová lžička na jeden šálek vody, vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. (30)

1458 • Regulace menstruace a proti bolestivé periodě: Smíchejte 1 díl březového listu, 1 díl ostružinového listu, 1 díl krušínové kůry, 1 díl máty peprné, 1 díl kozlíku (kořen), 1 díl natě rebríčku. Čaj podáváme podle potřeby zpravidla třikrát denně sklenici nálevu nebo odvaru. (136 + 47 - 54)

1459 • Smícháme po 1 dílu natě mochny husí, meduňky, kořene kozlíku a krušínové kůry. Dále jako recept č. 1458. (136+47-54)

1460 • Smícháme 1 díl natě rdesna ptačího, 3 díly rebríčku, 1 díl přesličky, 5 dílů mochny husí. Dále jako recept č. 1458. (136+47-54)

1461 • Kůra krušiny olšové, list ostružiníku, list břízy, list máty peprné, nať mateřídoušky, nať rebríčku, kořen kozlíku, list šalvěže. Smícháme stejně díly a jednu polévkovou lžici spaříme ve čtvrt litru vařící vody, 20 minut vyluhovat. Pije se dvakrát denně před jídlem. (126)

1462 • List meduňky, máty peprné a jmelí, květ heřmánku a měsíčku, kořen kozlíku, nať routy a kůra krušiny olšové. Smícháme stejným dílem. Jedna polévková lžíce směsi se spaří ve čtvrt litru vařící vody, 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

1463 • Při dlouhodobé a nadměrně silné menstruaci: nať kokošky pastuší tobolky, nať rdesna peprníku - dvě lžičky bylin zalijeme půl litrem prevarené vody na noc, pijeme půl sklenice každé dvě hodiny. (99)

1464 • Při bolestivé a silné menstruaci postupujeme stejně jako u receptu č. 1463, ale použijeme stejné díly těchto bylin: nať meduňky, mochny nátržníku, rdesna peprníku, rebríčku a květ heřmánku. (99)

1465 • Při bolestivé menstruaci a nespavosti: tři lžíce řezané natě kontryhele vhodíme do čtvrt litru vařící vody a necháme přejít varem. Na 15 minut odstavíme, scedíme a pijeme dva šálky denně. (40 + 45)

1466 • Při bolestivém měsíčním krvácení a bolestech na prsou před menstruací: 1 čajovou lžičku rozřezaného rebríčku (pro šálek) přelít horkou

vodou, po 15 minutách odcedit. Čaj pijeme teplý, tři šálky denně stačí. Dodatečně se ještě doporučuje řebříčková koupel jako sedací nebo vanová koupel se stejnými účinky. V lékárně dostaneme hotové extrakty, ale můžeme si takovou koupel sami připravit: 50 až 75 g rebríčku se přejeje jedním litrem vařící vody a nechá odstát 20 minut. Odvar nalijeme do koupele. Kdo si chce svoji koupel „zlepšit“, ten může přidat ještě ke květu rebríčku květ heřmánku a listy máty peprné. (126)

1467 • Vyvařte asi 15 g natě dobromysli (pokud, možno s květy) v litru vody a pijte denně ráno na lačno koflík. (132)

1468 • U bolestí spojených s menstruací, neklidem, případně předráždeností a při dlouhotrvající menstruaci se osvědčuje tato směs: heřmánek 10 g, list máty 10 g, kořen kozlíku 10 g, kokoška pastuší tobolka 20 g. Tři polévkové lžíce směsi spařit půl litrem vařící vody, nechat 20 minut louhovat, procedit. Třikrát denně pít po jednom šálku horkého čaje. (126)

1469 • Bolestivá menstruace provázená zácpou: 25 g kůry krušiny olšové, 25 g kořene lékořice lysé a 50 g natě rebríčku obecného. Nálev: polévková lžíce směsi na 200 ml vody, doba vyluhování je 15 minut. Pije se ráno a večer šálek teplého čaje. (78 + 66)

1470 • Připravte léčivý čaj ze stejných dílů kokošky pastuší tobolky, heřmánku, kořene kozlíku lékařského a listu meduňky. Při bolestech spojených s menstruací popíjet během dne. (301)

1471 • Bolestivá menstruace provázená nadýmáním: 20 g květu heřmánku lékařského, 20 g listu máty peprné, po 10 g kořene kozlíku lékařského, plod kmínu, plod bedrníku anýzu. Nálev: polévková lžíce směsi na 200 ml vody. Pijí se 2 až 3 šálky teplého čaje po dobu obtíží. (78 + 66)

1472 • Bolesti v kříži a v malé pánvi při menstruaci: vzít stejným dílem nať yzopu, kořen kozlíku, květ heřmánku a list máty peprné. Polévkovou lžici směsi spaříme šálkem vařící vody, čtvrt hodiny necháme ustát, potom scedíme a vypijeme několikrát denně během menstruačních potíží. Vhodné je s léčbou začít dva až tři dny před očekávaným počátkem menstruace. (136 + 47 - 124)

### Předmenstruační potíže

1473 • Vše po 10 g: květ heřmánku lékařského, list máty peprné, kořen kozlíku lékařského, nať kokošky pastuší tobolky a nať kontryhele obecného. Tři polévkové lžíce směsi na půl litru vody, doba vyluhování 20 minut. Pije se třikrát denně šálek teplého čaje. (78 + 66)

1474 • 25 g rebríčku obecného, 25 g natě kontryhele obecného, 15 g šištic chmelu, 15 g natě meduňky lékařské, 10 g květu měsíčku lékařského, 10 g natě kokošky pastuší tobolky. Nálev: dvě čajové lžičky směsi na 200 ml vody. Pijí se dva až tři šálky čaje denně. Pitná kůra se započne 3 až 4 dny před menstruací. V době menstruace se pije čaj z meduňky. (78 + 66)

1475 • Vše po 10 g: list jitrocele kopinatého, list kopřivy dvoudomé, list přesličky rolní, kořen puškvorce obecného. Odvar: polévková lžíce směsi se povarí v 0,25 litru vody, ustát se nechá 5 minut a pak se scedí. Pije se dvakrát denně půl šálku čaje. (78 + 66)

M

80



1476 • Nálev z meduňky lékařské. Pijte dva až tři šálky denně. (78 + 66)

1477 • Nálev z dobromysli obecné - pijte jeden až dva šálky denně. (78 + 66)

1478 • Nálev z 30 g mochny husí, 30 g natě yzopu lékařského, 30 g natě třezalky tečkované, 10 g květu měsíčku lékařského a 10 g natě tymiánu obecného. Pijte dva až tři šálky denně. (78 + 66)

1479 • Před očekávanou silnou nebo bolestivou menstruací se doporučuje sedací koupele event. výplach z odvaru jmelí. Koupel (výplach) se aplikuje jedenkrát denně po dva až tři dny před očekávanou menstruací. (136)

#### Menstruace nedostatečná

1480 • Jak u dívek, tak i u žen koná nálev z květů kopretiny řimbaby výborné služby. Bere se 20 g na čtvrt litru vody a pije se třikrát denně půl šálku. Již v krátké době dosáhne každá žena znatelných úspěchů. Proti bolestem při periodě pije se týden předem vždy šálek nálevu z květů a to vždy před spaním. V krátké době veškeré potíže dokonale zmizí. (132)

#### Menstruace zadržaná

1481 • 10 g bazalky, 30 g bezového kořene, 10 g koprníku, 20 g orlíčku, 30 g pivoňky. Teplé výplachy z odvaru rozmarýny. Šálek horkého odvaru vařený ve víně vždy před spaním. (132)

#### \* Menstruace nepravidelná

1482 • Do 500 ml vřelé vody dáme po jedné kávové lžičce tyto drogy: květ heřmánku, list máty peprné, nať mateřídoušky, kořen kozlíku a nať jmelí. Vaříme 3 minuty, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Odvar užíváme třikrát denně před jídlem, 150ml. Léčení trvá 5 až 6 měsíců, každých 40 dní uděláme desetidenní přestávku. (91)

1483 \* 30 g hluchavky bílé, 30 g kořene kuklíku, 25 g mochny husí, 25 g natě kontryhele. Nálev: pije se šálek čaje denně, vždy 14 dní v měsíci. (78 + 66)

1485 • 20 g listu šalvěje, 20 g kůry krušiny olšové, 20 g natě routy, 70 g listu rozmarýny - 1 polévková lžice směsi se zalije čtvrt litrem studené vody, 6 hodin se nechá vyluhovat, pak krátce povařit a 20 minut vyluhovat. Pije se jeden šálek denně 5 až 8 dní před menstruací až do objevení menstruace - pije se před jídlem. (126)

1486 • Kůra dubu, kůra kaliny obecné, list jahodníku a maliníku, nať rebríčku - vše smíchat stejným dílem. Jednu polévkovou lžici směsi zalít čtvrt litrem studené vody, 6 hodin vyluhovat, pak uvést k varu, 20 minut vyluhovat, popíjet jeden šálek denně 5 až 8 dní před menstruací a během ní. (126)

1487 • 20 g dejvorce, 40 g kopretiny, 10 g libečku, 10 g máty, 20 g stračky. Denně šálek horkého nálevu před spaním. (132)

1488 • Semeno pískavice řeckého sena, list kopřivy, nať bukvice, kořen kostivalu - vše rozmělníme na prášek a užíváme dvakrát denně půl lžičky. (99)

#### Menstruace nestálá

1489 • 100 g natě třezalky, 150 g natě kopřivy, 100 g natě kontryhele, 50 g květu hluchavky bílé, 30 g květu měsíčku, 20 g natě rebríčku. Jedna polovina lžice směsi se spáří čtvrt litrem vroucí vody a 15 minut se nechá vyluhovat, pak se scedí. Pije se neslazené 3 krát denně jen v čase mimo menstruaci. Po využívání dávky je pauza 14 dní a kúru je možno opakovat. (136 + 47 - 37)

#### Regulace menstruace

1490 • Menstruaci reguluje, působí močopudně a antirevmaticky, tlumí krvácivé projevy a má výrazný protizánětlivý účinek: stejné díly turanu kanadského, květu bezu černého, čnělek kukuřičných, fazolového lusku, natě violky trojbarevné, květu chrpy, vřesu a zlatobýlu. Smícháme a připravíme nálev obvyklým způsobem. Podáváme 3 až 4 krát denně sklenici. (136 + 47-110)

#### Menstruace déle trvající

1491 • Podává se nálev připravený ze dvou čajových lžiček sušené drcené natě brčálu barvínku na dva šálky vody. Toto množství připadá na jeden den. Tento nálev působí příznivě i proti krvácení dásní nebo z nosu, ale i při zánětech průdušek a plic a při zánětech ústní dutiny a střevní sliznice. (305)

1492 • Nálev připravíme ze dvou polévkových lžic sušené kvetoucí natě kokošky pastuší tobolky na 0,15 l vody. Podává se ob den. (305)

#### Při zastavení menstruace

1493 • Při zastavení menstruace, ale i při návalech krve do hlavy, pomohou koupele z popele - tzv. suché. K této koupeli se hodí nejlépe suchý, dobře prehratý a prosetý popel ze dříví nebo rašeliny, a sice se používá koupelí nožních z teplého popele. (132)

#### Při chybějící menstruaci

1494 • Rozmělněte na prášek květ měsíčku lékařského, listu routy, nať pelyňku a užívejte třikrát denně půl lžičky. (99)

#### MIGRÉNA

1495 • Jedna lžice drceného kořene prvosenky jarní na čtvrt litru vody, vaří se deset minut, pak se nechá ustát a scedí se. Sladí se cukrem nebo medem, užívá se po jedné lžičce každé dvě hodiny. (40 + 45)

1496 \* 30g suché natě majoránky zahradní se naloží na jeden týden do jednoho litru kvalitního bílého vína. Pije se po lžících. (40 + 45)

1497 • Při migréně, nespavosti, nervové slabosti, bušení srdce, revmatismu a obtížích v přechodu: dvě lžice drceného sušeného kořene kozlíku lékařského na čtvrt litru vody, 10 minut povařit, na 15 minut odstavit, pak procedit a pít vlažný ráno a večer jeden šálek. Může se sladit medem. (40 + 45)

1498 • 200 g kořene kosatce, 50 g natě meduňky, 50 g květu akátu, 50 g natě třezalky a 50 g natě dobromysli. Jedna polévková lžice směsi se přeleje čtvrt litrem vřící vody a nechá 5 minut vyluhovat. Pije se 2 až 3 krát denně na lačno. (306)



1499 • Smíchat levanduli s meduňkou lékařskou v poměru 1 : 2 a běžným způsobem připravit nálev. V začátku migrenózního záchvatu vypít ihned jeden šálek a po nějaké době druhý, intenzita záchvatu bude výrazně otupěna. (136 + 47-8)

1450 • Vezmi po 50 g meduňky, květu petrkličce, natě třezalky a po 20 g kořen kozlíku, šišťice chmele a květu levandule. Jednu vrchovatou čajovou lžící směsi přelijeme sklenicí vroucí vody, necháme 20 minut vyluhovat, scedíme a podáváme neslazené, na lačno, dvakrát denně. Při záchvatu je vhodný též studený obklad. Doporučuje se dostatek spánku zejména ve dny s nízkým atmosférickým tlakem. (136 + 47-111)

1501 • Když nemáte ztrhané žíly, denně horké koupele nohou z polevu kapradinových kořínků (čerstvých), některý močopudný čaj, dále upravte stolici. Vezměte do úst trochu soli, nechejte ji rozpustit a zapijte přihřátou vodou. (132)

1502 • Migrénu není těžko vyléčiti. Pochodí-li od plynů, dostačí, když si 2 až 3 dny po sobě, denně dvakrát, život dosti studenou vodou omyjeme. Tímto jednoduchým prostředkem plyny vyvedeme a pak i stolici a nezřídka též vše ostatní přivedeme do pořádku. Většího účinku se doděláme, přimícháme-li do vody něco octa a soli. (56)

1503 • Vezmeme v týdně 2 až 3 poloviční koupele. To postačí úplně. Mimo to užívá pacient thé, které plyny ničí nebo je vylučuje. Kmín aneb fenykl na thé připraven, účinkuje znamenitě. Také malé domácí prostředky jsou dobré. Každého rána a odpoledne 5 kapek levandulového oleje na cukr poslouží rovněž. Mnohým také pomohlo, když sežvýkali v jednom dni po sobě v čase rozličném (ráno, v poledne neb večer) 6 až 8 jalovcových jahůdek. (56)

1504 • Dvě lžičky sušeného drčeného kořene kozlíku lékařského na čtvrt litru vody. 10 minut povaríme, na 15 minut odstavíme, procedíme a můžeme osladit medem. Pijeme vlažný ráno a večer jeden šálek proti nervové slabosti, migréně, při bušení srdce, rozrušení, nespavosti, revmatismu a obtížích v přechodu. Působí také proti hlístům. (14)

1505 • Nálev ve víně: 30g suché natě majoránky zahradní naložíme na jeden týden do jednoho litru kvalitního bílého vína. Užíváme po lžicích pro uklidnění a při migréně. (40 + 45)

1506 • Osvědčuje se použití natě prvosienky, bukvice, třezačky, oddenku kozlíku, květu levandule, chmelové šišky, kořen-kuklíku městského. Jedna lžička na sklenici vařící vody - 2 až 3 krát denně. (99)

1507 • Smícháme 10 g květu heřmánku lékařského a 10 g kořene kozlíku lékařského a dvě čajové lžičky směsi na 200 ml vody. Pije se v době potřeby po lžičkách každou hodinu. Začít ihned, jakmile se objeví první příznaky. (78 + 66)

1508 • Dvě polévkové lžice natě třezalky tečkované zalijeme kvalitním jedlým olejem tak, aby byla třezalka ponořená. Necháme stát na teplém místě 14 dní, pak slijeme, vymačkáme a uzavřeme v tmavé láhvi. Při potížích vtíráme olej do pokožky na bolestivém místě. (78 + 66)

1509 • List nebo nať máty peprné použije k přípravě mátového oleje. Dvě polévkové lžice směsi zalejeme olejem a necháme stát 14 dní na teplém

místě, pak slijeme, vymačkáme a uzavřeme v tmavé lahvičce. (78 + 66)

1510 • Připravíme odvar z K) g kořene kozlíku lékařského, který vložíme do šálku vody, jednu minutu povaríme, pak 10 minut necháme vyluhovat a scedíme. Pije se dvakrát denně půl šálku v době potíží. (78 + 66)

1511 • 25 g kořene kozlíku lékařského prelejeme půl litrem 30% alkoholu, necháme 14 dní macerovat, pak scedíme a uschováme v chladnu. Při počínajících potížích užíváme 10 kapek tinktury na kostce cukru. (78 + 66)

### Migréna na uklidnění nervů

1512 • Jedna lžice sušených listů vachty, jedna lžice kořene kozlíku, jedna lžice listů máty peprné - smícháme a přelijeme třetinou litru vařící vody, necháme přejít varem a užíváme chladný po lžicích dva šálky denně. (40 + 45)

1513 • Po jedné lžici vachty trojlisté (list), kozlíku (kořen) a máty (list). Směs dobře promícháme a přelijeme 1/3 litru vařící vody, necháme přejít varem a odstavíme. Užíváme chladný po lžičkách dva šálky denně. (14)

### MÍCHA

1514 • Při zánětu míchy dávejte postiženému neustále obklady z léčivé hlíny rozmíchané octem, do níž přimíchejte drobně sesekané čerstvé kořínky kapradí. (132)

### MOČENÍ

#### Močení obtížné

1515 • Léčí kokoška pastuší tobolka. Droga se používá ve formě rozmanitých přípravků. Vnitřně se používá jako zapař ze dvou polévkových lžic rozdrčené natě a 400 ml vřelé vody. Vaří se jednu minutu a vyluhuje 8 hodin. Po sčezení užíváme odvar třikrát denně 120 ml po jídle. Zapař připravíme ve stejném poměru jako odvar a necháme vyluhovat dvě hodiny. (91)

1516 • 25 g kořene proskurníku lékařského, 25 g listu medvědice léčivé, 25g natě rozrazilu lékařského, 25 g listu šalvěje lékařské, 25g natě přesličky rolní. Nálev: polévková lžice směsi na 200 ml vody. Pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

1517 • Vezmeme tři díly jehlice trnité, tři díly natě přesličky, jeden díl kořene petržele a půl dílu drčených jalovčinek. Dvě čajové lžičky směsi necháme ve čtvrt litru studené vody hodinu vyluhovat, pak krátce povaríme, 10 minut luhujeme, scedíme a podáváme několikrát denně. Není vhodné při zánětu ledvin. (136 + 47 - 131)

1518 • Připravíme čaj ze tří dílů kořene jehlice trnité, dvou dílů natě svícele syřišťového a jednoho dílu dubové kůry. Dvě čajové lžičky směsi necháme hodinu louhovat ve 1/4 l studené vody, potom krátce povaríme, 10 minut vyluhujeme, scedíme a podáváme několikrát denně. Pomáhá také při ledvinových a močových zánětech, proti revmatickým bolestem a všeobecně při „čištění krve“. (136 + 47 - 131)

1519 • Užijte ráno a večer 1 až 6 čajových lžic sušených semen lnu setého rozmíchaných ve vodě, mléce nebo kompotu. (23)

1520 • Při ztíženém vylučování moči přelejte čajovou lžičku natě přesličky rolní půl litrem vroucí vody, nechte 5 minut vyluhovat a sceďte. Pijte denně tři šálky teplého čaje. (30)

1521 • Při obtížném močení z prochlazení: 25 g kořene kozlíku lékařského, 25 g natě celíku zlatobýlu, 20 g natě rozrazilu lékařského, 15 g listu břízy bělokoré, 10 g natě přesličky rolní, 5 g natě mochny husí, 5 g natě lnice květelu. Nálev: pijí se dva šálky denně. K pitné kúře je možno přibrat sedací koupele z přesličky rolní. (78 + 66)

### Zástava močení

1522 • Nejprve provedeme napařování nad vařící se přesličkou, nebo provedeme sedací koupel v přesličkovém odvaru. Potom měchýř obložíme horkým jílovým obkladem nebo obkladem z horkých senných trusek. Popíjet můžeme čaj ze semena, natě nebo i kořínků petržele. Přitom je třeba být v teple, nejlépe na lůžku. (136 + 47 - 003)

1523 • Matthioli: „Proti zástavě moče ztluc řetkev a v víně silném na rendlíku zhřej, obkládej tím lůno a půjdeť voda. K témuž dobrá jest i mízka z kořene vytlačené ztíží čtyř lotův a s vínem pitá.“ (74)

1524 • Matthioli: „Semeno kopru v víně vařené a pité zástavu moče a řezavku hojí.“ (74)

1525 • Utřete hrst čerstvé natě řeřišnice potoční se stejným dílem vepřového sádla nesoleného. Promasírujte místo důkladně tím a budete okamžitě močit, masírujte tak dlouho, až se moč spustí. (132)

1526 • Svařte 30 g natě rozrazilové v litru vody 10 minut, slejte a pijte ráno na lačno a po každém jídle menší šálek teplého odvaru. Nesladit (132)

1527 • Zástava močení, případně obtížné močení při prochlazení: nastroumat nadrobno křen, usmažit s vínem a máslem a teplou kaši přikládat na podbřišek. Před touto aplikací je velmi vhodné napařit podbřišek nad parami vařící se přesličky, nebo provést několikaminutovou horkou koupel v přesličkovém odvaru. Současně vypít sklenku odvaru ze směsi po 50 g kozlíku a zlatobýlu, 40 g rozrazilu, 30 g březového listu, 20 g přesličky, 10 g natě mochny husí nebo lnice květele. (136 + 47-27)

1528 • Spařte hrst sušené natě anurie drnavce litrem vařící vody a ježto chuť je odporná, prikápněte citrónovou nebo pomerančovou šťávu. Pijí se dva koflíky denně, po lžičkách, teplý. (132)

1529 • Při potížích s močením, při kapavce nebo zduření prostaty pijte ráno na lačný žaludek koflík teplého odvaru z pražených lněných semínek. (132)

1530 • Močení u starších mužů spojené s křečemi v močovém měchýři: nechte si promrskat vícekrát za sebou hýždě čerstvou kopřivovou natí. (132)

1531 • I kdybyste nemohli 14 dní močit, pomůže vám zaručeně toto: opatřte si čerstvou bylinku jelení růžek (plavuň), celou i s kořínky, a sice 10 až 12 stonků, omyjte ji a vložte na dvě hodiny do sklenice s dobrým bílým vínem, preceděte

a vypijte celou dávku najednou, kdykoliv přes den. (132)

1532 • Obkladek proti zadržené moči: roztřete čtyři stroužky česneku se 4 čerstvými žlutky, namažte mezi dvě pláténka a silně přihřejte, pak tak horké, jak snese pacient, zabalte úd a krajiny varlat. Nepomůže-li první obkladek, vyměňte jej po čtyřech hodinách. (132)

1533 • 10 g pelyňku Černobýlu, 5 g kořene hořce, 15 g kokošky, 15 g květu bezu černého, 15 g routy obecné, 10 g bobule jalovce, 10 g listů březových, 20 g kůry dubové. Tříkrát denně půl šálku teplého odvaru vždy po jídle. (132)

### Močení bolestivé

1534 • Je-li moč bolestivá a zároveň promíšená krví, čaj ze směsi kopřiv, kosatce, macešky, měsíčku, přesličky. (132)

1535 • Je-li moč bolestivá a málo: čaj ze směsi kopřiv 3 g, macešky 3 g, přesličky 4 g, rozmarýny 2 g. Dvě lžičky směsi na čtvrt litru vody najednou, před jídlem. (132)

### Malý odvod moči

1536 • Malý odvod moči a s tím spojené srdeční potíže: 20 g listu břízy, 10 g listu podbělu, 20 g listu ostružiníku, 30 g květu vřesu. Dvě čajové lžičky se spaří ve čtvrt litru vařící vody, 20 minut vyluhovat, pít 1 až 2 šálky před jídlem. (39)

1537 • 30 g libečku lékařského, 10 g kořene jehlice trnité, 30 g natě tužebníku jilmového a 5 g plodu jalovce. Jedna čajová lžička směsi se vaří 5 minut a pak 20 minut vyluhuje. Pije se 3 krát denně před jídlem. (39)

1538 • 30 g natě tužebníku, po 10 g plodu anýzu, petržele a jalovce, natě macešky, kořene libečku a jehlice trnité, 5 g kořene lékořice. Jedna čajová lžička směsi se vaří 5 minut, pak 20 minut vyluhuje. Pije se tříkrát denně před jídlem. Není vhodné pro těhotné! (39)

### Močení bezděčné

1539 • Při denním i nočním bezděčném močení: 20 g kůry dubové, 10 g listy borůvkových, 20 g třezalky, 20 g řepíku, 20 g rebríčku, 10 g jitrocele kopinatého. Po obědě a po večeři půl šálku teplého slabého odvaru. (132)

1540 \* Bezděčné močení do postýlky u malých dětí: dávejte jim pít odvar z dubové kůry s přimícháním trochu kadidla, vše do červeného vína. Pije se po lžičkách, přes den. (132)

### Močení do postele

1541 • Močení do postele není leností, ale chorobou: čtyři týdny denně půl šálku čaje ze směsi kořene rdesna, přesličky a rebríčku. Večer před spaním nic k pití. (132)

1542 • 30 g rebríčku, 30 g řimbabového kořene, 20 g řepíku, 20 g třezalky. Po obědě a po večeři půl šálku teplého slabého odvaru. (132)

**Močení rezavé**

1543 • Vezmeme 20 g rozrazilu lékářského, 15 g kořene kosatce, 25 g listů medvědice, 15 g kůry dubové, 10 g kokošky, 10 g kořene pivoňky, 20 g zlatobýlu a 5 g přesličky. Z této směsi připravíme odvar, pijeme šálek teplého odvaru po jídle. (132)

1544 • 25 g listu medvědice, 15 g kůry dubové, 10 g kokošky, 25 g kořene pivoňky, 20 g zlatobýlu, 5 g přesličky. Třikrát denně šálek teplého odvaru vždy po jídle. (132)

**Močení krvavé**

1545 • Pijte denně dva menší koflíky spárky z třezalkových květů. (132)

1546 • Semelte semínko brotanové (boží dřevce) a ibiškové a svařte je ve víně. Pijte denně 2 až 4 koflíky horkého odvaru. (132)

1547 • Nať kokošky pastuší tobolky, květ hluchavky, oddenek mochny, nať rdesna peprníku, kůra kaštanovníku - odvar - čtvrt sklenice čtyřikrát denně. (99)

1548 • List medvědice lékářské, list kopřivy, nať rdesna ptáčího, nať rebríčku a oddenek mochny - odvar - čtvrt sklenice čtyřikrát denně. (99)

1549 • Pijte denně 4 šálky teplé spárky z natě pupalkové - 10 g natě na 100 g spárky. Nesladte! (132)

1550 • Svařte hrst vřesových květů v litru vody tak dlouho, až se voda vypaří na půl litru, a vypijte celou půllitrovou dávku mírně teplou ráno na lačný žaludek. (132)

1551 • Vařit hrst vřesových květů v litru vody tak dlouho, až se voda z poloviny vypaří, vypít celou půllitrovou dávku mírně teplou ráno na lačný žaludek. (132)

1552 • Pomáhá medvědice léčivá. Droga se užívá ve formě studeného výtažku nebo jako odvar z nařezaných listů. Odvar připravujeme z jedné polévkové lžice drogy a 500 ml vřelé vody. Vaříme 10 minut, precedíme a užíváme 100 ml čtyřikrát denně. Studený výtažek připravíme z jedné polévkové lžice drogy a 200 ml studené vody. Necháme vyluhovat 8 hodin. Výtažek precedíme a užíváme 1 až 2 lžice čtyři až pětkrát denně. Výtažek není vhodný pro děti. (91)

**Vylučování moče**

1553 • Farář Kneipp radí: „Zavaří-li se jahůdky (bezu černého) s cukrem a nebo ještě lépe s medem, budou v zimě výborným lékem zvláště těm lidem, kteří se málo pohybují nebo k pokojnějšímu způsobu života jsou odkázáni. Lžice zavařených bezinek ve sklenici vody rozředěna dává občerstvující nápoj, jenž žaludek vyčišťuje a na vylučování moči a na ledviny dobře působí.“ (56)

**Zvýšení močení při revmatismu**

1554 • Použijeme ožanku kalamandru ve formě odvaru. Dvě polévkové lžice nadrobno pořezané drogy zalejeme 500 ml vřelé vody, vaříme 5 minut a necháme vyluhovat 30 minut. Přecezený odvar užíváme třikrát denně 80 až 150 ml vždy před jídlem. (91)

**Močení kapavé**

1555 • Svařte v půl litru bílého vína tolik lípové kůry, co sevřete do hrsti a vypijte denně večer před spaním celou dávku mírně teplou. (132)

**Močení zadržené**

1556 • Prospívají horké sedací koupele, asi dvacetiminutové, ze směsi stejných dílů přesličky a rebríčku, cca 100 g na jednu koupel.

Dále je vhodné pít 4 krát denně šálek nálevu z kontryhele a krajinu kolem močového měchýře zevně potírat výtažkem z pastuší tobolky, připravovaným vyluhováním 120 g natě v jednom litru Alpy po dobu asi 10 dnů. Dobře působí též solné sedací koupele s přídavkem asi 20 až 250 g kuchyňské soli na jednu koupel. (123)

**Při těžkém močení, zejména u starších lidí**

1557 • Prospívá nálev z květů hluchavky bílé. Jedna vrchovatá čajová lžička květů se spaří 200 ml vroucí vody. (136+47-135)

**Nucení k močení**

1558 • Pokrájejte nadrobno hlavičky čerstvého chřestu a nechte je několik dní macerovat v žitné kořalce. Denně 10 kapek, každou hodinu dopoledne dvě kapky. (132)

**MOČOPUDNÉ PROSTŘEDKY****Močopudné čaje - nálevy**

1559 • Akebia quinata je vysoký keř, jehož mladé větve mají močopudný účinek. Při onemocnění ledvin a močového měchýře podává se odvar z 10 až 15 g větví, při kožních onemocněních pak prášek drogy v podobě masti. (114)

1560 • Saussurea lappa - vytrvalá bylina, léčebným účinkům slouží její kořen. Podává se jako prášek (3 až 10 g) nebo extrakt této dávky proti hlístům, jako močopudný prostředek, pro stavění krvácení a při některých formách zhoubného bujení. (114)

1561 • 20 g natě vřesu, 10 g lusků fazolí, kořene libečku, natě celíku zlatobýlu a šištice chmele, 20 g semena petržele a 20 g natě přesličky. Jedna polévková lžice směsi se spaří čtvrt litrem vařící vody, 20 minut se pak nechá vyluhovat. Popijí se po malých doušcích po celý den. (126)

1562 • Květ slézu maurského, semeno petržele, kořen bedrníku, kořen libečku, list medvědice lékářské, list břízy, kořen jehlice, oddenek pýru - vše stejným dílem smíchat. Jedna polévková lžice směsi se spaří ve čtvrt litru vařící vody a nechá se 45 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně po jídle. (126)

1563 • Květ nebo list podbělu, divizny, nať plicníku, list jitrocele, nať mateřídoušky, vše ve stejném poměru smícháme. Pro přípravu čaje vezmeme dvě čajové lžičky bylinné směsi, spaříme je 3 dl vroucí vody, necháme čtvrt hodiny ustát a osladíme medem. Pijeme teplé, malými doušky. (126)

1564 • Jedna vrchovatá lžička listů břízy se přelije jedním šálkem vařící vody, za 10 minut sceďme. Čaj pijeme přiměřeně teplý, pokud možno neslazený - 2 až 3 šálky denně. (126)



1565 • Stejně díly kořene jehlice, plod fenyklu, kořen lékořice, plod jalovce. Dvě lžičky směsi krátce povaríme ve čtvrt litru vody, necháme ustát a scedíme. Pijí se 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

1566 • Močopudný čaj (odvar): 20g řezaného kořene lékořice lysé vaříme 10 minut ve čtvrt litru vody. Na 15 minut odstavíme, precedíme a chladný odvar užíváme po jedné lžičce každou půl hodinu. (40 + 45)

1567 • Turan kanadský je účinná močopudná droga. Čaj připravíme tak, že dvě lžičky řezané sušené natě přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 40 minut stát až do úplného vychladnutí. Pijeme velkými doušky jeden až dva šálky denně. (40 + 45)

1568 • Vše po 20 g: kořen jehlice trnité, libečku lékařského a lékořice lysé, list břízy bělokoré a plod jalovce - dvě čajové lžičky směsi na 200 ml vody. Pije se tři až pět šálků denně. (78 + 66)

1569 • 30 g kořene jehlice trnité, 30 g plodu fenyklu obecného, 5 g plodu jalovce obecného. Odvar: čajová lžička směsi na šálek odvaru, doba vyluhování 2 minuty. Pijí se dva šálky denně, vždy jen tři dny v týdnu. Čaj se neužívá při onemocnění ledvin. (78 + 66)

1570 • 25 g kořene jehlice trnité, 25 g kořene petržele kadeřavé, 25 g kořene lékořice lysé, 25 g plodu jalovce. Nálev: 2 čajové lžičky na 200 ml vody. Pijí se 3 až 5 šálků čaje denně. (178 + 66)

1571 • 30 g kořene jehlice trnité, 30 g kořene petržele, 30 g kořene lékořice lysé. Macerát: čajová lžička směsi na šálek studené vody. Nechá se přes noc vyluhovat, ráno se 5 minut povaří, pak scedí. Vlažný čaj se pije před snídaní. (78 + 66)

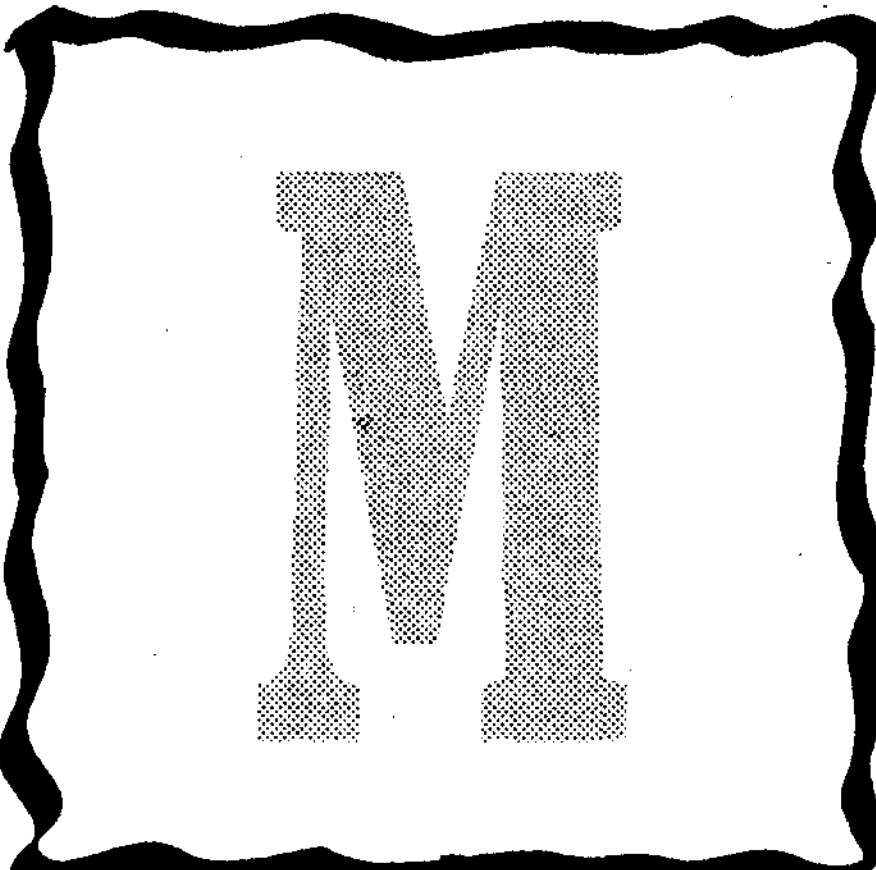
1572 • Potřebujeme-li osvědčený močopudný prostředek, pak pijeme čaj z kukuřičných vlasů, nadto je i účinným a neškodným prostředkem odtučňovacím. Jedna čajová lžička vrchovatě naplněná kukuřičnými vlasy se spaří čtvrt litrem vařící vody. Krátce vyluhujeme a čaj pijeme neslazený. (123)

1573 • Dvě kávové lžičky drcené sušené natě benedyktu lékařského prelejeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 10 minut pařit. Precedíme přes pláténko a pijeme tento močopudný čaj chladný, jeden šálek denně. (40 + 45)

1574 • Odvar močopudné směsi: kořen jehlice, plod fenyklu, kořen lékořice a plod jalovce po jednom dílu. Dvě lžičky směsi krátce povaríme ve čtvrt litru vody, necháme ustát a precedíme. Popijíme 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

1575 • Tři lžičky řezané natě rdesna ptačího na čtvrt litru vody, 5 minut povaríme, 15 minut necháme ustát. Precedíme a popijíme chladný, dva šálky denně. Užívá se jako prostředek močopudný při onemocnění ledvin, zejména ledvinovém písku, při cukrovce, chorobách žlučníku, močového měchýře, revmatismu, dně, při průjmů a ke snížení horečky při nachlazení. (40 + 45)

1576 • Odvar z květů prvosenky jarní má slabé účinky močopudné a posilující. Čaj připravíme tak, že dvě lžičky květů nebo řezané natě přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 15 minut



pařit. Popijíme vlažný, jeden šálek denně. Čaj z květů rovněž čistí pleť, podle některých herbářů odstraňuje pihy a vyrovnává vrásky. (40 + 45)

1577 • Dvě lžičky drcených suchých plodů jalovcových zalijeme čtvrt litrem studené vody a necháme přes noc vyluhovat. Pijeme jako prostředek močopudný při revmatismu, dně a na pročištění krve - dva šálky denně. (40 + 45)

1578 • Čaj z listů břízy je nejlepší močopudný prostředek, který známe. Působí jemně, zdrženlivě a bez (a to je důležité) dráždění ledvinových tkání. Příprava čaje: jedna vrchovatá čajová lžička listů se přelije jedním šálkem vařící vody, za 10 minut scedíme. Čaj pijeme přiměřeně teplý (pokud možno neslazený), 2 až 3 šálky denně jsou správná dávka. Po ukončení odvodnění přestaneme čaj užívat. (126)

1579 • Není lepšího močopudného prostředku nad pýr plazivý! Používá se buď odvaru z kořínků 20 g na 1 litr vody nebo výtažku 100 g na 800 g vody. Pýr jest nejúčinnějším a nejlepším lékem při močových kamencích, vředech v močovém měchýři a vůbec při všech chorobách močových cest. (132)

1580 • SOglavuně, 30 g březového listí, 20 g kořene jehlice trnité, 20 g jalovčinek. Třikrát denně šálek vlažného odvaru vždy po jídle. (132)

1581 • Močopudný účinek má cibule. Cibuli nakrájíme na větší kousky, vsypeme do studené vody, přivedeme k varu a necháme 20 minut stát. Pijeme bez přísad. (14)

1582 • Po jednom dílku kořene jehlice trnité, plodu fenyklu, kořene lékořice a plodu jalovce. Dvě lžičky směsi krátce povaríme ve čtvrt litru vody, necháme ustát a precedíme. Tuto močopudnou směs pijeme 1 až 2 šálky denně. (14)

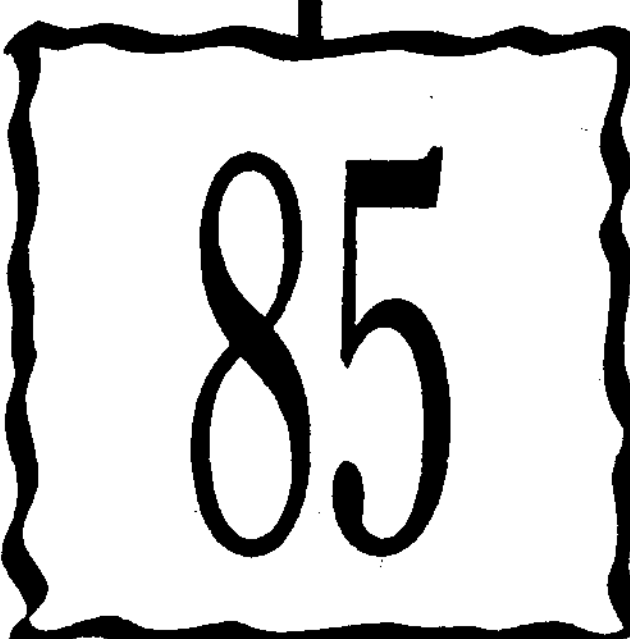
1583 • 30 g plavuně, 30 g březového listí, 20 g kořene jehlice, 20 g jalovčinek. Pijeme dvakrát denně šálek vlažného odvaru po jídle. (132)

1584 • Tři díly zlatobýlu, dva díly kopřivového listu, tři díly březového listí. Jedna čajová lžička směsi na 1 šálek vody, vaří se 5 až 10 minut, po scedění pijí se 3 šálky teplého čaje denně. (141)

1585 • 25 g kořene jehlice trnité, 25 g kořene petržele, 25 g kořene lékořice a 25 g plodu jalovce. Všechny složky smíchat v uvedeném poměru. Jedna čajová lžička této směsi na jeden šálek vody, nechat vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Pijí se tři šálky teplého čaje během dne - vždy však čerstvého. Tento čaj se nedoporučuje při těhotenství nebo při akutním zánětu ledvin. (30)

1586 • 5 g anýzového plodu, 5 g petrželového plodu, 10 g natě macešky trojbarevné, 20 g plodu jalovce, 20 g kořene libečku, 20 g kořene lékořice, 20 g kořene jehlice trnité. Všechny složky smíchat v uvedeném poměru a tři čajové lžičky této směsi na 3 šálky -vody. Vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. Čaj není vhodný při těhotenství nebo při akutním zánětu ledvin. (30)

1587 • 10 g březového listu, 10 g listu podbělu, 40 g listu ostružiníku a 40 g vřesu. Všechny složky čaje smíchejte v uvedeném poměru. Tři





čajové lžičky této směsi přelejte půl litrem vroucí vody, nechte vyluhovat 5 minut a pak sceďte. Vypijte denně ke snídani 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

1588 • 25 g libečkového kořene, 25 g kořene jehlice trnité, 25 g kořene lékořice, 25 g jalovčinek - tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Vařit 5 až 10 minut, pak scedit. Pijí se tři šálky teplého čaje během dne. Čaj není vhodný při těhotenství a akutním zánětu ledvin. (30)

1589 • 20 g vřesu, 20 g semena petržele, 20 g natě přesličky, 10 g fazolových lusků bez semen, 10 g kořene libečku, 10 g natě zlatobýlu, 10 g šištic chmelu. Obvyklým způsobem připravíme nálev a podáváme jednou nebo i vícekrát denně po čtvrt litru. (136 + 47-112)

1590 • 20 g řezaného kořene lékořice lysé vaříme 10 minut ve čtvrt litru vody, na 15 minut odstavíme, precedíme a chladný odvar užíváme po jedné lžici každou půlhodinu. (40 + 45)

1591 • Tři lžice řezaného sušeného rdesna ptačího na čtvrt litru vody - 5 minut vařit, 15 minut vyluhovat, pak scedit a pít chladný dva šálky denně. (40 + 45)

#### Močopudný prostředek - likér

1592 • Připravíme tento pastiňákový likér: vymacerujte 10 g rozdrčených pastiňákových semínek 24 hodin ve 100 g čistého 90% lihu a přefiltrujeme. Denně na lačno odlivku po ranním vymočení, mezi dnem další sklínku jenom při vážných obtížích. (132)

#### Vylučování kyseliny močové

1593 • Vylučování kyseliny močové zvyšuje a močopudně působí nálev z jedné čajové lžičky natě benedyktu lékařského, která se spaří asi 150ml vroucí vody a po přiměřeném vyluhování se vše scedí a pak podává 2 až 3 krát denně na lačno. Nálev je také dobrým profylaktikem nepravidelné menstruace - popijí se po doušcích asi půl litru denně. (136)

#### Močopudný čaj při těhotenství

1594 • Po 25 g libečkový kořen, kořen jehlice trnité, lékořicový kořen a plod jalovce. Všechny složky smícháme; 3 čajové lžičky směsi do 3 šálků vody. Nechte vařit 5 až 10 minut a poté sceďte. Pijí se během dne 3 šálky teplého čaje. (30)

#### Močopudný prostředek tlumící zaživací zánětlivé procesy

1595 • Připravuje se čaj z jedné lžice řezané natě zlatobýlu obecného, která se přelije dvěma šálky vařící vody. Po zchladnutí a scezení se nápoj užívá po jednom šálku dvakrát až třikrát denně vždy mezi jídlem. Čaj mírní bolesti a podporuje vylučování žluče. (002 + 006)

#### Močopudný prostředek, který čistí také pleť

1596 • Dvě lžice květů nebo řezané natě prvosenky jarní přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 15 minut pařit. Pijeme vlažný, jeden šálek denně. Čaj také čistí pleť, odstraňuje pihy a vyrovnává vrásky. (40 + 45).



#### Močopudný prostředek při revmatismu a dně

1597 • Dvě lžice sušených drčených plodů jalovce zalijeme čtvrt litrem studené vody a necháme přes noc vyluhovat. Pijí se dva šálky denně. (40 + 45)

#### Močopudný prostředek při kamenech a písku v ledvinách a žlučníku

1598 • Pomáhají kukuřičné vlasy. Používají se ve formě záparu nebo tekutého extraktu. Dvě polévkové lžice nadrobno pokrájené drogy zalejeme 400 ml vřelé vody, vaříme 3 minuty a sceďme. Zapar užíváme třikrát denně 80 až 120 ml před jídlem. (40 + 45)

#### Močopudný, žlučopudný a dietetický účinek

1599 • Malinový list. Nálev se připravuje z jedné lžice řezané drogy, přelité šálkem vařící vody a ponechané asi čtvrt hodiny vyluhovat. Po scezení se pije dvakrát až třikrát denně po jednom šálku. (002 + 006)

#### Močopudný účinek při zánětech močových cest a močového měchýře a při zánětech ledvin

1600 • Připravuje se nálev, případně i odvar z jedné lžice řezaného oddenku pýru plazivého a dvou šálků vařící vody; směs se ponechá 10 minut vyluhovat a pak se užívá po jednom šálku čtyřikrát denně. (002 + 006)

#### Močopudný a krev stavící účinek

1601 • má jeřáb ptačí. Nálev se připravuje ze dvou lžic drčené drogy a čtvrt litru vařící vody; směs se ponechá asi 15 minut vyluhovat a pak se užívá přes den. Stejnou účinnost má i výluh získaný máčením rozdrčených jeřabin 8 až 10 hodin ve studené vodě. (002 + 006)

#### Močopudný prostředek posilující činnost srdce a upravující krevní oběh

1602 • Připravíme čaj z jedné lžičky řezané natě rdesna červice, která se přelije šálkem vařící vody. Po zchladnutí se nápoj užívá třikrát denně. (002 + 006)

#### Močopudný prostředek při chorobách močových cest, močových kamenů a dně

1603 • 30 g listu břízy bradavičnaté, 2,5 g plodu fenyklu, 2,5 g máty peprné, 5 g kořene omanu, 5 g natě yzopu, 5 g kořene lékořice, 5 g listu meruzalky černé, 7,5 g kůry krušínové, 7,5 g kořene jehlice trnité, 10 g natě rebríčku, 10 g oddenku pýru. Lžice směsi se spaří čtvrt litrem vařící vody, nechá 15 minut ustát a scedí se. Pije se vždy půl hodiny před jídlem. (40 + 45)

1604 • Nálev nebo odvar připravíme z 'půl lžice kořene čekanky obecné na šálek vody. Obsah se spaří nebo krátce povaří, scedí a pak se užívá dvakrát až třikrát denně. Působí také žlučopudně a ovlivňuje látkovou výměnu v těle. (002 + 006)

1605 • Odvar z jedné lžičky natě truskavce ptačího a dvou šálků vody; po vychladnutí a scezení se čaj užívá po jednom šálku dvakrát až třikrát denně mezi jídlem. Působí příznivě také na výměnu látkovou a zvyšuje srážlivost krve. (002 + 006)



## MOČOVÉ CESTY, MOČOVÉ CHOROBY

### Onemocnění močových cest

1606 • Při chronickém onemocnění močových cest, měchýře, ledvin, proti křečím a krvácení: po 40 g oddenku pýru, listu medvědice léčivé a natě přesličky, 30 g natě truskavce, po 20g čnělky kukuřice, stopky višňi, plodu jalovce a květu růže. Jednu polévkovou lžící směsi spařit čtvrt litrem vařící vody, 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

1607 • Mast při chorobách močových: utřete rozsekanou nařin u s květem s tolik čerstvého másla, až vznikne vláčná mast. Příkladá se natřené plátno a ulehčí okamžitě. (132)

1608 • Při potížích močových cest a ledvin připravíme čaj medvědice lékařské tak, že přelijeme jednu čajovou lžičku listů byliny jedním šálkem vody, necháme 12 až 24 hodin přikryté stát a pak scedíme. Pije se 2 až 3 krát denně jeden šálek mírně ohřátého čaje. (126)

1609 • Při močových potížích pomůže petržel. Používá se nař, kořen i semeno petržele kadeřavé. Také při bolestivé menstruaci neměl by chybět petržel v domácím čaji. Připravuje se výtažek získaný macerací poloviny čajové lžičky semena ve čtvrt litru studené vody po dobu asi 8 hodin. Uvedené množství se podává jako denní dávka. (203)

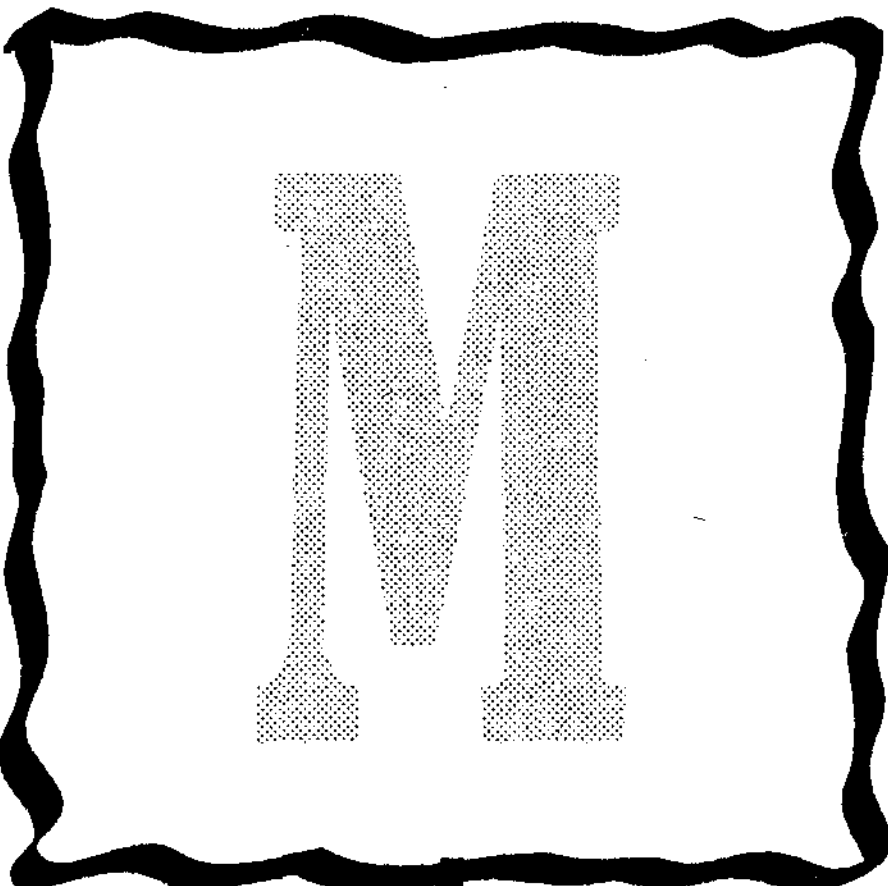
1610 • Nálev z 3 až 4 čajových lžiček kořene petržele kadeřavé na půl litru vřelé vody, nechat ustát 15 minut a po scezení vypít po doušcích během dne. Šťáva z čerstvé nařové nebo i kořenové drogy se podává v denní dávce 100 až 150 g. (203)

1611 • K léčení močových cest, močového měchýře, ledvinových chorob, včetně ledvinových a močových kamenů: asi dvě lžice drcených listů medvědice léčivé se přelijí šálkem studené vody a ponechají se dvě až tři minuty vyluhovat; výluh se sleje a na zbylou drogu se naleje šálek vařící vody a směs se ponechá ještě 15 minut vyluhovat. Oba výluhy se pak slijí a užívá se 1 až 2 lžice každé 3 hodiny. Spolu s léčivým čajem se podává i jedlá soda. Při užívání se moč barví do zelena. (002 + 006)

1612 • Při onemocnění močových cest z nachlazení přidejte 4 čajové lžičky sušeného řezaného oddenku pýru plazivého do jedné sklenice studené vody, nechtě vyluhovat 12 hodin a pak scedte. Pevný zbytek přelejte jednou sklenicí vroucí vody, nechtě vyluhovat 10 minut a scedte. Takto získaný nálev smíchejte s dříve získaným macerátem a během dne tuto směs vypijte. (23)

### Zánět močových cest

1613 • Při chronických zánětech spojených se zácpou připravíme tuto směs: 100 g kořene omanu, po 50 g kořene proskurníku a kozlíku, po 40 g šišťice chmelu, nař celíku, nař mateřídoušky, marinky, semene řinu a oddenek pýru, 75 g listu medvědice léčivé, po 30 g konopí, stopky višňi, jmelí bez bobulí a kořene rebarbory, po 25 g kořene jehlice, natě lnice a listu lísky. Jednu polévkovou lžící směsi spařit čtvrt litrem vařící vody, 20 minut vyluhovat. Pije se 3 krát denně před jídlem. (126)



1614 • Osoby náchylné k zánětlivým chorobám močových cest mohou k odvrácení svých obtíží preventivně občas popíjet čaj ze směsi 50 g omanu a mateřídoušky a po 25 g medvědice, zlatobýlu, natě průtržníku lysého a vřesu. V prevenci postačí 4 krát denně po 100 ml nálevu. (136 + 47-77)

1615 • Vše po 10 g: nař průtržníku lysého a přesličky rolní, list medvědice léčivé a břízy bělokore a kořen libečku lékařského. Nálev: pijí se 2 až 3 šálky denně. (78 + 66)

1616 • Vše po 25 g: kořen proskurníku lékařského, list medvědice léčivé a šalvěže lékařské, nař rozrazilu lékařského a přesličky rolní. Nálev: polévková lžice směsi na 200 ml vody. Pijí se 2 až 3 šálky denně. (78 + 66)

1617 • Vše po 15 g: list medvědice léčivé a břízy bělokore, kořen lékořice lysé a pýru plazivého. Odvar: kávová lžička směsi na šálek vody, doba varu 5 minut, vyluhování 10 minut, pak scedit Pijí se 2 až 3 šálky denně. (78 + 66)

1618 • Vše po 25 g: list medvědice léčivé a šalvěže lékařské a nař přesličky rolní. Macerát: kávová lžička směsi na šálek studené vody. Dá se ustát (macerovat) na 6 hodin, pak se přivede do varu a povaří 5 minut. Nechá se 10 minut vyluhovat a nakonec se scedí. Popíjí se přes den po doušcích 2 až 3 šálky čaje. (78 + 66)

1619 • 50 g listu borůvky černé, 25 g medvědice léčivé, 15g natě rebríčku obecného a 10g listu jitrocele kopinatého. Nálev: pijí se 2 až 3 šálky denně. (78 + 66)

1620 • 30 g medvědice léčivé, 30 g natě meduňky lékařské a 20 g natě tymiánu obecného, 20 g kořene kozlíku lékařského. Odvar: polévková lžice směsi na šálek vody. Podle potřeby se pijí 2 až 3 šálky denně. (78 + 66)

1621 • Dvě lžice drcené drogy medvědice léčivé (listy sbírané na jaře nebo na-podzim) přelijí se šálkem studené vody a nechají se 3 minuty vyluhovat. Výluh slijeme a na zbylou drogu nalijeme čtvrt litru vařící vody, necháme 15 minut vyluhovat. Oba výluhy spojíme a užíváme 1 až 2 lžice každé 3 hodiny. Spolu s čajem se podává jedlá soda. Nápoj se užívá také při špatném trávení, nachlazení, bronchiálním astmatu, revmatismu i jako prostředek k čištění krve. (303)

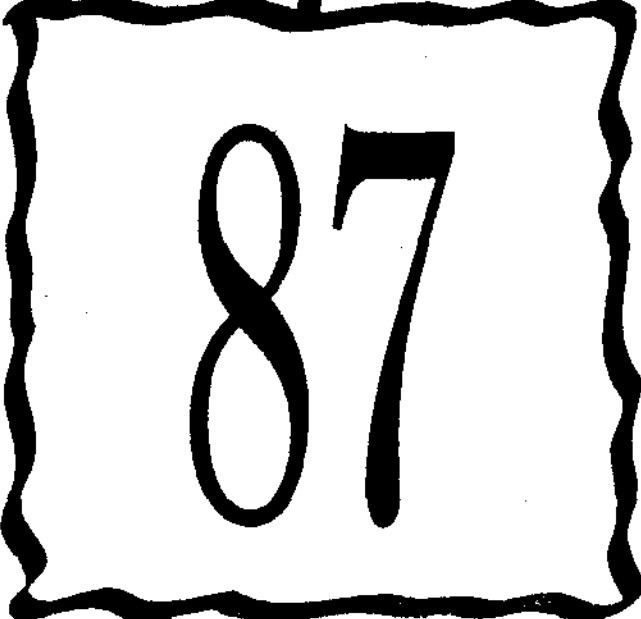
1622 • Podáváme odvar z listů brusinky. Tři lžičky nařezané drogy namočíme do půl litru studené vody, necháme vyluhovat, potom přivedeme k varu, krátce povaríme a ihned scedíme. Pijeme dva šálky teplého čaje denně. (303)

1623 • Zarovnanou čajovou lžičku plavuně spaříme jedním litrem vařící vody a krátce vyluhujeme. Pijeme pouze jeden šálek denně. (303)

1624 • Při zánětech močových cest, ale i zánětech horních cest dýchacích a zánětech plic, pomáhá tinktura z lichořeřišnice: semena rozdrtíme, naplníme láhev do 1/5, dolijeme 85% alkoholem, necháme na teplém místě 14 dní louhovat.

Zfiltrujeme a můžeme dále ředit. Užíváme ve vlažné vodě dvakrát denně 2 až 4 kapky před jídlem, do této sklenky můžeme pro větší účinnost přidat i 4 kapky rebríčkové tinktury. (303)

1625 • K léčení zánětů močových cest, katarů žaludku a střev: jedna lžička kopřivy dvoudomé se přeleje šálkem vařící vody. Po zchladnutí se nápoj užívá třikrát denně. (002 + 006)



1626 • Při zánětu močových cest, při komplikacích v horních cestách dýchacích a při zánětu žlučovýchodů podává se nálev připravený v poměru dvě polévkové lžíce brusnice červené na půl litru vody. Využije se během dne. (305)

1627 • Při zánětu močových cest a močového měchýře: po 20 g list medvědice léčivé a břízy bělokoré, nať rebríčku a 10 g kořene puškvorce. Denně 1 až 2 šálky. (78 + 66) •

1628 • Vezmeme stejné díly přesličky, květů proskurníku, listu medvědice a listu šalvěje. Jedna polévková lžíce směsi na sklenici odvaru. Pije se třikrát denně. (39)

1629 • Při zánětu močových cest, kamencích a těžkostech při močení přivedeme k varu 2 litry vody a přidáme jeden litr základního přípravku, který připravíme takto: jeden litr vody se přivede k varu a po pěti minutách přidáme čerstvé listy, květ i větvičky hrušky. Vše smícháme, nádobu přikryjeme a necháme ustát 4 až 5 hodin, pak precedíme, vlijeme do lázně, nejlépe pro sedací koupel v trvání 8 minut. (136 + 47 - 77)

### Infekce močových cest

1630 • Při infekci vývodových cest močových, spojené s alkalickou močí, připravíme čajovou směs z 20 g natě průtržníku, 20 g plodu petržele a 100 g listu medvědice. Smícháme a jednu čajovou lžičku směsi dáme do šálku vody, necháme 5 až 10 minut vařit a pak scedíme. Pijí se denně 2 až 3 šálky teplého čaje. Není vhodné pro těhotné! (30)

1631 • Čajová směs z 10 g plodu petržele, 10 g natě vlašovičnicku, 40 g listu medvědice a 40 g natě průtržníku. Smícháme a jednu čajovou lžičku směsi dáme do šálku vody, vaříme 5 až 10 minut a scedíme. Pijí se denně 3 šálky teplého čaje. (30)

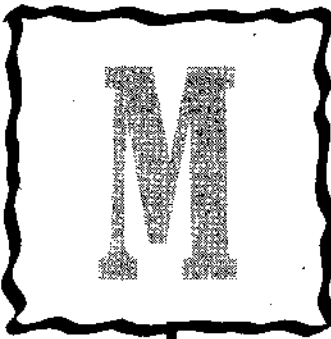
1632 • 10 g plodu petržele, 10 g natě vlašovičnicku, 30 g listu medvědice léčivé, 40 g natě totomu krkavce. Jednu polévkovou lžičku směsi krátce povařit, 45 minut louhovat. Pít třikrát denně před jídlem. Není vhodné pro těhotné. (126)

1633 • 20 g průtržníku, 20 g petrželového plodu, 100 g medvědicového listu. Smícháme a jednu čajovou lžičku směsi přelijeme šálkem vařící vody a necháme 15 minut vyluhovat. Pijeme denně 2 až 3 šálky příjemně teplého čaje. Čaj není vhodný pro nastávající maminky. (303)

1634 • Užíváme malou sklenku březového vína denně. Víno připravíme z litru březové vody získané z krovinatých porostů bříz, k níž přidáme čtvrt kg cukru a necháme zkvásit. (303)

### Bakteriální záněty močových cest

1635 • 35 g listu břízy, 10 g kořene jehlice, 20 g natě přesličky, 20 g listu medvědice léčivé, 20 g květu tužebníku, 25 g listu pampelišky, 20 g semena lichořeřišnice větší. Jedna polévková lžíce směsi se spaří čtvrt litrem vařící vody, 45 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)



## MOČOVÉ KAMÉNKY A PÍSEK

### Močové kaménky

1636 • 30 g chrastavce, 20 g jehlice, 20 g řepíku, 20 g černohlávků, 10 g jablečnicku. Třikrát denně šálek horkého odvaru vždy po jídle. Pije se s citronem. Před spaním se doporučuje vzít horké obklady z vlašovičnicku na žlučník. Pomáhá i při kaménkách žlučových. (132)

1637 • Snězte denně na lačno dvě na tvrdo uvařená vejce, jež drobně rozsekáte, se stejným množstvím čerstvé nebo sušené spařené natě černobýlové. Dodržujte po 14 dní, kaménky odejdou po 8 dnech. (132)

1638 • Pijte teplý odvar ze zrníček šípkových a zároveň dvakrát denně sedací koupel a po nich teplé obklady na krajinu močového měchýře. Obklady ze šípků a šípkového listí. Oloupané brambory rozvařte na kaši a naplňte jí lněný pytlíček, přiložte teplé na krajinu močového měchýře. Opakujte podle potřeby. (132)

1639 • Směs z půl unce prášku z listu medvědice, dvou drachem arabské gumy, jedné drachmy jalapového kořene, půl skrupule pomerančové silice a konečně z půl unce práškového cukru. Při potížích se užívá půl unce (asi 15 g) prášku. (136 + 47 - 100)

1640 • Dodržujte dietu: ovoce a hodně zeleniny. Pijte denně tři šálky čaje ze směsi březových listů, celíku, pastuších tobolek, přesličky, pýru, šípků. Denně horké sedací koupele z přesličky a napáčky břicha nad bidetem z odvaru třezalky. (132)

1641 • 5 g zlatobýlu, 20 g listů boldy vonného a 10 g jitrocel. Třikrát denně šálek mírně teplého nálevu vždy po jídle. (132)

1642 • Vhodná citrónová kůra, šťáva ze 2 až 3 citronů. Čajová směs: nať tužebníku, list medvědice, celík zlatobýlu, vřes, list břízy, kořen pampelišky, vše stejným dílem. Třikrát denně jednu čajovou lžičku směsi vařit 2 minuty, 20 minut vyluhovat. (126)

1643 • Čajovina: nať třezalky, řepíku, list proskurníku po 30 g, pelyněk - boží dřevo a vlašovičnick po 20 g, nať rebríčku 50 g. Dvě čajové lžičky směsi spařit čtvrt litrem vody, 20 minut vyluhovat, pít třikrát denně. (126)

1644 • Čajovina: nať macešky a truskavce, list máty peprné po 30 g, smetanka lékařská 20 g, květ lípy 50 g. Třikrát denně dvě čajové lžičky spařit čtvrt litrem vařící vody, 20 minut vyluhovat. (126)

1645 • Čajovina - pokud se užívají sulfoamidů: kořen jehlice, list břízy a šípku po 20 g, nať mochny husí a koriandru po 30 g. Jednu čajovou lžičku spařit ve čtvrt litru vařící vody, vypít bezprostředně po použití sulfoamidu. (126)

1646 • Blizny kukuřice, nať přesličky a květ chrpy, každého po 50 g a stejný díl z oplodí fazole, natě komonice po 25 g. (126)

1647 • Když se používají léky s antibakteriálním působením typu chemoterapeutik: kořen lékořice a kostivalu po 30 g, květ slézu maurského jednu čajovou lžičku vařit 2 minuty a vypít jedenkrát denně před použitím léku. (126)





**Močové kameny a záněty**

1648 • 15 g fazolových lusků, 15 g listů borůvky, 15 g natě rebríčku, 15 g kvetu trnky, 20 g natě přesličky, 20 g natě třezalky. Jedna polévková lžíce směsi se dá do čtvrt litru studené vody, šest hodin vyluhovat, krátce povařit, 20 minut vyluhovat. Popíjí se po doušcích třikrát denně před jídlem. (126)

1649 • Při kamenech v močových cestách a ledvinách: do jednoho litru vřelé vody dáme pět čajových lžiček kořene pampelišky a pět čajových lžiček natě přesličky. Vaříme 10 minut, necháme vyluhovat jednu hodinu a scedíme. Odvar užíváme šestkrát denně 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. Do léčení patří jednou týdně vodní náraz s destilovanou vodou podle následujícího schématu: ráno při vstávání vypijeme 300ml teplé destilované vody, po snídani 200 až 300 ml destilované vody, na oběd 30 minut před jídlem 200 až 300ml destilované vody. Před spaním, které má být alespoň dvě a půl hodiny po večeri, vypijeme také 200 až 300 ml destilované vody. Po požití vody musíme alespoň 20 až 30 minut ležet na pravém boku. Vodní náraz můžeme místo destilované vody také udělat uvedeným čajem. (91)

**Močový písek**

1650 • 20 g dejvorce, 20 g drnavce, 15 g medvědice, 35 g zlatobýlu, 10 g jehlice. Třikrát denně šálek teplého odvaru vždy po jídle. Napáčky z odvaru přesličky. (132)

**Proti tvoření močového písku a kaménků**

1651 • V povodí Visly bylo prováděno léčení formou čtyř až šestitýdenních kúr (nejlépe na jaře a na podzim), přibližně jeden litr čaje denně připravit stejným dílem směs natě přesličky rolní, natě marinky vonné, kořene lopuchu, listu kopřivy a květu bezu černého. Vzít 3 polévkové lžíce směsi, krátce povařit v litru vody, 15 minut nechat ustát a scedit. Nalačno 1/3 až 1/2 litru vypít ráno, zbytek po doušcích večer před spaním, aby byla zajištěna nutnost jít v noci močit. Formou čtyř až šestitýdenních kúr pít přibližně jeden litr denně. (212)

**MOČOVÝ MĚCHÝŘ****Choroby močového měchýře**

1652 • Při chorobách močového měchýře a tělesné slabosti připravíme sirup: 30 g čerstvého kořene lékořice naložíme do čtvrt litru červeného vína a necháme tři dny stát v uzavřené láhvi. Potom scedíme, kořen prolisujeme a do získané tekutiny přidáme 250 g cukru. Mírně vaříme až do zhoustnutí. Užívá se 4 až 6 lžiček denně. (40 + 45)

1653 • Při chorobách močového měchýře, močových kamenů a při revmatismu: dvě lžíce suchého drceného kořene jehlice trnité 10 minut povaríme ve čtvrt litru vody. Na 15 minut odstavíme, precedíme a osladíme medem. Pije se ráno a večer jeden šálek chladného čaje. Po třech dnech pití kúru na dva dny přerušit. (40 + 45)

1654 • Při chorobách močového měchýře, chorobách ledvinových, při močových kamenech a při revmatismu: dvě lžíčky suchého drceného kořene jehlice trnité 10 minut povaríme ve čtvrt litru vody. Na 15 minut odstavíme, precedíme a osladíme medem. Popíjíme ráno a večer jeden šálek. Po třech dnech pití na dva dny přerušit.

mé. Teplý pijeme k usnadnění odkašlávání. (40 + 45)

1655 • Při chorobách močového měchýře a při tělesné slabosti připravíme tento sirup: 30 g čerstvého kořene lékořice lysé naložíme do čtvrt litru červeného vína a necháme 3 dny stát v uzavřené láhvi. Potom scedíme, kořen prolisujeme a do získané tekutiny přidáme 250 g cukru. Mírně vaříme až do zhoustnutí. Užívá se 4 až 6 lžiček denně. (40 + 45)

1656 • Při chorobách močového měchýře, při žlučnickových potížích a po žloutence připravíme tento čaj: jedna lžička jemně řezaného kořene nebo celé rostliny čekanky obecné (i s kořenem) na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem a po 10 minutách slijeme. Pijeme ráno a večer po jednom šálku. (14)

1657 • Při potížích měchýře a ledvin a jako prostředek desinfekční odváděcích močových cest připravíme čaj z listů medvědice lékařské: přelijeme jednu čajovou lžičku listů jedním šálkem vody, necháme 12 až 24 hodin přikryté stát a pak scedíme. Pije se 2 až 3 krát denně jeden šálek mírně ohřátého čaje. Tento čaj se doporučuje hlavně při akutním zánětu močových cest, který se často vyskytuje při nachlazeních. Medvědici lze nahradit brusinkou nebo bergenií. (126)

1658 • Při chorobách močového měchýře a tělesné slabosti: 20 g průrzníku, 20 g medvědice, 15 g zlatobýlu, 30 g lomikamene, 15 g kopřivy. Třikrát denně vždy po jídle šálek vlažného odvaru. Dvě kapky eukalyptového oleje do čaje. Teplé přesličkové sedací koupele a teplé obklady přesličkové na měchýři. (132)

1659 • Při bolesti, v močovém měchýři smíchejte stejným dílem olivový olej a destilovanou vodu a užívejte každé 2 až 4 hodiny jednu lžici. (132)

1660 • Pročištění močového měchýře: moč, je-li kalná, a zároveň pročištění ledvin docílíte nejlépe, naložíte-li si do žitné kořalky několik čerstvých velkých červených jahod! necháte několik dní zatáhnout na slunci, slijete a užíváte ráno na lačný žaludek a večer před spaním plnou lžici. (132)

1661 • Při onemocnění močového měchýře a ledvin: 2 g květu měsíčku, 5 g kořenu chřestu, po 10 g natě zlatobýlu, listu máty peprné, fazolové lusky bez semen, nať přesličky rolní, po 20 g nať průrzníku, list medvědice, list břízy, nať kopřivy. Všechny složky smíchat v uvedeném poměru, tři čajové lžičky do tří šálků vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Pijí se dva šálky teplého čaje během dne. (30)

1662 • Po 10 g plod fenyklu, květ bezu černého, plod kmínu a nať kopřivy, po 30 g plod petržele a jalovce. Čajová lžička směsi na šálek vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Pijí se denně dva až tři šálky teplého čaje. (30)

1663 • Po 25 g kořen fenyklu, petržele, miříku celeru a chřestu. Tři čajové lžičky směsi na tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Pijí se během dne tři šálky ohřátého čaje. (30)

1664 • Po 10 g nať kopřivy, zlatobýlu a rebríčku, kořen jehlice trnité a plod jalovce, 20 g natě přesličky rolní a 30 g listů břízy. Tři čajové lžičky směsi na tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Pijí se tři šálky teplého čaje během dne. (30)

M

89



1665 • Po 20 g list medvědice, nať kručinky německé a truskavce, 40 g natě přesličky rolní. Čajovou lžičku směsi prelejeme šálkem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Pijí se 2 až 3 šálky teplého čaje denně. (30).

#### Zápal močového měchýře

1666 • Při akutním zápalu močového měchýře a močových cest připravíme tento odvar: do 600 ml vody dáme dvě čajové lžičky květu heřmánku a měsíčku lékařského a po jedné čajové lžičce natě přesličky, kořene omanu, semena lnu a kořene jehlice trnité. Vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat 20 minut a scedíme. Odvar užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

1667 • Do 400 ml vřelé vody dáme dvě čajové lžičky dříví, natě přesličky a natě kokošky pastuší tobolky. Vaříme 5 minut a necháme 30 minut vyluhovat. Odvar užíváme třikrát denně 120 ml 15 minut před jídle. (91)

1668 • Při zápalu močového měchýře a ledvin a při srdeční slabosti použijeme ve formě odvaru fazolové lusky bez semen. 15 g fazolových lusků zalejeme 700 ml vřelé vody a vaříme 15 minut. Odvar necháme jednu hodinu vychladnout, pak scedíme a užíváme třikrát denně 180 ml odvaru po jídle. (91)

1669 • Při zápalu močového měchýře a ledvin použijeme ve formě výtažku mořenu barvířskou. Jednu čajovou lžičku nadrobno posekaných kořenů zalijeme 200 ml studené vody, necháme vyluhovat 8 hodin a scedíme. Po scezení použijeme drogu znovu, zalijeme ji 200 ml vřelé vody, necháme 15 hodin vyluhovat a scedíme. Oba výtažky smícháme a podáváme v 120 ml dávkách třikrát denně před jídlem. (91)

1670 • Při zápalu močového měchýře připravíme odvar ze dvou polévkových lžic listu jitrocele kopinatého a 400 ml vřelé vody. Vaříme 10 minut, scedíme a osladíme medem. Užíváme třikrát denně 50 až 120 ml, podle věku, 30 minut před jídlem. (91)

#### Katar močového měchýře

1671 • 20 g listu břízy, 30 g listu medvědice léčivé, 10 g čnělky kukuřice, 5 g kořen lékořice, 30 g oddenku pýru. Dvě čajové lžičky směsi se vaří 5 minut, 20 minut vyluhuje. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

1672 • List břízy, list medvědice, blizny kukuřice, kořen lékořice a pýr smícháme stejným dílem. Tři čajové lžičky směsi vaříme ve čtvrt litru vody 7 minut. Hned scedíme. Pijeme tři šálky teplého čaje denně. (303)

1673 • Každé noci omývej rychle celé tělo; v jednom dni krátký ovinek, v druhém pak košili v teplé slané vodě namočenou. Denně pij koflík přesličkového thé, v němž bylo svařeno 20 roztlučených jahůdek jalovcových. Tak pokračuje tři neděle. (56)

1674 • Nechtě macerovat pět hodin 20 rozdrcených lněných semínek v litru studené vody, sceďte a vypijte 2 až 4 koflíky denně. (132)

1675 • 10 g třezalky. Mírný, teplý nálev, šálek po každém jídle. (132)

1676 • Při mírném kataru močového měchýře z prochlazení připravte tento odvar: 25 g listu medvědice léčivé, 25 g kořenu libečku lékařského, 25 g semena lnu setého a 25 g kořene bedrníku obecného. Odvar: pije se 1 až 2 šálky denně. (78 + 66)

1677 • Vše po 20 g: list břízy, medvědice, blizny kukuřice a kořen lékořice a pýru. Tři čajové lžičky směsi a tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Pijí se tři šálky teplého čaje denně. (30)

#### Obrna močového měchýře

1678 • Sedací koupel připravíme tak, že polovinu osmilitrového vědra čerstvých celých rostlin hluchavky žluté nebo 100 g hluchavky sušené vyluhujeme na noc ve studené vodě. Ráno se vše ohřeje a výtažek se slijí do koupele. Voda musí dosahovat nad ledviny. Vodu možno po ohřátí použít ještě dvakrát. (303)

#### Zánět močového měchýře

1679 • Směs stejných dílů listu medvědice, šalvěje a natě přesličky. Jednu polévkovou lžici směsi vyluhujeme asi 6 hodin ve studené vodě, potom 10 minut povaríme, necháme vyluhovat do zchladnutí na teplotu, při které je možno čaj vypít, scedíme a podáváme 4 krát denně. (136+47-63)

1680 • Zánět močového měchýře s krví v moči: 10 g květu proskurníku lékařského, po 20 g listu medvědice a šalvěje a natě rozrazilu lékařského, 100 g natě přesličky rolní. Jedna čajová lžička směsi na šálek vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Pijí se denně 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

1681 • Při zánětech močového měchýře a močových cest, provázených častým nutkáním k močení, se používá odvar z 10 g řezaných listů brusinky obecné (asi 3 polévkové lžice) na půl litru vody denně. Aby se zamezilo nežádoucímu nadměrnému vylučování tříslovin, je vhodné nechat drogu nejprve určitou dobu ve studené vodě a pak jen krátce povarřit a scedit. (106 + 009)

1682 • Při zánětech močového měchýře, při močových a žlučových kamencích, při zadržování vod v organismu a revmatických chorobách se používá kořen jehlice trnité. Při chorobách močového měchýře se doporučuje kořen jehlice zkombinovat s jinými drogami s močopudným a protizánětlivým účinkem, např. s listy břízy, medvědice, kořeny libečku a petržele, s plody jalovce a natě přesličky. (106 + 009)

1683 • Při zánětu močového měchýře, ale i při nechutenství a nadýmání, se užívá vnitřně nálev připravený v poměru 5 bobulí jalovcových na 1 dl vody. Užívá se ráno a večer. (305)

1684 • Svařte 30 g sušených stopek višňových v litru vody a vlejte tento na 250 odpeckovaných višní. Dvacet minut macerovat a protlačit plátenkem. Pijte denně ráno na lačno jednu kávovou lžičku. Ideální prostředek. (132)

1685 • Pijte ráno a v poledne po půl koflíku odvaru ze šípků, na noc před spaním koflík čaje: 3 g šípků a 2 g hluchavky, jalovčinek, kopřivy, kručinky, macešky. Sladit medem. Přísná dieta a sedací koupele z odvaru přesličky. (132)

1686 • Hrst čerstvých kořínků maliníku vyperte ve studené vodě, pořežte na drobno a vyvařte v půl litru červeného vína (čtvrt hodiny). Vypijte polovinu teplou večer před spaním a druhou studenou ráno na lačno. (132)

1687 • K horkým sedacím koupelím z dubové kůry vnitřně užívejte denně dvakrát na špičku nože prášek z rozemletých šípků, ne však dlouho, jen několik dní, jinak byste uškodili ledvinám. (132)

1688 • Zánět močového měchýře u žen: svařte 3 díly tzv. kukuřičných vlasů ve 100 dílech vody, vypijte teplý odvar, denně 2 koflíky po lžičkách. (132)

1689 • Užívejte denně 10 až 25 kapek terpentýnové (jedlové) pryskyřice ve sklenice vody. (132)

1690 • Pomáhá likér portulákový: semelte 25 g portulákových semínek na prášek a nechtě je macerovat 24 hodin ve 100 g čistého 90% lihu, přefiltrujte. Denně na lačno větší odlivku. (132)

1691 • 20 g průtržníku, 3 g zlatobýlu, 10 g jehlice, 10 g medvědice a 30 g třezalky. Třikrát denně teplý nálev vždy po jídle. Teplé sedací koupele z ovesné slámy. (132)

1692 • Při zánětu, ale i slabosti, kataru, křečích: 5 g bazalky, po 10 g medvědice, listu břízy, kořene jehlice, kokoška, 30 g slupky fazolové, 15 g průtržníku a 20 g šípků. Třikrát denně šálek teplého silného nálevu vždy po jídle. (132)

1693 • Při zánětu močového měchýře obklady na jeho oblast z léčivé hlíny, rozmíchané třezalkovým čajem; vnitřně čaj ze směsi hluchavky, jalovčinek, kopřivy, kručinky, macešky - ód každého 3 g - a šípků 2 g na litr vody. Pijí se dva šálky po douškách denně. (132)

#### Křeče močového měchýře

1694 • Křeče močového měchýře se zhoršeným odtokem moči: po 20 g kořene kozlíku lékařského a listu meduňky, po 30 g natě mochny husí a routy vonné. Tři čajové žičky směsi na tři šálky vody, nechat 5 až 10 minut vařit a pak scedit. Tento čaj se pije s horkým mlékem v poměru 1:1 a to tři šálky denně. (30)

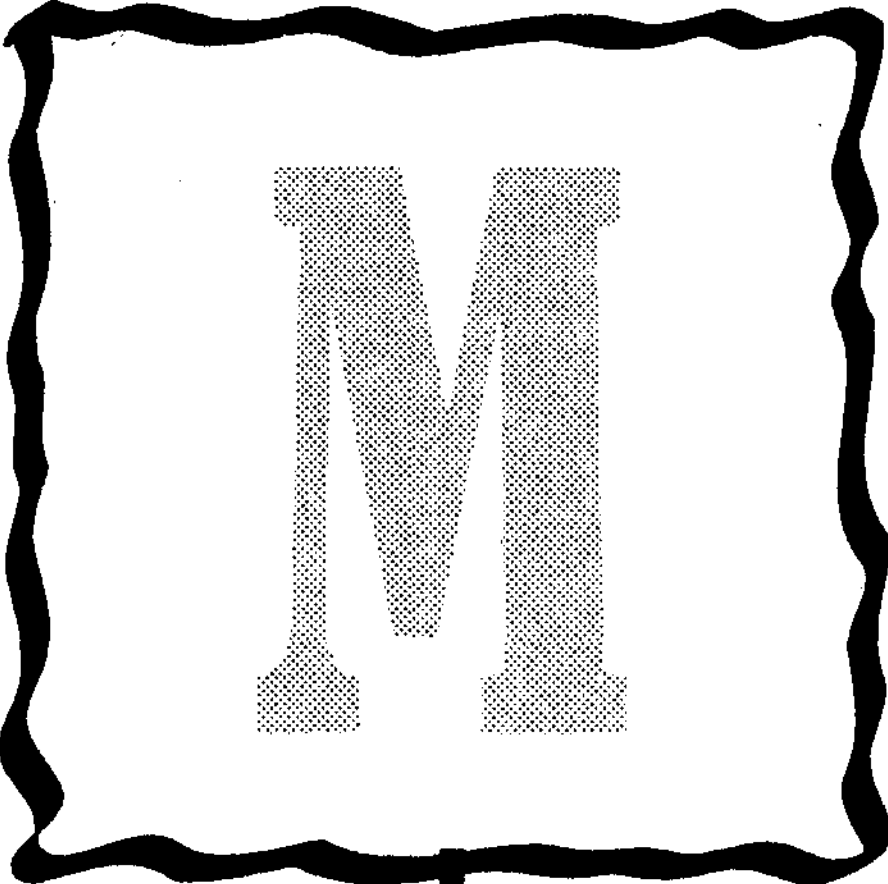
1695 • Pijte častěji přes den čaj z bezinek, které však před povařením musíte zbavit vnitřních zrníček, jinak byste si uškodili. (132)

1696 • Křeče při kamínkách: každé tři hodiny lžičku plavuňkového prášku namíchaného do sirupu. (132)

1697 • Po 10 g třezalka, ruta, kořen kosatcový a kořen pivoňky, po 15 g jitrocel, mateřídouška, přeslička a kořen babího hněvu. Třikrát denně šálek horkého odvaru vždy po jídle. (132)

1698 • 20 g kořene kozlíku lékařského, 30 g natě meduňky lékařské, 40 g listu mochny husí, 10 g natě pohanky. Jedna čajová lžička směsi se vaří 5 minut, pak se nechá dvacet minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

1699 • Při prochlazení močového měchýře s křečovitými bolestmi není lepšího prostředku, než když necháme 10 minut působit na měchýř



(při tom jsme zahaleni do koupacího pláště) páry ze spařené přesličky. Když to několikrát zopakujeme, pak onemocnění brzy pomine. Staří lidé, když mají značné potíže s močením, se takto od bolesti osvobodí. Parní zábal se připraví tak, že jednu vrchovatou dvouhrst přesličky rolní dáme do síta, které zavěsíme nad hrnec s vařící vodou. Když je nať horká a měkká, zabalíme ji do lněného ručníku a přiložíme na nemocné místo. Bezpodmínečně je nutno všechno teplo obalit! Necháme působit více hodin, případně celou noc. (123)

#### Hemeroidy v močovém měchýři

1700 • Užívejte ráno na lačno lžičku šťávy z čerstvé jitrocelové natě, přes den pak po lžičkách každé dvě hodiny vývar z jitrocelových kořínků sušených (20 g na 1 litr vody). (132)

#### Vředy na močovém měchýři

1701 • Pijte denně dvakrát po menším koflíku odvar z myrhových bobulí. (132)

#### MODŘINY

1702 • Náplast na zastaralé modřiny, boule apod.; jedna polévková lžice strouhaného bílého mýdla, jeden čerstvý vaječný bílek, jedna polévková lžice olivového oleje, jedna polévková lžice citrónové stavy, 100 ml domácí slivovice, vše dobře promíchat a namazat na obvazový materiál, přiložit a dobře zavinout, nechat přiloženo 48 hodin. Po 15 dnech i nejstarší zatvrdliny zmizí. (136 + 47 - 73)

#### MOZEK

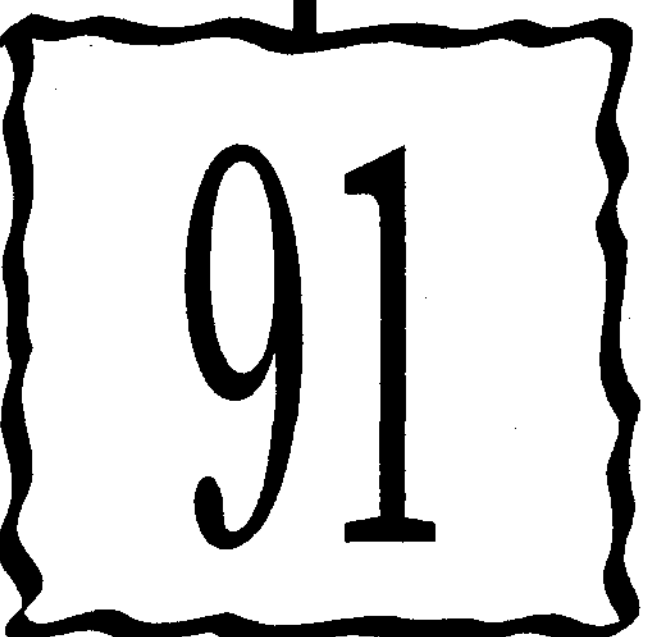
1703 • Náhlá mozková příhoda: v rehabilitaci po mozkové mrtvici se osvědčily jemné masáže postižených údů a páteře yzopovým olejem, který lze získat tak, že čerstvou kvetoucí yzopovou nať půl hodiny vaříme ve vodní lázni v olivovém nebo slunečnicovém oleji a ještě ponecháme olej několik dní „dojít“ při pokojové teplotě, potom přefiltrujeme a uschováme v chladu. Současně podáváme vnitřně asi čtvrt litru kopřivového čaje denně, pít z termosky po douškách během dne. V prevenci proti opakování příhody se doporučuje podávání dvou šálků pravého zeleného čaje denně. (136+47-27)

#### Mozková chřipka

1704 • se léčí horkými nápačkami ze senokvětů; pak hlavu dobře osušte, zabalte a ihned horké koupele nohou, rovněž ze senokvětů; na noc obvažte hlavu velkým obkladem tvarohovým. Dodržujte lehčí stravu, hlavně hodně nevařeného kyselého zelí! (132)

#### Zánět mozkových blan

1705 • po nějaké větší nehodě vyléčíte velmi brzo a bezbolestně, přikládáte-li obklady namočené ve šťávě natě bedrníku, na to pak položit obklad druhý z natě natlučené čerstvé bukovice. (132)



1706 • Na hlavu a na chodidla teplé obklady aspoň týden z rozsekaných cibulek v tenkém plátném váčku, přes ně vlněný šál, aby se hojně pařily; po upotřebení je nejlépe zahodíte. Vnitřně čaj z kořene krevničky, vyvařeného v mléce. (132)

**Zranění mozku**

1707 • Přikládejte do týla směs z rpzstrouhaného křenu a másla. Rozhodně nedávejte led. Čerstvý tvaroh rozetřený s mlékem pomáhá znamenitě. (132)

1708 • Sesekejte kilogram bílých cibulí a obalte pacientovi obě nohy až ke kolenům, ponechte je na nohách 8 hodin. Neuzdraví-li se pacient, může mít mozkovou tuberkulózu. (132)

**Otřes mozku**

1709 • Svařte stejným dílem kozlíkový kořínek a rozemleté jalovčinky, sceďte a do vychladlého vkápněte 15 kapek arnikové tinktury. Užívat přes den a po lžičkách, přihřáté. (132)

1710 • Otřes mozku spojený s horečkou: čistě vyprané jitrocelové listí utřete na kasičku, přidejte 1 gram šafránu a 50 g medu, utřít. Dávejte nemocnému užívat 4 krát denně po 4 lžičkách. Zároveň studené zábaly kolem těla, na hlavu obklady z ledu, k jídlu jen tvaroh, pít vlažný projímací čaj, žádný alkohol. (132)

**Krvácení do mozku**

1711 • Víno: 15 g mochny plazivé s květy i kořinky pečlivě vyprané a na drobno posekané vvařte v litru vína na polovinu. Denně na lačno menší odlivku. Tento prostředek doporučoval již Hippokrates. (132)

**MOZOLY**

1712 • Mozoly na rukách a ztvrdlá kůže na nohách: nechťe macerovat v dobrém vinném octě hrst mladých lístků břečťanových a přikládejte je na místo postižené s vodičkou, v níž se vyluhovaly. (132)

**MRTVICE****Preventivně proti mrtvici**

1713 • Kozlík lékařský, kořen andělíky, mochna -husí, mochna plazivá, kvet levandule, majoránka, všedobr horní, kuklík městský, rozmarýn, šalvěj, violka vonná, yzop - smíchat rovným dílem. Jedna vrchovatá lžička směsi se zalije čtvrt litrem vroucího jablečného moštu a nechá se 3 minuty vyluhovat. V průběhu dne pijeme vícekrát čerstvě připravený čaj. (123)

**Při ochrnutí po mrtvici**

1714 • Čaj připravený tak, že se smísí rovným dílem meduňka, třezalka, rozrazil, levandule a šalvěj. Jedna vrchovatá lžice se spaří čtvrt litrem vody a nechá se krátce vyluhovat. Pijeme šálek před obědem a šálek po obědě. (303)

**Mrtvice - záchvat**

1715 • Jakmile se dostaví nejmenší známka záchvatu, ve stoje vypijte sklenku přírodního vína, v němž je namícháno 7 až 8 kapek rozmarýnového výtažku. (132)

1716 • Vratič 10 g, pivoňka 35 g, ochmet 25 g, jmelí 10 g, vrbová kůra 20 g. Odvarem pelyňku omývají se údy 3 krát denně. Po jídle půl šálku mírně teplého nálevu. (132)

1717 • Svařte si ve směsi čtvrt litru vína a čtvrt litru vody hrst kořinek bertramu lékařského tak dlouho, až změknou, sceďte a pijte už teplé každou hodinu jednu lžici. (132)

1718 • Jakmile je záchvat, přenést osobu do dobře vyvetrané místnosti, vysvléct a masírovat celou lehce bez ustání směsí žitné kořalky a terpentýnu, kolem krku pak ovažte plátěný pytlík naplněný hrubou kuchyňskou solí. (132)

1719 • Denně čtyřikrát jeden šálek odvaru všedobru (kořene imperátorova), také jako preventivum proti mrtvici. (132)

viz také

Mandle

0023, 0024, 0025, 0026, 0027, 0028, 0833, 3518

Menstruaace

0069, 0078, 0135, 0335, 0394, 0835, 0935, 0937, 1004, 1136, 1593, 2650, 3300, 3354, 4052, 4053, 4129, 4130

Migréna

0387, 0388, 0389, 0390, 0399, 0400, 1751, 2012, 2057, 2399, 3354, 3462, 3983, 4049, 4051

Moč

2547, 2601, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642

Močení

2052, 2053, 3297

Močopudný prostředek

0169, 0279, 1038, 1209, 1292

Močové cesty

1210, 1211, 1327, 1328, 1329, 3306, 3616

Močové kameny

0166, 1182, 1187, 1298, 1299, 1300, 1301, 1302, 1303, 1304, 1305, 1306, 1307, 1308

Močové nemoci

0168, 0709, 1210, 1211, 1518, 3267, 3268, 3269, 3488

Močový měchýř

0467, 1027, 1182, 1187, 1259, 1260, 1406, 1575, 2078, 2964, 3617, 4274

Modřiny

1702

Mozek

0544

Mrtvice

0111, 2146, 3266

## NADLEDVINKY

1720 • Likér při chorobách ledvinových, zvláště při zánětu nadledvinek: sesekejte po hrstce kořínku bukovicového, čekankového, chřestového, lékořicového, osladičového, pampeliškového, petrželového, pýrového, šřovíkového. Smíchejte se čtyřmi sklenkami lihu a čtyřmi librami medu podle toho, jak chcete mít likér lahodný a přidejte litr světlého přírodního vína. Svařte vše na dvě třetiny nebo na polovinu a scedte. (132)

## NADÝMÁNÍ

1721 • Smícháme 25 g máty peprné, 25 g květu heřmánku lékařského, 20 g plodu fenyklu obecného, 20 g kořene lékořice lysé. Nálev: 2 kávové lžičky směsi na šálek vody. Pijí se 2 až 3 šálky denně, vždy před jídlem. (78 + 66)

1722 • Smícháme 30 g plodu fenyklu, 20 g květu heřmánku, 20 g natě máty peprné, 20 g plodu kmínu a 10 g kořene kozlíku lékařského. Nálev: polévková lžice směsi na šálek vody. Pije se polovina šálku dvakrát denně, ráno a večer. (78 + 66)

1723 • Smícháme 30 g květu heřmánku, 10 g plodu kmínu kořeného a 5 g natě dobromysli obecné. Nálev: dvě kávové lžičky směsi na šálek vody. Pije se čtvrt šálku tři až čtyřikrát denně. (78 + 66)

1724 • Smícháme 30 g květu heřmánku lékařského, 20 g kořene kozlíku lékařského a 5 g plodu kmínu. Příprava a užití jako u čaje č. 1722. (78 + 66)

1725 • Smícháme 20 g kořene kozlíku lékařského, 20 g natě máty peprné a 10 g plodu fenyklu. Nálev: dvě kávové lžičky směsi na šálek vody. Pije se šálek čaje ráno a večer. (78 + 66)

1726 • Smícháme 25 g máty peprné, 25 g kořene proskurníku lékařského, 20 g kořene lékořice lysé a 10 g plodu fenyklu obecného. Nálev: dvě kávové lžičky směsi na šálek vody. Užívá se 2 až 3krát denně po šálku čaje. (78 + 66)

1727 • Smícháme po 20 g plod bedrníku anýzu, kmínu kořeného a koriandru setého a 30 g kořene andělíky lékařské. Nálev: dvě kávové lžičky směsi na šálek vody. Užívá se 2 až 3krát denně šálek čaje. (78 + 66)

1728 • Smícháme 25 g kořene puškvorce obecného, 25 g plodu kmínu kořeného, 20 g natě máty peprné a 15 g květu heřmánku lékařského. Nálev: dvě kávové lžičky na šálek, pije se 3 až 4krát denně půl šálku. (78 + 66)

1729 • Smícháme 20 g pýru plazivého (kořen), 40 g natě majoránky, zahradní a 40 g květu heřmánku lékařského. Nálev: dvě kávové lžičky na šálek. Mezi hlavními jídly se pijí vždy 1 až 2 šálky. (78 + 66)

1730 • Smícháme 20 g natě zeměžluče okolíkaté, 20 g jablčnicku obecného a 20 g meduňky lékařské, 15 g listu vachty trojlisté. Nálev: dvě kávové lžičky směsi na šálek vody. Užívají se 2 šálky 30 minut před hlavním jídlem. (78 + 66)

1731 • Smíchejte po 10 g plodu kardamonu a oddenku puškvorce, 20 g kořene kozlíku lékařského a po 30 g listu máty peprné a květu heřmánku. Dvě čajové lžičky této směsi na dva šálky vody, Vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Vypijte

šálek teplého čaje po obědě a večer před spaním. (30)

1732 • Heřmánková kúra proti nadýmání: dvě čajové lžičky heřmánku zalít čtvrt litrem vařící vody a nechat 15 minut vyluhovat. Pít vlažné, sladit medem nebo surovým cukrem. Ke snídani, k obědu a před spaním brát několik dnů, pak několik dnů vynechat a zase opakovat. (126)

1733 • Smíchat 30 g plodu anýzu, 30 g kořene hořce, 20 g máty, 40 g zeměžluče, 40 g natě-pelyňku pravého. Jednu lžičku této směsi spařit čtvrt litrem vařící vody, 20 minut vyluhovat. Pije se 3krát denně šálek před jídlem. (301)

1734 • Čaj z kořene hořce žlutého: v srpnu či září sbíraný a pak usušený kořen rozdrtíme, jednu lžičku vaříme 15 minut v půl litru vody. Necháme chvíli stát a pijeme několik doušků chladného nápoje půl hodiny před jídlem. (301)

1735 • Podáváme buď čaj ze dvou dílů kořene andělíky a po jednom dílu heřmánku, máty, fenyklu a kmínu - nechat delší dobu ustát, nebo si připravíme 50 g puškvorce, 30 g fenyklu a 20 g kmínu, vše dokonale zpráškuje a podáváme vícekrát denně na špičce kulatého nože. (136,+ 47 - 27)

1736 • Bylinný pepř, kmín, majoránka, černucha, koriandr, paprika, hořčice, anýz, saturejka zahradní, bazalka aj. Toto koření je vhodné přidávat do stravy, ale v případě nadýmání je můžeme užívat jako léky bez obav z předávkování. Nejlépe je používat mletý kmín smíchaný s majoránkou. Léčebná dávka je půl lžičky, zapít studenou tekutinou. (99)

1737 • Připravíme nálev z oddenku puškvorce, kořene andělíky, hořce, kopru a listu meduňky. Užíváme 1 až 2 sklenice odvaru podle potřeby. (99)

1738 • Připravíme nálev z květů hlohu, natě srdečníku, listu rozmarýny, listu máty, oddenku puškvorce a oddenku kozlíku. Užíváme dvakrát denně sklenici odvaru při opakovaných potížích a sklonech k nadýmání. (99)

1739 • Užíváme dvakrát denně lžičku lněného semena mletého s medem (3 lžičky směna + 1 lžička medu) a několik sušených švestek namočených v kompotu nebo v polévce. Vhodné při nadýmání a v případě opakované zácpy. (99)

1740 • Připravíme odvar z květu heřmánku, listu máty, mletého kmínu nebo koriandru. Užívá se třikrát denně půl lžičky těchto bylin rozmělněných na prášek. (99)

1741 • Osvědčuje se směs máty peprné s plody anýzu, fenyklu a kmínu ve stejném poměru. Polévková lžice směsi se nechá přejít varem ve čtvrt litru vody a odvar se pije po malých dávkách během dne. (331)

1742 • 35g meduňky, 25g hořce, 10g levandule a 20g třezalky. Z této směsi nálev, který se pije jen po jídle. (132)

1743 • Při nadýmání a větrech smícháme 15 g hořce šumavského, 25 g máty peprné a po 10 g fenykl, kůru krušiny, temeno kmínové, majoránku, bobule jalovce a mátu vodní. Ze směsi pořídíme odvar, který pijeme teplý, půl šálku po obědě a po večeři. (132)

# N

# 93



1744 • Nálev připravený v poměru 5 bobulí jalovce obecného na litr vody. Pije se ráno a večer. (305)

1745 • Působivá je směs máty peprné a plodu anýzu, fenyklu a kmínu ve stejném poměru. Polévková lžice směsi se nechá převařit varem ve čtvrt litru vody a odvar se pije po malých dávkách během dne. (305)

1746 • Nálev připravíme ze 3 g suchých plodů fenyklu na 0,2 litru vody. Užívat dvakrát denně. (305)

1747 • Nadýmání, větry, špatné vyprazdňování: smíchejte po 100 g květ heřmánku, list máty peprné, kořen kozlíku lékařského, plod kmínu a plod anýzu. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Nechte vařit 5 až 10 minut a pak sceďte. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

1748 • Víno proti nadýmání: ve víně vařit koprové semeno v poměru čtvrt litru vína na půl lžičky semen. Krátce povařit a nechat vychladnout. Potom vzít několik lžic horké vody a rozdrčená semena ještě propláchnout a tuto vodu smíchat s vínem. Pít denně několik odlívek tohoto vína. (126)

1749 • Kdo má slabý žaludek a požívá hojně moučných, škrobnatých a sladkých pokrmů, tomu se tyto v žaludku špatně zpracují a proto kvasí, tvoří mnoho plynů a působí nemocnému nepříjemné potíže. Léčí se dietou. Žádné buchty, koláče, kynuté knedle, kvašené zelí, kapustu, sladké hrušky, fíky, hrozinky, cukroví, čerstvý měkký chléb apod. Z vodoléčby používáme teplých obkladů kolem pasu, které měníme každé půl hodiny, a to z citrónové nebo octové vody, potud, pokud je to nemocnému příjemné. Jinak hned ustane. Přitom provádíme tření těla citrónovou vodou. - Dobře léčí větrový čaj ze směsi anýzu, fenyklu, kmínu, jalovce a puškvorce po 10 g, heřmánku 20 g a máty peprné 35 g. Semena se předem v hmoždíři utlukou a pak se vše spolu smíchá. 10 g této směsi se bere na 3/4 litru čaje. Po každém jídle vypít 1/16 až 1/8 litru. (107)

1750 • Stejně váhové díly květu heřmánku, plodu fenyklu, plodu kmínu a listu máty peprné. Dvě lžičky směsi na čtvrt litru vody, krátce povaříme a pijeme vlažný po doušcích. (14)

1751 • Proti nadýmání, žaludečním křečím, pro uklidnění, při migréně a bolestech hlavy: dvě lžičky sušené drčené natě majoránky zahradní přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 15 minut stát. Pijeme jeden šálek denně. (14)

1752 • Nejlepší účinky má kmín s fenyklem. Fenykl je nejlepší pro malé děti: jednu kávovou lžičku rozdrčených semen fenyklu zalít čtvrt litrem vařící vody, přikrýt a nechat 5 minut vyluhovat. Dětem podávat po lžičkách. (126)

1753 • Připravíme čaj ze směsi kmínu, fenyklu, pelyňku praveho a rebríčku - vše stejným dílem. (126)

1754 • Při nadýmání, na odvádění větrů je vhodná tato čajová směs: kmín, fenykl, heřmánek, meduňka, máta, čubet-benedykt, zeměžluč, andělíka, puškvorec - vše stejným dílem. Jedna polévková lžice na čtvrt litru vody, zalít horkou vodou, 15 minut louhovat, pít teplé. (126)

1755 • Při nadýmání a ke zvýšení chuti k jídlu tato čajová směs: pomerančová kůra, kůra skořice, meduňka, fenykl - vše po 4 dílech, máta 7 dílů, condurango kůra 12 dílů, zeměžluč

N

15 dílů. Jednu polévkovou lžici směsi zalít čtvrt litrem horké vody, nechat 15 minut louhovat, pít teplé před jídlem. (126)-

1756 • Při nadýmání a průjmů a křečových bolestech v trávicím traktu, při žaludečních komplikacích a nechutenství připravíme nálev v poměru jedna polévková lžice sušených listů máty kadeřavé na 0,5 l vody. Užívá se 3 krát denně. (305)

1757 • Welsarová radí: „Když břicho nadýmá větry, vezmi Černobýl, hrst hluchavek s bílými květy, dva loty závoru nahrubo nařezaného, jeden lot semene fenyklu a jeden lot senesových listů. To všechno se svaří v pěti žejdlících laciného piva až na polovinu, pak se to scedí, když to vychladne. Každý den si vypij dvakrát jeden doušek, přinejmenším ráno, když vstáváš a pak hodinu před večeří. To dělej po celé tři týdny.“ (134)

1758 • Na větry se má brát kmín, dát ho do pytlíku a položit na břicho. (134)

1759 • Květ heřmánku, plod fenyklu, plod kmínu, list máty peprné - po stejných váhových dílech. Dvě lžičky směsi na čtvrt litru vody, krátce povařit. Pít vlažný po doušcích. (40 + 45)

1760 • 25 g máty peprné, 25 g květu heřmánku, 20 g kořene proskurníku, 20 g kořene lékořice, 10 g plodu fenyklu. Dvě lžičky směsi na čtvrt litru vody. (50 + 45)

1761 • List máty peprné, květ heřmánku, kořen puškvorce, plod kmínu - po jednom váhovém dílu. Dvě lžičky směsi na čtvrt litru vody. Přelijeme vařící vodou a necháme 15 minut pařit. Precedíme a pijeme vychladlý velkými doušky, dva šálky denně. (40 + 45)

1762 • Při nadýmání, nechutenství, proti bolení hlavy, zevně k mazání při revmatismu pomáhá levandulový olej: 50g levandule do půl litru olivového oleje nebo jiného kvalitního oleje. Nechat 14 dní stát za občasného promíchání, pak scedit a uzavřít do tmavé skleněné láhve. (40 + 45)

1763 • Fazolové lusky, zelí, hrušky, ohřívána jídla, hltavý způsob jídla, sedavé zaměstnání a nedostatečná trávicí sekrece způsobují nadýmání. Doporučuje se při jídle nemluvit a přes den žvýkat několik zrníček kmínu, procházky s dechovým cvičením. (126)

1764 • Čajová směs: oman, hořec, puškvorec nebo anýz a zeměžluč. Také studené obklady na břicho, 3 až 4 krát denně poloviční studené koupele a mezi tím spodní stříky podle Kneippa. (126)

1765 • Čaj při nadýmání - vhodný pro řidiče: 5 dílů kontryhelu, 4 díly yzopu, 3 díly jablečnicku, 3 díly máty peprné, 2 díly tymiánu, 2 díly saturejky a 1 díl světlíku. Osvědčuje se přidat též kousek citrónové kůry. Čaj se podává buď jednorázově před cestou nebo během cesty, anebo formou léčebné kúry: podáváme 3 týdny, pak zařadíme týden přestávku a během 2 týdnů se doléčíme. (136+47-131)

#### Nadýmání se sklonem k zácpě

1766 • Po 10 g plodu anýzu a plodu fenyklu, 20 g listu máty peprné a po 30 g květu heřmánku a krušinové kůry. Tři čajové lžičky uvedené směsi na tři šálky vody, nechá se 5 až 10 minut vařit

a poté se scedí. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

### Nadýmání se sklonem k průjmů

1767 • Smícháme 10 g natě pelyňku pravého a po 30 g natě přesličky rolní, rebríčku a oddenku mochny nátržníku. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Nechtě vařit 5 až 10 minut, pak scedíte. Denně vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

### Nadýmání a žaludeční potíže

1768 • Při nadýmání, křečovitých žaludečních potížích, při kašli pomáhá anýz. Jedna čajová lžička rozdrcených plodů se přelije jedním šálkem vařící vody a po 10 minutách se přecedí. Po každém jídle vypijeme jeden šálek. (126)

### Nadýmání a potíže se spaním

1769 • Při nadýmání, bušení srdce, nervozitě a potížích se spaním smícháme 10 g kozlíku lékařského, 30 g natě meduňky lékařské a 30 g květu rebríčku. Jedna čajová lžička směsi se spaří ve čtvrt litru vařící vody, nechá se 20 minut vyluhovat a pije se dvakrát denně před spaním. (126)

## NACHLAZENÍ

1770 • Jedna lžice drcených květů jitrocele se přelije 2 dl vařící vody, 5 minut se nechá vyluhovat. Pije se teplý. (326)

1771 • Směs z rovných dílů -divizny a slézu smícháme a jednu lžici směsi spaříme čtvrt litrem vody a necháme krátce vyluhovat. Pije se ráno po malých douškách. (303)

1772 • Stejným dílem smícháme diviznu, lipový květ a černý bez. Jednu lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vody, krátce vyluhujeme. (303)

1773 • 30g květu lípy, 10g heřmánku, 30g natě tužebníku a 30 g květu černého bezu. Dvě čajové lžičky směsi spařit ve čtvrt litru vařící vody, 20 minut vyluhovat. Vypít před ulehnutím na lůžko. Působí také potopudně. (126)

1774 • Lipový květ a macešková nať po 25 g smícháme a jednu čajovou lžičku směsi na šálek přelijeme vařící vodou. Přikryté necháme před použitím 10 minut stát. Můžeme sladit medem. (126)

1775 • 6 dílů drcených šípků, 1 díl listů černého rybízu, 1 díl kopřivy nebo heřmánku. Ve smaltovaném hrnku louhovat 10 až 12 hodin, pak přivést k varu, odstavit na 10 až 12 minut, scedit přes hadřík. Pít jeden šálek 2 až 3krát denně. (126)

1776 • Cibulový čaj proti nachlazení: do studené vody nakrájet cibuli na větší kousky, přivést do varu a nechat 20 minut stát. Pít po eventuálním přehřátí, bez přísad. (126)

1777 • Smícháme po 25 g list máty peprné, květ bezu černého, heřmánku a lípy. Tři čajové lžičky této směsi přelijeme půl litrem vroucí vody a necháme 5 minut vyluhovat, pak scedíme. Denně se pije 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

1778 • Smícháme 100g květu lípy a po 30g květu mateřídoušky, kořen jehlice trnité, nať dobromysli a plod šípku. Dále jako recept č. 1777. (91)

N

1779 • Smícháme po 100 g květ lípy, heřmánku a kořen jehlice trnité, 30 g natě kopřivy a 70 g květu bezu černého. Dále jako recept č. 1777. (91)

1780 • Velice oblíbená je směs stejných dílů divizny, lípy a černého bezu nebo divizny a slézu. (106 + 009)

1781 • Směs kořene andělíky nebo dehelu lesního s lipovým květem v poměru 2:1. Kořen (20 g) se vaří chvíli v půl litru vody, pak se čaj odstaví z varu, přidá se lipový květ (10 g) a vše se nechá nějaký čas vyluhovat. (136)

1782 • Proti nemocem z nachlazení - po delší chůzi v promočené obuvi, při promoknutí apod.: horké koupele nohou. Dvě hrsti květu bezu černého se přelijí 2 až 3 litry vřelé vody a nálev se nechá zchladnout na 40 °C, potom se přecedí asi do desetilitrové lázně; lázeň má trvat asi čtvrt hodiny a vstupní teplotu je třeba udržovat přiléváním horké vody. Současně je vhodné aplikovat vitamín C. (136)

1783 • Pijte přes den půl koflíku odvaru ze šípků tak horkého, jak snesete - každé dvě hodiny. (132)

1784 • Denně dva šálky horkého čaje z bezových květů s několika kapkami citronu. Nebo jenom teplou vodu s jednou (ne více!) kapkou jodové tinktury. (132)

1785 • Smíchejte stejné díly květu nebo listu podbělu, květu divizny, natě plícníku, listu jitrocele a natě mateřídoušky. Dvě lžice směsi spařit sklenicí vroucí vody, nechat 15 minut ustát, scedit, osladit medem a pomalu vypít. (136)

1786 • Profylaktikum chorob z nachlazení - také proti zhoršování revmatických obtíží: směs připravená z 30 g červených okvětních lístků růže, 30 g lipového, květu, 20 g květu černého bezu a 20 g natě brutnáku lékařského. Z jedné polévkové lžice směsi se připraví spařením asi 300 ml nálevu a po čtvrt hodině se scedí a podává dvakrát denně, -mírně slazený medem. Současně je vhodné doplnit vnitřní užití masáží páteře a svalstva růžovým olejem. (136+47-51)

1787 • Pijeme horký čaj připravený ze dvou kávových lžic květu bezu černého, spařených 250 ml vřelé vody. Po 30 minutovém vyluhování pijeme denně 2 až 3 šálky spolu s 1 až 2 acylpyriny. (91)

1788 • Smícháme po 100 g květ lípy a heřmánku, 20 g natě kopřivy, 30 g natě řepíku a 60 g květu bezu černého. Do 400 ml vřelé vody dáme jednu polévkovou lžici této směsi, vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat 15 minut a scedíme. Odvar užíváme horký třikrát denně 120 ml před jídlem. Odvar vypijeme naráz a pak se nemocný zakryje ve vyhřáté posteli. Před vypitím si můžeme dát koupel, nebo si dát nohy do horké vody. (91)

### Nachlazení - inhalace a kloktání

1789 • K inhalacím jsou vhodné tyto byliny: nať dobromysli obecné, tymiánu obecného, mateřídoušky obecné, květ heřmánku lékařského, list máty peprné a plod bedrníku anýzu. (78 + 66)

1790 • Nálev pozůstávající ze dvou kávových lžiček natě řepíku lékařského na čtvrt litru vody. (78 + 66)

95

1791 • Polévková lžice květu bezu černého na šálek vody. (78 + 66)

1792 • Dvě kávové lžičky květu měsíčku lékařského na čtvrt litru vody. Používá se jako kloktadlo. (78 + 66)

1793 • Připravíme kloktadlo z této směsi: 30 g listu šalvěje lékařské, 20 g listu proskurníku lékařského, 10 g natě meduňky lékařské. Polévková lžice směsi na 200 ml vody. (78 + 66)

1794 • Kloktadlo: smícháme 10 g kořene bedrníku obecného, 10 g listu šalvěje lékařské, 10 g květu divizny velkokvěté a 10 g natě řepíku lékařského. Nálev: polévková lžice na 200 ml vody. (78 + 66)

1795 • Smícháme po 25 g list šalvěje lékařské, květ heřmánku lékařského a nať přesličky rolní. Odvar: polévková lžice směsi na šálek vody. (78 + 66)

1796 • Kloktadlo: smícháme 30 g natě řepíku lékařského, 20 g listu borůvky černé a 20 g semena lnu setého. Odvar: kávová lžička směsi na šálek vody, doba varu 3 minuty, vyluhování 20 až 30 minut. (78 + 66)

1797 • Kloktadlo: smícháme po 25 g listu šalvěje lékařské a květ divizny velkokvěté a heřmánku lékařského. Odvar: polévková lžice směsi na 200 ml vody. (78 + 66)

1798 • Při nachlazení, zánětu sliznice v ústech, k výplachům nosu při rýmě a k odstranění zápachu z úst: vylisovaná šťáva z čerstvých vyzrálých plodů borůvek. (40 + 45)

1799 • Proti nemocem z nachlazení, bolestem v krku, při začínající angíně se osvědčilo kloktadlo z květové, plodové nebo i kôrové drogy jirovce - pakaštanu koňského. (136)

1800 • Epsteinova kúra - velmi působivá, ale poněkud drastická: vzít dvě lžice šťávy nebo marmelády z černého bezu, dvě tablety acylpyrínu, dvě polévkové lžičky rumu, dvě čajové lžičky medu, to vše smíchat do sklenice horkého lipového čaje nebo čaje z květů černého bezu, vyhřát se v horké celkové koupeli asi 10 až 15 minut, v koupeli vypít uvedený nápoj, neutírat se, jen lehce setřít vodu a rychle do postele, důkladně přikrýt. Nastane mimořádné pocení. Pro poměrně silně působící lze aplikaci provádět jen jednou denně, nejvíce po tři dny za sebou. Aplikace není vhodná pro osoby s vředovou chorobou žaludku a dvanácterníku, ani pro osoby s chorobami srdce a krevního oběhu. (136+47-94)

### Ke zvýšení teploty a k pocení

1801 • Při nemocích z nachlazení pomáhá kokoška pastuší tobolka. V těchto případech působí horečka většinou léčivě a zkracuje dobu onemocnění. Čaj připravíme tak, že dáme čajovou lžičku kokošky do šálku vody, necháme 5 až 10 minut vařit a scedíme. Během dne, rovnoměrně rozloženě, vypijte po doušcích 3 až 4 šálky teplého, ne však horkého čaje. (30)

1802 • Při nachlazení - čaj vyvolávající pocení: smícháme 30 g květu heřmánku, 20 g květu lípy a 50 g květu bezu černého. Tři čajové lžičky této směsi přelijeme šálkem vroucí vody, neqháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Denně se vypijí 1 až 3 šálky horkého čaje. (30)

1803 • Při nachlazení - čaj vyvolávající pocení: smícháme po 5 g květ trnky, divizny a list lesních jahod, po 10 g květ heřmánku a tužebníku jilmového a po 20 g květ lípy, bezu černého a vrbové kůry. Tři čajové lžičky směsi na tři šálky vody, vaříme 5 až 10 minut, pak scedíme. Během dne se vypijí tři šálky teplého čaje. (30)

### Při nachlazení, rýmě, kašli a zánětu horních cest dýchacích

1804 • Čaj - nálev: půl čajové lžičky sušeného květu lípy malolisté přelejte jednou sklenicí vroucí vody a nechtě 10 minut vyluhovat. Denně vypijte 2 až 3 sklenice čaje. (23)

1805 • Proti nachlazení, zánětu sliznice, k výplachům nosu při rýmě, k odstranění zápachu z úst, při aftech a oparech: šťáva vylisovaná z čerstvých vyzrálých plodů borůvky brusnice podávaná samotná nebo ředěná vodou. (14)

1806 • Dvě vrchovaté lžice lipového květu a jednu lžici mateřídoušky (nať) spaříme půl litrem vařící vody a necháme 10 minut odstát. Pijeme teplý čaj. (14)

1807 • Při těžkém nachlazení a bolestivém kašli, při bolestech páteře se používá k natírání prsou a zad levandulová mast připravovaná z čerstvých levandulových květů. Místa natřená se udržují v teple vlněnou příkrývkou. (126)

1808 • Při nachlazení a zahlenění průdušek se velmi osvědčil prášek, připravený pomletím dřílu kořene proskurníku, jednoho dřílu kořene lékořice a přidáním jednoho dřílu mléčného cukru z lékárny. Několikrát denně užíváme půl až jednu čajovou lžičku prášku a zapijíme horkým lipovým čajem. (136 + 47-33)

### Při nachlazení s teplotou

1809 • Do 400 ml vřelé vody dáme po jedné kávové lžičce tyto drogy: květ lípy a heřmánku a nať kopřivy a řepíku. Vaříme 3 minuty, necháme 15 minut vyluhovat, scedíme a užíváme teplý odvar třikrát denně 120 ml po jídle. (91)

1810 • Do 400 ml vřelé vody dáme po jedné kávové lžičce tyto drogy: květ lípy, nať mateřídoušky, kořen jehlice trnité a plod šípku. Dále jako recept č. 1809. (91)

1811 • Do 400 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce tyto drogy: květ lípy, nať kopřivy, kořen jehlice trnité a květ heřmánku. Dále jako recept č. 1809. (91)

1812 • Do 400 ml vřelé vody dáme tři čajové lžičky květu lípy a jednu čajovou lžičku květu heřmánku a máty peprné. Vaříme 3 minuty, necháme 15 minut vyluhovat a scedíme. Odvar vypijeme najednou spolu s 1 až 2 acylpyríny. Nemocný by měl ulehnout, dobře se zakrýt a vypotíť. (91)

### Nachlazení a začínající chřipka, angína

1813 • Smícháme po 25 g květ bezu černého a lípy, list máty peprné a nať violky trojbarevné. Nálev: dvě kávové lžičky na 200 ml vody. Pije se třikrát denně po jednom šálku čaje. (78 + 66)

1814 • 25 g bezu černého - květ, 25 g květu lípy a 20 g kořene proskurníku lékařského. Nálev: polévková lžice směsi se přelije čtvrt litrem vroucí vody, nechá se 10 minut vyluhovat a scedí se. Čaj se popijí dvakrát denně. Tento čaj je v Itálii



nazývaný „Aspirina vegetale“ (rostlinný aspirin). (78 + 66)

1815 • 70 g květu lípy, 30 g kořene lékořice lysé a 1 g květu hřebíčkovce kořeného (hřebíčku). Nálev: pijí se 2 šálky denně. (78 + 66)

1816 • 20 g květu heřmánku a lípy, 12 g natě řepíku lékařského a 8 g květu bezu černého. Nálev: doba vyluhování 10 minut. Pije se 3 krát denně šálek čaje před jídlem. (78 + 66)

1817 • 30 g natě mateřídoušky, 30 g kořene proskurníku lékařského, 20 g plodu fenyklu obecného a bedrníku anýzu. Odvar: pije se šálek čaje 3 až 4 krát denně. (78 + 66)

1818 • Užívají se 2 až 3 kávové lžičky extraktu rudbékie nachové 3 až 4 krát denně. Rudbékia při léčebném užívání nemá žádné vedlejší účinky. (50)

1819 • Ze sušeného květenství bezu černého ostříháme květy i s krátkými stopkami a jednu lžici jich vhodíme do půl litru vařící vody, povaríme tři minuty a necháme ustát, dokud květ neklesne ke dnu. Odvar má nazelenalou barvu. (40 + 45)

## NEHTY

### Nehty zarostle

1820 • Denně půl hodiny koupel nohou v horkém odvaru z máčky polní nebo karfiolových listů, až nehet změkne tak, abyste mohli odstranit vrostlou část prstem. Nehet opilujte po celé šíři pilníčkem, aby nezarůstal znovu. (132)

### Lámání nehtů

1821 • 3 kg hovězích kostí vařit 4 hodiny bez soli spolu se dvěma většími cibulemi a dvěma hřebíčky, 1 polévkovou lžící tymiánu, 5 kousky bobkového listu a dvěma celými petrželi včetně natě. Během vaření přilévat vodu tak, aby kosti byly stále zakryty. Poté se kosti odstraní a vzniklá rosolovitá hmota se trochu osolí a přes síto procedí do malých hlinných nádob a uloží do chladničky, příp. se sterilizuje v normálních zavařovacích sklenicích. Užívat po 2 měsíce třikrát denně jednu polévkovou lžící rosolovité hmoty. (136 + 47 - 204)

1822 • 1 g kamence rozetřít s olejem ze sladkých mandlí, mořskou solí a včelím voskem a přiložit na nehty. (132)

### Slézání nehtů

1823 • Při poranění nehtů, když slézají, rozpustíte na mírném ohni trochu bílého vosku a přidávejte do něj pomalu tolik pryskyřice terpentýnové, aby vznikla řidší kasička, ze které si vyválejte malý klobouček v podobě nehtu a přilepte jej na postižený nehet, tento sleze mnohem snadněji a pod náplastí se vytvoří nový. (132)

### Zánět nehtových lůžek

1824 • Provádíme koupele rukou nebo nohou v odvaru slézu. Nejvíce se osvědčil divoce rostoucí sléz přehlížený. Koupel má trvat asi 20 minut. Potom můžeme nohy ošetřit měsíčkovou masťou. Křehkým nehtům pomáhá, jestliže je potíráme šťávou z cibule. (136 + 47 - 123)

## NECHUTENSTVÍ

1825 • Povzbuzení chuti k jídlu vykoná stomachikum z hořkých látek jako čaj: vachta třilistá 20 g, zeměžluc 20 g, pelyněk 20 g a máta peprná 40 g. Před každým jídlem vypijeme doušek čaje, připraveného z uvedené směsi, jako nálev z jedné čajové lžičky směsi najeden šálek vody. (126)

1826 • Jedna lžička řezané natě zeměžluče na čtvrt litru vody. Přelít vařící vodou a nechat 15 minut pařit. Pít před jídlem jeden šálek denně. Silnější nálev působí jako dávidlo. (40 + 45)

1827 • Při nechutenství, ale i záduše a revmatismu, pomáhá podběh Droga se předpisuje ve formě záparu. Dvě polévkové lžice nadrobno posekaných listů podbělu zalejeme 400 ml vřelé vody a necháme 2 hodiny vyluhovat. Přecezený zápar užíváme třikrát denně 80 ml, 15 minut před jídlem. (91)

1828 • Pro povzbuzení chuti k jídlu a při kataru cest dýchacích připravíme křenovou šťávu: očištěný křen rozkrájíme na kolečka, rozložíme na žíněné sítko a posypeme cukrem. Vytékající šťávu zachycujeme a užíváme třikrát denně jednu lžičku. (40 + 45)

1829 • Nálev připravený v poměru 5 bobulí jalovce obecného najeden litr vody, pije se ráno a večer. (305)

1830 • Chuť k jídlu podporuje květ lípy. Čaj se připravuje spařením polévkové lžice drogy sklenicí vařící vody a nechá se 10 až 15 minut vyluhovat. Doporučuje se sladit medem. Droga nemá vedlejší účinky a v malých dávkách ji je možno užívat dlouhodobě. (106 + 009)

1831 • Při nechutenství užíváme medové mléko: 10 sušených plodů řešetláku počistivého povaríme ve čtvrt litru mléka, odstavíme a necháme zchladnout na vlažnou teplotu. Sladíme lžící dobrého medu a užíváme denně maximálně jednu skleničku. (14)

1832 • Stejná množství pelyňkové natě, zeměžlučové natě, heřmánku a natě máty peprné se smíchají a jedna kávová lžička směsi se přelije čtvrt litrem vřelé vody. Vyluhujeme 20 minut nejlépe v uzavřené nádobě, občas zamícháme. Pak scedíme, přefiltrujeme a pijeme 3 krát denně před jídlem. Nápoj je nepříjemně hořký, ale velmi účinný. (301)

1833 • 10 g kořene puškvorce, po 15 g natě potočnice a světlíku lékařského, po 20 g natě majoránky, lžičníku a pelyňku pravého. Vše smícháme a na koflík vody 1 čajovou lžičku směsi. Vaříme 5 až 10 minut a pak scedíme. Během dne vypijeme po doušcích 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

1834 • Vše po 25 g: list meduňky, nať pelyňku pravého, zeměžluče a rebríčku smícháme a tři čajové lžičky této směsi přelijeme jedním litrem vroucí vody, pět minut necháme vyluhovat a scedíme. Vypijeme šálek neslazeného čaje vždy půl hodiny před každým hlavním jídlem. (30)

1835 • Čaj, který pomáhá i při poruchách trávení, nechutenství a který pročišťuje krev: vrchovatou čajovou lžičku pokrájených listů ořešáku královského spaříme ve 1/4 litru vody a necháme krátce vyluhovat. (303)

1836 • Používáme kořen hořce ve formě studeného výtažku. Polovinu čajové lžičky nadrobno



posekaných kořenů hořce (suchých) zalijeme 400 ml studené vody. Necháme vyluhovat 8 hodin a užíváme 60 až 120 ml podle věku třikrát denně, 30 minut před jídlem. (91)

1837 • 25 g pelyňku, 25 g jablečnicku, 10 g pomerančové kůry, 20 g puškvorce a 20 g hořcového kořene. Půl šálku slabého teplého odvaru vždy půl hodiny před jídlem. (132)

1838 • Čaj z kořenů andělíky, bedrníku, hořce šumavského, kozlíku, nátržníku, pupavy, puškvorce, zázvoru a semena hořčice bílé po 5 g, celkem 45 g. Vše se v hmoždíři utluče a naloží do jeden a půl litru pravé samožitné kořalky a nechá 21 dní v teple loužit. Je-li výtažek příliš hořký, zředí se. Užívá se kávová lžice v 1/16 litru vody půl hodiny před a po jídle. (107)

1839 • Ze semen angeliky, anýzu, badyánu, kmínu a melisy citrónové po 5 g a bezinek, jalovce, natě majoránu a máty peprné po 10 g připravíme směs, kterou naložíme do dvou litrů samožitné kořalky na 21 dní. Pak se to precedí, přefiltruje a přidá se 1/2 kg svařeného cukru. Výtažek se podobá světoznámé „benediktince“. Budí chuť k jídlu. (107)

1840 • Mírně hořký čaj z pelyňku. Užívá se ho po malém doušku před a po jídle 1/8 až 1/4 litru denně. Také se velmi osvědčilo plzeňské pivo. Užívá se navečer jen asi 1/2 litru denně. (107)

1841 • Chuť k jídlu podporuje a *zažívací* poruchy upravuje salát z mladých listů čekanky obecné. Na podzim zbavíme čekanku listů a kořeny uložíme v tmavém sklepě. Takto uskladněnou čekanku můžeme používat celou zimu - sklízíme srdéčka nových listů, která upravujeme stejně jako hlávkový salát. (14)

1842 • Jeden díl natě bedrníku lékařského, dva díly květu heřmánku, dva díly kořene puškvorce, dva díly natě máty peprné, jeden díl plodu fenyklu a jeden díl kořene lékořice se pečlivě promíchají. Jedna polévková lžice směsi se přelije čtvrt litrem vřelé vody a po dvacetiminutovém stání v uzavřené nádobě za občasného promíchání se přefiltruje a pije teplý třikrát denně před jídlem. (42)

1843 • Zeměžluč, meduňka, pelyněk, rebríček - vše smícháme rovným dílem. Tři čajové lžičky směsi spaříme půl litrem vřelé vody. Krátce vyluhujeme, scedíme a pijeme po malých doušcích teplý půl hodiny před každým hlavním jídlem. (303)

1844 • Půl lžičky chmelových šištic na šálek vody spaříme nebo krátce povaríme, scedíme a pijeme před spaním šálek teplého čaje. (303)

1845 • Připravíme studený nálev: půl lžičky hořce žlutého zalejeme dvěma sklenkami studené vody a necháme přes noc vyluhovat. Pijeme několik doušků před jídlem. Pomáhá také při nadýmání, při žaludečním kataru, žaludeční slabosti, při špatné funkci žlučníku. (301)

1846 • Připravíme čaj za studena vyluhovaný: přelijeme vrchovatou čajovou lžící *rozřezané* natě zeměžluče šálkem vody a necháme ^ až 10 hodin stát. Čaj pijeme vlažný před jídlem. (14)

#### Nechutenství spojené se žaludečními potížemi

1847 • Při nechutenství, snížené tvorbě žaludečních šťáv a žlučnickových kolikách a při nadýmání

N

se připraví zapař přelitím čajové lžičky natě pelyňku pravého vařící vodou a po vychladnutí pije se neslazený. Vhodné je kombinovat pelyněk se zeměžlučí v poměru 2:3. Stejně lze použít i listy vachty s puškvorcem. (106 + 009)

1848 • K povzbuzení chuti a na posílení žaludku pomáhá pelyňkové víno: nať pelyňku absint, levandule, majoránky, list máty peprné, šalvěže - vše po jednom dílu. Zalijeme 100 díly bílého vína a necháme 8 dní v uzavřené láhvi. Pak se slije přes pláténko a užívá 4 lžice denně vždy jednu hodinu před jídlem. (40 + 45)

1849 • Při nechutenství, ale i proti pocení, průjmů a při žaludečním kataru: sušené listy šalvěže lékařské rozdrtíme nebo rozemeleme na jemný prášek a užíváme třikrát denně na špičku nože. (14)

1850 • Při nechutenství, žaludečních potížích, při kolikách a zácpě připravíme odvar ze tří lžiček natě i kořene čekanky ve čtvrt litru vody. Pije se vlažné, ráno a večer. (301)

1851 • Při nechutenství a na podporu tvoření žaludeční šťavy: jedna polévková lžice pelyňku-pravého se zaleje čtvrt litrem vřelé vody a po 10 až 15 minutách se scedí. (301)

1852 • Při nechutenství, žaludečních potížích, střevní kolice, žlučnickových potížích se doporučuje zapař připravený ze dvou čajových lžiček *řezané* natě a listu máty peprné na půl litru vody. Pijeme neslazený ve třech dávkách denně. (331)

1853 • Nechutenství, žaludeční křeče, plynatost, žaludeční a střevní katar, nachlazení, začátek chřipky a kašel pomáhá léčit odvar ze tří lžic *řezané* natě rebríčku obecného na půl litru vody. Po přelití vařící vodou se nechá 15 minut pařit. Pije se chladný, velkými doušky jeden šálek denně, výjimečně dva šálky. (40 + 45)

1854 • Při nechutenství, pálení záhy, překyselení žaludku, *zácpe*, střevní nečinnosti, při nervovém vyčerpání a proti roupům pomáhá čaj - nálev: přelejte jednu čajovou lžičku (cca 2 g) sušeného *řezaného* listu nebo 3 g sušené *řezané* natě pelyňku pravého jedním šálkem vroucí vody a nechte vyluhovat 3 minuty. Denně vypijte 1 až 2 šálky neslazeného čaje. Užívání dlouhodobé a ve větších množstvích je však škodlivé. Neužívat v době těhotenství! (23)

1855 • Při nechutenství a při žaludečních chorobách, při zácpě, onemocnění kůže, nedostatku vitamínů, chudokrevnosti a při revmatických onemocněních připravíme čaj - macerát: přidejte dvě čajové lžičky *řezané* sušené natě a kořenu pampelišky do dvou sklenic studené vody a nechte vyloužit. Tuto dávku denně vypijte. Provedou-li unavení a skleslí lidé čtrnáctidenní pampeliškovou kúru, cítí se znovu mladými, svěžími, zdravými. (23)

1856 • Pro povzbuzení k chuti, k úpravě trávení, při žaludečním kataru, žaludečních křečích, proti nadýmání připravíme čaj - odvar: jedna lžice drceného sušeného kořene hořce žlutého na půl litru vody, čtvrt hodiny povarit, nechat ustát a scedit. Pije se chladný, několik doušků půl hodiny před jídlem. (40 + 45)

1857 • Proti nechutenství, chudokrevnosti a jako prostředek potopudný: dvě lžičky sušených *řezaných* listů vachty trojlísté na čtvrt litru vody,

98

nechat přejít varem, na 15 minut odstavit a užívat chladný po lžících 2 šálky denně. (40 + 45)

### Nechutenství spojené s průjemem

1858 • Smícháme po 20 g natě pelyňku Černobýlu, konopičky a plicníku, rebríčku a listu ostružiníku a 10 g chaluhy bublinaté. Jednu čajovou lžičku této směsi na šálek vody. Vařit 5 až 10 minut a pak scedit. V průběhu dne vypijte po doušcích 1 až 3 šálky teplého čaje. (30)

### Nechutenství spojené se zácpou

1859 • Při nechutenství, zácpě, žaludeční slabosti, pálení záhy, zahlenění dýchacích cest, zánětu ústní dutiny připravíme čaj - odvar: přidejte půl čajové lžičky sušeného řezaného kořene andělíky lékařské do jedné sklenice studené vody. Pozvolna uveďte do varu a pak nechtě několik minut vyluhovat. Denně vypijte 1 až 2 šálky čaje. Při zánětu ústní dutiny se užívá jako kloktadlo. (23)

### Nechutenství spojené s nespavostí

1860 • Pomáhá chmel. Droga se předpisuje ve formě záparu. Dvě polévkové lžice drogy zalejeme 400 ml vřelé vody, necháme vyluhovat 30 minut a zapař užíjeme třikrát denně 120ml před jídlem. (91)

1861 • Při nechutenství, nespavosti, chudokrevnosti pomáhá mateřídouška. Drogu používáme ve formě záparu a odvaru. Odvar připravíme ze dvou polévkových lžiček drogy a 400 ml vřící vody. Vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat 1 hodinu a scedíme. Užíváme 120 ml třikrát denně. Zapař připravujeme ze dvou polévkových lžic drogy a 500ml vřelé vody. Necháme vyluhovat 2 hodiny a užíváme 100 ml čtyřikrát denně. (91)

### Nechutenství a střevní koliky

1862 • Při nechutenství, střevních kolikách a nadýmání se doporučuje zapař připravený ze dvou čajových lžiček (asi 4,5 g) řezaných listů máty peprné a půl litru vody. Odvar se vypije neslazený ve třech dávkách během dne. (106 + 009)

### Nechutenství a kožní choroby

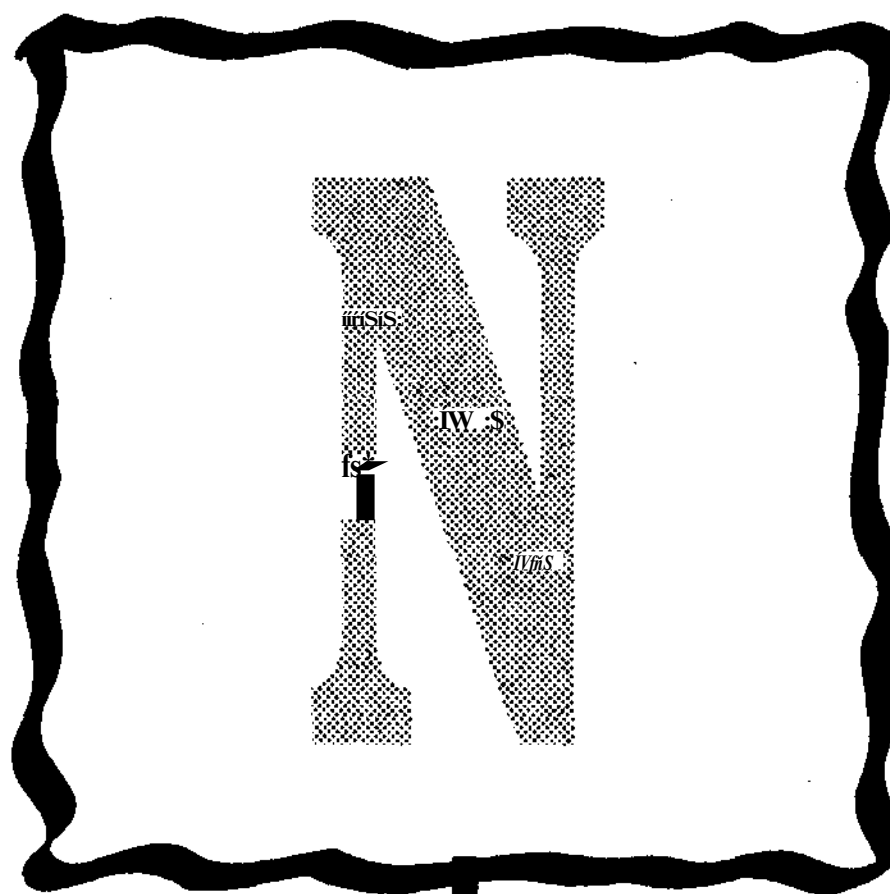
1863 • pomáhá řešit medové mléko. Předpis: 10 sušených bobulí řešetláku se krátce povaří ve čtvrt litru mléka, odstaví a nechá zchladnout na teplotu k pití. Přidá se jedna plná lžička pravého medu, řádně promíchá. Pije se zvolna, denně maximálně jedna sklenka. (126)

### Nechutenství a ledvinové choroby

1864 • Připravíme čaj z kořenů puškvorce - jenom studenou cestou. Jedna zarovnaná lžička mletého kořene puškvorce se na noc zalije čtvrt litrem vody. Ráno se trochu zahřeje a scedí. Před použitím se čaj ohřívá ve vodní lázni. (126)

### Nechutenství u dětí

1865 • Smícháme 30 g natě kopřivy, 50 g listu máty peprné a 100 g květu heřmánku. Do 300 ml vřelé vody dáme jednu až dvě čajové lžičky této směsi, necháme vyluhovat 15 minut a scedíme. Užíváme třikrát denně 30 až 80 ml, podle věku. Nepoužívat dlouhodobě! (91)



1866 • Pomáhá celková koupel z mateřídoušky. Připravuje se tak, že 50 g bylinek vyluhujeme přes noc na studeno. Při koupeli, která trvá 20 minut, má být srdce nad vodou. Na bylinky je možné ještě dvakrát nalít vodu na koupání, z dávky bylinek je tedy možné připravit tři koupele. Kromě koupele doporučuje se ještě vypít v průběhu dne po doušcích šálek čaje z kopřivy. (123)

### NEPLODNOST

1867 • Neplodnost, jsou-li muž a žena zdraví: vezmeme 240 g rebríčku, 60 g květů černého bezu, po 30 g jmelí, zeměžluče a listu máty peprné a po 20 g listu máty kadeřavé, natě marinky vonné, natě mateřídoušky a oddenku puškvorce. Do jednoho litru vody vhodíme 10 g směsi a pod pokličkou vaříme 1 minutu. Necháme louhovat do vychladnutí, scedíme a uschováme v chladnu. Pijeme třikrát denně 1 dl před jídlem a stejné množství asi 1 hodinu po jídle. Po napití v poledne a večer před jídlem vezmeme jednu čajovou lžičku olivového oleje, po jídle pak čajovou lžičku medu, podle možnosti jednodruhového. Na žízeň místo vody pijeme nálev z meduňky lékařské, asi půl litru denně. Večer lehké masáže podbřišku, slabin a křížové oblasti, pak se teple zabalíme a jdeme spát. (136 + 47 - 72)

### NERV

1868 • Při zánětech čivů - mast zabraňující hnilobě; rozpusťte ve vodní lázni 90 g vepřového nesoleného sádla, 10 g bílého vosku a 30 g práškového kafru. Vtírá se přímo. (132)

### NERV TROJKLANNÝ

1869 • Pijte denně ráno a večer před spaním místo jiných nápojů svárku ze stejného dílu máty, meduňky, šalvěje a yzopu, můžete přisladit podle libosti. Je lahodný i bez slazení a dělá divy! (132)

1870 • Při neuralgii nervu trojklanného se osvědčuje podávání přeskvařené šťávy z černého bezu smíšené s malým množstvím alkoholu. Např. na 860 ml šťávy přidat 150ml rumu, nebo šťávu smíchat s dezertním vínem, třeba portským nebo dalmatským Proškem v poměru 3:1. Při bolestech podáváme přípravek po lžících, nebo až 50 ml 2 až 5 krát denně. (136+47-90)

1871 • Čtyřikrát denně dvě polévkové lžice sterilované šťávy z plodu černého bezu s přidavkem 40 ml rumu. Podávat alespoň několik dnů nebo i týdnů. (136 + 47 - 89)

1872 • 40 g květu tužebníku a natě přesličky, 20 g mateřídoušky. Odvar: pít několik sklenic denně, event. přidat horké mateřídouškové obklady. (136 + 47 - 76)

1873 • Smícháme 10 g květu divizny velkokvěté, heřmánku lékařského, natě rebríčku obecného a tymiánu obecného. Nálev: pijí se 2 až 3 šálky denně. (78 + 66)

1874 • 30 g natě přesličky rolní a 20 g natě mateřídoušky smícháme. Nálev: doba vyluhování 20 minut, pijí se 2 až 3 šálky denně. (78 + 66)

1875 • Bezinková šťáva: na litr čisté šťávy z bezinek dva litry vody, 20 g kyseliny citrónové, kousek celé skořice a vanilky, několik hřebíčků a 700 g pískového cukru. Oprané bezinky otrháme a prolisujeme. K odměřené šťávě přidáme vodu, kyselinu a koření. Vaříme zvolna 10 minut,

do rozpuštění cukru. Precedíme a horkou šťávu plníme do vyvařených zavařovacích sklenic. Sterilujeme dvacet minut při 80 °C. Užívá se 3 až 5 kávových lžiček denně. (78 + 66)

1876 • Bezinkové víno: do litru bílého vína dáme 100 ml vylisované šťávy z bezinek. Uzavřeme a necháme 3 dny v chladnu. Užíváme každé dvě hodiny polévkovou lžící vína. (78 + 66)

1877 • Dva litry bezinek (otrhaných bobulek), 4 litry vody, 650 až 900 g pískového cukru, 20 g droždí, 4 hřebíčky, asi 3 cm dlouhý kousek skořice. Bezinky s vodou povaríme asi 20 minut. Necháme ustát a pak precedíme. Na dva litry takto získané šťávy přidáme 650 až 900 g pískového cukru, vaříme dalších 10 minut (do rozpuštění cukru), odstavíme. Když je šťáva vlažná, přidáme na dva litry šťávy 20 g droždí a necháme v otevřené nádobě kvasit 24 hodin. Pak nádobu ovážeme plátkem a necháme 24 hodin stát. Potom precedíme do jiné nádoby, přidáme hřebíček a skořici a necháme ještě jeden den stát. Při stahování hadičkou do lahví sledujeme, aby se nám do nich nedostal usazený kal z kvasné nádoby. Uložíme v chladnu. Při neuralgických bolestech pijeme 1 až 2 sklenky denně. (78 + 66)

1878 • Bezinkový likér: litr šťávy z bezinek promícháme s 500 g pískového cukru, přidáme kousek celé skořice, několik hřebíčků a povaríme asi 10 minut do rozpuštění cukru. Necháme vychladnout. Druhý den precedíme, přilijeme půl litru vodky, rumu nebo jiného čistého destilátu. (78 + 66)

1879 • 2 kg otrhaných bezinek, litr vody, 1 kg pískového cukru, 1 sáček vanilkového cukru, 2 dl instantní kávy, půl litru rumu. Bezinky rozvaříme s vodou, šťávu necháme překapat přes gázu. Do překapané šťávy přidáme cukr a zahříváme asi 10 minut (do rozpuštění cukru). Do horké šťávy přilijeme kávu a po vychladnutí rum. Nalijeme do lahví a uschováme v chladnu. Při bolestech užíváme třikrát denně polévkovou lžící likéru. (78 + 66)

1880 • Při neuralgii trojklaného nervu je dobře zhotovit polštářek ze sušených rostlinek - mateřídoušky, rebríčku a heřmánku - nasbíraných ze slunečného dne, a současně se pije z těchto bylinek čaj. Při křečovitém stahování se použije ještě polštářek se suchou plavuní. (123)

## NERVOVÉ CHOROBY

### K nervovému-uklidnění

1881 • 40 g listu vachty, po 30 g listu máty peprné a kořene kozlíku lékařského. Tyto složky smíchat v uvedeném poměru. Dvě čajové lžičky směsi na dva šálky vody, 5 až 10 minut vařit a scedit. Denně večer před spaním vypít 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

1882 • Stejně díly kořene kozlíku, lékořice, natě máty kadeřavé, natě meduňky a květu heřmánku. Jednu vrchovatou polévkovou lžící směsi spaříme třemi šálky vřelé vody, chvíli vyluhujeme, pak scedíme a pijeme horké během dne. (136 + 47 - 142)

1883 • Smíchat 3 díly meduňky s jedním dílem listu lesního jahodníku a obvyklým způsobem připravit nálev. Do šálku přidáme jednu čajovou lžičku kozlíkových kapek. Nebo můžeme stejně postupovat s použitím směsi ze tří dílů třezalky,

dvou dílů meduňky a jednoho dílu dobromysli. (136 + 47-131)

1884 • Smícháme stejné díly kozlíku, chmelu, meduňky, levandule a heřmánku. Vezmeme jednu polévkovou lžící na jednu sklenici nálevu. Pijeme 2 až 3 krát denně. (136 + 47-29)

1885 • Pijte denně ráno a večer před spaním místo jiných nápojů spáčku ze stejného dílu máty, meduňky, šalvěje a yzopu, můžete přisladit podle libosti. Čaj je lahodný i bez slazení a dělá divy - pijte jej denně delší dobu. (132)

1886 • Čaj pro nervózní spařte ze stejného dílu máty, meduňky, šalvěje a yzopu. Může se sladit. Pít denně ráno a večer před spaním. (132)

1887 • Proti všem nervovým chorobám tento likér: svařte 5 minut v litru vína hrst meduňkových listů buď čerstvých, nebo v páře napařených, přefiltrujte a po přelítí dobře uzátkejte. Před použitím si dávku vždy přihřejte. Skutečný všelék pro všechny trpící. (132)

1888 • K uklidnění - sušenky abatyše Hildegardy: připravují se z 50 až 80 g koreninové směsi a 1 kg hladké mouky - připravují se běžnou technologií, tedy s použitím cukru, vajíček, másla a prášku do pečiva. Koreninový prášek má obsahovat 45 g muškátového oříšku, stejné množství skořice a 10 g hřebíčku. Není vhodné pro děti (muškátový oříšek je jedovatý). (136 + 47-38)

1889 • Při nervovém onemocnění připravíme odvar do koupele: 200 g šalvěje na litr vody. Krátce povaríme a necháme 20 minut ustát. Pak vlít do vanové koupele. (40 + 45)

1890 • 30 g kořene kozlíku, 30 g listu máty peprné, 30 g listu meduňky, 10g semen fenýklu - připravíme odvar. Pijí se dva šálky chladného čaje denně. (40 + 45)

1891 • Připravíme lázeň: 150 g srdečníku, 150 g máty peprné, 150 g vachty. Směs spařit třemi litry vody, nechat čtvrt hodiny stát, scedit a vlít do koupele. (40 + 45)

1-892 • Kořen kozlíku, list vachty, list meduňky, květ levandule a květ heřmánku - vše po jednom dílu. Nejprve 10 minut povaríme kořen kozlíku, poté přidáme list vachty a odtáhneme z plamene. Přihodíme meduňku, levanduli a heřmánek a necháme 15 minut pařit pod pokličkou. Pijí se dva šálky chladného odvaru denně. (40 + 45)

1893 • K uklidnění nervů a bolestí připravíme tuto koupel: 200 g natě dobromysli, 100 g listu máty peprné, 100 g natě rebríčku, 50 g natě třezalky, 50 g květu heřmánku - vše spařit pěti litry vody a nechat půl hodiny přikryté pařit. Pak vlít do připravené lázně. Teplota lázně nesmí být vyšší než 38° C. (40 + 45)

1894 • 30 g kozlíku, 30 g třezalky, 20 g meduňky, 20 g chmelu otáčivého. Z této směsi se bere jedna polévková lžice na jeden šálek studené vody, nechá se 12 minut vyluhovat. Pak připravíme odvar z druhé poloviny lžice směsi a spaříme jedním šálkem vroucí vody, necháme stát 10 minut. Spojíme horký a studený přípravek (zálivku a odvar) dohromady a pijeme denně 2 až 3 šálky. (126)

1895 • Použijeme jako drogu břízu bradavičnatou, a to ve formě záparu. Jednu polévkovou lžící

N

100



březových listů zalejeme 400 ml vřelé vody a necháme vyluhovat 20 minut. Zapař užíváme třikrát denně 100 ml před jídlem. (91)

1896 • Pro zlepšení nálady připravíme nálev z 50 g drcených jalovčinek, 40 g fenyklu, 30 g kmínu, 20 g koriandru, 10 g anýzu. Ze směsi připravit nálev obvyklým způsobem, pít podle potřeby. (136 + 47-131)

1897 • 1 g květu měsíčku, 5 g sištic chmele, 10 g listu rozmarýny, 10 g listu ostružiníku, 15 g natě třezalky, 25 g kořene kozlíku lékařského, 20 g listu meduňky. Všechny složky čaje smíchat v uvedeném poměru - tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Denně vypít po doušcích tři šálky teplého čaje. (30)

1898 • Smíchejte 30 g listu vachty a 10 g máty peprné a tři čajové lžičky této směsi přelejte půl litrem vřelé vody, nechte 5 minut vyluhovat a pak scedte. Denně vypijte 3 šálky teplého čaje. (30)

1899 \* Čaj na dobrou pohodu: 40 g fenyklu, 30 g plodu kmínu, 25 g květu heřmánku, 20 g kozlíku lékařského, 15 g květu rebríčku, 4 g pelyňku. Dvě čajové lžičky na čtvrt litru vody. Pít denně dva šálky čaje - 1 šálek večer a 1 šálek ráno po 3 týdny, pak jeden týden vynechat (126)

1900 • Připravíme koupel. 200 g dobromysli (nať), 100 g listu máty peprné, 100 g natě rebríčku, 50 g natě třezalky, 50 g květu heřmánku. Směs bylin spaříme pěti litry vody a necháme půl hodiny přikryté louhovat. Vlijeme do lázně, která nesmí přesáhnout teplotu 38° C a užíváme jako koupel. Posilující účinky bude mít koupel, kterou si připravíme spařením 300 g sušené natě třemi litry vody. (14)

1901 • Doporučuje se tato koupel: 150 g srdečnicku, 150 g máty peprné a 150 g vachty spaříme ve třech litrech vody, necháme půl hodiny stát, procedíme a vlijeme do lázně. (14)

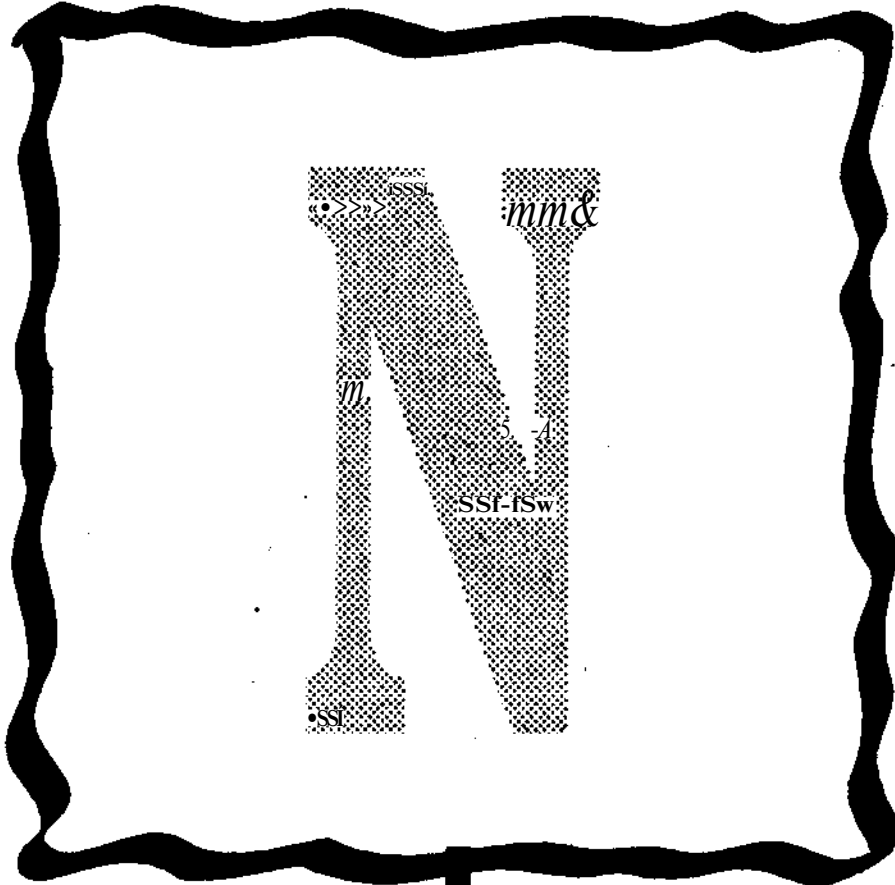
1902 • 1 g květu měsíčku, 5 g sištic chmele, 10 g listu rozmarýny, 10 g listu máty klasnaté, 15 g listu ostružiníku, 15 g natě třezalky, 25 g kořene kozlíku lékařského a 20 g listu meduňky. Vše smícháme a 3 čajové lžičky této směsi dáme do tří šálků vody. Necháme vařit 5 až 10 minut a pak scedíme. Pijí se po doušcích 3 šálky teplého čaje. (30)

1903 • Kozlíkový čaj: 30 g kozlíku, 30 g máty peprné, 30 g listu meduňky a 10 g semena fenyklu. (40 + 45)

1904 • K nervovému uklidnění: kořen kozlíku, list vachty, list meduňky, květ levandule, květ heřmánku - vše po jednom dílu. Nejprve povaríme kořen kozlíku, pak přidáme list vachty a odtáhneme z plotny. Přihodíme meduňku, levanduli a heřmánek, necháme 15 minut pařit pod pokličkou. Popijíme vychladlý 2 šálky denně. (40 + 45)

1905 • K nervovému uklidnění připravíme lázeň: 150 g srdečnicku, 150 g máty peprné, 150 g vachty. Směs spaříme třemi litry vody, necháme čtvrt hodiny stát, procedíme a vlijeme do koupele. (40 + 45)

1906 • Jednoduchý čaj sestavíme takto: květy levandule 20 g, list máty peprné 20 g, kozlík 20 g a list vachty 40 g. Jedna polévková lžice směsi na jeden šálek čaje. Připravíme jako výluh, z něhož pijeme třikrát denně jeden šálek. (126)



1907 • Oblíbená směs: 30 g kořene kozlíku, 30 g třezalky, 20 g meduňky, 20 g květu levandule, 20 g květu heřmánku. Vaří se 15 minut, 20 minut nechá ustát a po přecezení se pije vychladlý 2 šálky denně. (301)

1908 • 30 g listu vachty a 10 g listu máty peprné smícháme a tři čajové lžičky této směsi jsou na půl litru vroucí vody. 5 minut necháme vyluhovat a pak scedíme. Pijí se tři šálky teplého čaje denně. (30)

1909 • Smícháme 40 g listu vachty a po 30 g listu máty peprné a kořene kozlíku lékařského. Dvě čajové lžičky této směsi na dva šálky vody. Necháme 5 až 10 minut vařit a pak scedíme. Denně večer před spaním se vypijí 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

1910 • Přidáváme do vanové lázně šalvěj, kterou předem v množství 200 g dáme do litru vody, krátce povaríme a necháme 20 minut stát. (14)

1911 • Připravíme tuto koupel: 150 g srdečnicku, 150 g máty peprné a 150 g vachty vaříme ve třech litrech vody, spaříme a necháme čtvrt hodiny stát, procedíme a vlijeme do lázně. (14)

1912 • 40 g natě meduňky, 20 g listu máty peprné, 15 g chmelu, po 10 g natě marinky vonné a květu levandule a 5 g kořene kozlíku. Dvě polévkové lžice přelijeme 250 ml vřelé vody a po chvíli scedíme. Podáváme neslazené na lačno třikrát denně. (136 + 47 - 112)

#### K posílení nervové soustavy

1913 • Nálev z natě třezalky tečkované. Pijí se denně šálek čaje. (78 + 66)

1914 • Nálev z natě mateřídoušky obecné. Pije se 1 až 2 šálky denně. (78 + 66)

1915 • Smícháme po 10 g list šalvěje lékařské, list máty peprné, květ heřmánku lékařského a nať meduňky lékařské. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

1916 • Smícháme po 10 g nať majoránky zahradní, květ heřmánku lékařského a list máty peprné. Nálev: pijí se dva šálky. (78 + 66)

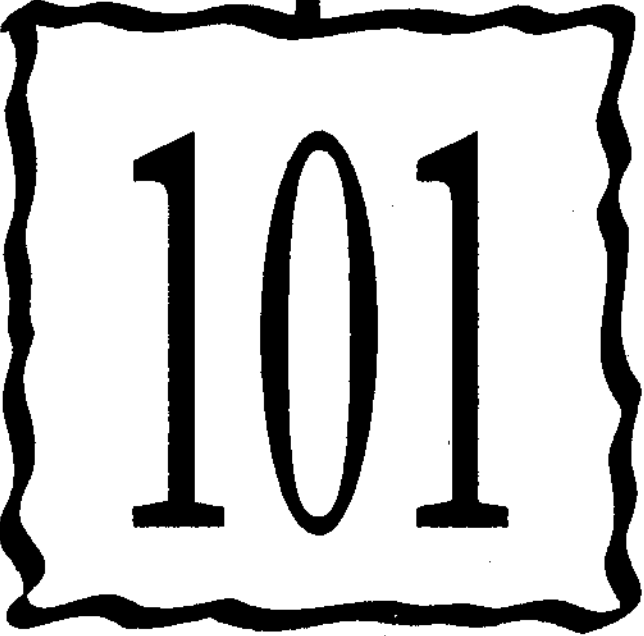
1917 • Smícháme 15 g natě rebríčku obecného, 15 g natě třezalky tečkované, 10 g kořene kuklíku městského, 5 g natě levandule lékařské a 5 g natě meduňky lékařské. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

1918 • Smícháme 20 g kořene kozlíku lékařského, 20 g natě meduňky lékařské, 15 g natě třezalky tečkované a 10 g listu maliníku obecného. Nálev: pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

1919 • Smícháme 15 g natě meduňky lékařské, 10 g natě vřesu obecného, 10 g natě řepíku lékařského a 5 g kořene kozlíku lékařského. Nálev: doba vyluhování 5 minut. Pije se šálek čaje před spaním. (78 + 66)

1920 • Smícháme 10 g listu máty peprné, 5 g sištic chmelu obecného a 5 g květu měsíčku lékařského. Nálev: 2 kávové lžičky na 200 ml vody. Pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

1921 • Smícháme 20 g natě třezalky tečkované, 20 g natě meduňky lékařské, 10 g natě řeb-





řičku obecného, 10 g kořene kozlíku lékařského, 10 g šištic chmele obecného a 10 g natě levandule lékařské. Nálev: polévková lžice směsi na půl litru vody. Celá dávka čaje se popíjí během dne po doušcích. (78 + 66)

1922 • Smícháme 10 g listu pelyňku pravého, 10 g kořene kuklíku městského, 10 g kořene puškvorce obecného a 10 g kořene andělfky lékařské. Odvar: kávová lička směsi na šálek vody. Nechá se přejít varem, odstaví a 10 minut vyluhuje. Pak se scedí a pije jeden šálek denně. (78 + 66)

1923 • Smícháme 30 g natě meduňky lékařské, 20 g lišejníku islandského, 20 g natě lnice květely a 5 g květ hlohu obecného. Macerát: polévková lžice směsi na 200 ml vody, vyluhovat hodinu. Pije se ráno šálek čaje. (78 + 66)

1924 • Připravíme tuto koupel: 200 g strouhaného oddenku puškvorce obecného necháme přes noc vyluhovat v 5 litrech studené vody. Druhý den výluh zahřejeme k bodu varu, necháme ještě 5 minut louhovat a vlijeme do připravené lázně. (14)

1925 • Na posílení nervů, k desinfekci a celkovému osvěžení těla, při revmatismu a neuralgiích připravte tuto koupel: 200 g natě rebríčku, 200 g listu máty peprné krátce povařit ve čtyřech litrech vody a nechat vychladnout, pak vliť do vanové lázně, která by neměla překročit teplotu 30 °C. Po 20 minutách vystoupit z lázně, mokré tělo zabalit do prostěradla a na půl hodiny ulehnot. Opakuje se dva až třikrát týdně. (40 + 45)

1926 • Na posílení nervů a k celkovému osvěžení těla, ale i k desinfekci, při revmatismu a neuralgiích připravíme posilující koupel: 250 g natě rebríčku a 200 g listu máty peprné krátce povaríme ve 4 litrech vody a necháme vychladnout. Potom vlijeme do vanové lázně, která musí být nejméně 38 °C teplá. Po dvaceti minutách zabalíme mokré tělo do prostěradla a na půl hodiny ulehne. Opakujeme dva až třikrát týdně. (14)

1927 • Při nervové slabosti, při žaludeční a střevní kolice a bolestech hlavy připravíme tzv. „karmelitské kapky“: půl kila řezané sušené meduňkové natě, 20 g citrónové kůry, 10 g skořice, 10 g muškátového oříšku promícháme a zalejeme jedním litrem koňaku. Necháme několik dní stát, precedíme a slijeme do dobře uzavíratelné láhve. Užíváme 2 až 4 lžičky denně. (14)

1928 • 40 g natě meduňky, 20 g listu máty peprné, 15 g chmele, po 10 g marinky vonné a květu levandule a 5 g kořene kozlíku. Dvě polévkové lžice směsi přelejeme 250 ml vřelé vody a po chvíli scedíme. Podáváme neslazené na lačno, třikrát denně. (136 + 47 - 112)

1929 • Smícháme stejné díly kozlíku, chmele, meduňky, levandule a heřmánku. Jednu polévkovou lžici na sklenici nálevu. Pije se 2 až 3 krát denně. (136 + 47 - 29)

1930 • 3 díly meduňky smícháme s 1 dílem listů lesního jahodníku a obvyklým způsobem připravíme nálev, do šálku přidáme jednu čajovou lžičku kozlíkových kapek. Nebo můžeme stejně postupovat s použitím směsi ze tří dílů třezalky, dvou dílů meduňky a 1 dílu dobromysli. (136 + 47 - 131)

N

1931 • Promíchat stejným dílem kvalitní včelí med a mleté vlašské ořechy. Každé ráno brát 1 až 2 čajové lžičky směsi. (136 + 47 - 217)

1932 • „Nervové“ víno: 1 polévkovou lžici kořene kozlíku a 2 polévkové lžice meduňky a máty macerujeme 8 dní v jednom litru bílého vína, případně přidáme půl čajové lžičky šafránu. Užíváme denně 50 ml. (136 + 47 - 003)

1933 • Připravíme odvar z těchto bylin: 15 g kozlíku lékařského, 5 g hořce, po 10 g puškvorce, kořen lopuchu, rozmarýnu a šalvěj, po 5 g máty peprné a routy obecné a 20 g rebríčku. Šálek vlašského silného odvaru pijeme před spaním. (123)

1934 • Na nervový systém působí tišivě koupele a umývání v heřmánku. Pro koupel ve vaně použijeme dvě dvouhrsti, pro umývání tváře a hlavy pouze jednu hrst heřmánku, spaříme a vyluhujeme. (123)

1935 • K povzbuzení duševní činnosti pomáhají aromatické koupele, které připravíme ze směsi andělfky, tymiánu, máty a mladého jehličí, které je možno aplikovat 1 až 2 krát týdně asi po dobu 15 minut. (136)

1936 • Proti nepříznivým vlivům stresů, při fyzické a nervové vyčerpanosti a podobně pomáhá andělkové víno: 60 g drobně řezaného kořene andělfky lékařské macerovat 24 hodin v jednom litru bílého vína typu ryzlink, potom přidat 2 g anýzu, macerovat dalších 24 hodin. Podle potřeby jednorázově užít cca 50 ml. (136)

1937 • Bolesti nervové utišíme, podáváme-li pětkrát denně po jídle šálek teplého odvaru z 10 g kozlíku lékařského, 40 g pivoňky, 10 g světlíku, 20 g prvosenky a 20 g merlíku. (132)

1938 • Závratě původu nervového: 25 g květu heřmánku lékařského a 25 g natě meduňky lékařské. Nálev: půl kávové lžičky na šálek vody. Pije se šálek čaje ráno a večer. (78 + 66)

1939 • Při nervově podmíněné závratě rozemnout ve dlaně několik čerstvých utřených listů rebríčku a několikrát hluboce nosem vdechnout; nakonec kus rebríčku zasunout do nosu, druhý konec ovšem pevně držet, aby nedošlo ke vdechnutí. Ulehnot a uvolnit se. Obtíže zpravidla brzy povolí. Pomáhá nejen při náhlé závratě, ale i při krvácení z nosu a návalech krve do hlavy. (136 + 47 - 94)

1940 • Při nervově podmíněné závratě vezmeme na špičku kulatého nože práškovanou směs stejných dílů skořice a muškátového oříšku. Zapijeme vodou nebo uklidňujícím čajem. Maximální použití 4 krát denně. Na čas ulehnot, uvolnit se a odpočívat. Neužívat dlouhodobě. (136 + 47 - 27)

1941 • Vyvařte bezinky ve spáře krevníčku a šalvěje, nechtě vychladnout a prevarte znovu s hrstí vřesových květů, scedte a pijte koflík studeného ráno na lačný žaludek. (132)

1942 • Smíchejte stejným dílem hvozdíkový a kozlíkový kořenek, suchou vrchní pomerančovou kůru, mátu peprnou, dobře promíchejte a z této směsi spařte plnou lžici 3 až 4 koflíky vřelé vody, nechtě stát a pít studenou přes den na osmkrát. (132)

1943 • Smícháme po 100 g kořen kozlíku, šištic chmele a plod koprů. Do 300 ml vřelé vody dáme

102

jednu polévkovou lžící této směsi. Necháme vyluhovat 60 minut a pak scedíme. Užíváme 150ml záparu ráno a večer. (91)

1944 • Smícháme po 100 g šišťice chmelu, list meduňky a květ heřmánku. Dále jako předpise. 1943. (91)

1945 • Smícháme po 100 g kořen kozlíku a květ hlohu, po 30 g nař buriny srdečníku, šišťice chmelu, list máty peprné a list meduňky. Dále jako předpis č. 1943. (91)

#### Při nervově podmíněné závratí

1946 • Stejným dílem květ hlohu, květ levandule, list máty peprné. Najednu koupel brát hrst směsi a přidat vždy 10 rozmáčknutých hlaviček rmenu rolního. Koupat ruce i nohy. (136 + 47 - 77)

#### Nervové předráždění a vzrušení

1947 • Mateřídoušku a levanduli po 40 g, majoránku, kozlík, mátu, heřmánek a kmín po 30 g. Tři polévkové lžíce směsi spařit půl litrem vroucí vody, 15 minut vyluhovat, potom scedit, přidat 1 polévkovou lžící medu a půl litru bílého vína. Pít po doušcích během dne. (136 + 47 - 121)

1948 • Při predráždenosti hysterické či sexuální povahy podáváme po večeri nálev připravený v poměru 2g šišťice chmelu na 1 dl vody. (305)

1949 • Při nervózních dráždivých stavech, neklidu, nespavosti a nervózním srdečním klepání pomáhá čaj z kozlíku lékařského. Kořen kozlíku vykopeme v září. Po důkladném omytí se drobné kořínky odstraní česáním, zbytek se zavěsí k sušení. Dvě čajové lžičky rozdrceného kořene se přelijí půl litrem studené vody a nechají se 10 až 12 hodin stát. Doporučuje se obsah občas promíchat. Čaj pijeme dva až třikrát denně vlažný. (126)

1950 • Koupele při nervovém vzrušení: po 20g mateřídoušky, bazalky a dobromysli, listu ořešáku, po 10g listu máty peprné, kořene kozlíku lékařského a natě přesličky, po 30g květu heřmánku a levandule - 5 polévkových lžic spařit půl litrem vroucí vody, 20 minut vyluhovat, scedit a vlít do koupele. (126)

1951 • Při nervozitě, predráždenosti, při klimakterických potížích starých žen, při mírně zvýšeném krevním tlaku pomáhá zázračný karafiátový sirup: 50g květů karafiátu 6 hodin vyluhovat po prevarení vodou v hermeticky uzavřené nádobě o obsahu 150 až 180ml, potom se precedí a čaj se smíchá s cukrem tak, aby vznikl sirup a ten se pak užívá po čajových lžičkách. (136 + 47 - 93)

1952 • 100g natě dobromysli obecné, 50g natě mateřídoušky obecné a 50g natě komonice lékařské. Celá dávka se použije k přípravě 4 litrů nálevu. Nechá se 20 až 30 minut pod pokličkou vyluhovat a pak se scedí do připravené koupele. (78 + 66)

1953 • Po 50g květ heřmánku lékařského, nař máty peprné a tymiánu obecného a list šalvěje lékařské. Postup jako u předpisu č. 1952. (78 + 66)

1954 • 70g natě dobromysli a 70g natě meduňky lékařské, 20g bezu černého, 20g natě levandule

lékařské a 20g heřmánku lékařského. Příprava jako u předpisu č. 1952. (78 + 66)

1955 • Vše po 50g: nař levandule lékařské, mateřídoušky obecné, tymiánu obecného a majoránky zahradní a květ heřmánku lékařského. Postup jako u předpisu č. 1952.

1956 • 200g šišťice chmele obecného. Postup jako u předpisu č. 1952. (78 + 66)

1957 • Do 1 litru 40 až 50% alkoholu se dají tři hrsti suché meduňky lékařské, 1 plátek citronu a 3 čajové lžičky kořene andělíky. Maceruje se 10 dní, potom se scedí a přidá jedna lžička koriandru, jedna polévková lžíce drcené pomerančové kůry, 3 kousky skořice, 3 hřebíčky, několik úlomků muškátového oříšku a sušená zrna z jednoho rajčete. Po 48 hodinách se znovu přefiltruje a uloží ve tmě, chladu a suchu. Užívá se podle potřeby jednorázově 20 až 25 kapek, nebo dlouhodobě 3 krát denně 10 až 15 kapek. (136)

1958 • Připravíme tzv. „osovku“: jeden litr ovsu dobře proprat, přelít 1,4l vody a vařit, až zůstane jeden litr odvaru, pak scedit a do chladnouceho odvaru přidat dvě lžíce medu a po dvou lžících čerstvé šalvějové a jitrocelové šťávy (nebo 1 lžička šalvějové tinktury + 1 lžička jitrocelového sirupu z lékárny, případně po třech lžících silného odvaru uvedených drog). Slít do láhve, uschovat v chladničce a pít dvakrát denně po asi 0,15 l vlažného nápoje. Po třech dnech připravit vždy čerstvý odvar. Kromě neurózy osovka velmi příznivě působí při infekčních chorobách; podporuje obranné síly organismu. (136 + 47 - 79)

1959 • Při nervovém podráždění smícháme po 100g kořen kozlíku, šišťice chmelu, list máty peprné a list meduňky. Do 300ml vřelé vody dáme jednu polévkovou lžičku směsi, necháme vyluhovat 60 minut a scedíme. Užíváme dvakrát denně 150ml záparu. (91)

#### Neuróza žaludeční

1960 • Neuróza vzniká po vlekých žaludečních chorobách následkem oslabení svalstva. Mimo to vzniká při hysterii, hypochondrii, chudokrevnosti, bledničce a jiných ženských chorobách. Rovněž silní kuřáci a pijáci piva trpí nervózou žaludku. Následky bývají tlumení srdce, tlak v hlavě, závrať, tmění v očích, nadýmání, ospalost, zácpa, svědění kůže apod. Léčí se vodoléčbou a čaji, např. čaj z andělíky-kořene (15g), čekanky - celé rostliny (30g), heřmánku (15g), hořce žlutého (10g), jablečnicku (10g), kozlíku (10g), máty peprné (15g), pomerančové kůry (10g), kozlíku (10g), a pupavy (20g). (107)

1961 • Při žaludeční neuróze a nechutenství: hrst rozmačkaných čerstvých listů meduňky se zalije jedním litrem vína. Za tři dny procedíme a extrakt uschováme v uzavřené láhvi. Užívá se každé dvě hodiny jedna lžíce. (40 + 45)

#### Neuróza srdeční

1962 • Do 400ml vřelé vody dáme dvě čajové lžičky kořene kozlíku a po jedné čajové lžičce květ hlohu, nař buriny srdečníku, šišťice chmele a list meduňky. Necháme vyluhovat 20 minut a scedíme. Zapar užíváme třikrát denně 120ml 15 minut před jídlem. Nepoužíváme sodové nápoje. (91)

1963 • Po konzultaci s lékařem se doporučuje pít čaj ze stejných dílů jablečnickové natě, květu hlohu a případně i kořene kozlíku, který se při-

praví spařením jedné polévkové lžíce směsi ve čtvrt litru vody a pije se po malých douškách během dne. (106 + 009)

### Neuróza depresivní

1964 • Nervovou soustavu příznivě ovlivňuje čaj připravený z jedné vrchovate čajové lžíce vřesu na šálek Vody (vařící). Nať vřesu necháme krátce vyluhovat. Pijeme teplý po malých douškách. (303)

1965 • 30 g natě bukvice lékařské a 10 g listu šalvěže. Jednu čajovou lžičku směsi spaříme litrem vařící vody, 20 minut vyluhujeme. Pijeme třikrát denně před jídlem. (126)

1966 • Smícháme 200 g natě třezalky tečkované a po 50 g kořen prvosenky, list máty peprné a plod kopru. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, vaříme jednu minutu, necháme 10 minut vyluhovat a scedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

1967 • Při mírnějších formách duševních depresí může pomoci práškový kořen kuklíku městského, který dávkujeme 2 až 4 krát denně na špičku kulatého nože, zapít 1 až 2 doušky bílého vína nebo vodou, případně šálkem čaje z dobromysli. (136 + 47-36)

1968 • Čajová směs: smíchejte tři díly meduňky, tři díly třezalky, dva díly listu kopřivy a po jednom dílu srdečníku a květu a listu hlohu. Užívá se jedna polévková lžíce na hrnek vody a to třikrát denně. (315)

### Neuróza z přemíry duševní práce

1969 • Před spaním vypijeme šálek čaje, který připravíme z jedné vrchovate kávové lžičky rozrazilu na čtvrt litru vody, spaříme a krátce vyluhujeme. Čaj také zlepšuje paměť. (303)

### Neuróza a jednostranné bolesti hlavy

1970 • Silný odvar z kozlíkových Kořínků léčí nervózní a jednostranné bolesti hlavy, dále pak návaly do hlavy, pocity úzkosti a všechny druhy křečí. Také proti hysterii a podrážděnosti není lepšího léku. Proti hypochondrii, melancholii (zádumčivosti) a migréně těžko bychom našli vhodnějšího léku než kozlík. Odvar kořene jest lékem povzbuzujícím a nervy posilujícím. (132)

1971 • Italové říkají: prodej kabát a kup si bukvici. Odvar smíšený s medem na polovici výtečně pomáhá při nervových chorobách a bolestech hlavy. (132)

### Při neuralgii

1972 • Při neuralgii pomáhá bezinkové víno: do jednoho litru bílého vína dáme 100 g vylisované šťávy nebo džemu, popř. 50 g sušených bezinek. Uzavřeme a uložíme na 3 dny do chladna. Užíváme každé dvě hodiny polévkovou lžici. (40 + 45)

1973 • Při neuralgii, ischiasu, zánětu trojklaného nervu, neuralgických bolestech hlavy, revmatismu a proti zácpě osvědčeně pomáhají bezinková povidla. Oprané a očištěné vyzrálé plody dobře rozvaříme s vodou na kaši. Necháme vychladnout, prolisujeme, přidáme 1 kg cukru na 1 kg šťávy, trochu petosy a svaříme za stálého míchání do hustá. Pozor, aby se povidla nepřipá-



lila - zhořknou a nedají se jíst! Ukládáme do malých skleniček, převážeme dvojitým celofánem a uložíme ve studenu. Po otevření brzy spotřebujeme, protože povidla snadno plesniví. Užíváme denně 3 až 4 lžičky po dobu 1 až 2 týdnů. (40 + 45)

1974 • Smícháme 50 g kořene kuklíku městského, 50 g kořene prvosenky, 50 g rozrazilu a 100 g listu máty peprné, dvě polévkové lžíce směsi spaříme čtvrt litrem vody, necháme 10 minut vyluhovat a pijeme třikrát denně před jídlem. (301)

1975 • Pomáhá bezinkové víno: do jednoho litru bílého vína dáme 100 g vylisované šťávy, bezinkových povidel, nebo 50 g sušených bezinek. Uzavřeme a uložíme na tři dny na tmavém a chladném místě. Užíváme každé dvě hodiny po jedné lžici. (14)

1976 • Proti neuralgii bezinkový likér: dva litry omytých plodů černého bezu tzv. bezinek, svařit s litrem vody, přecedit (možno vymačkat nebo vylisovat), přidat 3 až 4 kg cukru a 5 minut povařit, přidat jednu čajovou lžičku mleté nebo rozpustné kávy a dvě minuty povařit. Nechat vychladnout a přidat půl litru rumu. Používá se na všechny bolesti neuralgického původu. Večer před spaním jednu odlivku. (126)

1977 • Při neuralgii a loupání v končetinách pomůže heřmánkový olej: lahvičku naplníme až po hrdlo čerstvými heřmánkovými květy, nashíranými za slunečného dne. Zalejeme je olivovým olejem, lisovaným za studena. Květy musí být v oleji ponořené. Lahvičku dobře uzavřeme a necháme stát 14 dní na slunci. Uschováme v chladničce. (123)

### Při vegetativní labilite - posila

1978 • Smíchat stejné díly vody a levandulového octa. Večer do tekutiny namočit ručník a dobře třít horní část těla a nohy od kolen dolů. Neutírat se, rychle ulehnout ke spánku. Provádí se třikrát týdně. (136 + 47 - 80)

1979 • Koupele rukou a nohou: použijeme 6 dílů lipového květu, dva díly šalvěže a po jednom dílu levandule a kozlíku. Pro přípravu pětilitrové lázně se použije asi 35 g směsi; byliny se přes noc vyluhují ve dvou litrech studené vody, ráno se výluh krátce povarí a scedí do teplé lázně tak, aby celkový objem činil 5 až 6 litrů. Teplota může být kolem 38 °C, doba lázně asi 10 minut. Ráno se obvykle provádí koupel rukou, večer koupel nohou. Pro večerní použití je možno přihřát ranní lázeň. (136 + 47 - 94)

### Při poruchách nervových vzruchů v srdci

1980 • 10 g kozlíku lékařského, 15 g natě rebríčku, 50 g natě kručinky německé. Odvar: všechny složky čaje se smíchají v uvedeném poměru a tři čajové lžičky směsi na tři šálky vody. Vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Během dne se vypijí 3 šálky teplého čaje. (30)

### Strach a stavy úzkosti

1981 • Pijeme čaj připravený asi z 10 g sušených listů vrbky úzkolisté. Pije se 2 až 3 krát denně, vždy 2 až 3 hrnky po douškách. Pomáhá také při nespavosti. (301) •

1982 • Při pocitu strachu a bušení srdce pomůže odvar z 10 g marinky, máty peprné, routy, z 15 g



pýru, fenyklu a srdečníku a z 20 g kozlíku lékařského. Pije se ráno a večer šálek vlažného odvaru. (132)

1983 • Protistrachu, depresi, bludným představám se doporučuje čaj z bukových listů. Nálev se má pít v malých dávkách, 1 až 2 šálky denně. (136 + 47-204)

1984 • Při tíživých snech, „noční můře“: večer před spaním vypijte 1 až 2 šálky teplého čaje připraveného z kořene kozlíku lékařského. Přidejte čajovou lžičku kořene do šálku vody, nechte vařit 5 až 10 minut a pak scedte. (30)

1985 • Při stavech úzkosti, vše po 30 g: plod fenyklu, květ lípy a šalvěje, nať máty peprné a rebríčku. Vše smícháme a tři čajové lžičky směsi prelejeme půl litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a pak scedíme. V průběhu dne po doušcích vypijte 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

### Třes rukou

1986 • 20 g kořene šišáku bajkalského, 10 g natě třezalky, 10 g květu levandule, 10 g natě tymiánu. Smícháme a jednu čajovou lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vařící vody, necháme 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

### Potrhávání v tváři

1987 • Nechte si promrskati lýtka až ke kolenům čerstvou natí kopřivovou. (132)

### Zánět nervů

1988 • Přikládejte na místa postižená buď čerstvou nebo v oleji zavařenou třezalkovou nať. (132)

1989 • Pomáhají koupele z meduňky. (315)

1990 • Užíváme vnitřně některý močopudný čaj, zevně na postižená místa obklady z léčivé hlíny postříkané octem a koupele s hojným obsahem sody. (107)

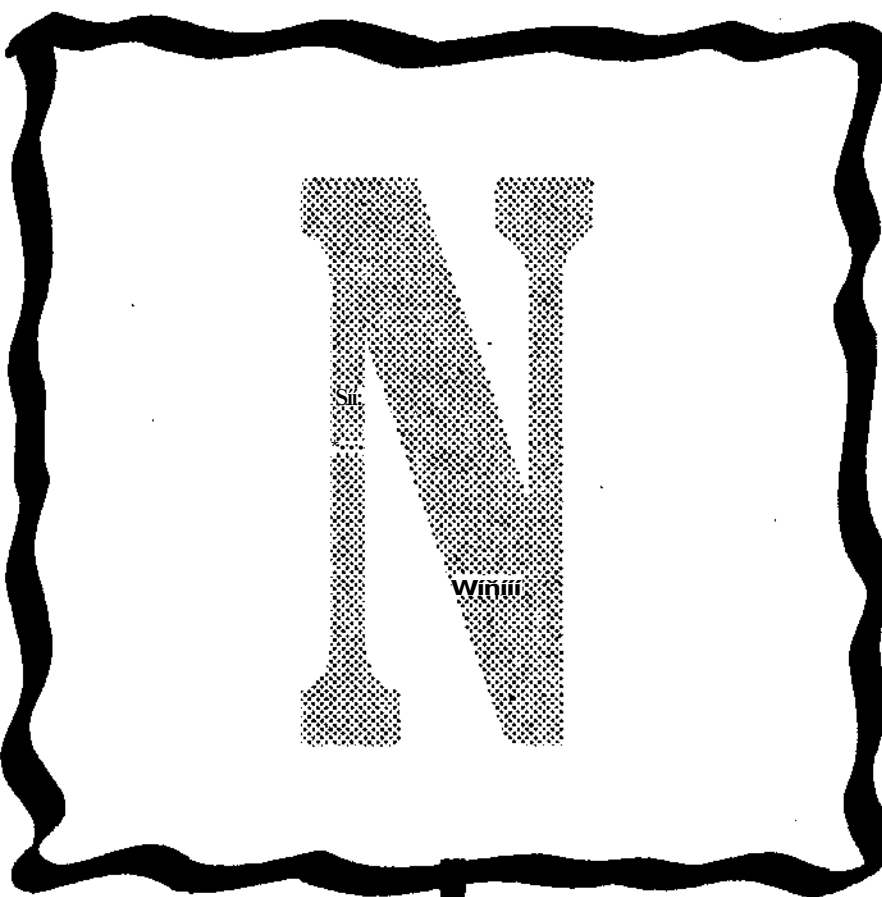
### Nervová slabost - vyčerpanost

1991 • Psychická vyčerpanost: smícháme po 30 g kořen kozlíku lékařského, plod šípku, květ lípy a nať levandule a řebříčku. Tři čajové lžičky této směsi do tří šálků vody, nechat vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Pijí se tři šálky teplého čaje během dne. (30)

1992 • Nervová unavenost: léčíme koupele, pro kterou použijeme asi 100 g neloupaného puškvorcového kořene, který 10 minut vaříme v jednom litru vody a pak scedíme. Odcezená kapalina vystačí na jednu plnou koupel. Koupele neprovádět večer. (126)

1993 • Při zesláblosti a při silné menstruaci: spařit čtvrt litrem vřelé vody 10 až 15 g natě jablečnicku, po chvíli scedit a osladit medem, pít ráno a večer mírně teplé. (132)

1994 • Nervové slabosti při tělesné vyčerpanosti, nespavosti, přepracovanosti, předčasném šedivění vlasů a nechutenství: jedna lžice ovsa na čtvrt litru vody, krátce povařit, 15 minut nechat stát. Pít vlažný, dva šálky denně. (40 + 45)



## NESPAVOST

1995 • Kapky při nespavosti: 20 g chmele naložíme do 100 g lihu a necháme na teple a světle 7 dnů vyluhovat. Užíváme 20 kapek před spaním. (303)

1996 • Při nespavosti se osvědčuje studená sedací koupel. Je třeba napustit plnou vanu studenou nebo odraženou vodou a sednout si do ní tak, aby voda dosahovala k pupku a do půlky steh. Nejlépe bude tedy do vany usednout a nohy nechat viset z vany ven. Doba koupele má být od 10 vteřin do jedné minuty, ale zkušenosti ukazují, že optimální doba se pohybuje kolem 20 až 25 vteřin. Po koupeli se jen zběžně utřít a pak si jít lehnout. Koupel se provádí těsně před spaním nebo v případě potřeby i v noci do předem připravené lázně. V případě nutnosti je zapotřebí umístit po koupeli termofor na nohy nebo na podbřišek. (56)

1997 • Nespavost léčí list meduňky, nať komohice lékařské, marinky, pelyňku pravého, květ vřesu, oddenek kozlíku. Lžičku směsi na sklenici vařící vody. Pijeme po 50 ml po večeři a těsně před spaním dalších 50 ml. (136 + 47 - 20)

1998 • Při nespavosti smícháme 50 g prvosenky, 20 g levandule, 10 g třezalky, 15 g chmele, 5 g kozlíku. Vrchovatou čajovou lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vody. Necháme 3 minuty vyluhovat. (301)

1999 • Při nespavosti smícháme 20 g bazalky, 20 g rozmarýny a 5 g propolisu, vše přelijeme horkým, ale ne vařícím, bílým vínem a vyluhujeme do plného vychladnutí. Potom scedíme, přidáme 100 g medu, krátce povaríme a vypijeme před spaním. (99)

2000 • Proti nespavosti likér - tzv. „německé opium“: kořínky a listy natě okurkové v době, kdy okurky kvetou, sesekejte na drobno a nechte několik dní táhnout v litru čistého 90% lihu. Přefiltrujte. Čtyři hodiny před spaním pijte kávovou lžící. (132)

2001 • Lázeň při nespavosti: 30 g sušeného nebo půl vědra čerstvého květu lípy se nechá přes noc vyluhovat ve studené vodě. Ráno ohřejeme k varu, 15 minut louhujeme a pak precedíme do koupele. (303)

2002 • Meduňkový list, kořen kozlíku, chmelové šišťice - vše stejným dílem. Dvě čajové lžičky směsi na čtvrt litru vařící vody, krátce vyluhovat. (303)

2003 • 50 g prvosenky, 20 g levandule - květ, 15 g šišťice chmelu, 10 g třezalky, 5 g kozlíku. Jedna čajová lžice směsi se zapaří ve čtvrt litru vody a nechá pět minut vyluhovat. Čaj pijeme velmi teplý, po doušcích, před spaním. Možno přisladit medem. (303)

2004 • Žvýkejte před spaním půl lžičky čerstvých anýzových semínek, potom vyplivněte. (132)

2005 • Když nepomohou jiné prostředky, pijte denně večer před spaním slabou spárku z kořínků a květů rebríčku obecného (5 g na čtvrt litru vody), která se osvědčuje též při močení do postele, tzv. močení bezděčném. (132)

2006 • Deset gramů kořene kosatce, vařeného ve čtvrt litru vína (bílého) a na noc pitého koná



výtečné služby při nespavosti, stejně pak u duševních pracovníků. (132)

2007 • 25 g citrónovníku, 15 g kozlíku, 10 g merlíku, 20 g pivoňky, 30 g mučenky. Šálek vlažného odvaru pijte jednu hodinu před spaním. Před spaním snězte syrové vejce. (132)

2008 • 20 g merlíku, 15 g kozlíku, 36 g máty pepřné, 30 g dobromysli. Šálek vlažného odvaru před spaním. (132)

2009 • Chodte před spaním na procházku; upravte si stolicí; vypijte šálek čaje z oranžových květů a již v posteli snězte dvě dobrá jablka. (132)

2010 • Při nespavosti přelít jednu čajovou lžičku meduňky lékařské čtvrt litrem vařící vody a nechat krátce vyluhovat. Pije se šálek teplého čaje večer. (301)

2011 • 5 lžiček sušených květů hluchavky bílé zalijeme půl litrem slivovice nebo vody a necháme 10 dní stát v uzavřené láhvi za občasného protřepání. Užíváme 10 až 20 kapek této tinktury. (14)

2012 • Při nespavosti, ale i k uklidnění nervů, utišení křečí, proti migréně: hrst levandule, 200 g heřmánku, 200 g máty pepřné, 100 g puškvorce, 100 g šalvěje lékařské. Směs vhodíme do čtyř litrů vařící vody a necháme 15 minut vyluhovat. Potom scedíme a horký nálev vlijeme do lázně. (14)

2013 • Při nespavosti připravíme tento čaj: 50 g prvosienky jarní nebo vyšší (celé okolíčky bez stonků), 20 g levandule, 10g třezalky tečkované, 15g samicích plodních šištic chmele a 5g kozlíku lékařského. Jedna vrchovatá čajová lžice směsi se spaří ve čtvrt litru vody a nechá tři minuty vyluhovat. Čaj se pije velmi teplý, po doušcích, před spaním. Je možno přisladit trochou medu. Tomuto čaji je třeba dát přednost před všemi uspávacími prostředky. Chemické uspávací prostředky narušují nervový systém, zatímco tento čaj nervové poruchy odstraňuje. (123)

2014 • Při nespavosti přelijeme dvě lžičky drcené sušené natě benedyktu lékařského čtvrt litrem vařící vody. Pijeme chladný -jeden šálek denně. (14)

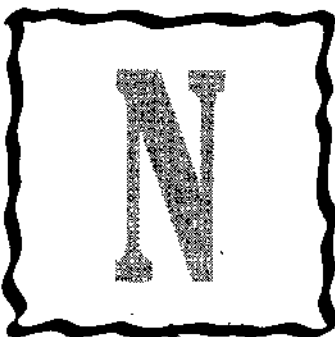
2015 • Při nespavosti na uklidnění: po jednom dílu šištic chmele, kořene kozlíku a natě meduňky. Dvě lžičky směsi na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem a na 15 minut ustát. Pijeme jeden šálek před spaním. (14)

2016 • Jednu lžičku jemně drceného sušeného kořene kozlíku lékařského zalijeme sklenicí studené vody a necháme 24 hodin louhovat. Pijeme před spaním jeden šálek. (14)

2017 • Proti nespavosti a k uklidnění: šišlice chmelu, kořen kozlíku, nať meduňky - po jednom dílu. Dvě lžice této směsi na čtvrt litru vody, nechá se přejít varem a 15 minut ustát. Pije se teplý, jeden šálek před spaním. (40 + 45)

2018 • Semeno kopru, semeno fenyklu, kmínu, anýzu, list máty pepřné a květ heřmánku po jednom dílu. Dvě čajové lžičky směsi na čtvrt litru vody a 10 minut nechat pařit. Pije se jeden šálek před spaním. (40 + 45)

2019 • Pět lžic sušených květů hluchavky bílé zalít půl litrem destilátu a 10 dní nechat stát



v uzavřené láhvi. Občas protřepat. Užívá se 10 až 20 kapek. (40 + 45)

2020 • Při lehčích formách nespavosti: směs 4 dílů meduňkové natě a kozlíkového kořene a jednoho dílu chmelových šištic. Čaj se připraví přelitím dvou čajových lžiček směsi šálkem vařící vody. (331)

202L • Jedna lžice drceného kořene kozlíku lékařského (sušeného) se zalije sklenicí studené vody a nechá 24 hodin vyluhovat. Pije se před spaním najednou jeden šálek. (40 + 45)

2022 • Při nespavosti, dně, vodnatelnosti, revmatismu, chudokrevnosti: dvě kávové lžičky drcené sušené natě benedyktu lékařského se přelijí čtvrt litrem vařící vody a nechají 10 minut pařit. Cedí se přes plátno. Pije se chladný, jeden šálek denně. (40 + 45)

2023 • Proti nespavosti a k uklidnění připravíme čaj: šišlice chmelu, kořen kozlíku, nať meduňky - po jednom dílu. Dvě lžičky této směsi na čtvrt litru vody. Nechá se přejít varem a pak 15 minut ustát. Pije se teplý, jeden šálek před spaním. (40 + 45)

2024 • Welsarová radí: „Pěkný čistý popel považ ve víně a dej dítěti plnou lžici podle toho, jak je dítě staré. Pak bude zas dobře spát.“ (134)

2025 • V lidovém léčení se užívá tato čajová směs: meduňkový list a kořen kozlíku (po jedné části) a chmelové šišlice (také po jedné části). Na šálek nápoje se upotřebí dvě kávové lžičky směsi. (53 + 22 + 59)

2026 • Při nespavosti koktejl dr. Paiora: Do sklenice teplého mléka dobře oslazeného medem dáme 1 až 2 čajové lžičky kozlíkových kapek a těsně před spaním po doušcích pomalu vypijeme. (136 + 47-92)

2027 • Vezmeme po dvou dílech natě marinky vonné a květů fialového šeříku, po třech dílech chmelu a třezalky a po jednom dílu kozlíku, meduňky a květů petrklíče. Tři čajové lžičky směsi spaříme asi 300 ml vřelé vody a necháme 15 minut ustát, potom scedíme do termosky. Polovinu vypijeme asi hodinu před spaním, druhou polovinu těsně před spaním, pomalu, po doušcích. Sladit medem. (136+47-131)

2028 • Kozlíku a chmele po 30 g, levandule, meduňky a heřmánku po 20 g. Pít sklenici nálevu dvacet minut před spaním velmi pomalu, po doušcích. (136 + 47 - 27)

2029 • Pomohou koupele z kozlíku lékařského. Koupel připravíme tak, že 100 g rozdrceného kořene byliny přelijeme jedním litrem vařící vody a necháme 10 minut vyluhovat. Odceděnou kapalinu nalejeme do vany. (126)

2030 • Při lehčích formách nespavosti vezmeme směs čtyř dílů meduňkové natě a kozlíkového kořene a jednoho dílu chmelových šištic. Čaj se připraví přelitím dvou čajových lžiček směsi šálkem vařící vody. (331)

2031 • Asi 500 g sušené natě bukvice lékařské naccpeme do podušky - je jedno, zda na podušce spíme, nebo ji dáme vedle nás. Poduška účinkuje na jednu náplň i několik měsíců. (136+47-39)

2032 • Jednu vrchovatě naplněnou lžící kontryhelu obecného dáme do čtvrt litru vody, jenom spaříme a necháme krátce vyluhovat. Pijeme koflík před spaním. (123)

2033 • Pomáhají také obklady z čerstvých rostlin kontryhelu, které rychle umyjeme, válečkem na nudle je na desce rozmělníme a pak přiložíme. (123)

2034 • Při nespavosti bereme koupele. Pro celkovou koupel bereme 200 g sušených nebo několik dvouhrstí čerstvých bylinek kontryhelu, dáme je na noc do hádoby se studenou vodou, následující den vše zahřejeme a tekutinu přilejeme do koupele. (123)

2035 • Při nespavosti pomohou dvě lžičky šištic chmele a dvě lžičky natě benedyktu. Směs spaříme čtvrt litrem vřelé vody, scedíme a pijeme chladný - koflík hodinu před ulehnutím ke spánku. (130)

2036 • Při nespavosti prelejeme dvě lžičky drcené sušené natě benedyktu lékařského čtvrt litrem vařící vody. Pijeme chladný, jeden šálek denně. (14)

2037 • Při nespavosti a na uklidnění: po jednom dílu šištic chmele, kořene kozlíku a natě meduňky. Dvě lžičky směsi na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem a na 15 minut ustát. Pijeme jeden šálek před spaním. (14)

2038 • Jednu lžičku jemně drceného sušeného kořene kozlíku lékařského zalijeme sklenicí studené vody a necháme 24 hodin louhovat. Pijeme před spaním jeden šálek. (14)

#### Nespavost, neklidný spánek, nervové podráždění

2039 • Šálek natě třezalky tečkované spařené a mírně oslazené pijeme před spaním. (78 + 66)

2040 • Po 25 g kořen kozlíku lékařského, nať rebríčku obecného a nať meduňky lékařské, dále 1-0 g violky trojbarevné. Nálev: doba vyluhování 20 minut. Mírně oslazený šálek čaje se pije před spaním. (78 + 66)

2041 • 30 g šištic chmelu, 20 g natě meduňky lékařské, 20 g květu heřmánku pravého. Nálev: pije se šálek čaje před spaním. (78 + 66)

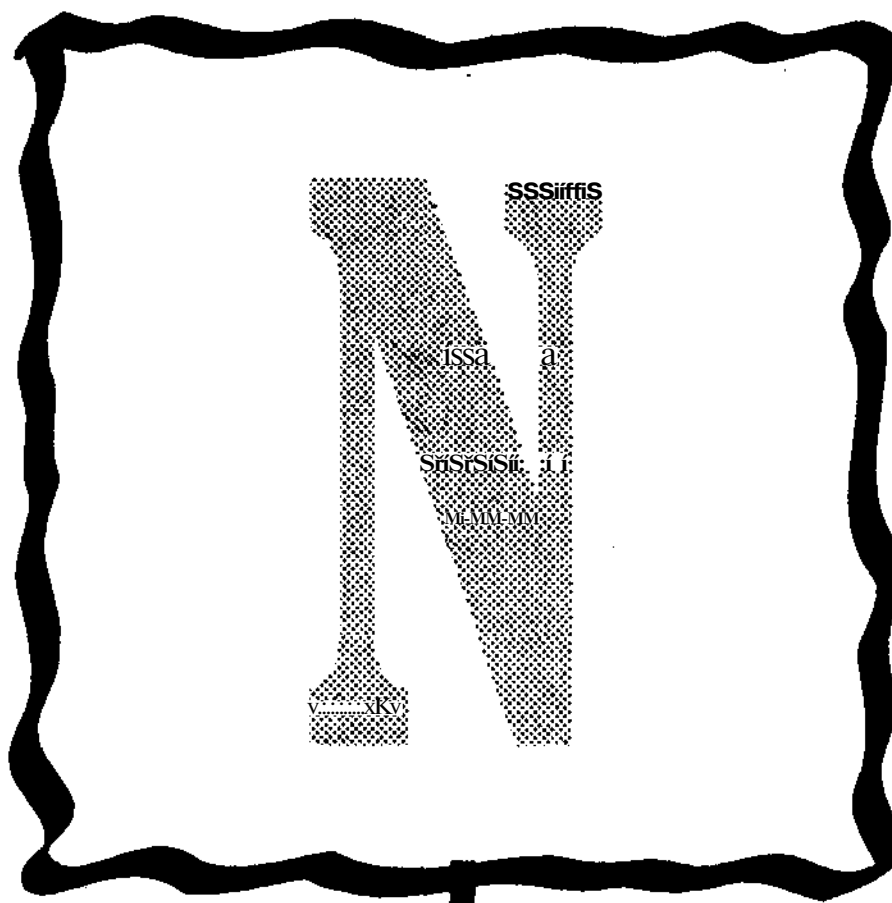
2042 • 25 g bazalky pravé, 15 g natě meduňky lékařské, 15 g listu máty peprné, 15 g květu heřmánku lékařského, 10 g šištic chmelu obecného. Nálev: pije se šálek čaje před spaním. (78 + 66)

2043 • Po 20 g meduňka lékařská, mučenka pietni a kozlík lékařský, 10 g listu máty peprné. Nálev: pije se šálek před spaním. (78 + 66)

2044 • Po 20 g nať meduňky lékařské, list máty peprné, šištic chmelu obecného a kořen kozlíku lékařského. Nálev: doba vyluhování 15 minut. Pije se šálek čaje před spaním. (78 4- 66)

2045 • 30 g listu máty peprné, 30 g natě meduňky lékařské, 10 g plodu fenyklu obecného, 5 g kořen kozlíku lékařského. Nálev: pije se šálek čaje před spaním. (78 + 66)

2046 • 30 g máty peprné, 20 g natě rebríčku obecného, 15 g listu břízy bělokoré, 10 g šištic chmelu



obecného, 5 g kořene lékořice lysé. Nálev: pije se šálek čaje před spaním. (78 + 66)

2047 • Tři až čtyři polévkové lžíce jablečných slupek přelijeme litrem vroucí vody, necháme 15 minut vyluhovat pod pokličkou, scedíme. Denně pijeme 2 až 3 šálky čaje. (78 + 66)

#### Nespavost vyvolaná bolestmi žaludku a tuhou stolicí

2048 • Smícháme: po 10 g nať benedyktu, pelyňku pravého a kořene čekanky, po 15 g kořen kozlíku lékařského a list senný a po 20 g nať brutnáku lékařského a rozrazilu lékařského. Na šálek čajovou lžičku směsi. Vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Denně večer vypijte šálek teplého čaje. (30)

2049 • Smícháme 10 g kořene kozlíku lékařského, po 20 g šištic chmelu, list meduňky lékařské, a plod jalovce, 30 g natě přesličky rolní a 40 g květu hlohu. Čajová lžička této směsi na šálek vody. Necháme 5 až 10 minut vařit a pak scedíme. Pije se denně večer šálek teplého čaje. (30)

#### Nespavost dětí

2050 • Namočíme malý ručník do studené vody a přiložíme ho dítěti na způsob krátkého ovinku. Dítě pak brzy usne. (56)

#### Prevence proti nespavosti

2051 • Připravíme čaj z této směsi: 100 g květu petrklíče, 50g květu levandule, 30g chmelu, 20g natě třezalky a 10g kořene kozlíku. (136)

#### Nespavost spojená s močovými potížemi

2052 • Připravíme čaj z 20 g vřesu, 20 g meduňky, 100 g kozlíku lékařského. Vše promícháme a jednu čajovou lžičku směsi vhodíme do šálku vařící vody. Vaříme 5 minut, scedíme a pijeme ráno i večer šálek čaje. Pomáhá i při poruchách prokrvení nohou. (303)

2053 • Smícháme 20 g natě vřesu, 20 g listu meduňky a 100 g kořene kozlíku lékařského, čajová lžička směsi na šálek vody. Necháme 5 až 10 minut vařit a scedíme. Pijí se 1 až 2 šálky teplého čaje denně večer. Pomáhá i při poruchách prokrvení dolních končetin. (30)

#### Nespavost spojená s bolestmi hlavy

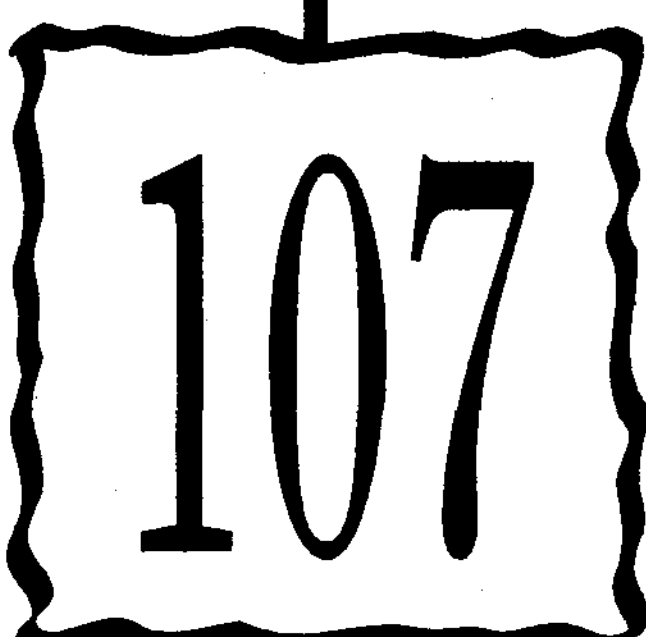
2054 \* 5 g prvosenkového kořene, 10 g prvosenkového květu, 10 g kůry kořene dřišťálu, 20 g listu majoránky, 20 g kořene kozlíku lékařského. Jedna čajová lžička této směsi na šálek vody. Vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Pijí se po doušcích denně 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

#### Nespavost s otokem nohou

2055 • 20 g chmele, 10 g kozlíku, 20 g meduňky, 20 g plodu jalovce, 30 g přesličky, 40 g hlohu. Vše smícháme, jednu lžičku směsi vaříme 7 minut ve čtvrt litru vody, scedíme a pijeme jeden šálek teplého čaje večer. Při léčbě je vhodná porada s lékařem. (303)

#### Při nespavosti, neuralgii a hysterii

2056 • Odvar: dvě lžíce rozpadlých šištic chmele na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem, 10 mi-



nut ustát a scedit přes pláténko. Pije se po doušcích vlažný dva šálky denně. (40 + 45)

### Při nespavosti a migréně

2057 • Pomůže nálev z jedné čajové lžičky natě bazalky pravé, která se spaří 150 až 200 ml vroucí vody, nechá se ustát asi 10 minut, scedí se a podává. Vyšší dávky bazalky působí silně dráždivé a nelze je doporučit, stejně jako dlouhodobé užívání. Pomáhá také při nervově podmíněné závratí. (136)

### Při nespavosti a srdečních potížích

2058 • Při nervózním bušení srdce při usínání spařit jednu čajovou lžičku kořene kozlíku lékařského nebo jirnice modré čtvrt litrem vařící vody, 20 minut nechat vyluhovat a pít jeden šálek denně před spaním. (126)

2059 • Srdeční potíže, které působí těžkosti s usínáním: 10 g šišťice chmele, 20 g květu rebríčku, 20 g kořene kozlíku, 20 g natě meduňky. Jednu čajovou lžičku směsi spařit čtvrt litrem vody, 20 minut vyluhovat. Dávku vypít před spaním. (307)

### Při nespavosti a žaludečních potížích

2060 • Po 20 g listu vachty a máty peprné, po 30 g kořene anděliky lékařské a kozlíku lékařského. Smícháme a dvě čajové lžičky použijeme na dva šálky vody. Necháme vařit 5 až 10 minut a scedíme. Denně pijeme 2 až 3 šálky teplého čaje. Pomáhá i při žlučnickových potížích. (30)

### Při nespavosti a nervové lability

2061 • Při nespavosti, duševním rozpoložení, při přecitlivělosti se doporučuje čaj - nálev z jedné čajové lžičky šišťice chmele obecného, který se přelije jednou sklenicí vřelé vody a nechá vyloužit. Jedna sklenice čaje se doporučuje vypít večer. (23)

### Při nespavosti a na zlepšení trávení

2062 • Při nespavosti, na zlepšení chuti k jídlu a na zlepšení trávení pomáhá kopr vonný. Plody kopru užíváme ve formě záparu. Tři až šest čajových lžiček rozdrcených plodů kopru zalejeme 400 ml vřelé vody a necháme jednu hodinu vyluhovat. Po scezení užíváme 60 až 120 ml třikrát denně po jídle. (91)

## NEVOLNOST

2063 • Celkově - když nevíte, o jakou chorobu se jedná, při celkové malátnosti, když vás všechno možné bolí, namočte prostěradlo v horkém odvaru ovesné slámy a nemocného do něj zabalte, přebalte teplou dekou a po dvou hodinách ještě jednou opakujte. Před každým ovínem ať nemocný vypije šálek hořkého čaje ze směsi mateřídoušky, přesličky a třezalky. (132)

### Nevolnost žaludeční

2064 • I při nejtěžší chorobě žaludku pomůžete si zaručeně, užíváte-li 1 až 2 dny celý den každé dvě hodiny 2 kávové lžičky odvaru z pelyňku. Tuto dávku nesmíte překročit nikdy. (132)



### Nevolnost nervového původu

2065 • Pijte odvar z puklěčky islandské, listu meduňky a květu heřmánku. (132)

### Nevolnost dítěte

2066 • Welserová: „Když má dítě nevolnost, tak vezmi pelyněk a nasekej ho pěkně nadrobno a vezmi dvě vejce a dobře je ušlehej a zamíchej do nich nasekanou bylinu a přidej trochu prášku z hřebíčku. Udělej z toho

bábovičku a dej do pytlíčku a přilož dítěti na žaludek tak teplé, jak to jen snese, a opakovaně to zahřívěj v horké páni.“ (134)

## NEŽITOVINA

2067 • Vyvařte 60 g bardianového (lopuchového) kořínku v litru vody na polovinu a pijte tři koflíky teplého vývaru denně. (132)

2068 • Přikládejte na nežity obklady ze šedého jílu, do nějž jste přimíchali jitrocelové listy posekané. Obklad převázat a vyměnit 2 až 4 krát denně. (132)

2069 • Nežity okamžitě změknu a prasknou bez bolesti, přiložíme-li na ně tzv. selskou mast, kterou si připravíme ze stejných dílů zksyaného těsta a medu. Natřete na pláténko. (132)

2070\* Palčivý nežit - spinel bývá většinou spojený s hořečkou a přecházívá do sněti, což se pozná, že se na vředu utvoří modravý nebo černý puchýfek. Svařte po 10 g květy heřmánkové, kůru dubovou, kůru vrbovou, nať meduňkovou a pelyňkovou v litru dobrého vinného octa, zaobalte do plátna a přikládejte ještě teplé na vřed. (132)

2071 • Čerstvé kořínky lopuchu pavučinatého, nastrouhané a přiložené na nežity změkčují je, zmírní svědění a bolesti. Urychlují dozrání tzv. červíčků, zabraňují však i vzniku dalších nežitů. (132)

2072 • 40 g hořkého jetele, 30 g kopřivy, 5 g měsíčku a 25 g dubové kůry. Třikrát denně šálek teplého odvaru vždy po jídle. (132)

2073 • Upravte si stolicí a pijte některý obrodný čaj. Aby nežity rychleji dozrály, obkládejte je horkými náčinky z odvaru senokvětů; když jste vymáčkli knot neboli sršán (dbejte, aby přišel celý ven, aby se nerozstříkl pod kůži kolem a aby se nečistota z něho opět nesmísila s krví, sice nám hrozí nežitina), mažte ránu rností z tvarohu. (132)

2074 • Welserová radí: „Vezmi listy z černého bezu, slož jich devět dohromady a dej je do mokrého hadru a polož do horkého popele, všechno nech potom škvířit. Potom vezmi listy a polož dítěti na nežit, má pak zmizet.“ (134)

2075 • Welserová: „Proti nežitům u malých dětí: vezmi proskurník a uvař v kozím mléce a udělej z toho náplast a přilož ji dítěti jednou nebo třikrát, vezmi ale pokaždé znovu čistou náplast. To nežity hodně brzy vytáhne.“ (134)



**NOHY****Koupele nohou**

2076 • Lázeň připravovaná ze dvou až tří hrstí čerstvých kopřivových listů, které se macerují v pěti litrech vody alespoň 12 hodin. Pak se směs ohřeje a použije k osvěžující koupeli. (126)

2077 • Na jeden litr nálevu vzít hrst čerstvé drobně sekané (celé) pampelišky včetně kořínků. Po vyluhování scedit a vlít do asi třílitrové koupele. Střídat koupele rukou a nohou, denně jednou asi po 15 minutách. (136)

2078 • Koupel nohou - a při křečích měchýře sedací koupel: 100 g sušené plavuně vyluhujeme přes noc v šesti litrech studené vody, druhý den vše ohřejeme k varu a výtažek vlejeme do koupele. Koupeme se 20 minut. Voda musí dosahovat nad ledviny. (303)

2079 • Hrst dubové kůry, 200 g cibule, 5 stroužků česneku, hrst přesličky, 3 lžičky fenyklu, hrst bezinkových větviček - do čtyř litrů vody, 10 minut vařit, hned slít, nalít do vany, dotočit vodu a jednou týdně se 20 minut vykoupat. (303)

**Nohy oteklé**

2080 • Při otocích nohou, srdečního i ledvinového původu a při katarrech horních cest dýchacích se podává nálev z kořene libečku v dávce 300 až 500 ml denně, užívá se po doušcích nebo v několika dílčích dávkách, event. 3 až 4 krát denně na špičku kulatého nože práškování kořene libečku zapít vodou. (136)

2081 • Koupel nohou a rukou: do pětilitrové nádoby se studenou vodou vsypeme na noc jednu vrchovatou dvouhrst slézu planého. Druhý den vše zahřejeme na teplotu, kterou ruce či nohy snesou. Koupeme dvacet minut, vodu můžeme ještě dvakrát použít, když ji předem zahřejeme. (123)

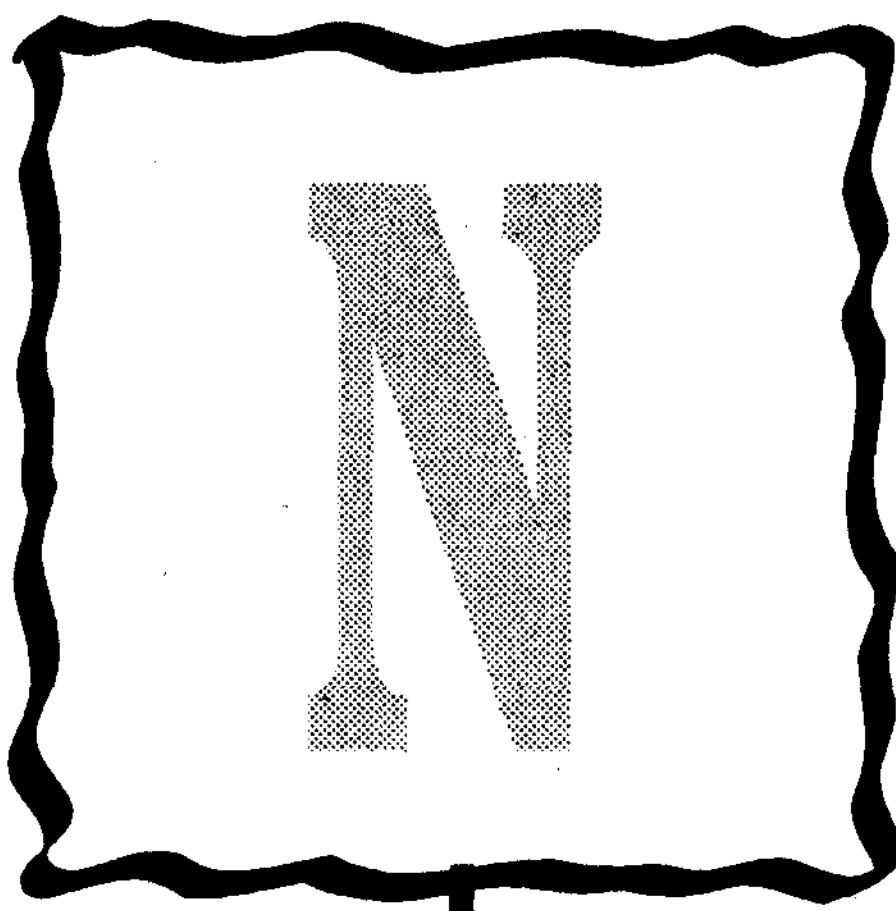
2082 • Užíváme čaj připravený pouze studenou cestou: jedna vrchovatá čajová lžička slézu přehlíženého na čtvrt litru vody, necháme přes noc stát a ráno mírně ohřejeme. Zbytek po přípravě čaje znovu v trošce vody ohřejeme, smísíme s ječnou moukou, natřeme na lněný hadřík a teplé na otekliny přiložíme. (123)

2083 • Dobře je častěji nohy koupat v záparu z listů podbělu lékařského. Naplněnou dvouhrst listů spařených vodou necháme vyluhovat krátkou dobu a pak dvacet minut koupeme nohy. (123)

2084 • Doporučuje se přesličková tinktura. Nohy se řádně umyjí, osuší a pak se vtírá tinktura, kterou připravíme tak, že 10 g čerstvé přesličky 14 dní necháme na slunko vyluhovat v 50g pravé rezné. Denně protřepáváme. (123)

2085 • Slovenský léčitel Juraj Fándly radí: „Ak máš opuchnuté nohy, uvar v bielom víne koreň špargle s drvenými borievkami a valerianom - urob teplú náplast a prilož na opuchnuté nohy.“ (špargl = chřest, drvené borievky = jalovčinky) (136 + 47 - 24)

2086 • Nohy oteklé, na pochodu, když již nemůžete dále, dejte si do bot několik listů kapradí, které vás osvěží a vzmuží. (132)



2087 • Nohy oteklé při vodnatelnosti: vyřízněte si z dubového dřeva menší čtvercové prkénko (desku), zahřejte je na plotně, až se rozpálí, pak si na to tak horké, jak jen snesete, postavte obě nohy současně v sedě, zakryjte je vlněným šátkem. (132)

2088 • Nohy oteklé, ale neotevřené, bez boláků: připravte si z hnědého jílu a octa hustou kaši a oplácejte s ní postižené místo, které jste před tím promasírovali řádně lanolínem. Po masáži nevysoušet. (132)

2089 • Koupel nohou i rukou při oteklinách: do pětilitrové nádoby se studenou vodou vsypeme na noc jednu vrchovatou dvouhrst slézu planého. Druhý den vše zahřejeme na teplotu, kterou nohy či ruce snesou. Výluh můžeme ještě po ohřátí dvakrát použít. (303)

2090 • Hrst dubové kůry, hrst přesličky, 100 g cibule, dvě lžičky pelyňku dáme do čtyř litrů vody, necháme 10 minut vařit a vlejeme do kbelíku, v němž dvacet minut koupeme nohy při teplotě, jakou sneseme. Možná přidat dvě lžičky soli. Při zvýšené teplotě stačí 3 litry vody a hrst dubové kůry. (303)

**Bolesti nohou**

2091 • Jedna polévková lžička strouhaného kostivalu se dá do půl litru slivovice a nechá se 9 dní vyluhovat. Pak se vždy ráno na lačný žaludek užívá jedna stopka (0,02 l). (44)

2092 • Podáváme před spaním šálek nálevu z 20 g zlatobýlu, 20 g břízy, 35 g bukvíc, 10 g třezalky a 15 g jehlice. Pomohou i koupele v odvaru mateřídoušky a potírání nohou olejem máty peprné. (132)

2093 • Přikládejte obvaz z rozdrceného a na kasičku upraveného kostivalu. (132)

2094 • Denně dvakrát celých deset minut horké nožní koupele v odvaru petrklíče a řepíku, načež řádně osuší a promasírovat směsí kokosového másla a rozmarýnového oleje. Ulehnout, zabalit do hadrů. (132)

**Svědění nohou**

2095 • Přelete 3 čajové lžičky rebríčku obecného půl litrem vroucí vody, nechte 5 minut vyluhovat a scedte. Denně večer vypijte šálek teplého čaje. (30)

**Puchýře na nohou**

2096 • Protáhněte puchýřem jehlu s kouskem bílé vlněné niti, ponechte nit v nich až splasknou a pak je namažte buď směsí lněného oleje a neslazeného másla, nebo jelením lojem. (132)

**Křeče v nohách**

2097 • Přivažte na postižené místo list z kapradí - pomůže okamžitě. Nebo třete jemně nohu, ale směrem dolů. Trpíte-li na křeče často, koupejte nohy v odvaru z plavuně. (132)

**Křeče v nohách i lýtkách**

2098 • Křeče se mohou vyléčit za pomoci obkladů z plavuně vidlačky. Sušenou plavuň v sáčku z plátna přivažeme na příslušné místo.



Přikládá se na noc. Takový sáček si udržuje svoji působnost jeden rok. (123)

2099 • Sušenou plavuň v sáčku z plátna přiložíme na noc na bolestivé místo. Při křečích v lýtkách se vloží plavuň do ručníku a noha se ováže tímto ručníkem. (303)

#### Pro posílení slabých nohou

2100 • Připravíme mast: smíchejte prášky z dubové kůry, 33 g lipových květů, 30 g ořechového listí, 60 g kamence, vše dobře přesejte a povarte v 200 g másla na polovic. Přikládá se na plátně před spaním na postižené svaly pouze půl až jednu hodinu. (132)

2101 • Slabost nohou, zejména u starších lidí: večer před spaním vykoupeme nohy v teplé vodě a vysušíme je třením - frotýrováním. Potom je dobře namažeme vínovíci a jen lehce je třeme, aby samy vyschly. Pak je namažeme olivovým olejem a zahalíme do bavlněné textilie. (136 + 47-73)

2102 • Do zavařovací láhve dáme po 20 g natě satirejky a natě tymiánu nebo mateřídoušky a 100 g obyčejných strouhaných kaštanů, zbavených předem osemení. Na to nalijeme dva litry vodky, uzavřeme a týden vyluhujeme při pokojové teplotě a za občasného protřepání. Pak precedíme. Nohy mažeme tímto výtažkem každý večer, pak je ještě ošetříme olivovým olejem a zabalíme. (136 + 47 - 73)

#### Nohy páchnoucí

2103 • Koupejte si nohy častěji v odvaru ze směsi lžičníku, máty peprné a šalvěje, při koupeli přehodit prostěradlo, nechat rozpařit a pak hodinu klid. (132)

#### Nohy otevřené

2104 • Upravte si nejdříve moč a stolicí a uzdravte srdce - nohy se vám pak zavrou samy. Nikdy nevtírejte do otvoru jakoukoliv mast! Pijte čaj z kořínků chebdi, pelyňku, rozmarýny, třezalky. (132)

2105 • Přikládejte na nohy čerstvé listy podbělové, prevážete nepromokavým plátnem, aby se rádně zapářily. (132)

#### Nohy omrzlé

2106 • Pořídte si slanou polévku z býčího masa, ohřejte ji a do tak horké, jak snesete, ponořte postiženou nohu a nechtě ji tam hodinu, přilévající stále novou polévku. Pak rádně osušit, obalit vlněnými hadry a ulehnout. Opakujte tak dlouho, vždy na noc. (132)

#### Pocení nohou

2107 • Odvar: tři lžičky drcené sušené kůry dubu letního na čtvrt litru vody, 15 minut povaríme a necháme vyluhovat. Vychladnutým odvarem omýváme potíci se nohy. (14)

2108 • Ráno vložíme 50 g dubové kůry do dvou litrů studené vody, večer dáme přejít varem, odstavíme a dvacet minut dáme vyluhovat. Scedíme do připravené koupele nohou. (78 + 66)

2109 • 50 g natě přesličky rolní přelijeme půl litrem alkoholu a necháme v uzavřené láhvi tři týdny macerovat - občas protřepeme. Scedíme a uchováme v chladnu. Každý den po koupeli

vtíráme do pokožky, potom zasypeme pudrem. (78 + 66)

2110 • Připravte mast: nechtě rozpustit na mírném ohni v 50 g loje 50 g obyčejných mýdlových vloček a vkapejte do této směsi, ještě než vystydně, 30 g kafru. Vtírejte do chodidel a mezi prsty denně před spaním. (132)

#### Nadměrné pocení nohou

2111 • Přesličku vyluhovat v poměru 1:5 v Alpě po dobu 10 dní a na litr výluhu přidat půl litru octa. Po koupeli nohou v odvaru dubové kůry uvedený výluh dobře vetřít do potivých míst. (136 + 47 - 27)

2112 • 100 g listu ořešáku a 100 g natě přesličky rolní smíchat a přelít 200 g této směsi 2 až 3 litry vroucí vody. Nechat 5 minut vyluhovat a scedit. Nálev doplnit teplou vodou na množství potřebné pro koupel nohou. Koupel je nutno provádět denně večer a to nejvýše dvacet minut. (30)

2113 • Dávejte si do obuvi mech, který roste na dubových pařezech a stromech. Mech je nutno vyměňovat denně. (132)

#### Nohy studené

2114 • Noste v botách vložky z mátových listů čerstvých nebo sušených. (132)

2115 • Trnutí a mravenčení nohou, studené nohy: večer lehce natřít nohy potravinářským octem - nejlépe jablečným nebo vinným - neutírat, zabalit a strčit pod teplou příkrývkou. Lze použít i na podobné ošetření rukou. Aplikace výrazně zlepšuje krevní oběh. (136 + 47 - 120)

2116 • Při chladu v chodidlech: 5 dkg kopřivy i s kořeny, lehce oprat, nechat 24 hodin máčet v nádobě se studenou vodou. Pak přivést k varu, nechat spařit jen 2 až 3 minuty a odstavit. Předcedit a teplým odvarem provádět masáž nohou tři dny za sebou. Vodu vyměňovat týdně., Provádět 5 týdnů. (302)

#### Otvrdliny na chodidlech

2117 • Na otvrdliny přiložte tzv. salicylovou mýdlovou náplast, ponechte ji několik dní a pak ponořte nohy do horké koupele na půl hodiny a přilévat teplou vodu, opakovat. Otvrdliny se dají pak lehce sloupnout. (132)

#### Při úrazech nohou

2118 • Při úrazech kolen a nohou vůbec: do litru 75% lihu vmíchejte 60 g prhových květů, 15 g balzamínových květů, 10 g hřebíčku, 10 g rozemleté skořice a 10 g třezalkových květů. Nechtě 14 dní táhnout, přefiltrujte. Vtírejte přímo v soustředěných kruzích. (132)

#### Nohy zchvácené

2119 • Natírejte nohy křenovým lihem, který vám znamenitě pomůže při bolestech v zádech nebo při nadměrné únavě rukou. (132)

#### Pálení nohou

2120 • Spařit senné trusky, pak je vymačkat a na kus plátna rozetřít, bolavé nohy mezi ně položit,

zavinout a suchým šátkem dobře zavázat. Po dvou hodinách přiložené trusky znovu do senného odvaru namočit, vymačkat je a ovázat ještě jednou. Jsou-li senné strusky při druhém ovinování vlažný či studeny, toť lhostejno. Tyto obklady přikládat několik dní! Nemá-li nemocný senných strusek, ať svaří ovesnou slámu a do odvaru namočí ovinek a nohy jím zavine. (56)

## NOS

### Krvácení z nosu

2121 • Nejúčinnější se jeví nasávat do nosu odvar přesličky a dubové kůry, mírně osolený. Nos na chvíli zavřít prsty, potom odvar vypustit a lehce se vysmrkat. Náhradní drogou zde může být iaf rebríčku. V případě nutnosti se mohou použít i drogy práškované. (136 + 47 - 001)

2122 • Matthioli: „Mízka z okurek s octem a s bílým kadi-dlem smíšená krve tečení - zvláště z nosu - zastavuje, též činí, když jí sobě čela pomažeš.“ (74)

2123 • Pomocí nádoby s hubičkou provádějte výplachy nosu nebo tamponády. Nálev připravte z jedné čajové lžičky natě přesličky rolní, přelitě šálkem vroucí vody (5 minut vyluhovat a scedit). Výplach provádějte vychladlým čajem. (30)

2124 • Smícháme 20 g dubové kůry a 30 g kořene mochny nátržníku, dvě čajové lžičky směsi dáme do dvou šálků vody, necháme 5 až 10 minut vařit a scedíme. Teplým čajem provádět pomocí nádoby s hubičkou výplachy nosu nebo tamponády, (30)

2125 • Kloketejte a vyplachujte odvarem, který připravíte tak, že přidáte jednu polévkovou lžici sušené řezané natě přesličky rolní do jednoho šálku vody a necháte vařit 30 minut. (23)

2126 • Stejně množství kořene nátržníku, natě přesličky a dubové kůry používáme formou odvaru na obklady, tampony, výplachy nosu, ale občas i na pití. Dáváme studený obklad do zátylku. (136 + 47 - 119)

2127 • Welserová radí: „Osvědčený prostředek, když někomu teče často z nosu krev: vezmi železnou pánev a dej do ní dost soli a praž ji dobře v pánvi nad ohněm. Pak tam nalij trochu vody a nech to dohromady vařit chvíli nad ohněm. Potom vezmi hadřík a dobře v pánvi sůl rozetři, pak vytáhni hadřík z pánve, přilož ho k nosu tak horký, jak jen sneseš, jednou, třikrát nebo čtyřikrát. Krvácení pak přestane.“ (134)

2128 • Je-li krvácení mírné, zastavíte okamžitě, usednete-li a dáte hlavu vzhůru a do ucha na straně, ze které krvácíte, vložíte kousek vaty namočené v octě. (132)

2129 • Kdo trpí na krvácení z nosu a nebolí ho zároveň hlava, ať si léčí ledviny! Krvácení ustane, položíme-li na týl studený obklad z octové vody nebo listy karfi-olu nebo řípy. (132)

2130 • Při krvácení z nosu a rýmě pomáhá kontryhel ve formě odvaru. Dvě polévkové lžičky nadrobno nakrájeného kontryhelu zalijeme 500 ml vřelé vody, vaříme 3 minuty a necháme 30 minut vyluhovat. Odvar užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem

a 30 minut po jídle, vyplachujeme jím nosní dutinu. (91)

### Nosní furunkl

2131 • Doporučuje se provádění výplachu nálevem, pořízeným z jedné čajové lžičky heřmánku, přelitého jedním šálkem vroucí vody. Pět minut vyluhovat a pak scedit. Pomocí nádoby s hubičkou vlijte čaj do nosního otvoru. Tuto proceduru opakujte každé dvě hodiny. (30)

### Ozaena - zápach z nosu

2132 • Pít třikrát denně sklenici málo koncentrovaného nálevu ze stejných dílů máty peprné a pelyňku. Druhou část stejného nálevu mírně osolit a proplachovat nosní dutinu i několikrát denně, např. očním kapátkem. (136 + 47 - 88)

### Nos omrzlý

2133 • Koupejte nos častěji přes den v teplém silném vývaru z dubové kůry. (23)

### Nadměrná tvorba nosního hlenu

2134 • Pomohou výplachy čajovou směsí připravenou tak, že jednu čajovou lžičku mydlice lékařské dáme do šálku vody a necháme 5 až 10 minut vařit, pak scedíme. Vyplachujeme teplým čajem nos a hltan pomocí nádoby s hubičkou. (30)

### Zánět vedlejších nosních dutin

2135 • Smícháme 50 g natě mateřídoušky obecné a 50 g květu slézu lesního. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

2136 • Inhalace: smícháme 50 g natě mateřídoušky obecné a 50 g květu heřmánku lékařského. Odvar: dvě polévkové lžíce květu a natě chvíli povařit v litru vody a pak inhalovat páry. (78 + 66)

2137 • Inhalace: Dvě polévkové lžíce pupenů borovice lesní necháme macerovat alespoň hodinu v litru studené vody. Potom pomalu ohříváme a ještě povaríme dvě minuty. Pod pokličkou necháme 10 minut ustát, pak inhalujeme. (78 + 66)

2138 • Smícháme nať rebríčku, třezalky, list vachty, medvědice, pupeny břízy a pupeny topolu - zapař. (99)

2139 • Obklad z květu heřmánku a natě komonice lékařské ve stejném množství, položit na hadřík, spařit vařící vodou a přikládat na obličej tak, abychom vdechovali vůni bylin. (99)

### Onemocnění nosní sliznice

2140 • Připravit směs z 50 g natě sporýše lékařského, 30 g natě přesličky a 20 g natě třezalky. K výplachům nosní sliznice je vhodné připravit koncentrovanější nálev, dlouho jej vyluhovat. (136 + 47 - 85)

2141 • Pomáhá velmi výplach heřmánkem, zejména u ekzémů na alergickém podkladě. Jednu čajovou lžičku květu heřmánku přelijeme jedním šálkem vroucí vody a necháme 5 minut vyluhovat, pak scedíme. Nálev necháme vychladnout a pomocí nádoby s hubičkou vlijeme čaj do

nosního otvoru. Tuto proceduru je třeba opakovat každé dvě hodiny. (30)

### Zarudlost nosu

2142 • Zarudlost nosu není vždy příznakem alkoholismu! Myjte nos často dešťovou vodou. Na noc obklady z léčivé hlíny s octem a koupele nohou s přísadou popela. Pijte čaj ze směsi kopřiv, přesličky a šípků. (132)

2143 • Červeň nosu a povadlého obličje odstraňují sedmikrásky. Sbírají se při večerním soumraku, bez stopky, omyjí se v dešťové vodě a v téže se připraví i odvar, který se nechá jednu hodinu vyluhovat. Potom se přiloží na obličej asi na 15 až 20 minut čistý ručník nasáklý odvarem a odpočívá se. Nakonec se ještě obličej odvarem umyje, nebo se do něj namočí a bez utírání se nechá uschnout. (136 + 47 - 204)

### ŇADRA

2144 • Kořen užanky lékařské uschovávejte vždy v nádobě neprodyšně uzavřené, poněvadž přitahuje vlhkost ze vzduchu a pak rychle hnije. Odvar z kořínků je o nejlepší známým lékem proti vředům na nadrech, v konečnicku, ženské pochvě a v ústech, které spolehlivě a rychle vyhojí. (132)

2145 • Z rosy posbírané na kontryhelu destilovali staří alchymisté zlato a pověstný elixír věčného mládí. Velmi slabý čaj (polev) z kontryhelových kvítků (3 g na litr) v dávce čtvrt litru denně na lačný žaludek pitý skutečně omlazuje. Upevňuje ňadra u žen a osvěžuje starce. Silnější odvar z natí a kvítků pomáhá při bělotoku, dlouho trvající periodě a jiných ženských nemocech. (132)

viz také:

Nadýmání

1471, 1683, 1856, 1862, 3236, 3238, 3264, 3265, 3354, 3835, 3973, 4049, 4051, 4052, 4120

Nachlazení

0013, 0014, 0015, 0016, 0017, 0018, 0019, 0020, 0021, 0528, 0529, 0530, 0538, 0539, 0540, 0541, 0542, 0761, 1521, 1527, 1575, 1612, 1676, 1853, 2675, 2952

Nechutenství

0079, 0080, 0135, 0394, 0965, 1683, 1755, 1756, 1762, 1994, 2153, 2509, 2526, 2677, 2700, 3386, 3412, 3421, 3427, 3434, 3972, 3982, 4049, 4062, 4063, 4119

Nefróza

1264, 1265, 1266

Neplodnost žen

4163

Neschopnost donosit plod

4164

Nespavost

0041, 0391, 0392, 0394, 0399, 0400, 1185, 1406, 1465, 1497, 1769, 1860, 1861, 1949, 1994, 2276, 2399, 2541, 2542, 2543, 3197, 3236, 3238, 3246, 3249, 3250, 3260, 3261, 3262, 3263, 3354, 3890, 3891, 3892, 4023, 4049

Neuralgie

0314, 0334, 0461, 1925, 1926, 2970, 3995, 3996, 3997

Nervy

0041, 0135, 0361, 0380, 0381, 0382, 0383, 0384, 0390, 0391, 0392, 0396, 0592, 1055, 1068, 1497, 1504, 1512, 1513, 2399, 2531, 2532, 2533, 3022, 3059, 3982, 3983, 3984, 4017, 4052

Nežity

3177

Nohy

1002, 1003, 1004, 1712, 1979, 2055, 2252, 2492, 2495, 2496, 2526, 2527, 2528, 2529, 3019, 3054, 3088, 3207, 3212, 3643, 3729, 3750

Nos

0004, 0324, 0837, 1122, 1136, 1137, 1798, 1805, 1939, 2405, 2406, 3097, 3101, 4052

**OBRNA**

2146 • Při obrně, mrtvici, skleróze multiplex, chřadnutí svalů, při revmatismu a podvrtnutí pomáhá čaj připravený z jedné čajové lžičky tymiánu spařeného čtvrt litrem vody. Vyluhovat krátce. (301)

2147 • Při mírnějším průběhu zejména lícních obrn je v zimě vhodné připravit si obklady z vyvařeného libečku a třezalky nebo z nálevu těchto bylin. V létě pak stejně dobře působí drcené čerstvé libečkové listy přikládání ve formě náplasti na postižená místa. (143)

2148 • Při mírnějším průběhu obrny je vhodné pít nálev ze stejných dílů kořene libečku a natě třezalky, třikrát denně sklenici dlouhodobě. V létě je možno jedepkrát denně nebo ob den postižená místa obložit čerstvými drcenými kopretinami, v zimě horké obklady z vyvařeného libečku a třezalky nebo z nálevu těchto bylin. V začátcích ochrnutí lícního nervu stojí za pokus posekat na drobno celý lopuch i s kořenem, dobře jej promýt a masu přikládat 2 až 3 krát denně asi na jednu hodinu na zdravou stranu úst. V řadě případů se brzy (za několik dnů) ukáže pěkný efekt. (136 + 47 - 80)

2149 • Při obrně pomáhá olej: v poledne nasbírané bylinky -květ mateřídoušky obecné - naplníme volně do láhve a zalijeme olivovým olejem, který se lisoval za studena. Olej má být na dva prsty nad bylinkami. Necháme stát na slunci nebo v blízkosti kamen 14 dní. Olej z mateřídoušky nachází použití i při mrtvici, roztroušené skleróze, chřadnutí svalů, revmatismu i podvrtnutí. (123)

**Obrna šlach**

2150 • V půl litru lihu macerujte šest dní 50 g listí rozmarýnu, přefiltrujte. Vtírá se přímo delší masáží. (132)

**Obrna jednotlivých údů**

2151 • Rozvařte majoránkové, mátové, rozmarýnové a šalvějové listí po jednom díle ve čtyřech dílech sádla, sceďte a do směsi vmíchejte takové množství rozpuštěného žlutého vosku, až zhoustne. (132)

**Obrna třaslavá - Partónsonova nemoc**

2152 • Nemocný má mít dostatek pohybu na čerstvém vzduchu a hodně sluníčka. Dvakrát týdně lázeň, jednou v kopřivovém odvaru, jednou solná lázeň (mořská sůl, Darkovská nebo Prešovská jodová sůl nebo i obyčejná sůl), soli se bere asi 1 kg na obsah stolitrové lázně, kopřiv 100 až 1000 g. Odvar se připraví v pěti litrech vody a vlije se do lázně. Voda má být příjemně teplá kolem 35 °C, délka lázně asi 15 minut, potom odpočinek na lůžku. Do postižených údů, ale především do páteře, se vtírá denně večer mast: syrové třeňé listy šalvěje promíchat se solí, čerstvým hovězím morkem a Alpou (poměr není přesně stanoven) na kaši a pomalu vařit několik hodin v horké vodní lázni do zhoustnutí; při zhoustnutí možno parfémovat několika kapkami vonné silice, potom uschovávat v chladničce. - Současně se podává tlumivě působící čaj ze směsi: po 50g natě třezalky a srdečníku, po 20g meduňky, chmelu a kozlíku a 10g levandule. Pít půl až tři čtvrtě litru nálevu po doušcích z termosky během dne. V těžších případech lze uvedenou mast vtírat i ráno a tlumivě působící čaj nahradit působivěji účinnými

kujícími léky podle lékařského předpisu. (136+47-32)

**OČI****Oční choroby**

2153 • Při očních chorobách, katarrech dýchacích cest a nechutenství připravíme čaj: dvě lžičky drobně řezané natě světlíku lékařského na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem, 15 minut stát a potom slijeme nebo precedíme. (14)

2154 • Parní lázeň očí: smícháme 20 g světlíku lékařského, 20 g kozlíku lékařského, 10 g sporýše lékařského, 30 g květu bezu černého a 20 g heřmánku. Pět vrchovatých polévkových lžic směsi se spaří půllitrem bílého vína ohřátého na hranici varu. Na zavřené oči necháme působit páry. Víno uložíme do láhve a s menším množstvím čerstvého vína se připraví nová parní lázeň. (123)

2155 • Keď oči bolia, varuj sa ostrých pokrmov, korenia, soli, octu, cibule, šošovice a bravčového mäsa. Nepi tiež rozpalujúce nápoje, daj pokoj silnému vínu, pálenke a mladému pivu. Chráň sa plaču a čítaniu. (136 -f 47 - 218)

2156 • Zázračná oční vodička: opatřte si 12 g tuthie (tucie kysličník ciničitý), co nejjemněji rozpráškované 12 g aloe, rovněž v prášku 8 g práškového cukru, 180 g dobrého přírodního vína, smíchejte všechno do čisté láhve, pečlivě zazátkujte a nechte stát na slunci alespoň měsíc, denně protřepat, sceďte a přikládejte si denně večer na oči obkladek z tohoto řádně přeždímaný. (132)

2157 • Oči bolavé: přikládejte si na ně bílek z čerstvého vejce. (132)

2158 • Polevem z listů světlíku lékařského léčil již slavný Paracelsus oční neduhy, neboť světlík čistí oči a zbystruje zrak. Jeho účinek může se ještě zlepšiti, přidáme-li do něj stejný díl fenyklu a pelyňku. Odvar z celé byliny léčí všeliké obtížné záněty, jakož i hnisavé záněty oční, ovšem u těch jen v obkladech, nikoli vnitřně. Obklad se ponechá na očích tak dlouho, až úplně uschne. (132)

2159 • Proti všem očním chorobám se osvědčuje vymývání očí směsí aloe, medové vody, pelyňku a světlíku. Dobrou oční mast připravíte ze směsi aloe 5, fenyklu 5, pelyňku 20 g, vše jemně roztlučené na prášek a proseté; tuto směs necháte rozvařiti ve 100g vody a lžící dobrého medu, až zhoustne. (132)

2160 • K výplachům a obkladům nemocného oka použijeme čajovou směs z 10 g plodu fenyklu, 15 g heřmánku a 50 g natě světlíku. Jedna vrchovatá lžička na jeden šálek vody, přelijeme vařící vodou a necháme 15 minut ustát. (126)

2161 • Při oční chorobě

1. Tědne obléci si dvakrát košili namočenou ve slané vodě, pak se zavinout do přikrývky a v tomto ovinku zůstat jeden a půl hodiny.

2. Týdně brát dvakrát krátký ovinek namočený v odvaru ze senných strusek, teplý, na jeden a půl hodiny.

3. Denně lít si vodu na kolena minutu a pak se hned procházet asi půl hodiny. To vše dělat dva týdny. V třetím týdnu brát každodenně ráno hořejší polévání a polévání kolenou a odpůldne poloviční koupel a mimo to chodit denně tři



minuty ve vodě. Totéž brát i ve čtvrtém týdnu. Za čtyři neděle ustane prudký nával krve v hlavě, zrak se opět zbystří, nohy nabudou své teploty, nemocný se uzdraví. (56)

2162 • Při očních potížích používáme koupele nebo obklady z odvaru světlíku. Odvar připravíme ze dvou polévkových lžic rozdrčené drogy a 500mi vřelé vody. Vaříme 5 minut a necháme 30 minut vyluhovat. (91)

2163 • Při očních potížích: jedna lžička řezané sušené natě světlíku lékařského, zalit šálkem vařící vody, nechat půl hodiny vyluhovat. Pít vlažný po doušcích tři šálky denně. (40 + 45)

### Oči zarudlé

2164 • Zarudlé oči po pláči, z nevyspaní nebo po kosmetických přípravcích: z květu chrpy polní připravíme nálev. Doba vyluhování 10 minut. Ráno a večer se přikládají na víčka vlažné obklady. (78 + 66)

2165 • Pro stejný účel jako u receptu č. 2164 a stejným způsobem připravíme nálev z natě světlíku lékařského. (78 + 66)

2166 • Nálev připravíme z 20 g natě světlíku lékařského a 20 g květu měsíčku lékařského. Nálev necháme vyluhovat do ochlazení a precedíme. Přidáme stejný díl borové vody. Oči otíráme 1 až 2 krát denně. (78 + 66)

2167 • Welserová radí: „Vezmi dva loty pořádně stlučeného másla a rozetři je s malvazem, až bude úplně jemné. Potom vezmi květlík pampelišek a dobře je do toho zamíchej a když je to pořádně zamíchané, vezmi pak půldruhá květlíku kafru a pečlivě ho tam nakapej, aby bylo všechno pěkně vazké. Dej to pak do polévkové nádoby a natři mast na oči, když jsou zarudlé.“ (134)

2168 • Welserová: „Vezmi fenykl, lístky bílých růží, routu, vlaštovičník - od všeho stejné množství - nasekej nadrobno, promísi a upraž. Potom vezmi pruh červeného plátna - jenom jednoduše - a vlažný jej přilož na noc a z rána a také ve dne, když jsou oči silně zarudlé, a když obklad uschne, znovu jej namoč.“ (134)

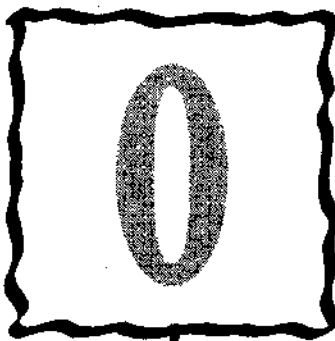
2169 • Welserová radí: Na zarudlé oči „vezmi šťávu z trnek, trnky musejí být mladé, a vetři ji do očí. Pomáhá to.“ (134)

### Slzení očí

2170 • Slzení očí je velmi nepříjemné a abychom je vyléčili, smísíme 10 g světlíku, 10 g kozlíku lékařského, 15 g kuklíku, 10 g černého bezu - květu, 15 g kontryhelu, 20 g heřmánku a 10 g routy. Do půl litru studené vody dáme na noc 15 g bylinek, druhý den vše zahřejeme až do bodu varu, promícháme a necháme tři minuty vyluhovat. Do mírně zchladlého výluhu namočíme lněný hadřík a teplý obklad přiložíme na zavřené oči. V průběhu půl hodiny obklad častěji vyměňujeme. Pak na oči přiložíme suchý ručník a chvíli odpočíváme. (123)

2171 • Pít čaj z lesního jahodníku nebo mochny husí. (136 + 47 - 26)

2172 • Při očním kataru: koupejte si oči v odvaru z dubové kůry - třikrát denně vždy 15 minut - nebo směsí fenýklového čaje a lihu, od každého lžičku do sklenice vody. (132)



2173 • Povařit chvíli čajovou lžičku kmínu. Do vroucího odvaru přidat jednu čajovou lžičku listů jitrocele, jednu lžičku světlíku a jednu lžičku květů chrpy. Ihned poté odstavit a pod pokličkou nechat vyluhovat 24 hodin. Potom scedit přes plátno a přes vatou a kapat do očí několikrát denně. Uschovávat v chladnu. (136 + 47 - 88)

2174 • Oči slzivé - nebo na zkrášení: předstílnujte si s dobrým vínem přírodním hrst slézové natě a touto vodičkou (tzv. vodičkou Nejsvětějšího srdce Ježíšova) koupejte ráno i večer oči. (132)

### Šeroslepost

2175 • Podusit játra a páru ponechat působit na oči, též játra jíst. (136 + 47 - 26)

### Poranění očí

2176 • Roztok pro výplach očí připravíme z jedné čajové lžičky pokrájené natě světlíku lékařského, kterou přelijeme jedním šálkem studené vody, uvedeme do varu a dvě minuty necháme vyluhovat. (126)

### Pálení očí

2177 • Vymývat odvarem světlíku. (136 + 47 - 26)

### Únava očí

2178 • Příznivé ovlivnění zrakové ostrosti dosáhneme, když budeme třikrát denně jíst čajovou lžičku slunečnicového semene. Nutno provádět delší dobu. (136 + 47 - 67)

2179 • Smícháme 25 g světlíku lékařského a 25 g měsíčku lékařského. Nálev: doba vyluhování 5 minut. Vlažné obklady se přikládají na pět minut. (78 + 66)

2180 • Půl kávové lžičky natě světlíku lékařského na šálek vody, nechá se jednou přejít varem, odstaví se a scedí. Přikládají se vlažné obklady na dvacet minut. Po sejmutí obkladu víčka vždy jemně osušíme a ošetříme kvalitním nedráždivým krémem. - Léčbu lze doplnit i některým čajem vhodným pro výměnu látkovou. V omezené míře je doporučováno světlíkové víno proti únavě očí k mírnému zlepšování vidění a snad i pomalejšímu zhoršování zraku u starších lidí. (78 + 66)

2181 • Světlíkové víno: jeden díl natě světlíku lékařského vložíme do deseti dílů kvalitního bílého vína (ryzlink) a macerujeme osm dní. Pak scedíme a uschováme v dobře uzavřených lahvích v chladnu. Před spaním pijeme 0,05 až 0,1 litru vína po dobu deseti dnů, pak uděláme několika-denní přestávku. (78 + 66)

2182 • Při únavě očí a částečně i při zeleném zákalu pomáhá představa absolutní černi. Usednout v klidu a sám, mnout suchými dlaněmi intenzivně o sebestlo prudkého zahřátí, pak přiložit na otevřené oči (jako „skořápky“) a pokusit se navodit představu absolutní černi. Držet několik minut, vícekrát denně. (136)

2183 • Při únavě očí - a částečně i při zeleném zákalu - dávat obklady z 10 g květu levandule a 25 g natě světlíku. Přikládat na oči po deset minut. (301)



2184 • Únava očí, oční předráždění, zhoršující se zrak: smícháme 25 g levandule lékařské a 25 g světlíku lékařského. Nálev: vlažné obklady se přikládají na deset minut. (78 + 66)

#### Jecné zrnno

2185 • Květ chrpy, komonice lékařské, nať světlíku a list jitrocele - lžičku bylin vařit v půl sklenici vody 3 minuty, přefiltrovat a vatu namočenou v tomto záparu přikládat na postižená místa. (99)

2186 • Malý plátěný sáček naplníme zeleným čínským čajem. Váček navlhčíme teplou vodou, přiložíme na oko a přes noc zavážeme. Obvykle postačí jedno použití, zvláště pokud v noci opakujeme navlhčení váčku teplou vodou. (136+47-67)

2187 • Čtyři až pět lžic rybízu černého se macerují v půl litru studené vody asi hodinu. Pak pomalu zahříváme až k bodu varu, ale nevaříme. Po odstavení se nechá 10 minut vyluhovat. Čaj se pije každý den a ještě několik dní po vymizení obtíží. (78 + 66)"

2188 • Obklady: smícháme po 20 g květ heřmánku lékařského a nať bazalky pravé a tymiánu obecného. Nálev: doba vyloužení 3 minuty. Teplé obklady přikládáme 3 až 4 krát denně. (78 + 66)

2189 • Obklady: smícháme 20 g květu heřmánku lékařského s natí světlíku lékařského a 10 g květu měsíčku lékařského. Příprava i použití jsou stejné jako u předchozího receptu. (78 + 66)

2190 • Na silně zanícené ječné zrnno patří horké obklady z kase, připravené svařením 45 g natě rozpuku jízlivého, 15 g natě bliznu a 15 g mletého lněného semene v mléce. Pozor, jen zevně, blín a rozpuk jsou jedovaté. (136 + 47 - 103)

#### Rohovka a čočka - zápal, zánět

2191 • Zánět rohovky, ať je jakkoliv ošklivý, vyléčíte zaručeně pitím kopřivového čaje - přes den jednu lžičku teplého a další hodinu studeného na lžičku a tak střídavě. (132)

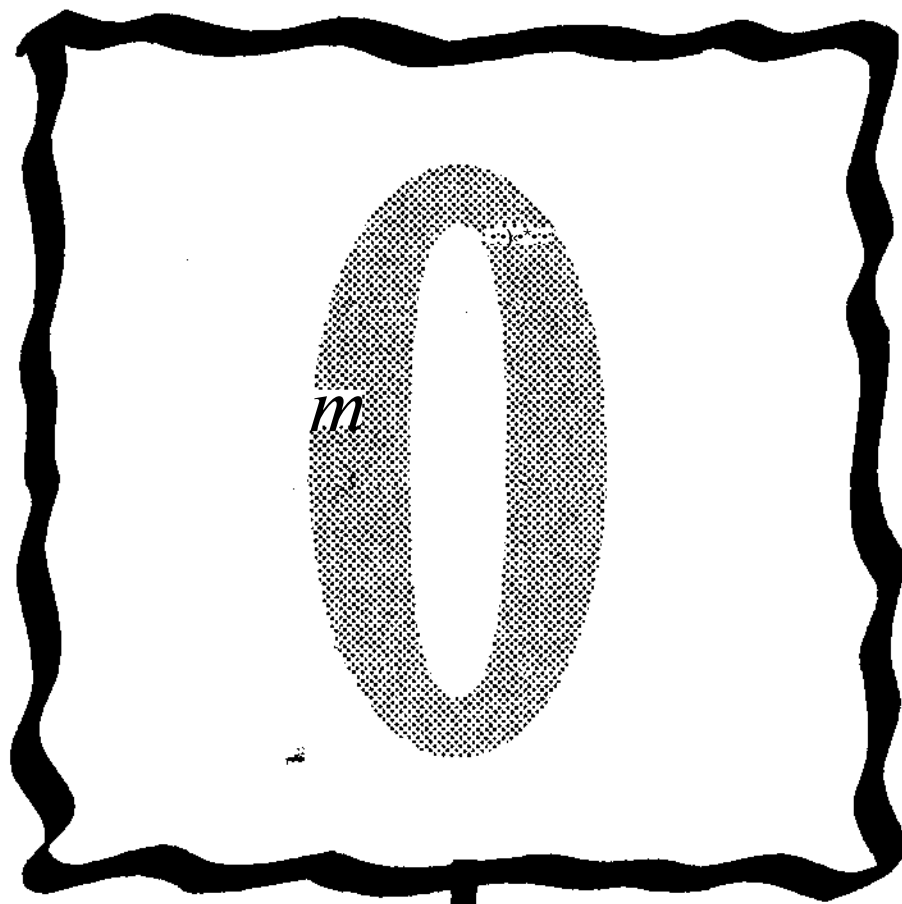
2192 • Při zákalu rohovky a čočky stačí denně několik kapek z jstřábníku chlupáčku; používá se šťáva z čerstvé natě. (136 + 47 - 26)

#### Oční víčko zanícené

2193 • Mast oční Oertel-Hanerové: svařte ve vodní lázni 100 g detilované vody, přidat lžici dobrého medu, 20 g pelyňkové natě a 10 g aloe na hustší mast. Vetřít skleněnou tyčinkou pod zanícené oční víčko. (132)

2194 • Účinně pomáhá šalvějový čaj, který připravíme tak, že tři čajové lžičky listu šalvěje přelijeme půl litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a pak scedíme. Teplým čajem pak omýváme denně několikrát oční víčka. (30)

2195 • Po 20 g květu světlíku lékařského a chrpy a po 25 g květu lípy a černého bezu. Jednu polévkovou lžici směsi spařit čtvrt litrem vařící vody, 20 minut vyluhovat. Teplý obklad dva až třikrát denně. (126)



2196 • Výplachy značně zředěným jablečným octem a pak namazat (zavřená) oční víčka třezalkovým olejem a na noc převázat. Ráno je třeba oči dobře propláchnout heřmánkem (136 + 47 - 003)

2197 • Při zánětu očních víček: květ chrpy (pouze lístků květu), nať komonice lékařské, nať pomněnky, list jitrocele, nať světlíku, čínský čaj, květ měsíčku lékařského - dva, tři nebo více druhů těchto bylin smíchat dohromady. Lžičku bylin na dvě lžice vařící

vody, získaný odvar kapeme do očí, nebo vatu v něm namočenou přiložíme na víčko těsně vedle nosu, aby se zapař dostal pod víčko. (99)

#### Oční víčko - nádorek

2198 • Na noc přikládáme na postižené víčko vatu namočenou v záparu z květu heřmánku. Lžice květu na půl sklenice vody. Ráno smýváme silným záparem z květu chrpy. Oba zápary můžeme v ledničce nebo -mrazničce skladovat až týden. (99)

#### Oční víčko - otoky

2199 • Smícháme květ chrpy, květ heřmánku a květ bezu černého ve stejném poměru a jednu polévkovou lžici této směsi prelejeme čtvrt litrem vařící vody, necháme 10 minut vyluhovat a scedíme. Teplým roztokem se několikrát denně oči omyjí. (301)

2200 • Smícháme 25 g květu lípy a 25 g květu bezu černého a tři čajové lžičky této směsi prelejeme půl litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Teplým čajem koupeme několikrát denně oči. Podle možnosti používejte oční vaničku. (30)

2201 • Připravíme nálev tak, že polévkovou lžici kořene proskurníku lékařského prelejeme 200 ml vřelé vody, necháme vyluhovat 5 minut a scedíme. Vlažné obklady se přikládají na 5 minut. (78 + 66)

2202 • Potřít zavřené oči tinkturou z divizny, nebo přiložit formou obkladu na tvrdo uvařený bílek ze slepičího vejce. Nechat vyšetřit ledviny. (136 + 47 - 26)

2203 • Oteklá oční víčka po pláči, nevyspaní a podobně; z květu měsíčku lékařského připravíme nálev, z něhož přikládáme obklady na 5 až 10 minut. (78 + 66)

#### Oční spojivky - katar

2204 • 10 g jitrocele, 25 g fenyklu a 65 g světlíku lékařského smícháme a vlažným nálevem několikrát denně provádíme koupel očí. (132)

#### Oční spojivky - zánět

2205 • Omývat oči a popíjet čaj z malinových listů. (136+47-26)

2206 • K vymývání očí používáme květ heřmánku (při soudobém používání však nehezky zesvětluje řasy), květ chrpy a nať světlíku. Světlík můžeme také pít jako odvar. (99)

2207 • V některých případech lze použít esence z kvalitního anglického čaje, kterou nakapeme na noc do očí. (99)

2208 • Při zánětech oční sliznice, spojivek a slzných váčků, při ječném zrně provádíme výplachy očí záparem ze světlíku lékařského. Půl lžice drogy spaříme ve čtvrt litru vřelé vody. (301)

2209 • Zánětlivá onemocnění očních spojivek, víček apod.: jednu až čtyři čajové lžičky květu měsíčku spařit 100 ml vroucí vody, po ustátí scedit a proplachovat oko kapátkem dva až třikrát denně. Koncentraci výluhu zvyšovat postupně. Začátek efektu u chronických případů na 2 až 3 týdny, v terapii však pokračovat. Vhodná je současná aplikace denně 100 mg vitamínu A a 200 až 300 mg vitamínu C. (136 + 47 - 144)

2210 • Při zánětu spojivek a očních víček: neplná kávová lžička natě světlíku lékařského na šálek vody, doba vyluhování 3 minuty. Používá se k vlažným obkladům a omývání. (78 + 66)

2211 • 25 g měsíčku lékařského a 25 g světlíku. Nálev: doba vyluhování 3 minuty. Dále jako č. 2210. (78 + 66)

2212 • Květ měsíčku lékařského. Dále jako recept č. 2210. (78 + 66)

2213 • 20 g květu a 20 g natě světlíku lékařského, 10 g měsíčku lékařského. Dále jako předpis č. 2210. (78 + 66)

2214 • 25 g světlíku lékařského a 25 g květu heřmánku lékařského. Dále jako předpis č. 2210. (78 + 66)

2215 • 20 g heřmánku lékařského, 20 g plodu fenyklu obecného, 20 g natě světlíku lékařského. Dále jako předpis č. 2210. (78 + 66)

2216 • 20 g květu chrpy polní, 20 g květu komonice lékařské a 20 g listu jitrocele kopinatého. Nálev: polévková lžice směsi na 200 ml vody, doba vyluhování 5 minut. Používá se k vlažným obkladům. Oční obklady se denně opakují 2 až 3 krát až do vymizení potíží, pak se ještě několik dní pokračuje 1 až 2 krát denně. (78 + 66)

#### Podráždění oka cizím tělesem

2217 • Podráždění případně i prudkým světlem třeba při slunění v zimě na sněhu nebo při svařování lze jako první pomoc s úspěchem použít snůh z vaječných bílků přiložený na půlhodinku formou obkladu na zavřené oko. (136 + 47 - 138)

#### Oční nervóza - cukání v očích

2218 • Semelte si na lžici suchého fenyklového semínka, vhodte do vařící vody, přikloňte oči k parám, hlavu přikryt a 20 minut pařit, ale až za-hodinu můžete vyjít ven, nejlépe na noc, ale oči zavřít! (132)

#### Křeče očí při přílišném čtení

2219 • Pijte denně 2 až 3 koflíky teplého odvaru z krušínové kůry, nejlépe ráno na lačný žaludek, v poledne a večer před spaním. (132)

#### Šedý zákal

2220 • Při začínajícím šedém zákalu zkusíme vyplachovat oči čajem ze směsi listu lesního maliníku a natě světlíku v poměru 4:1. Oko pro-

plachujeme třikrát denně pomocí vaničky. Asi dvakrát oko otevřeme a necháme je vteřinku otevřené, později interval otevření postupně prodlužujeme. Provádíme vždy v pětidenních sériích a dva dny v týdnu vynecháváme. Maliník má působit regeneračně a saponiny světlíku rozpouštějí povlaky. Současně je třeba podávat vitamin B 2 - riboflavin - v dávce 10 až 20 mg denně, a to dlouhodobě. (136 + 47 - 67)

2221 • Při počínajícím šedém zákalu: 2 g extraktu z koniklece rozpuštěného v 15 g vína. Tato dávka představuje 20 až 60 kapek. Užívat zevně. (13 + 47 - 145)

2222 • Šedý zákal a skvrny na rohovce mizejí, použijete-li čerstvou šťávu z listů, stonků a květů~vlaštovičníku většního, které se umyjí a ve vlhkém stavu se z nich získá odstředivkou šťáva. (123)

#### Zelený zákal

2223 • Je velmi důležitá sedací lázeň z přesličky. Při poruše ledvin se přenáší jejich tlak směrem vzhůru až do očí. Sedací koupele z přesličky snižují tlak v chorých očích. Použije se 100 g suchých nebo asi 2,5 litru čerstvých bylin. Na noc se dají do studené vody, které musí bylinky překrývat, druhý den se vše zahřeje, scedí a přilije do teplé koupele, čas koupání dvacet minut. Během koupele se dolévá horká voda, aby se udržela stejná teplota. Voda má sahat nad ledviny, srdce však musí být nad vodou. Po koupeli se nemáme utírat, ale zabalit do koupacího pláště a jednu hodinu se potit ve vyhřáté posteli. Voda z lázně se následující dva dny znovu večer ohřeje. (123)

2224 • Pít dva až třikrát denně sklenici nálevu (max. 500 ml denně) ze směsi stejných dílů kopřivy, rozrazilu, měsíčku, přesličky a zlatobýlu. K tomu se aplikuje jednou týdně sedací koupel v přesličkovém odvaru (asi 200 g drogy na 5 l vody, vyluhovat přes noc, před použitím povařit a vlít do lázně) při příjemné teplotě do 38 °C má koupel trvat asi 20 minut. Po koupeli jednu hodinu odpočívat na lůžku. K tomu šestkrát týdně horké přesličkové koupele nohou (asi z 50 g drogy) rovněž asi dvacetiminutové. Léčba zeleného zákalu patří do rukou odborného lékaře, bylinkami však lze léčbu vhodně podporovat. (123)

#### Zánětlivé onemocnění oka

2225 • Zabírá velmi vděčně léčba květem měsíčku. K výplachům se připraví asi 200 ml nálevu připraveného z jedné čajové lžičky drobně řezané drogy. Nálev tvoří celodenní dávku, proto jej uschováváme v termosce a provádíme výplach oka podle potřeby několikrát denně po dobu jednoho týdne. Druhý týden zvýšíme koncentraci nálevu, k přípravě použijeme dvě lžičky drogy. Třetí týden použijeme již tři lžičky drogy a pokud je to potřeba, ve čtvrtém týdnu připravujeme nálev ze čtyř čajových lžiček drogy. V případě hutnosti je možno v terapii dále pokračovat, ale koncentraci nálevu již nezvyšujeme. Současně je nutné podávání vitamínu C a E v dávce 300, resp. 100 mg. (136 + 47 - 144)

2226 • Použijeme obklady z tvarohu, nebo vymývejte oči vlažným roztokem ze směsi aloe, divizny, jahodových listů, mochny, netřesku, ořecho- vých listů, pelyňku, přesličky, světlíku - načež vložte na oko obkladek z téhož vystydlého čaje. (132)



2227 • Tři lžičky sušeného světlíku lékařského se zalijí 1,5 až 2 litry vody (je možné přidat i heřmánek nebo fenykl). Po vychlazení se zapař použije na obklad vlažný až teplý, přikládáný na čtvrt hodiny. (306)

2228 • Při akutních a chronických zánětech očí i příznacích únavy očí s pálením a slzením pomůže čaj ze světlíku lékařského. Jedna čajová lžička pokrájené natě se přelije jedním šálkem studené vody, pak se uvede do varu a nechá dvě minuty louhovat. Přidáme-li několik zrnek soli, stane se roztok pro oční výplach příjemnější. (126)

2229 • Při akutních a chronických zánětech očí se osvědčila tato čajová směs: 10 g plodu fenyklu, 15 g květ heřmánku, 50 g nať ze světlíku lékařského. Stačí jedna vrchovatá čajová lžička směsi pro jeden šálek. Přelít vařící vodou a nechat 15 minut táhnout (126)

2230 • Na zahnisané oči pomůže řepkový obklad 3 až 4 krát denně po dobu jednoho týdne vždy na 5 minut. (302)

2231 • Na zahnisané a zalepené oči pomůže zředěná šťáva z netřesku střešního. (136 + 47 - 26)

2232 • K výplachům při očních zánětech, k přípravě obkladů a očních koupelí a při špatně se hojících ranách: tři čajové lžičky řezané sušené natě světlíku lékařského na dva šálky vody. Necháme přejít varem a potom jednu hodinu vyluhovat. Přefiltrujeme přes plátno a slijeme do čisté skleničky. (14)

2233 • Při poruchách očí - zánětech obklady: 1 až 2 čajové lžičky světlíku lékařského spařit ve 2 dl vody, přefiltrovat přes tkaninu, zchladit a přikládat vlažné obklady na dobu 15 až 20 minut 3 až 4 krát denně zevně na zavřená víčka, nejlépe navatičce. (126)

#### Posílení slábnoucího zraku

2234 • Občas kapat do očí šťávu z pelyňku nebo meduňky se stejným dílem tekutého včelího medu. (136 + 47 - 26)

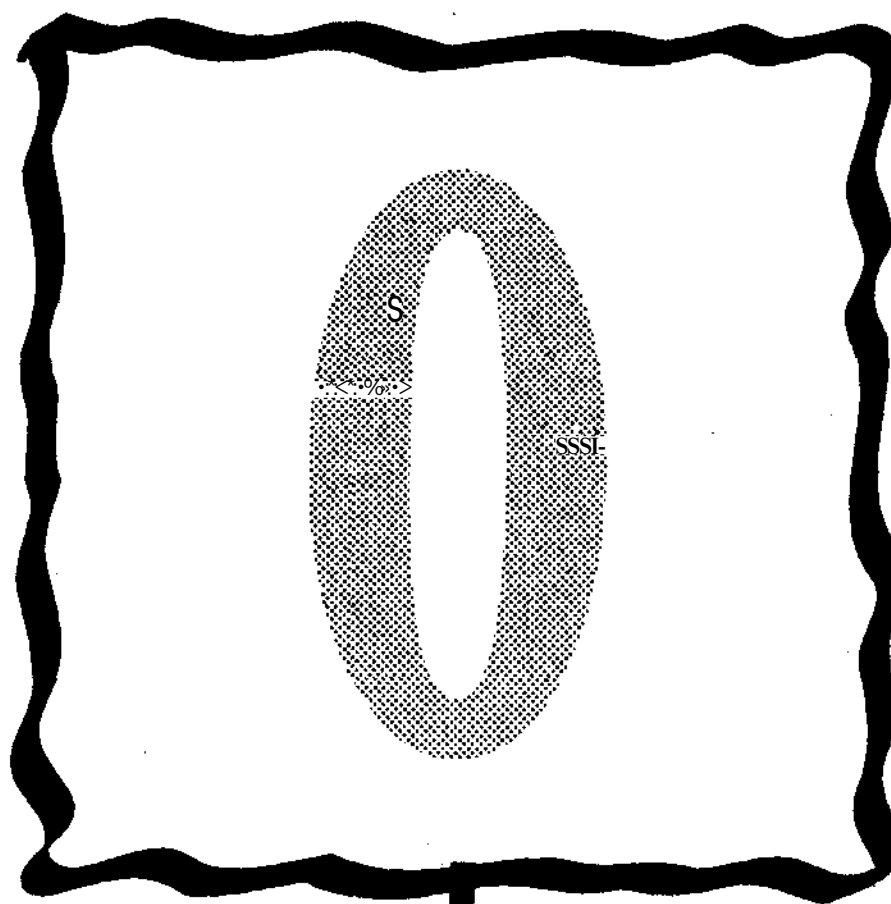
2235 • Matthioli: „Mízka (zelí) v medu vařená jasný zrak činí, aby toliko koutkův očí sobě pomazoval.“ (74)

2236 • Potřeme-li zavřená víčka očí čerstvou šťávou z kořene puškvorce, pomůže to k posílení zraku. Šťávu necháme působit několik minut a pak ji smyjeme studenou vodou. Šťávu získáme tak, že čerstvé oddenky puškvorce pečlivě očistíme a šťávu z nich získáme odstředěním v odstředivce. (123)

2237 • Matthioli, který nazýval světlík ambrožkou, uváděl, že je výborným lékem na oči. Doporučoval pití ambrožkového vína, které se připravovalo macerací byliny, ale zdůrazňoval, že je určeno pro lidi staré a „studené“ povahy. (306)

2238 • Pijte častěji přes den po lžičkách odvar z čertkusových kořínků, přes den namáčených ve studené vodě - hrst na litr vody - a pak 15 minut povarených. (132)

2239 • Dlouhodobě přikládat na noc obklady namočené v nálevu stejných dílů květu měsíčku, květu chrpy a natě světlíku lékařského. Vnitřně pojídat třikrát denně jednu čajovou lžičku loupáných slunečnicových semen. (136 + 47 - 88)



2240 • Třikrát denně sníst jednu čajovou lžičku slunečnicového semena nebo jíst denně asi 150 g čerstvě strouhané mrkve nebo vypít decinku mrkvové stavy, ovšem čerstvě připravené. K tomu vzít po 40 g natě rebríčku a květu bílých růží nebo bílých lilií a po 20 g listu rozmarýny a listu lesního maliníku. Denně vypít z termosky asi půl litru krátkodobě vařeného odvaru. (136+47-73)

2241 • K čištění a sílení zraku: při každém napařování hlavy používat k vnitřnímu rozpuštění vždy jednu, nejméně půl lžice fenyklového prášku - tím je s napařováním hlavy také spojena parní lázeň očí. Jako fenykl účinkuje i anýz a kmín. Často se doporučuje také je dohromady smíchat, rozemlít a pak požit. (56)

2242 • Při slabosti očí u starších lidí likér ambrožkový: vmíchejte hrst světlíku buť čerstvého nebo sušeného lehce spařeného v litru jablečného oleje nebo vínového moštu pokud je ještě sladký a po vykvasení přefiltrujte. Denně na lačný žaludek odlivku. (132)

2243 • Likér k získání jasného a pronikavého zraku: prevarte v litru dobrého vína až do vzkypění 25 g rozdrčených fenyklových semínek, 15 g sušeného listí thymiánového a 10 g yzopu a přefiltrujte. Denně na lačno větší odlivku. (132)

2244 • Příznivé ovlivnění zrakové ostrosti: třikrát denně sníst čajovou lžičku slunečnicového semene. Vynikající rada pro unavené oči. Provádět delší dobu! (136 + 47 - 67)

#### ODLEŽENINY

2245 • Dekubity: tuhé kořínky mladých doubků (náhradně dubová kůra) 200 g, dále 100 g pupenů černého topolu, 100 g černé ychtiolové masti z lékárny, 600g másla. Máslo večer roztavit a bylinné složky nechat přes noc vyluhovat v teple, ráno přidat černou mast a asi půl hodiny povarit na vodní lázni a přefiltrovat přes plátno. Vtírat podle potřeby formou masáže do ohrožených partií. Mast je vhodné při tuhnutí parfémovat, např. levandulovou silicí. Uchovávat v chladnu. Aplikovat dvakrát denně. (136 + 47-88)

#### ODŘENINY

2246 • Na drobná poranění či odřenyiny použijeme listu aloe arborescens, který rozpůlíme (rukou, zabráníme styku s kovem) a dužnatý vnitřek přiložíme na ránu, kterou potom obvážeme. Rána nebo odřenina by se měla do dvou dnů zahojit. (132)

#### OCHRUTÍ

2247 • Při ochrnutí připravíme nálev z 10 g levandule, 30 g mertlíku, 20 g rozmarýny, 10 g prhy a 20 g srdečnicku. Pijeme třikrát denně šálek vlažného čaje vždy po jídle. (132)

#### OKOSTICE

2248 • Jedna lžice olivového oleje, dvě menší lžičky čerstvého žloutku a tolikéž kandizovaného cukru práškovitého smíchejte na mast. Přikládá se natřené na plátno a převáže se nahřátým flanelem. (132 podle 146)





## OMRZLINY

2249 • Silný odvar z dubové kůry přidáme do teplé vody a v tom namáčíme postižené končetiny. (99)

2250 • Několik týdnů před tím, než nastanou mrazy, je možno lidem se sklonem k omrzlinám doporučit pití hotové bylinné směsi Cardiosan. (99)

2251 • Horké obklady z květu heřmánku připravujeme takto: na talíř nebo tác položíme kus plátna o něco větší, než je omrzlina, nasympeme půl prstu silnou vrstvu heřmánku, zalejeme vařící vodou, přikryjeme heřmánkem zbytkem plátna a lehce ochlazený obklad přikládáme na omrzlinu. Obklad se vyměňuje každou hodinu. (99)

2252 • Omrzlé ruce nebo nohy namáčíme v záparu z celeru: drobně nakrájený celer nasympeme do umývadla a dolejeme horkou vodou o tak vysoké teplotě, jakou jen nohy a ruce snesou. (99)

2253 • 25 g listu šalvěje, 50 g dubové kůry. Kůru nasympeme do jednoho litru vody, vaříme 10 minut, nasympeme šalvěj a necháme vyluhovat. V takto získaném odvaru namáčíme omrzlé ruce 10 až 15 minut. (99)

2254 • 3 díly dubové kůry, 1 díl vrbové kůry - tři hrsti na litr vody, vaříme půl hodiny. Odvar nalijeme do lázně v poměru 1 sklenice odvaru na jednu sklenici vody (při větších omrzlinách). (99)

2255 • 200 g oddenku puškvorce obecného vyluhujeme přes noc v pěti litrech studené vody. Na druhý den zahřejeme až k varu, necháme vyluhovat a vlejeme do koupele. (123)

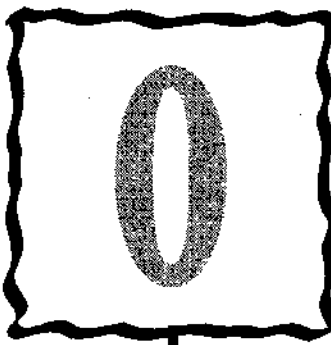
2256 • Při omrzlinách, otocích, hemeroidech, popáleninách a proti pocení nohou se v lidovém léčitelství používá odvar z kůry dubové ke koupelím (500 g drogy na 3 l vody). (106 + 009)

2257 • Welslerová radí: „Na omrzlé údy vezmi husí sádlo a čistou vodu a všechno smíchej. Namaž tím úd a dej do omanové vody nebo vem z pole mořenu a rozdrť ji na prášek a vraž ho do toho.“ (134)

2258 • Omrzliny léčila šmartinská léčitelka Marie Levar nejčastěji koupelemi v odvaru z natě lnice květele. Farář Ivan Mozetič z Cekrnje zase radil koupat omrzliny v odvaru bramborových slupek. V okolí Ljublaně obkládali omrzlá místa pomačkanými jablky, třeba i nahnílymi. (136)

2259 • Při omrzlinách se dá rozkrájený kořen puškvorce obecného přes noc do studené vody. Ráno se ohřeje k bodu varu. V této horké vodě necháme kořen 5 minut louhovat. Potom koupeme nemocnou část těla 20 minut v ochlazeném, nepřilíh horkém odvaru. Tento odvar můžeme až čtyřikrát denně ohřát a použít. Tato koupel pomáhá i při studených rukou a nohou, ale v tomto případě použijeme odvar co nejteplejší. (126)

2260 • Při omrzlinách se užívá čaj - macerát: přikládejte zvečera sušený řezaný oddenek puškvorce obecného do studené vody a nechtě vyluhovat po celou noc. Získaný macerát přiveďte ráno do varu a nechtě ještě dalších 5 minut louhovat. V takto získaném výluhu koupeme nemocné končetiny 20 minut. Výluh lze takto



použít a zahřát pouze čtyřikrát. Při „studených nohách“ a „studených rukách“ musí být koupel co nejteplejší. (23)

2261 • Při omrzlinách pomáhají puškvorcové koupele. Kořen puškvorce se dá přes noc do studené vody a ráno se ohřeje až k varu. Nechá se 5 minut vyluhovat a pak koupeme choré místo dvacet minut v ochlazeném, ne příliš horkém odvaru. Možno jej i čtyřikrát ohřát a znovu použít. (123)

2262 • Čerstvé bílé bobulky jmelí se smísí se sádlem na vazelínu a použijí se zevně. Pozor: bobulky jmelí při vnitřním použití jsou jedovaté! (123)

2263 • Omrzliny a otoky po zlomeninách léčí přeslička rolní. Pro úplnou koupel použijeme asi 100 g přesličkové natě, kterou jednu hodinu vyluhujeme v horké vodě a pak nalijeme do koupele. (126)

2264 • Postižené údy koupejte denně večer půl hodiny v teplé celerové vodě - také obklady ze jmelové kasičky výtečně pomáhají. (132)

2265 • Ostrouhejte 1 až 2 bílé řípy a opečte je na husím sádle až zhnědnou, pak protlačít do čerstvé pramenité vody, nechat vystydnout, vodu pít a kasičkou potírat postižená místa. (132)

2266 • Nechtě táhnout 14 dní ve 2/3 oleje olivového a 1/3 nadrobno rozsekaného čerstvého nebo spařeného diviznového květu, sceďte, potřete vícekrát denně, na noc pak přiložte obkladek přihřátý. (132)

2267 • Vezmeme jeden díl čerstvého nebo čerstvě spařeného květu divizny a prelejeme 2 až 3 díly olivového nebo slunečnicového oleje a ponecháme 2 týdny macerovat při pokojové teplotě, potom sceďme a používáme vícekrát za den k lehkým masážím postižených míst a k teplým obkladům na noc. (132)

2268 • Nastrouhejte celý oloupaný turín a vařte jej dlouho v husím sádle až zhnědne, pak protlačte přes klůček do studené studniční vody. Po vychladnutí seberte z vody masnotu a uschovejte ve skleněné nádobě. Nikdy nevtírat, vždy jen přikládat natřenou na textilii. (132)

2269 • Smrková mast: rozpustěte na mírném ohni v kameném hrnku po 60 g přeškvářeného nesoleného másla, čistého vepřového sádla a žlutého včelího vosku, 40 g smrkové pryskyřice a 15 g peruánského balzámu, dobře promíchat a uschovat v čistém hrnku porcelánovém. Vtírá se přímo. Také na rány, vředy a zatvrdlé žlázy. (132)

2270 • Proti omrzlinám se doporučuje svařiti hrst mateřídoušky a hrst blínu (pozor, jest jedovatý!) v půl litru vody půl hodiny a držeti omrzlý úd denně alespoň čtvrt hodiny v tomto odvaru; opakujte několik večerů za sebou. (132)

## OPAR - HERPES



2271 • Smícháme 30 g kořene proskurníku lékařského (ibišek) a 30 g kořene kostivalu lékařského. Dvě kávové lžičky směsi večer přelijeme třemi šálky studené vody a necháme přes noc macerovat. Ráno přivedeme k varu, ale nevaříme. Necháme půl hodiny louhovat a pak sceďme. Pije se před každým jídlem půl šálku čaje. (78 + 66)

2272 • Smícháme po 10 g meduňku lékařskou, kořen lopuchu většího, kořen pýru plazivého, list kopřivy dvoudomé a 5 g listu ořešáku královského. Neplná kávová lžička směsi na čtvrt litru studené vody. Nechá se macerovat dvě hodiny, potom se ohřeje k bodu varu, povaří minutu a 15 minut nechá vyluhovat. Pijí se dva až tři šálky denně. Směs má uklidňující účinek.

(78 + 66)

2273 • Smícháme 50 g kořene proskurníku lékařského a 25 g semene lnu setého. Odvar: směs vložíme do půl litru vody, povaríme dvě minuty. Necháme vychladnout, scedíme. Svědivá místa jemně potíráme vatou namočenou v odvaru. (78 + 66)

2274 • Pijte denně dva až čtyři koflíky teplé spárky ze stejného dílu brutnákových a pilátových květů - 15 g na koflík. (132)

2275 • Na léčení oparu - herpesu, při neuralgiích, při revmatismu, tinktura z květů: jeden objemový díl květů jírovce maďalu zalijeme deseti díly čistého lihu (vócl\$, slivovice) a postavíme na 3 týdny na slunné místo. (14)

2276 • Při pásovém oparu, při oslabení, v rekonvalescenci, po těžkém průběhu choroby (nebo při těžkém průběhu), při nespavosti koupel v ovesné slámě: 300 g zelené ovesné slámy (usušené) se dá do plátěného pytlíku a nechá se v něm 15 až 20 minut vařit v pěti litrech vody. Pak se odvar vlije do vany s vodou a teplota se zreguluje asi na 38 °C. Pokud je k dispozici siličnatý olej, např. jeden z čínských nebo vietnamských olejů, bulharský růžový olej apod., nakape se do vody 7 kapek ještě před vlitím ovesného odvaru. Ve vodě se leží 15 minut, pak se neosuší. Pokud probíhá vše normálně, je možno ještě jednou koupel opakovat. Ale pozor! Při prvních koupelích dochází někdy k projevu slabosti. V tom případě okamžitě koupel přerušit a znovu opakovat nejdříve za tři dny. Koupel se v případě potřeby provádí dvakrát týdně, pro prevenci občas. Není-li zelená ovesná sláma, může být použita normální ovesná sláma, není-li ani ta, pak lze použít 0,5 kg roztlučенého ovsu. Účinek tím pochopitelně klesá. (44)

2277 • Vyrážku je možno potírat čistým jablečným nebo vinným octem a sice čtyřikrát přes den a dva až třikrát v noci, pokud ovšem nemocný nemůže spát. (136 - 39)

2278 • Potírat třikrát denně salicylovým lihem. (132)

2279 • Velmi rychle odstraníme bolesti z pásového oparu jemnou stavou z netřesku střešního. Čtyři až pět masitých listů se po délce rozřeže a položí na talíř. Z jejich povrchu vytéká šťáva, kterou se nemocné místo několikrát denně potírá. Listy lze též odstředit v odstředivce. Nemocný pocítí blahodárný účinek již po prvním natření. Ve starých bylinkách je tento recept: po 10 g kontryhelu, heřmánku a komonice, 20 g ovsu a po 25 g kůry dubu a šalvěje smícháme a do litru studené vody dáme čtyři polévkové lžíce bylinek, zahřejí se těsně do varu, odstaví a nechají tři minuty vyluhovat. Nemocné místo se vícekrát za den opatrně namáčí (vatou) vlažným výluhem. Zbytek rostlin se po výluhu trochu zahřeje, dá se do lněného ručníku a přiloží na noc na nemocné místo. (123)

## OPAŘENINY

2280 • Opařeniny II. stupně: nejdřív přikládat obklady na velké puchýře, pak teprv na menší atd. Utřete 10 g bílého, na prášek rozmělněného

a prosetého kamence s dvěma bílky a 50 g dobrého dřevěného oleje, natřete na čisté plátno a přikládejte. (132)

2281 • Na čerstvou opařeninu položte ihned obkladek z červeného kamenného oleje nebo z pravého vinného octa, nebo kasičku ze směsi mouky, oleje a smetany, nebo mast z másla a medu. (132)

2282 • Květ měsíčku lékařského nebo pampelišky zalít vařící vodou a přikládat obklady vždy na 5 až 6 hodin. Posypávat výtrusy plavuně. (99)

2283 • Obklad ze lněného oleje rozmixovaného s vařenou cibulí. Vyměňovat každých 12 hodin (při opařeninách III. stupně). (99)

## OPRUZENÍ

2284 • Opruzení hýždí - „vlk“: nikdy nemyjte mýdlem! Obklady z léčivé hlíny rozdělané octem nebo z prhového výtažku. (132)

## OPUCHLINY

2285 • Na noc se dají do šálku studené vody dvě plné čajové lžičky nadrobno pokrájeného kořene jehlice trnité, ráno se tekutina trochu ohřeje a scedí. Polovina šálku se vypije půl hodiny před snídaní a druhá polovina půl hodiny po snídaní. (123)

2286 • Opuchlín je možné se zbavit pomocí kůry z kmene černého bezu. Na jeden šálek se dá pouze menší čajová lžička kůry (větší množství může vyvolat zvracení) a vyluhuje se přes noc za studena. Po scezení je možno kůru ještě jednou zalít polovinou šálku vodu. Trochu ohřátý čaj se pije vždy půl šálku po snídani, obědě a večeři. (123)

## OTOKY

2287 • Květ hlohu, černého bezu, tužebníku jilmového, nař srdcečníku, rebríčku, kopytníku evropského s kořeny, kůra krušiny olšové - každé dvě až tři hodiny sklenici odvaru (při současné nedostatečnosti jater). (99)

2288 • List břízy, semeno petržele, kořen jehlice trnité, plody jalovce. Dvakrát denně sklenici nálevu. Pít při lehčím průběhu. (99)

2289 • Lipový květ, květ černého bezu, kořen andělíky - každou hodinu lžící záparu (při velmi těžkém průběhu). (99)

2290 • List medvědice lékařské, fazolové lusky po dvou dílech, pupeny břízy 5 dílů, semeno petržele 4 díly. Dva až třikrát denně odvar. (99)

2291 • Nař zlatobýlu, list břízy, list meduňky, kořen libečku. Každou hodinu několik doušků záparu (při těžkém průběhu). (99)

2292 • „Proti největšímu otoku břicha i všeho těla vezmi dřeva krušinového kůru zelenou prostřední, svrchní pryč odvrž, vař v víně právě dobrém, zvíci jako dvě vejce, vína půl pinty anebo tři žejdlíky, jeden ať uzavaře, vopěnuj a vyčišťuj bílkem vaječným, jakž obyčej, a proced', pí ráno a večer trunk.“ (74)

2293 • Matthioli: „Voda z kořene puškvorce svařená a na voteklinu přikládána touž voteklinu od vlhkosti studené pošlou splaskuje. Modřinu jakoužkoli od zbití a ztlučení odjímá a vytahuje.“ (74)

2294 • Javorové listí zelené rozetřítí, na voteklinu přiložití, splaskuje ji. (74)

2295 • K odstranění otoků, tišení bolestí, k léčení hnisavých ran a vředů: Odvar na obklady a omývání pořídíme ze dvou lžic sušené natě zlatobýlu, které přelijeme půl litrem vařící vody a necháme přikryté 10 minut na mírném plameni nebo horké plotně. (329)

2296 • Na otoky nebo vředy působí léčivě listy omanu pravého, když je přikládáme na nemocné místo. (134)

## OTRAVA

2297 • Paličkovice nachová - *claviceps purpurea*. V lidovém léčitelství byl námelový prášek používán a zneužíván na základě pozorování, že při chronických otravách docházelo často k potratům. Tato droga patří výhradně do rukou lékaře. (109 + 128)

2298 • Zázračný prášek proti jakékoliv otravě: smíchejte po 15 g bedrníku, benedyktu (koříněk) a po 4 g aloového dříví, andělikového kořínku, jalovčinek a zázvoru, vše rozmelte na jemný prášek a uschovejte do dobře uzavřené dřevěné krabičky. Užívat na špičku nože s medem. (132)

### Při uštknutí hadem a otravě rybami

2299 • *Impatiens balsamina* - jednoletá bylina poskytující semena, listy, květy a kořeny. Podává se při otravě rybami; semena a listy se přikládají na místo uštknutí hadem. Obvyklá dávka je 1 - 3 g kořene v podobě macerátu v rýžové pálece. (114)

### Otrava alkoholem

2300 • K vrhnutí je nejlepší teplá voda, nasycená solí (aspoň půl litru). Při jiných otravách volejte lékaře; než přijde, pokuste se, zdali by pacient nemohl vrhnouti (čaj z angeliky, dubové kůry a pelyňku nebo fenýkl spařený v mléce). (132)

### Otrava olovem

2301 • Hrst přesličky na litr vody, vařit pod pokličkou půl hodiny, nasypat dvě lžice třezalky a nechat vyluhovat. Získaný odvar vypít v průběhu dne před jídlem, ve dvou nebo třech dávkách. Při otravách těžkými kovy se doporučuje jíst denně mrkev, zelí, brambory a jablka, protože pektín v nich obsažený na sebe váže těžké kovy a vylučuje je z těla ven až na 80%. (99)

## OTYLOST

2302 • Smíchat 20 g kůry krušiny olšové, 20 g kořene smetanky lékařské, 10 g kořene jehlice trnité a 10 g natě přesličky rolní, 10 g plodu kopru vonného. Odvar: polévková lžice směsi se 3 minuty povaří v půl litru vody. Po odstavení se nechá 20 minut vyluhovat, rozdělí do tří dávek a každá z nich se pije před jídlem. Čaj se pije dva týdny, pak se udělá týdenní přestávka, po ní je vhodná změna čajové směsi. (78 + 66)

2303 • Smíchat 15 g krušiny olšové, 12 g kořene pýru plazivého, 10 g plodu kmínu kořeného a 10 g květu bezu černého. Nálev: pije se šálek čaje denně před spaním. Dále jako předpis č. 2302. (78 + 66)

2304 • Smícháme 30 g kůry krušiny olšové, 15 g kořene jehlice trnité, 15 g kořene smetanky lékařské. Odvar: pije se po jednom šálku dva až třikrát denně. Dále jako předpis č. 2302. (78 + 66)

2305 • Smícháme 20 g kůry krušiny olšové, 10 g natě rebríčku obecného, 10 g violky trojbarevné a 10 g plodu kmínu kořeného. Odvar: doba varu 5 minut, vyluhování 10 minut. Pijí se dva až tři šálky denně. Dále jako předpis 2302. (78 + 66)

2306 • Kůra krušiny olšové, list břízy, list senný, květ a plod bezu černého, plod fenýklu, kořen petržele a lékořice. Ze směsi se spařením připraví čaj. (301)

2307 • Lázně: plody jalovce, květ levandule, nať maliníku, nať komonice lékařské, nať mateřídoušky, oddenek puškvorce, máta, celkem 1/2 kg, povařit, nechat vyluhovat a scedit do vany. V lázni strávit nejméně půl hodiny, zajistit si příliv čerstvého vzduchu a celou dobu zhluboka dýchat. Opakovat dvakrát v týdnu. (99)

2308 • Po 80 g rozmarýnu a šípku, 60 g květu chrpy, po 50 g květu černého bezu, přesličky, březového listu, natě průtržníku lysého a jalovčinek, po 40 g natě zlatobýlu a violky trojbarevné (chrpu lze nahradit kopřivami). Jednu polévkovou lžici směsi vařit dvě minuty ve čtvrt litru vody. Pít třikrát denně asi dvacet minut před jídlem. (136 - 11)

2309 • 50 g svízele, 30 g listu maliníku, 20 g drceného fenýklu. Užívat po dobu dvou měsíců - třikrát denně. Vynechat sůl, cukr, omezit tuky. Mimo to denně užít dvě čajové lžičky medu. (301)

2310 • Asi 40 hrstí čerstvých listů břízy bílé se krátce povaří v 10 litrech vody, po dvacetiminutovém stání se odvar procedí do příjemně teplé celkové lázně. Lázeň má trvat asi čtvrt hodiny, po jejím skončení neutírat, ale jen rychle a *zběžně* osušit a 15 minut cvičit různé dynamické cviky. Koupel aplikovat dvakrát týdně. Lázeň nemá být horká. Přesnou teplotu jakož i výběr cviků je třeba volit podle věku, zdravotního stavu a okamžité tělesné kondice. (136)

2311 • 50 g svízele, 30 g malinového listu, 20 g drceného fenýklu spaříme, pijeme třikrát denně sklenici nálevu mezi jídly, nejméně dva měsíce. Při větší nadváze je zapotřebí do směsi přidat ještě 20 g listu senný nebo krušiny kůry. Efekt se začne projevovat až v 5. a 6. týdnu užívání za předpokladu, že bude dodržována dieta nebo alespoň nejdůležitější její zásady spočívající ve vynechání soli a cukru, omezení tuků, jíst o 10% méně než obvykle. Denně užít dvě lžičky medu. Trvání kúry 2 až 3 měsíce, 1 až 2 krát ročně. (136-67)

2312 • Jedna naplněná vrchovatá čajová lžička kukuřičných vlasů se spaří čtvrt litrem vařící vody. Krátce vyluhujeme a čaj pijeme neslazený. (303)

2313 • 4 díly fazolových lusků, 3 díly pýru, 2 díly kůry krušiny olšové, rdesna ptačího, listu brusinky, jahodníku obecného, po 1 dílu natě přesličky a chaluhy. Rozmělnit na prášek a užívat



dvakrát denně lžičku prášku, zapít vodou. (99)

2314 • Do 600 ml vřelé vody dáme jednu až tři čajové lžičky kůry krušínové (dávku zvyšujeme, pokud nemáme stolici dvakrát denně) a po jedné čajové lžičce kořene pampelišky, jehlice trnité, natě přesličky a plodu kopru. Vaříme tři minuty, necháme třicet minut vyluhovat a scedíme. Odvar užíváme třikrát denně 100 ml. Na oběd a večeri konzumujeme jen jednu porci jídla bez polévky, dezertů a nápojů, s jedním krajícem chleba nebo bez chleba. Ráno jíme nízkokalorické snídaně s malým množstvím tekutin. Nejvhodnější režim zaručuje snížení hmotnosti o 1500 až 3000g měsíčně. Režim nesmí být vysilující, aby bylo možno uplatňovat proces delší období (několik měsíců), pokud nesnížíme hmotnost. Rychlé ubytí hmotnosti způsobuje svraštění kůže tváře a těla, ochabnutí svalstva, vysílení a odvodnění organismu. Mimo to se pociťuje nesmírný hlad a po přerušení režimu se rychle dosahuje původní hmotnosti. (91)

2315 • Do 600 ml vřelé vody dáme jednu, dvě až tři čajové lžičky kůry krušínové a po jedné čajové lžičce těchto drog: kořen pampelišky, jehlice trnité, omanu, plod borůvky, kopru a květ koriandru. Vaříme tři minuty, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Užíváme třikrát denně 180ml odvaru před jídlem. (91)

2316 • Do 600 ml vřelé vody dáme jednu čajovou lžičku kořene jehlice trnité, plodu fenyklu a lněného semena a jednu až tři čajové lžičky kůry krušínové (množství kůry se zvyšuje, dokud nedosáhneme stolice dvakrát denně). Vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Užíváme třikrát denně 180ml odvaru před jídlem. (91)

2317 • Smícháme po 100 g kůru krušiny a kořen pampelišky a po 50 g kořen jehlice trnité, natě přesličky a plod kopru. Do 600 ml vřelé vody dáme jednu až dvě polévkové lžíce této směsi, vaříme 3 minuty, necháme 60 minut vyluhovat a scedíme. Užíváme třikrát denně 150 až 180ml odvaru před jídlem. Je zapotřebí, aby se užíváním odvaru docílila dvakrát denně stolice - můžeme toho dosáhnout zvýšením nebo snížením množství drogové směsi. Je zapotřebí snížit množství kalorické stravy. Po sedmi až osmidenní přestávce se léčení opakuje. (91)

2318 • Smícháme 30 g senný, po 60 g kůru krušiny, kořen lékořice, po 120 g kořen jehlice trnité a kořen pampelišky a 50 plod koriandru. Dále jako recept č. 2317. (91)

2319 • Smícháme po 80 g kořen jehlice trnité, plod fenyklu, po 80 g kořen libečku, 60 g kůry krušiny, 40 g lnu a 30 g květu růže. Dále jako u předpisu č. 2317. (91)

2320 • Odvar z květů trnky obecné, přesličkové natě a reňového listí je nejlepším lékem proti otylosti a tloušťce. K čaji se nejlépe hodí namrzlé trnky. (132)

#### Otylost v případě špatné látkové výměny

2321 • Kůra dřišťálu, kopr, kmín, natě rebríčku, konitrodu, chaluhy, kůra krušiny olšové, kořen lékořice - vše po 10 g. Užívat denně dvakrát na špičku nože, dávku postupně zvyšovat až na jednu lžičku dvakrát denně, zapít vodou. (99)

2322 • 15 g krušínové kůry, 10 g plodů šípku, 15 g chaluhy (mořská řasa), 8 g slézu, 15 g ostružino-

vých listů, ISglistů maliníku, 10 g vřesu, 7 g listu kopřivy, 3 g třezalky, 2 g květu rebríčku. Jednu čajovou lžičku směsi (na šálek) spaříme horkou vodou, necháme ustát asi půl hodiny a pak scedíme a pijeme po doušcích. Začíná se jedním šálkem, postupně množství zvyšujeme až na tři denně. Užívá se po dobu šesti týdnů. (301 podle 123)

#### Otylost při poruše trávení

2323 • Květ trnky, heřmánku, kopru, kmín, anýz, koriandr, natě rebríčku. Třikrát denně na špičku nože před jídlem, zapít vodou. (99)

#### Otylost při zácpě

2324 • Kopr, kůra dřišťálu, květ heřmánku, kůra krušiny olšové, natě rebríčku, mochny nátržníku, chaluhy, kořen lékořice a konvalinky. Dvakrát denně lžičku po jídle. (99)

#### Odtučňování při nadváze

2325 • Smícháme 5 g libečkového kořene, 20 g kůry krušínové, 5 g jalovcového plodu, 10 g chaluhy bublinaté, 10 g senného listu a 50 g rebríčku - natě. Dvě čajové lžičky této směsi na dva šálky vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Vypijte denně při snídani dva šálky teplého čaje. Čajová směs je podpurná a je nutné ji užívat jen pod lékařskou kontrolou. Tcito kúra může být úspěšná jen tehdy, máte-li dost síly k tomu, abyste se na ni pevně zaměřili. To především znamená dodržovat zásadu „jen polovinu“, tj. od všech jídel smíme jíst jen polovinu dosavadního množství. (30)

2326 • Smícháme 40 g natě rebríčku, 40 g natě třezalky a 20 g chaluhy bublinaté. Čajová lžička této směsi se přelege šálkem vroucí vody, 5 minut vyluhovat a scedit. Dále jako předpis č. 2324. (30)

2327 • Smícháme po 25 g plod trnky, natě rozmarýny, pelyňku pravého a list šalvěže. Tři čajové lžičky této směsi přelijeme půl litrem vody, 5 minut necháme vyluhovat a pak scedíme. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. Dále jako předpis č. 2324. (30)

#### Otylost na psychickém podkladě

2328 • Tři čajové lžičky natě čekanky prelejeme půl litrem vřelé vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Denně se pijí tři šálky teplého čaje. (30)

#### OZNOBENINY = OMRZLINY

2329 • Ruská mast: 15 g kyseliny, 15 g olivového oleje a 60 g terpentýnového oleje utřete na vláčnou mast. Nanáší se přímo. (132)

2330 • Rada Welserové: „Prostředek na zlé oznobeniny: vezmi ze staré pánve sádla půl liberky, dej do rendlíčku, nech to tam rozpustit a když je to rozpuštěné, přidej půl liberky listů netřesku čerstvě sklizeného - dobře to zamíchej a pak to hezky protlač plátýnkem a bude z toho jemná mast. Zůstane dlouho čerstvá, a když někdo bude mít oznobeniny, ať se touto mastí pořádně namaže, určitě to přejde.“ (134)

#### Při poškození kůže mrazem

2331 • Vyškvařte uzenu slaninu a přidejte do vychládající několik kapek arnikové (prhové)



tinktury. Za stálého míchání nechtě vychladnout. Natřete na plátno a ohřáté přiložte na postižené místo. (132)

viz také:

Obličej

3086, 3087

Obrna

0696, 0697, 0340, 2376, 2439

Odřeniny

0903, 3750

Ohanbí

3747, 1402

Omrzliny

2106, 2133, 2331, 3079

Opary

1805, 2410

Opařeniny

2852, 3166, 3167 až 3184

Opodeldok

3061, 3062, 3063

Opruzeniny

3079

Otlaky

3528

Otoky

0085, 1119, 1406, 2089, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2256, 2263, 2296, 2871, 2872, 2881, 2889, 2890, 2891, 2892, 2894, 3040, 3041, 3042, 3043, 3207

Otrava

3291, 3292

Otylost

3832, 3847, 4163

Otvrdliny

2117

Ozaena

2132, 3117

## PADOUCNICE

2332 • „Proti padoucí nemoci mnozí dávají dubové i hruškové měli nositi na hrdle i-také do těla užívati, a velice je vychvalují.“ (74)

2333 • „Všickni lékaři nynější užívají kořene i semene pivoňky do těla proti božci a padoucí nemoci; ale staří lékaři zevnitř toliko ho užívali. Jako píše Galénus o jednom dítěti, kterémuž božec a padoucí

nemoc překážela, že jemu kázal kořen pivoňkový na hrdlo uvázati, a hned mu přestala ... pivoňkový kořen obzvláštní moc má proti té nemoci.“ (74)

2334 • Smíchat po 150 g dubovou kůru, list kopřiv, chmelové šišťice, list meduňky lékařské, list vlašského ořešáku, květ levandule, nať routy vonné, nať třezalky, kořen lopuchu, kořen kozlíku, kořen kostivalu. Vrchovatou polévkovou lžící směsi spařit 250 ml vřelé vody, nechat vyluhovat 3 hodiny, scedit a pít tři takové dávky denně 20 minut před jídlem, lehce přihřáté. Současně provádět koupele. Koupelová směs - po 600 g mladých výhonků borovice a oddenku puškvorce a po 200 g drcených jalovčinek a vrbové kůry, vzít 100 g směsi, přelít dvěma litry vřelé vody a precedit do vany s příjemně teplou vodou. Koupat se v tom 15 minut každý druhý den. (136 + 47 - 52)

2335 • Při léčení padoucnice působí podpůrně tato čajová směs: 30 g natě routy vonné, 20 g květu heřmánku, 30 g listu meduňky a 20 g kořene kozlíku lékařského. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Nechtě vařit 5 až 10 minut a pak scedte. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

2336 • Z bylin používáme proti padoucnici: oddenek kozlíku, květ heřmánku, nať pelyňku pravého a list kopřivy - k přípravě odvaru. (99)

2337 • Smícháme oddenek kozlíku lékařského s listem kopřivy (po jednom dílu) a dva díly kořene pelyňku pravého k přípravě odvaru. (99)

2338 • Proti padoucnici a dětským křečím bere se jmelí na prášek utlučené se stejným dílem kořene kozlíku rovněž v prášku, a to dvakrát denně na špičku nože. Koná blahodárné služby. (132)

2339 • Pohotovost k záchvatům padoucnice lze snížit čajem ze 150 g natě Černobýlu, po 100 g květu heřmánku a kořene kopřivy, po 50 g listu meduňky a oddenku pýru a 20 g chmelových šišťic. Dvě čajové lžičky směsi přelít 200 ml vody, pod pokličkou nechat 20 minut vyluhovat a scedit. Podává se neslazený na lačno dvakrát denně. (136 + 47-111)

2340 • Starý cikánský recept proti padoucnici: přiměřené množství drobně pokrájeného dubového jmelí přelít dobrým bílým vínem v poměru 1: 8. Láhev důkladně zazátkovat, zavoskovat a na měsíc zakopat do země. Denně užívat 1 až 2 malé skleničky maximálně po 50 ml. Po využívání litrové láhve je léčbu třeba na měsíc přerušit.

(136 + 47 - 18 podle 204)

2341 • Při lehčí formě padoucnice smícháme po 25 g kořene kozlíku a kořene Černobýlu, po 15 g heřmánku a routy a 10 g skořicové kůry. Dvě polévkové lžice směsi macerovat přes noc v půl litru vody, v čase potřeby přihřát. Užívat třikrát denně šálek macerátu s občasnými přestávkami. (136+47-28)

2342 • Smícháme 20 g kořene merlíku vše-  
dobru, 30 g natě pohanky, 10 g květu heř-  
mánku, 10 g natě meduňky, 10 g kořene koz-  
líku, 20 g natě bukvíce. Jedna čajová lžička  
směsi se dá krátce povařit, pak 20 minut  
vyluhovat. Užívá se třikrát denně před jíd-  
lem. (126)

2343 • Při léčení padoucnice pomáhá jmelí  
bílé ve formě studeného výluhu nebo  
odvaru.

1. Dvě čajové lžičky jmelí zalijeme 200ml  
studené vody a necháme 12 hodin vyluhovat. Výluh pre-  
cedíme a celé množství vypijeme ráno. Potom drogu zali-  
jeme stejným množstvím vody a výluh vypijeme večer.
2. Jednu polévkovou lžící drogy zalijeme 300 ml vřelé vody  
a vaříme 5 minut, vyluhujeme 30 minut. Po scezení podá-  
váme třikrát denně 80 ml odvaru po jídle. (91)

2344 • Na padoucí nemoc a mrtvici doporučuje Filipína  
Welserová konvalinkovou vodu. „Vezmi konvalinky a ober  
pěkně květy do nádoby, do které se vejdou čtyři nebo šest  
osminek vína, a kdyby byla nádoba z cínu, bylo by to lepší  
než jiná. Tutéž nádobu naplň květy a nalej na ně nejlepšího  
vína a nádobu pořádně zadělej, aby nemohla unikat žádná  
pára. Dej vykopat do země jámu a postav do ní nádobu tak,  
aby do poloviny stála v zemi a druhá půlka aby vykukovala.  
Nech ji tak stát po čtyři týdny, potom dej víno s květy desti-  
lovat a vytáhnout sílu z květů a potom vodu trochu odlej.  
Nalej destilovanou vodu čtyřikrát nebo pětkrát zase na květy,  
až se z nich odčerpá všechna síla. Vodu, která už nemá žád-  
nou sílu, vylej.“ (134)

2345 • Padoucnici léčí odvar z kořene pelyňku - stačí lžička  
odvaru denně ráno na lačný žaludek. (132)

2346 • Při padoucnici jen syrovou stravu! Denně jednu  
lžící silného odvaru z pelyňku a třikrát denně lžící olivo-  
vého oleje. V létě si nechtě zbičovat celý trup kopřivami!  
(132)

## PACH TĚLA

2347 • Tři čajové lžičky natě zeměžluče přelejte půl litrem  
vroucí vody, nechtě vyluhovat 5 minut a scedte. Vypijte  
denně ráno a večer šálek teplého čaje. (132)

2348 • Tři čajové lžičky listu šalvěže přelejte půl litrem  
vroucí vody, nechtě vyluhovat 5 minut a scedte. Čajem omý-  
vejte několikrát denně nelibě páchnoucí místa těla. (132)

2349 • Při páchnoucím dechu smíchejte po 30 g plod anýzu  
a kmínu a list máty peprné. Tři čajové lžičky této směsi pře-  
lejte půl litrem vroucí vody, nechtě vyluhovat 5 minut  
a scedte. Teplým čajem několikrát za den kloktejte a vypla-  
chujte ústa. (132)

## PAMĚŤ

### Při slábnutí paměti

2350 • Pijte denně ráno na lačný žaludek  
a v poledne půl hodiny po obědě a večer před spa-  
ním po koflíku teplého odvaru z krušínové kůry  
atřezalky. (132)

2351 • Užívejte denně ráno na lačný žaludek  
půl lžičky mírně naklepaných semínek hořtice-  
vých. Zapijte špárkou z rozmarýnových květů.  
(132)

### Pro zlepšení paměti

2352 • Dvě lžice jasanových větviček a jedna  
lžice šípkových větviček (mladé výhonky) do  
3 až 4 litrů vody. Vařit 6 minut, scedit, pít po  
jídle asi po 3 týdny. Kúru možno opakovat.  
(126)

2353 • Smícháme 10 g meduňky, po 15 g  
zeměžluče a oddenku puškvorce a 100 g  
medu. Směs bylin přelijeme jedním litrem  
vařící vody, necháme vyluhovat do vychlad-  
nutí, scedíme a přidáme med. Pijeme po doušcích během  
dne po dobu asi 2 až 3 týdnů. (136 + 47 - 20)

2354 • Pro zlepšení paměti a také k zábraně zvápenatění cév  
připravíme tinkturu z nadrobno nakrájených listů nebo  
cibulek česneku medvědího. Naplníme volně až po hrdlo  
láhve, zalejeme 38° až 40° reznou nebo jinak doma vypále-  
nou kořalkou a postavíme na 14 dní na slunko nebo na teplé  
místo (v blízkosti kamen). Užívá se denně 10 až 15 kapek do  
vody. (123)

2355 • Dobrou paměť přináší a pocity závratě odstraňuje čaj  
připravený z vrchovatě naplněné čajové lžičky rozrazilu  
lékařského smíchaného s kořenem celeru. Odstraňuje sla-  
bost nervů a melancholii (zadumčivost). (123)

2356 • Smícháme 30 g natě pohanky, 10 g natě rozrazilu  
lékařského, 10 g natě meduňky, 10 g listu rozmarýnu, 20 g  
listu a květu hlohu. Jednu čajovou lžičku směsi vaříme 2 mi-  
nuty a 20 minut vyluhujeme. Pije se třikrát denně po jídle.  
(126)

### Poruchy paměti

2357 • Smícháme po 20 g natě rozrazilu lék., meduňky lék.,  
rozmarýny a pelyňku pravého, kořen puškvorce a květ  
hlohu. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Vařit  
5 až 10 minut a pak scedit. Během dne se vypijí tři šálky tep-  
lého čaje. (30)

2358 • Při poruchách myšlení ve vyšším věku použijeme  
směs 50 g listu meduňky a 50 g natě pelyňku, z níž přípra-  
víme čaj (nálev) tak, že tři čajové lžičky směsi prelejeme půl  
litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a pak sce-  
díme. V průběhu dne se vypijí po doušcích 1 až 2 šálky tep-  
lého čaje. (30)

### Ztráta paměti

2359 • Užíváme 10 až 12 kapek česnekové tinktury ve vodě  
denně. Tinkturu vyrobíme z česneku medvědího tak, že  
nadrobno pokrájíme listy nebo cibulky a jimi naplníme  
láhev až po hrdlo, zalijeme reznou kořalkou a postavíme na  
14 dnů na slunce. (303)

2360 • Při ztrátách paměti a proti artérioskleróze při-  
pravíme tinkturu takto: nadrobno pokrájíme listy nebo  
cibulky česneku medvědího, naplníme zcela volně až po  
hrdlo láhve, zalijeme reznou a postavíme na 14 dní na  
slunce. Užíváme 10 až 12 kapek denně ve vodě.  
(319)

2361 • K bystření paměti pomáhá rozmarýnové  
víno, které se připravuje naložením cca 50 g roz-  
marýny do litru přírodního vína, které se pak  
nechá 14 dnů uležet. Pije se maximálně jedno  
deci žáden. (301)

123

## PARADENTÓZA

2362 • V mírnějších případech paradentózy se osvědčuje provést vydatný výplach dutiny ústní koncentrovaným šalvějovým nálevem a potom ošetřovat paradentické patologické choroby měsíčkovou tinkturou, kterou lze střídat s ošetřováním koncentrovaným propolisovým roztokem. (136 + 47-43)

2363 • Smíchají se rovným dílem truskavec, dubová kůra, kontryhel a šalvěj. Dvě lžičky směsi naložíme na noc do půl litru vody, ráno vše ohřejeme, precedíme do termosky vypláchnuté vřelou vodou. V průběhu dne vlažným čajem vyplachujeme ústa a můžeme při tom dásně masírovat jemným kartáčkem. (303)

2364 • V období asi 3 týdnů vtírá se do dásní česneková šťáva nebo česnekový olej nebo rozdrčený stroužek česneku. (126)

2365 • Při paradentóze pomůže zapar z natě světlíku, třezalky, chaluhy, jmelí, listu routy, máty, květu'bezu černého, listu kopřivy a borůvky. K přípravě záparu stačí použít 3 nebo 4 z uvedených bylin. (99)

2366 • Jedna polévková lžice květu měsíčku lékařského na šálek vody. Několikrát denně vyplachovat ústa, popř. potírat namočeným tamponem. (78 + 66)

2367 • Jedna polévková lžice bedrníku obecného na šálek vody. Nechá se ustat 20 minut. Ústa se vyplachují několikrát denně. Bedrník má mírné anestetické účinky. (78 + 66)

2368 • Při léčbě paradentózy se doporučuje užívat tyto byliny: dubovou kůru, truskavec ptačí, kontryhel a šalvěj. Rostliny smícháme ve stejném poměru a přes noc dáme do studené vody. Na půl litru vody se dají dvě vrchovaté čajové lžičky. Čaj se ráno přihřeje, naleje do termosky vypláchnuté vřelou vodou a v průběhu dne tímto čajem častěji vyplachujeme ústa. Čajem můžeme také dásně masírovat, použijeme-li zubní kartáček. (123)

2369 • Při zubní paradentóze se připravená propolisová tinktura nanáší vatovým tamponem na postižené dásně a současně se provádí masáž dásní, a to ráno a večer po čištění zubů. (99)

2370 • Deset polévkových lžic listu i květu slézu lesního na litr vody. Nechá se stát hodinu. Ústa se vyplachují několikrát denně (podle možnosti). (78 + 66)

2371 • Asi čtyři kávové lžičky oddenku (kořene) kostivalu lékařského na šálek vody. Dásně se proplachují a potírají namočeným tamponem. (78 + 66)

2372 • Smícháme 50 g kůry dubu a 50 g kořene mochny nátržníku. Odvar: polévková lžice směsi na šálek vody. Přes den vyplachovat ústa. Čaj je vhodný rovněž při otlačích způsobených zubními protézami. (78 + 66)

2373 • Pět polévkových lžic mochny nátržníku (kořene) na litr vody. Nechá se vyluhovat asi 20 minut, pak se 5 až 10 minut povarí. Ústa se vyplachují ráno a večer. (78 + 66)

2374 • Listy aloe se uloží asi na týden do tmy a chladu (chladnička 4 °C), pak se z nich vytlačí šťáva a namočeným tamponem se potírají dásně. (78 + 66)

## PARALÝZA

2375 • Likér proti paralýze: do dvou litrů bílého vína nechť macerovat ve stínu čtyři dny hrst rozmarýny, šalvěje, tymiánu a vřatiče. Přefiltrujte. Denně na lačno menší odlivku. Doporučuje se také tímto likérem po záchvatu mazati delší dobu ochrnuté údy. (132)

2376 • Likér proti paralýze i obrně: vymacerujte 8 dní v litru vína Chianti nebo těžkého hnědého vína španělského 80 g sušené natě šalvějové, scedte a užívejte tři lžičky po každém jídle. (132)

## PÁTEŘ

### Bolesti páteře

2377 • Zázvorový obklad dvakrát týdně, celkem osmkrát. (301)

2378 • Při bolestech páteře a kloubů: 4 mladé výhonky větvičky túje, 1 lžice kmínu, 3 stroužky česneku do 1,5 litru vody, vařit 10 minut, nechat zchladnout, scedit a smíchat se čtvrt litrem slivovice. Natírat denně páteř i klouby při bolestech. Vydrží 2 až 3 měsíce, kůru možno opakovat. (126)

### Zánět páteře

2379 • Spařte 100 g tzv. kukuřičných vousů litrem vody, nechť hodinu stát, pak scedte. Užívat každé dvě hodiny jednu lžici. (132)

2380 • Pomáhá křenová placka. 200 g syrových brambor nastrouhat, vymačkat vodu, do drtě přidat 4 lžičky křenu, smíchat, zabalit a přiložit na postižené místo. Po třiceti minutách možno použít ještě, na další místo. (303)

## PIŠTĚL

### Pišťel zubní

2381 • Vkládejte dovnitř úst přímo na postižené místo fik (masem na pišťel), dozraje rychleji, prolomí se bez operace. (132)

### Pišťel v konečnicku

2382 • Denně po dobu 14 dnů sedací koupele z odvaru dubové kůry. Současně vypijte po koupeli koflík odvaru z dubového listí, k němuž jste namíchali trochu třezalky a čtyři lístky pelyňku. (132)

2383 • Sloupejte si na jaře z keřů jalovcových pryskyřici z nich prýstíci a mažte si pišťele, sejdou. (132)

2384 • Jemně nasekané čerstvé listy rebríčku se povaří ve vodní lázni s hovězím lojem a materiál se prolisuje hustším sítkem; konzistenci lze upravit mírným přídatkem smrkové pryskyřice a včelího vosku. (136 + 47 - 26)

2385 • Nejdříve upravte močení a stolicí, jinak vám léčení nepomůže. Můžete-li pišťel koupati, koupejte postižené místo v nasyceném roztoku čisté sody; ne-li, přikládejte na ně obklad ze sodovky; jsou-li pišťele na řiti, dělejte si denně sedací koupele z dubové kůry nebo přesličky. (132)



## PLEŤ

## Osvěžení a čištění pleti

2386 • Při unavené pleti: šťáva z čerstvých okurek, petrželové natě a kořene pampelišky v poměru 1: 0,5 se nechá na výparníku zmraznout a kostičkami ledu se provádí ranní masáž obličeje po dobu 10 až 12 dnů, pak 14 dnů přestávka a kúru opakovat. Po masáži se nechá obličej nějaký čas oschnout, pak se umyje studenou, nejlépe dešťovou vodou a ošetří se krémem Nivea. (136 + 47 - 102)

2387 • Pro zvláčnění pokožky - kosmetikům: jedna čajová lžička práškového včelího pylu se pečlivě rozmíchá s čerstvým vaječným žloutkem. Kasička se natírá na obličej, lehce se masíruje, nechá se působit asi 30 až 40 minut, a potom se smyje. Nutno častěji opakovat. (136 + 47 - 113)

2388 • K osvěžení pleti: čtyři hrsti levandule se spaří ve čtyřech litrech vařící vody. Můžeme použít buď květ nebo natě. Po 15 minutách scedit a vlít do lázně. Koupel nesmí být horká. (40 + 45)

2389 • Pleť čistí březová koupel - uvolňuje ucpané póry a podporuje regenerační schopnost kůže. Příprava léčivé koupele: 100 g drogy a litr vařící vody, necháme louhovat asi 20 minut, pak vlijeme do připravené lázně. (338)

2390 • Pleťovou masku připravíme tak, že čerstvé plody kdouloně podlouhlé pokrájíme na drobné kousky a zalijeme 40% lihem, necháme týden louhovat, pak scedíme. Tekutinu nanášíme pomocí tamponů na obličej. (329)

2391 • Nečistotu pleti odstraníme odvarem z 10 g květů trnkových a 5 g natě macešky polní. (118)

2392 • Mast pro krásu: ustrouhejte dřeň bílých okurek se stejným množstvím dobrého stolního oleje, prevarte v parní lázni až k varu, přefiltrujte, k tomu přidejte totéž množství jako předešle a povarte znovu, což třikrát opakujte. Obdržíte pěknou, libě vonící mast, kterou vtírejte do tváře i jinde. Působí divy. (39)

2393 • K ošetření pleti připravte tento nálev: do litru vroucí vody vhodte půl hrsti sušených okvětních lístků tmavě rudé růže, koncentrovaný čaj lze připravit s použitím celé hrsti květů. Po čtvrt hodině scedte a pijte 2 až 3 sklenice nálevu během dne. Místo vody lze použít bílé víno. (136+47-77)

2394 • Natrháme květy temně rudých růží, těch nejvoňavějších, které rychle přesušíme (ne úplně dosušit) a vložíme na jemnou tkaninu, která leží na kovové mřížce, jež opět spočívá na širokohrdlé nádobě. Pak květy překryjeme několika listy papíru a navrch položíme květináč naplněný řehavým uhlím. Vlivem žáru se z květů začne uvolňovat vzácná růžová voda, která bude po kapkách stékat do postavené nádoby. (136 + 47-77)

2395 • K zjemňování, čištění\* a urychlení regeneračních pochodů v pleti připravíme tento odvar: dvě kávové lžičky květu heřmánku přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 15 minut pod pokličkou pařit. Užívá se zevně k potírání. (40 + 45)

P

2396 • Pleť čistí, pihy odstraňuje a vrásky vyrovnává podle některých herbářů čaj z květů prvosenkyjarní. Používá se teplý. (40 + 45)

2397 • Jako léčivého pudru při nečisté pleti se používá v severních státech kořene hadince obecného jemně rozemletého na prášek. Najmě s oblibou jej používají dívky a hoši v pubertě, aby zamezili uhrovnosti v obličeji. (132)

2398 • Pro udržení svěží pleti vezmeme 35 g květu měsíčku, 45 g květu hlohu s příměsí listu, 25 g květu heřmánku, po 20 g listu lesního maliníku a květu levandule a 5 g natě řepíku. Dvě čajové lžičky směsi spaříme sklenicí vřelé vody, necháme 20 minut vyluhovat, pijeme neslazené 2 až 3 krát denně. (136 + 47-131)

2399 • K osvěžení pleti, k uklidnění nervů, proti migréně a nespavosti pomáhá levandulová koupel: čtyři hrsti levandule přelijeme čtyřmi litry vařící vody, necháme 15 minut stát, precedíme a vmícháme do připravené lázně. (14)

2400 • „Item táž voda piesková (pampelišková) fleky a poškrvny na tváři shání a jasnou tvář činí.“ (74)

2401 • Omlazovací mast bratří Růže a Kříže: rozpustíte ve vodní lázni 5 g lanolínu, vkapejte do něj pomalu 8 g čistého glycerinu, řádně nechte rozpustit 25 g ichtyolu a dvě lžičky rýžového škrobu, vše stále míchejte, a při vychládání vložte ještě 1 g peruánského balzámu a několik kapek benzoové silice. Přikládá se nanesené na plátno. (132)

2402 • Unavenou pleť že po porodu lze osvěžit květem černého bezu s citronem. Dno hliněné nebo porcelánové nádoby se přikryje plátkou citronů bez kůry, nebo se dají čerstvé (příp. i sušené) květy černého bezu a na to další citrónové plátky. Pak se nádoba naplní až po okraj dešťovou vodou a ihned se přikryje. Po čtyřiaadvacetihodinovém vyluhování se nálev scedí do malých lahviček a uschová v chladnu a temnu. Možno parfémovat přidáním malého množství vonných silic, např. levandulové. Dva až třikrát denně potírat vatou smočenou v tekutině ochablou pleť břicha, prsů apod. Pravidelné potírání vrací pleti její dřívější pružnost. (136 + 47-204)

2403 • Utřete 10 g oleje myrhového a 5 g oleje rycinového. Vtírejte přímo na vrásky. (132)

2404 • Mast madamme Pompadour pro krásu: jedno celé čerstvé vejce, půl sklenky čerstvé smetany, několik kapek benzoové tinktury rozmícháme na vláchnou kasičku. Na noc tím promasírujeme obličej, necháme zaschnout a ráno smyjeme vlažnou vodou. (132)

## Červenání nosu

2405 • Na vrásky a červenání nosu je vhodný liliový olej; po vtírání do dlaní změkčuje všechny zatvrdliny šlach, jež často prsty stahují až k zápěstí. Tě také pomáhá proti vráskám v obličeji, i proti červenání nosu. K posledním dvěma účelům je zapotřebí zahustit liliový olej šťávou z cibule, medem a žloutkem tak, aby za stálého míchání na mírném ohni nebo ve vodní lázni vznikla mast. Mast se nanáší večer, ráno se obličej omyje vlažnou vodou. Vlastní liliový olej se připravuje z čerstvých květů bílých lilií. Tři plné hrsti květů se přelijí půllitrem olivového oleje a ponechají se za občasného třepání dva týdny

125



vyluhovat na slunečním místě, potom se chvíli povarí na vodní lázni, stočí do menších lahviček a uschovají v chladnu a temnu. (136+47-26)

2406 • Červeň nosu a povadlý obličej odstraňují sedmikrásky. Sbírají se při večerním soumraku, bez stopky, omyjí se v dešťové vodě a v téže se připraví i odvar, který se nechá jednu hodinu vyluhovat. Potom se přiloží na obličej asi na 15 až 20 minut čistý ručník nasáklý odvarem a odpočívá se. Nakonec se ještě obličej odvarem umyje nebo se obličej do odvaru namočí a bez utírání se nechá uschnout. (136+47-18)

### Trudovitost pleti

2407 • K odstranění vřidkovaté a trudovité pleti připravíme sirup z macešky polní. 30 g macešky polní zavaříme do čtvrt kila obyčejného sirupu. (132)

2408 • Proti trudovitě v obličejí připravíme mast takto: smícháme jeden díl bukového oleje a dva díly čerstvého másla na řidší kasičku a touto kasičkou vymažeme trudovinu důkladně několikrát denně. (132)

2409 • Proti trudovitosti pleti pomáhá tinktura: sušenou natě violky trojbarevné zalijeme lihem nebo destilátem a necháme stát v dobře uzavřené láhvi několik dnů na teplém místě. (14)

2410 • Proti trudovitosti, oparům a lišejům, ale i k pročištění krve a k odkašlávání se připravuje čaj ze dvou lžiček sušené řezané violky trojbarevné na čtvrt litru vody. Viola se přelije vařící vodou a nechá se vychladnout. (306)

2411 • Na trudovitost v pleti obklady i čaj: 50 g natě macešky rolní, 40 g květu bezu černého, 30 g listu kopřivy dvoudomé. (126)

### Lipomy - tukové nádorky

2412 • 250 g očištěné cibule postrouháme, přidáme čajovou lžičku sádla a stejné množství lihu; dobře rozmícháme a rozetřeme na kousek plátna a přiložíme na noc. Pokud se v noci probudíme, obkladek sejmeme, protože vhodná doba přiložení je 4 hodiny. Přikládáme dvakrát týdně. (136+47-109)

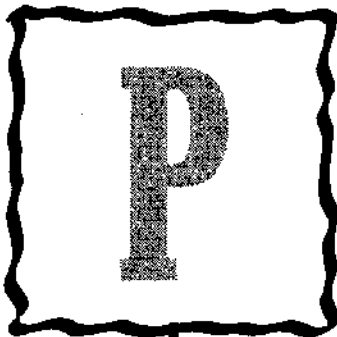
2413 • Do 100 ml kvalitního bílého vína dáme jednu čajovou lžičku kuchyňské soli. Nad párou promícháme, aby se sůl rozpustila. Potom do roztoku namočíme lněné plátno a přiložíme, jak je uvedeno v receptu číslo 2412. (136+47-109)

### Odstranění pih

2414 • Připravíme zapař ze směsi květu sedmikrásky, natě srdečníku a tymiánu, vrbové kůry a listu máty. (99)

2415 • Připravíme odvar ze směsi 20 g šalvěje, 30 g kůry krušiny olšové, 20 g plodu jalovce, 20 g květu heřmánku a 20 g natě rebríčku. Odvar se užívá třikrát denně. (99)

2416 • Místa postižená pihami mazat čerstvě posekanou petrželí, po půlhodině smýt citrónovou šťávou. (99)



2417 • Místo postižené pihami potírat na noc tinkturou z měsíčku lékařského, ráno smýt. Ke smývání: čerstvě vytržený křen zalít na 4 dny vodou, slít a brát dvě lžice tekutiny na sklenici vody. (99)

2418 • Myjte denně postižená místa octem z křenu vytaženým. Pijte čaj ze směsi mochny, rebríčku a šalvěje. V létě pak potírejte pokožku šťávou z brečtanu. (132)

2419 • „Voda z zeměžluče vařená pihy, uhry i jiné na tváři zšereděné častým omýváním stírá, ženám černé vlasy činí.“ (74)

2420 • „Semeno (zelí) rozetřené a s kosatcovou mízkou smíšené pihy shání.“ (74)

2421 • Mast na pihy: rozpustit ve vodní lázni 350 g bílé vazelíny a 100 g japonského vosku, pak do vychládající 350 g lanolínu bezvodého, načež do ní vetřete 100 g 50% perhydrolu ziničitého, 15% magnézia a dusičnanu vizmutitého, zásaditého. Můžete příjemně oparfémovat. Nanáš se přímo v silnější vrstvě. (132)

### Obtížné chloupky

2422 • Chloupky odstraníme velmi snadno na nežádoucích místech, budeme-li je pomazávat častěji mravenčím lihem. (132)

### Svědívka

2423 • Čaj z máty, meduňky, šalvěje - od každého 4 g na litr, denně se pijí 1 až 3 šálky. Nejezte bílkovitých jídel a luštěnin! (132)

### Uhrovitost

2424 • Mast proti uhrům: utřete si mastičku z 1 g resorcinu, 1 g kyselého uhličitanu sodnatého, 3 g práškové síry a 30 g spermacitové masti. Přiložte mast na plátně na noc a ráno smyjte horkou vodou a mýdlem, hodinu po smytí masti nesmíte přijít na vzduch. (132)

2425 • Při uhrovitosti je doporučováno pít čaje připraveného jako zapař z polévkové lžice směsi stejných dílů šalvěje, pelyňku, máty peprné a macešky rolní ve sklenici vody. (106 + 009)

2426 • Na uhry a skvrny v obličejí radí Filipína Welserová: „Vezmi vejce živých raků, rozemni je v ruce, až se otevrou, natři tím obličej a nech ho uschnout. To se má dělat jednou denně nebo alespoň třikrát do týdne, dokud je možné dostat račí vejce.“ (134)

2427 • Na zarudlá popraskaná místa a uhry Welserová radí: Abychom odstranili z obličeje ... vezmeme kventlík mastixu a trochu růžové vody, kventlík kadidla, uděláme těstíčko a tím ta místa potřeme. Tak to brzy zmizí.“ (134)

2428 • Při uhrovitosti používá se jako kosmetický prostředek dvojzubec. Odvar připravujeme tak, že 10 g rostliny dáme do smaltované nádoby, zalijeme 200 ml vody s teplotou místnosti, přikryjeme poklicí, zahřejeme až na bod varu a vaříme ve vodní lázni za občasného míchání po dobu 15 minut. Ochladit při teplotě místnosti 45 minut, procedit, přidat vodu až na 200 ml. Užívá se jedna polévková lžice 2 až 3 krát denně. (126)



2429 • Cibule „s octem a s solí pomazaná uhry na tváři shání". (74)

2430 • Proti uhrům, dlouhodobému svěděni pleti, vyrážkám: vezmeme 100 g listů lesního jahodníku, 30 g přesličky a 20 g kopřivy - chuť lze ještě upravit malým přídatkem tymiánu. Dvě čajové lžičky směsi spaříme sklenicí vroucí vody a necháme 20 minut vyluhovat, scedíme, podáváme neslazené na lačno dva až třikrát denně. (136+47-131)

### Vrásky

2431 • K zániku vrásek, napnutí kůže, získání mladistvého vzhledu - elixír mládí: do přibližně jednoho litru vařící se dešťové vody se vhodí hrst listů lesního kerblíku a několik listů divoké máty, dobře promíchané se nechá čtvrt hodiny vyluhovat, poté se scedí. Nálevem se omývá obličej, bez utírání, aby nálev na pokožce zaschl. (136 + 47 - 204)

2432 • Utřete 4 g boraxu a 8 g práškovité myrhy s takovým množstvím dobrého čerstvého medu, až vznikne vláčná kasička a vtírá se přímo do vrásek. (132)

2433 • Stlučte dva čerstvé bílky a 10g oleje sladkomandlového, vmíchejte menší lžičku odvaru ze střeňky bobkové a špetku práškového kamence. Vymažte tím masku z jemného plátna nad parou, nechte vychladnout a pak vložte do druhé masky, kterou přiložíte na obličej. (132)

2434 • Nálev proti vráskám a unavené pleti: do jednoho litru vařící vody vhodit hrst kerblíkových listů a několik lístků plané máty, půl hrsti sedmikrásy a květů smetanky. Nechat 15 minut vyluhovat a nálevem ošetřovat obličej. (320)

## PLÍCE

### Zápal plic

2435 • Podpora antibiotické léčby: plicníku a jitrocele po 200 g, kopřivy a přesličky po 100 g, tymiánu 50 g, smíchat a pít tři čtvrtě litru odvaru po doušcích během dne. (136-206)

2436 • Svařte ve skleničce vody nepatrnou špetku netíku (tzv. ženský vlas) a pijte po malých doušcích denně jeden koflík. (132)

2437 • Denně smíchejte lžící medu se lžící přeškvářeného horkého másla a užívejte horké, jak snesete. (132)

2438 • Při zápalu plic, nemocech náhlých, koná blahodárné služby anjelika lékařská. Vaří se stejný díl bílého vína a vody, na čtvrt litru berou se dvě kávové lžičky kořene. Kořen zapáchá a chutná hořce, obsahuje mnoho silice a pryskyřice. (132)

### Obrna plic

2439 • Při mírnějším průběhu plicních obrn je v zimě vhodné připravit si obklady z vyvařeného libečku a třezalky nebo z nálevu těchto bylin. V létě pak stejně dobře působí drcené čerstvé libečkové listy přikládání ve formě náplasti na postižená místa. (143)

### Rozedma plic

2440 • Hrst přesličky na litr vody, vařit pod pokličkou půl hodiny. (99)

2441 • Mleté lněné semeno s medem - tři lžice semene + jedna lžice medu. Užít dva až třikrát denně lžičku. (99)

2442 • Sušené švestky - 10 dkg denně, namáčíme v kompotu, v zelí, případně jíme s fazolí - co nejčastěji. (99)

2443 • Denně tři šálky připravené z jedné čajové lžičky slézu planého, který se dá na noc do půl litru studené vody a ráno se mírně zahřeje. Mimo to přikládáme na plíce obklady, které připravíme tak, že zbytek po přípravě čaje znovu ve vodní lázni ohřejeme, smísíme s ječnou moukou na kaši, natřeme na lněné plátno a teplé přikládáme. (320)

### Zánět plic

2444 • Při zánětu plic z překrvení léčí odvar z kořene pilátu lékařského až 15 g na čtvrt litru vody. (132)

2445 • Pijte čaj z cesmínu a ptačince, posílí vám srdce a zvrátí horečky; jakmile horečka povolí, pijte čaj ze směsi chudobky ozimé a kulenky. (132)

2446 • Smíchejte na řídkou kasičku hodně jemně ustrouhanou cibuli, rozemleté jalovčinky, bezinkový ocet, žitnou mouku a trochu olivového oleje a namažte. (132)

2447 • Spařte 20 g islandského mechu litrem vody, oslaďte medem a vypijte dva koflíky teplé večer před spaním a koflík ráno na lačno. (132)

### Zašlemování plic

2448 • Zašlemování plic při současné dně: svařte čtvrt libry čerstvých zelených špiček jedlových a smrkových ve čtyřech litrech vody a vypijte celé toto množství studené ve dvou dnech po libovolných dávkách. (132)

### Krvácení z plic

2449 • Smícháme po 30 g natě přesličky rolní, truskavce. Mimo to tři čajové lžičky jmelí dáme do tří šálků vody a necháme 8 hodin vyluhovat. Směs přesličky a truskavce přelijeme vroucí vodou a necháme 1 minutu vyluhovat. Tento nálev se slije s macerátem ze jmelí a scedí. Pijí se tři šálky teplého čaje denně. (30)

### Tuberkulóza plic

2450 • Ruská medicína radí podběl a podává tento recept: čerstvé listy podbělu a cukr ukládej po vrstvách do nádoby, přikryj a nádobu zakopej do země. Neříká na jak dlouho, ale když se celý obsah změní v jednolitou hmotu, má se přidat půl kg medu na 1 kg hmoty; kaše se užívá po lžičkách. (40 + 45)

2451 • Dříve se užíval tento odvar: 150 g natě truskavce, 75 g natě přesličky, 50 g natě konopice. Jedna lžička směsi na dva šálky vody, vaří se až na polovinu objemu vody. Užívaly se dva šálky denně. (40 + 45)

2452 • Smícháme 150 g truskavce, 75 g natě přesličky a 50 g konopice. Jedna lžička směsi

na dva šálky vody. Pijí se dva šálky denně. (40 + 45)

2453 • Matthioliho recept na souchotiny - zvrhedování plic: „Užívají této byliny (plicník lékařský) mnozí proti souchotinám, proti zvrhedování plic, proti chrkání krví a proti mnohým jiným nedostatkům a takto to lékařství stroj: vezmou tento plicník, traga-kant, hlínu arménskou a kámen krvavý, jinak hematites, z toho ze všeho učiní prach a dávají. Jiní dávají jej s nízkou lékořicovou a hysopem, s vomanovým kořenem v medovém octě prostém nebo salinovém, proti dusnosti a to dvakrát anebo třikrát za den.“ (74)

2454 • Při tuberkulóze plic má výrazný podpurný účinek podání medu. Užívají se řady osvědčených kombinací. Odvar z kořene omanu třikrát denně 1 čajovou lžičku na šálek odvaru, vařit 2 minuty, po vychladnutí přidat dvě čajové lžičky medu. (136 + 47-43)

2455 • Připravíme směs křenu a medu a bereme čtyřikrát denně jednu čajovou lžičku směsi asi po dobu 6 týdnů, přerušme terapii při průjmech a silnějším nočním pocení. (136 + 47-43)

2456 • Stejnou službu jako u receptu č. 2455 vykoná nálev z podbělu a medu, užívat stejně jako omanový odvar (recept č. 2454). Někteří lékaři doporučují čistý med v dávce 100 až 150 g denně. (136 + 47-43)

2457 • Proti souchotinám je nejlepším lékem polev z květů konopice huňaté. Proslulý saský čaj Lieberův není nic jiného než sušené a polorozemleté květy konopice. (132)

2458 • Smíchejte stejné díly truskavce, podbělu, pelyňku a konopice, jedna lžička směsi na dva šálky vody. Vařit tak dlouho, až zbude jen objem jednoho šálku vody. Pijí se tři šálky denně. (130)

2459 • Nejlepším lékem při souchotinách je vyvářka z lišejníku islandského. 50 g lišejníku na litr vody svaří se s 30 g cukru a nechá se na 100 g zhoustnouti. Užívá se denně 10 až 30 g. (132)

2460 • Likér křenový: do půl litru kořalky vstrouhejte 60 g kostivalových kořínků, 30 g křenu oloupaného a 4 g pelyňkové natě, nechtě týden táhnouti a přefiltrujte. Užívá se dvakrát denně po větší lžici. (132)

2461 • Starý dalmátský recept: čerstvé kvalitní máslo se promíchá se stejným dílem čerstvého voštinového medu a namaže se na tlusto na chléb pečený z otrubové mouky (např. Grahamův chléb). Sníst několik krajců denně. Do 6 týdnů nastává významná úleva a obrát v chorobě. (136 + 47-13)

2462 • Matthioli radí: „Proti souchotinám dělají se pilule tyto: vezmi špičky indické, zázvoru, každého půl lotu, semena šalvějového zetřeného dva loty, dlouhého pepře půl třetího lotu, s vodnatostí šalvějovou nadělej pilulí a na noc jednu čtvrtici z nich požívej a na to trunk vody čisté učiň.“ (74)

2463 • Smícháme 5 g květu smilu písečného, 10 g listů podběle, 10 g kořene lékořice, 17,5 g natě konopičky, 17,5 g natě truskavce, 20 g natě plicníku lékařského a 20 g natě přesličky rolní. Jedna čajová lžička této směsi na šálek vody. Nechat

vařit 5 až 10 minut a scedit. Pije se během dne půl litru teplého čaje. (30)

2464 • Smícháme 10 g natě tymiánu, 15 g natě rosnatky, 25 g natě konopičky a 25 g natě truskavce. Tři polévkové lžíce této směsi do půl litru vroucí vody, nechat 5 minut vyluhovat a pak scedit. Pijí se po douškách denně dva až tři šálky teplého čaje. (30)

2465 • Smícháme po 20 g nať konopičky, přesličky rolní, truskavce a kořen prvosenkový. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Necháme 5 až 10 minut vařit a pak scedíme. Pijí se tři šálky teplého čaje denně. (30)

2466 • Připravít odvar z kořene omanu, natě přesličky a rdesna ptačího. (99)

2467 • Připravít odvar z kořene kostivalu, natě přesličky, rdesna ptačího, kokošky pastuší tobolky, listu podbělu, jitrocele a kopřivy. (99)

2468 • Po malých douškách pít při kašli čaj z natě plicníku lékařského, listu kopřivy a květu divizny. (99)

2469 • Při silném kašli pít zapar z listu jablečnicku, puklčky islandské, kořene slézu, listu vachty, jitrocele, podbělu a kopru. (99)

2470 • Při hnisavém vředu na plicích vzniklém při zápalu plic: 5 g jalovcové silice, 10 g borovicové silice a 5 g mátové silice - po 10 kapkách k inhalaci. (99)

2471 • Plátek cibule do úst, sát a hluboce vdechovat vůni cibule. Hojivé působení mají: květ měsíčku lékařského, hluchavky, heřmánku, nať benedyktu, rebríčku, rdesna ptačího, šalvěje, kořen kostivalu, list ořechu a pupeny topolu. (99)

2472 • Pomocná léčba při plieni TBC: podává se třikrát denně sklenice mléčného odvaru konopice (možno mírně osladit medem, nejlépe voštinovým) a dvakrát denně 50 ml kostivalového vína. K tomu rovněž dvakrát denně půl čajové lžičky husího sádla, ve kterém je rozmícháno drcené koprové semeno a trocha borové pryskyřice. Rovněž se osvědčil bílý vinný odvar 30 g na litr kontryhelu, 2 až 3 krát denně po 50 ml. V mírnějších formách se užívá bílý vinný odvar Černobýlu (50 g na litr) slazený medem; toho se používá někdy několikrát denně po dvou polévkových lžičkách. Tato prostá terapie může v řadě případů napomoci ke snížení dávkování účinných léčiv, které nadměrně zatěžují organismus. (136 + 47-88)

2473 • Dobrý prostředek na souchotiny: pražený rozrazil, smíšený s vodou, pijeme ráno a večer lžičku nebo dvě, některý den také jen jednu nebo dvě lžíce. Je to proti tísně na prsou, když chceme spát a už nechceme pít. (134)

2474 • Masť na úbytě podle Filipíny Welsarové: „Vyzkoušená na oudech: vezmi žitnou mouku a upeč z ní na sádle vdolky, nesol je, nalij totéž sádlo na čerstvou vodu a nech to vychladnout. Potom vezmi to sádlo a dej ho do hliněné nádoby a půl hodiny je míchej míchačkou, až zbělá. Čím déle mícháme, tím více bělá. Všechnu vodu z toho mícháním odstraň a když má někdo na rukou nebo nohou úbytě, ať se tím namaže za den pětkrát za tepla - sádlo se nahřeje nad ohněm - čím častěji, tím lépe - ale jenom za tepla. Je to osvědčené a poslala mi to paní od Jakuba Meitingena.“ (134)

2475 • Proti úbytím vezmi tři cibule, opeč je a nasekej nadrobno a vezmi ružový a fialkový olej a ohřej v pánvičce. Potom to za tepla natři na hadřík a přilož dítěti na prsa nad srdeční jamkou. Je to prý osvědčené. (134)

### Nemoci plic

2476 • Při onemocnění plic, při rúži, poranění tkání doprovázeném modročervenými otoky i při zánětu hlenových váčků se doporučují čerstvě umyté listy podbělu lékařského rozmělněné na kaši a přiložené na nemocné místo. (123 podle 56)

2477 • Připravíme odvar z jedné čajové lžičky kvetoucí natě konopice bledožluté, která se vaří na mírném ohni 10 minut v cca 150ml vody, nechá se 10 minut ustát, scedí se a podává zpravidla třikrát denně jednu hodinu po jídle. Protituberkulózní účinnost vzroste povařením drogy v mléce. V plicních indikacích se osvědčilo kombinovat konopcový odvar s podáváním práškového kostivalu -jeho jednotlivá dávka činí 5 až 10 g. Kostival se má rozmíchat nejlépe v troše vína. Lidové léčitelství uznává všechny druhy u nás rostoucí konopice za léčebně rovnocenné, ale současně i za mírně jedovaté, takže užívání vyšších dávek nelze doporučit. (136)

2478 • Při nemoci plic se připraví z nejkvalitnějšího mléka máslo, které se smíchá se stejným dílem voštinového medu. Směs se v tlusté vrstvě maže na celozrnný chléb, který se jí několikrát denně. Během šesti týdnů vede tato jednoduchá léčba k podstatnému zlepšení stavu a někdy i k uzdravení. (136+47-93)

2479 • Při plicních onemocněních je vynikajícím lékem víno z kostivalu: 2 až 5 čerstvých umytých kořenů kostivalu lékařského, nadrobno pořezaných, vyluhujeme 5 až 6 týdnů v litru přírodního bílého vína. (123)

2480 • K prevenci plicních a průduškových chorob připravíme nálev ze 100 g rozrazilu a po 50 g květu divizny, plicníku a jitrocele. Užívat po doušcích půl litru denně. (136)

2481 • Při onemocnění plic, onemocnění vylučovacího ústrojí, jakož i při vnitřním krvácení připravíme čaj - nálev: přelejte čtyři čajové lžičky sušené řezané natě přesličky rolní dvěma sklenicemi vroucí vody a nechtě vyloužit. Toto množství se vypije během dne. (23)

2482 • Prevence plicních a průduškových chorob: 100 g rozrazilu a po 50 g květ divizny, plicníku a jitrocele. Užívat po doušcích půl litru nálevu denně. (136)

2483 • Nať přesličky, rdesna, truskavce, konopice a kořen lékořice smícháme po jednom dílu. Jedna lžička směsi na čtvrt litru vody, 15 minut povaríme. Pije se vlažný, dva šálky denně, po třech dnech udělat dvoudenní přestávku. (40 + 45)

### K posílení plic

2484 • Po jednom dílu natě přesličky, rdesna, truskavce, konopice a kořene lékořice. Jedna lžička směsi na čtvrt litru vody. Povaríme 15 minut a pijeme vlažný dva šálky denně po dobu tří dnů. Pak je nutná dvoudenní přestávka. (143)

2485 • Posilující prostředek pro plíce: do široko-hrdlé nádoby dát dvě hrsti sušených okvětních

lístků temně rudých růží, přelít půl litrem vroucí vody a ponechat 24 hodin na okraji sporáku. Potom přecedit přes lněnou tkaninu, přidat 1/2 kg cukru a povařit na mírném ohni do zhoustnutí. Denně užívat 2 až 4 polévkové lžíce tohoto sirupu. (136+47-77)

## PLÍŠNOVÁ ONEMOCNĚNÍ

### Masti a obklady

2486 • Dvě vrchovaté dvouhrsti květů, stonků a listů měsíčku lékařského se na drobno posekají, 500 g sádla ze střev vepře krmeného přirozeným způsobem, nebo dobré vepřové sádlo se ohřeje na takovou teplotu/jako když se smaží řízek. Do této vřelé masti nasypeme posekané části měsíčku, necháme vzkypět, zamícháme a odstavíme. Vše necháme stát přikryté jeden den. Druhý den směs slabě ohřejeme a přefiltrujeme přes lněné plátno do připravené čisté nádoby. (123)

2487 • Dvě vrchovaté polévkové lžíce plodu borůvky černé na 150g sádla. Mastí se potírají postižená místa a překryjí gázou. (78 + 66)

2488 • Pět polévkových lžic květu měsíčku lékařského na 500 g sádla. Mastí se potírají plísňová místa a překryjí gázou. (78 + 66)

2489 • Obklady z odvaru listů borůvky - brusnice přikládáme na kůži postiženou plísňovým onemocněním. (14)

### Kožní plíseň

2490 • K léčení je vhodný tento výtažek: v jednom litru francovky Alpy naložit 200 g šalvěje, 200 g tymiánu a 200 g vlaštovičnicku. Nechat vyluhovat 3 týdny, pak smíchat jeden díl tohoto výtažku s třemi díly obyčejného 8% octa. Pečlivě omyté nohy se ošetřují touto směsí několikrát denně. Kůži je nutno občas promastit lanolínovou mastí. (126)

2491 • Kožní plíseň léčíme přikládáním obkladů z odvaru z listů borůvky. (40 + 45)

### Plísňové onemocnění na končetinách

2492 • Při plísni na nohou provádíme koupele v silnějším odvaru z natě vlaštovičnicku (jedovatý!). (136 + 47 - 90)

2493 • Při plísni na rukou použijeme koupele v silnějším odvaru ze stejných dílů komonice, zemědýmu a rebríčku. (136+47-90)

2494 • Plísňové onemocnění mezi prsty na končetinách léčíme tak, že příslušná místa potřeme propolisovou tinkturou. (99)

2495 • Plísňové onemocnění mezi prsty nohy: v jednom litru Alpy vyluhovat za pokojové teploty po dobu asi 10 dnů (občas zatřepat) 200 g směsi stejných dílů šalvěje, tymiánu a vlaštovičnicku. Kteroukoliv z uvedených drog lze nahradit řepíkem. Pak se smíchá jeden díl tohoto výtažku se třemi díly obyčejného 8% octa. Pečlivě omyté a vysušené nohy se ošetřují - navlhčují uvedenou směsí několikrát denně. (27)

2496 • Plíseň mezi prsty na rukou i nohou lze hojit vylisovanou šťávou z česneku, kterou se



napadená místa dva i vícekrát denně potírají. (126)

## PLODNOST

2497 • Plodnost a vitalitu u obou pohlaví významnou měrou podporuje přírodní vitamín E, získaný nejlépe z pšeničných klíčků: pšenici dát večer do misky a zlehka přelít - navlhčit vodou, ponechat při pokojové teplotě. Druhý den vodu odlít a ponechat bez vody, další den znovu zalít vodou. Tento postup opakovat, dokud klíčky nevzrostou na 1 až 2 cm, tedy asi týden. Naklíčené zrní potom na cedníku důkladně proprat vodou, aby se vyplavily nežádoucí kvasné bakterie. Správně naklíčené zrno je měkké a pod tlakem prstů se droší. Podává se v nejrůznější kuchyňské úpravě s ovesnými vločkami a džemem, s mlékem, medem aj. Tepelná úprava nemá překročit 40 °C. Průměrná denní dávka je 3 až 5 polévkových lžic naklíčeného zrna. (136 + 47 - 31)

## PLYNATOST

### Plynatost - větry

2498 • Při plynatosti působí větropudně bachta trojlistá ve formě studeného výluhu, který připravíme tak, že dvě čajové lžičky vachty zalejeme 400 ml studené vody a necháme 8 hodin vyluhovat. Užíváme třikrát denně 120 ml 10 minut před jídlem. (91)

2499 • Na větry „se má brát kmín, dát ho do pytlíčku a přiložit na břicho“. (134)

2500 • Plynatost odstraňjí teplé obklady přikládáné na břicho, které se po 20 až 30 minutách mění. Přitom se vypije šálek horké vody, do něhož se dají dvě lžice pravého borůvkového vína. Také se utluče na prášek kořen andělíky. Tohoto prášku se dává na hrot kulatého nože buď do jídla, nebo do marmelády. Čaj pijeme ze směsi 10 g bedrníku, 20 g dubového mláží, 15 g heřmánku, 15 g mochny husí, 10 g nátržníku, 10 g puškvorce, 20 g řepíku, 20 g sluněčka a 15 g třezalky. (107)

2501 • 15 g angeliky, 10 g hořce, 15 g jalovce, 10 g kozlíku, 15 g přesličky, 30 g slézu lesního, 15 g veroniky, 10 g vachty a 15 g fenýklu. (107)

2502 • Filipína Welsarová radí: „Když břicho nadýmají větry, vezmi Černobýl, hrst hluchavek s bílými květy, dva loty závoru nahrubo nařezaného, semena fenýklu jeden lot, senesové listy jeden lot. To všechno se svaří v pěti žejdlících laciného piva až na polovinu, pak se to scedí, když to vychladne. Každý den si vypij dvakrát jeden doušek, přinejmenším ráno když vstáváš a pak hodinu před večerí. To dělej po celé tři týdny.“ (134)

2503 • Zralé plody kmínu obecného zabraňují nadměrné plynatosti a potlačují křeče hladkých svalů. Odvar: dvě lžičky drceného kmínu na čtvrt litru vody. Mírně povaríme, necháme 15 minut stát a pijeme chladný 1 až 2 šálky denně. - Z plodu kmínu a květu heřmánku (po jednom dílu), nebo plodu kmínu, květu heřmánku, listu máty peprné a natě meduňky po jednom dílu - dvě lžičky směsi přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 15 minut louhovat. (14)

2504 • Pro odstranění plynatosti se přikládají na břicho teplé obklady, které se po 20 až 30 minutách mění. Při tom se vypije šálek horké vody, do

něhož se dají dvě lžice pravého borůvkového vína. Také se utluče na prášek kořen angeliky. Tohoto prášku se dává na hrot kulatého nože buď do jídla nebo do marmelády. Čaj pijeme ze směsi: 10 g bedrníku, 10 g hořce, 20 g dubového mláží, 15 g heřmánku, 15 g mochny husí, 10 g nátržníku, 10 g puškvorce, 20 g řepíku, 20 g sluněčka a 15 g třezalky. - také je dobrý čaj ze směsi: 15 g angeliky, 10 g hořce, 15 g jalovce, 10 g kozlíku, 15 g přesličky, 30 g slézu lesního, 15 g veroniky, 15 g vachty a 15 g fenýklu. (107)

2505 • Při nafouklém břichu si zavedte klystýr ze spárky heřmánkových květů, nejlépe ráno po vyprázdnění, a před tím vypijte koflík čaje ze směsi stejných dílů anýzu, fenýklu a máty peprné. (132)

### Plyny ve střevech

2506 • Plyny ve střevech uvolňuje meduňka lékařská, kterou použijeme ve formě záparu. Dvě polévkové lžice drogy zalijeme 400 ml vřelé vody a necháme vyluhovat 20 minut. Z přecezeného záparu užíváme 120 ml třikrát denně 15 minut před jídlem. (91)

### Dětská plynatost

2507 • Odvar: dvě lžičky drceného fenýklového semene na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem a na 15 minut odstavíme. Pijeme teplý, denně dva šálky. Malým dětem se odvar ředí v poměru 1:1 vodou nebo mlékem a při kašli se sladí medem. (14)

### Choroby žaludeční plynatosti

2508 • Nechtě macerovat tři týdny v jednom litru žitné kořalky po 75 g semínek anýzových, celerových, fenýklových, koprových, koriandrových a mrkvových. Dobře zemleté na slunci nebo tak dlouho ve stínu, pak do nich po scezení namíchejte tolik práškového kandyzového cukru, až vznikne vláčný sirup, který si napřed svaňte s trochou vody a líhu. (132)

2509 • Připraďte mírně fenýklové semínko, rozemelte je v mlýnku na kávu a používejte je jako koření, tj. posypávejte jím pokrmy a polévky. (132)

2510 • Při plynatosti, žaludeční slabosti, poruchách trávení a při střevním kataru připravte čaj - nálev: Přelejte tři čajové lžičky rozmačkaného nebo roztlučeného plodu kmínu kořeného jednou sklenicí vroucí vody nebo mléka, nechtě krátce povařit a poté asi 10 minut vyluhovat v uzavřené nádobě. Po scezení tuto dávku během dne vypijte. (23)

## POCENÍ

### Pocení nadměrné

2511 • Pijte denně ráno a večer před spaním místo jiných nápojů spárku ze stejného dílu máty, meduňky, šalvěje a yzopu, můžete přisladit podle libosti, je lahodný i bez slazení a dělá pravé divy. Pijte jej denně delší dobu. (132)

2512 • Prášek z kořene anjeliky lékařské má účinek, běře-li se 3 krát denně na špičku nože s cukrem. Zamezuje přílišné pocení, rovněž při rakovině žaludku, ovšem počáteční, bylo a je s prospěchem používáno. (132)

2513 • Špetku listu šalvěje lékařské spařit šálkem vroucí vody, nechat 10 minut vyluhovat a scedit. Pije se šálek denně před spaním. (78 + 66)

2514 • Smícháme 40 g kořene libečku lékařského a 10 g listu šalvěje lékařské. Odvar: dvě kávové lžičky na 200 ml vody. Doba varu 3 minuty, vyluhování 10 minut. Pije se třikrát denně šálek čaje. (78 + 66)

2515 • Smícháme 25 g natě rebríčku obecného, 25 g listu šalvěje lékařské, 10 g kozlíku lékařského (kořen) a 10 g natě přesličky rolní. Příprava a použití jako u receptu č. 2514. (78 + 66)

2516 • Smícháme 50 g přesličky, po 25 g listů ořešáku vlašského a šalvěje. Dvě čajové lžičky směsi vařit pět minut ve čtvrt litru vody. Pít první dávku po doušcích během dne a druhou před spaním. (136 + 47 - 62)

2517 • Připravíme lázeň z dubové kůry a kořene andělíky lékařské - celkem půl kg na jednu lázeň, směs povaríme a nasypane do ní 10 dkg litru ořešáku a 10 dkg máty, necháme vyluhovat a scedíme do vany. V lázni pobýt půl hodiny, opakovat každý týden. (99)

2518 • Pijeme čaj připravený z jedné čajové lžičky sušené kvetoucí natě yzopu lékařského (vyloužeí) v 0,2 l vřelé vody a vyluhované 15 minut. (301)

2519 • Smícháme list šalvěje 40 g, dále 10 g listu vlašského ořechu, 10 g listu meduňky lékařské, 20 g natě rebríčku a 20 g natě podbělu. Lžičku směsi bylin povaríme ve čtvrt litru vody a pijeme dvakrát denně půl sklenice. (99)

2520 • Jeden a půl kg ovesné slámy, 10 dkg máty a 10 dkg kopřivy, několik hodin namáčet ve správném množství vody, pak krátce povařit a scedit do vany. Vztít koupel. (99)

2521 • Plody maliny, list kopřivy a jitrocele - ve stejném množství - dvě hrsti na litr vařící vody, scedit a přidat do lázně. (99)

2522 • List suché kopřivy rozmělnit na prášek a užívat dvě až tři lžičky denně před jídlem. Zapíjet studenou tekutinou. (99)

2523 • Tatranský „kořený čaj“: stejné díly kořene andělíky, lopuchu, puškorce, nátržníku a kořene lékořice. Vrchovatou polévkovou lžící spařit asi 400 ml vařící vody, nechat 15 minut ustát, scedit a po doušcích vypít během dne. Kořen nátržníku možno nahradit dubovou kůrou. (126+47-220)

#### Nadměrné pocení rukou

2524 • Vetřít do krajiny ledvin cibuli upečenou ve slupce jedenkrát denně. Současně pít po doušcích denně asi 0,5 až 0,75 l kontryhelového nálevu. (136 4- 47 - 94)

2525 • Při pocení dlaní myjte si ruce výhradně v silném odvaru z dubové kůry. (132)

#### Nadměrné pocení nohou

2526 • Koupel v odvaru z březových listů, nejraději čerstvých. Teplá až horká nožní koupel v koncentrovanějším odvaru má trvat asi 20 minut a končí ponořením nohou na půl minuty do

studené vody. Rovněž lze použít listu vlašského ořešáku. (136 + 47 - 62)

2527 • Pijte denně večer čaj z přesličky (3/4) azeměžlučed/4). (132)

2528 • Provádějte koupele nohou, 1 hrst dubové kůry, 1 hrst přesličky, 100 g nakrájené cibule, 3 lžice pelyňku, 2 lžice soli. Vše se dá do 4 litrů vody, vaří se 10 minut, pak se vlije do kbelíku, v němž se nohy koupou 20 minut v přiměřené teplotě. (126)

2529 • Koupel připravíme z listu šalvěje, ořešáku vlašského a natě přesličky (stejným dílem). Jednu polévkovou lžící směsi vařit 5 minut ve čtvrt litru vody, pak scedit a vlít do koupele. Koupel provádět 20 minut. (126)

#### Nadměrné pocení podpaždí

2530 • Omývejte si postižené místo častěji silným odvarem šalvěje a na noc si ovažte pod pažďí váček s rozdrčenými otrubami. (132)

#### Nadměrné pocení původu nervového

2531 • Smíchejte 25 g listu ořešáku královského, 10 g listu šalvěje lékařské, 5 g natě yzopu lékařského. Nálev: pije se šálek čaje před spaním. (78 + 66)

2532 • Smíchejte 20 g kořene kozlíku lékařského, 10 g listu máty peprné a 10 g natě přesličky rolní. Nálev: doba vyluhování 20 minut. Pije se jeden šálek před spaním. (78 + 66)

2533 • 50 g listu šalvěje lékařské se zalije půllitrem destilátu, nechá 10 dní vyluhovat, pak se scedí a uschová v chladnu. V době potřeby se užívá dvakrát denně 30 kapek na lžici vody. (78 + 66)

#### Noční pocení

2534 • Starým a osvědčeným domácím lékem při nočním pocení je šalvěj. Spaří se ráno a pije na lačno a pomalu, delší dobu. Osvědčený domácí lék je také bylinková směs připravená z 200 g šalvěje, 20 g kontryhelu a 20 g přesličky. Směs se spaří, vyluhuje a pije pomalu před snídaní. Užívá se delší dobu. (123)

2535 • Pomůže prostá šalvěj - večer vypít sklenku studeného nálevu nebo podat tento čaj: 150 g kořene kozlíku a po 50 g přesličky a listu máty peprné. Jednu polévkovou lžící směsi spaříme sklenkou vřelé vody a necháme vyluhovat do vychladnutí, precedíme a podáváme večer před spaním. (136+47-91)

2536 • Smícháme 150 g kořene kozlíku a po 50 g list máty peprné a natě přesličky. Do 200 ml vřelé vody dáme jednu polévkovou lžičku této směsi, necháme vyluhovat jednu až dvě hodiny a scedíme. Zapar vypijeme večer před spaním. (91)

2537 • Smícháme 50 g listu šalvěje, 150 g kořene kozlíku a 80 g natě přesličky. Dále jako u receptu č. 2536. (91)

2538 • Smícháme 200 g natě třezalky tečkované, po 100 g kořene kozlíku a listu máty peprné a 50 g plodu kopru. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice směsi, vaříme jednu minutu, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme.

Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. Léčení trvá 3 až 4 měsíce. (91)

2539 • Do 200 ml teplé vody dáme jednu až dvě čajové lžičky (pro dospělé) kořene kozlíku a jednu zarovnanou lžičku (čajovou) listu máty peprné, natě přesličky a lněného semene. Necháme vyluhovat 1 až 2 hodiny a scedíme. Zapar vypijeme před spaním. (91)

2540 • Do 200 ml vřelé vody dáme jednu čajovou lžičku kořene kozlíku (při nedostatečném účinku možno zvýšit na dvě čajové lžičky) a jednu čajovou lžičku natě přesličky a lněného semene. Necháme vyluhovat dvě hodiny a scedíme. Zapar užijeme před spaním. (91)

#### Noční pocení při nespavosti

2541 • 40 g yzopu, 40 g šalvěže, 10 g oplodí ořešáku - vše smícháme a jednu čajovou lžičku směsi vaříme 7 minut ve čtvrt litru vody. Ihned scedíme a pijeme před spánkem šálek teplého čaje. (303)

2542 • Smíchejte po 40 g list šalvěže a nať yzopu a 100 g oplodí ořešáku královského. Čajovou lžičku této směsi na šálek vody, nechte vařit 5 až 10 minut a pak scedte. Pije se denně před spánkem šálek teplého čaje. (30)

2543 • Smíchejte 80 g listu šalvěže a po 10 g natě přesličky rolní a kořene kozlíku lékařského. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, nechte vařit 5 až 10 minut a scedte. Denně vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

#### Noční pocení při plicní tuberkulóze

2544 • Užívejte jen se souhlasem lékaře: čaj připravený ze směsi 30 g listu šalvěže a 70 g natě přesličky rolní. Tři čajové lžičky této směsi přelejte půl litrem vroucí vody, nechte vyluhovat 5 minut a scedte. Denně vypijte tři šálky horkého čaje. (30)

2545 • Užívejte jen se souhlasem ošetřujícího lékaře: čaj ze směsi 25 g listu šalvěže a 25 g oplodí ořešáku a 50 g natě přesličky rolní. Tři čajové lžičky této směsi přelejte třemi šálky vody, nechte vařit 5 až 10 minut a poté scedte. Po řadu měsíců vypijte denně 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

#### Pot páchnoucí

2546 • Proti páchnoucímu potu používáme v létě šťávu z čerstvé kopřivy (1 lžička denně). V zimě používáme 2 krát denně lžičku suché kopřivy rozmělněné na prášek. (99)

#### K pocení a vylučování moči

2547 • Používá se jako dobrý prostředek štetka lesní - čajová lžička jemně řezané drogy se vaří necelou čtvrt hodinu a pak se pije dva až třikrát denně. (99)

#### Pocení nedostatečné

2548 • Po 25 g podbělového listu a sušených malin, přidat 10g dobromysli. Čaj se připravuje běžným spařením dvou polévkových lžiček směsi se dvěma sklenicemi vařící vody. Čaj je velmi lahodný, přivede rychle nemocného k zapocení a dodá organismu řadu po-

třebných vitamínů a minerálních látek. Podává se horký, může se osladit medem. (136)

2549 • Hlas faráře Sebastiana Kneippa: „The z lipového květu jest vedle bezového thé nejznámější prostředek pro pocení. O pocení, jak se obyčejně provádí, že totiž týráním chceme pot vynutiti z těla, nejsou zkušenosti příznivé. Květu je dobře používati při parách, jež vyplozují pot a nahrazují pocení. Květ lípy lze nahradit květem třezalky.“ (56)

2550 • Připravíme tinkturu: 50 g řezaného listu šalvěže lékařské zalijeme půl litrem koňaku nebo jiného destilátu a necháme v dobře uzavřené láhvi 10 dní stát za občasného protřepání. Užíváme 30 kapek na lžici vody 3 krát denně. (123)

2551 • Jako potopudný prostředek připravíme výluh: jednu lžičku řezané sušené natě tužebníku jilmového s květem přelijeme čtvrt litrem studené vody a necháme 10 hodin stát. Precedíme a pijeme vlažný, jeden šálek denně. (123)

#### POBŘIŠNICE

2552 • Při zápalu pobřišnice i zápalu plic rozstrouhejte několik syrových brambor a několik syrových cibulí, promíchejte, namažte jemně na plátno a přikládejte na hruď. (132)

2553 • Namíchejte do lžice horkého dobrého přeškvářeného másla lžici medu a užívejte co nejteplejší. (132)

2554 • Při zápalu pobřišnice smíchejte stejným dílem natě: jahodovou, jetele hořkého, pelyňku, šalvěže a zeměžluče, přidejte trochu rozemletých jalovčinek, spařte vařící odvar a nechte dvě hodiny táhnout. Pijte denně každou hodinu lžici teplého čaje. (132)

2555 • Při zápalu pobřišnice přikládejte si na břicho i záda pokud možno horké obklady z bezinkového octa, svařeného v litru vody. (132)

#### PODLITINY

2556 • Mast proti krvavým podlitinám: smíchejte tolik škrobové moučky bramborové s olivovým olejem, aby vznikla vláčná masa. Přikládejte natřenou na plátně. (132)

2557 • Krvavé podlitiny pod kůží zmírní velmi rychle, budete-li na ně přikládati čerstvou nať čerkusovou. (132)

2558 • Mast zázračná proti krvavým podlitinám a uhozeninám: smíchat stejným dílem čerstvé nesolené máslo a žlutý včelí vosk a zvolna roztavit na mírném ohni. Lisováním připravit šťávu ze zelené spodní kůry černého bezu, asi jednu polévkovou lžici na 100 g masťového základu, za stálého míchání pomalu vkapávat do chladnoucí masti. (132)

#### POHLAVNÍ ÚSTROJÍ

2559 • Odvar z celé byliny pilátu lékařského znamenitě odstraňuje herpes pod předložkou pyje, proti němuž nemá ani oficiální lékařství dosud správného a určitě účinkujícího léku; obklady s ledem chlazeného odvaru působí zázračně. (132)

## POHMOŽDĚNINY

2560 • Matthioli říká: „Kdo by upadením zvysoka sobě uškodil a obrazil se anebo něco na něho upadlo a stlačilo ho, vař bukvici, čakanku, rebríček, jitrocel v pivě a pí, prospěšné jest!“ (74)

2561 • Tři polévkové lžíce květů bezu černého na 250 g sádla. Připravíme mast, kterou potíráme postižená místa a převážeme. Mast je vhodná nejen na pohmožděniny, ale i na podlitiny. (78 + 66)

2562 • Stejnou mast jako u předpisu č. 2561 můžeme připravit z květu měsíčku lékařského. (78 + 66)

2563 • Smícháme po 50 g kořen kostivalu lékařského a kořen mochny nátržníku, polévková lžíce směsi na šálek vody. K obkladům a omývání u pohmožděnin a podlitin. (78 + 66)

2564 • Smícháme 10 g listu šalvěje lékařské, 10 g květu měsíčku lékařského a 10 g květu heřmánku lékařského, připravíme odvar a použijeme k obkladům a omývání pohmožděnin a podlitin. (78 + 66)

2565 • Na obklady při pohmožděninách: smícháme 15 g chmele, 10 g heřmánku, 20 g levandule, 20 g rozmarýnové natě, 20 g mateřídoušky. Vaříme ve dvou litrech vody 5 minut, vlijeme do koupele, nebo v polovičním množství máčíme plátno na obklady. (303)

2566 • Obklad na pohmožděniny: 10 g heřmánku, 20 g yzopu, 15 g jablečnicku a po 10 g voněkly, routa, šalvěj, mateřídouška a pampeliška, 5 g arniky. (132)

2567 • Jemné plátno naplníme řezaným suchým listem meduňky, nahřejeme a přikládáme na pohmožděniny a otoky a na místa postižená revmatismem. (78 + 66)

2568 • Pohmožděniny se dobře léčí kašovitým obkladem z čerstvé strouhaného kořene kostivalu. (136 + 47 - 39)

2569 • Šťávu z čerstvé natě jablečnicku obecného smícháme s borovou pryskyřicí a přikládáme na pohmožděniny. (78 + 66)

2570 • Vymacerujte v dobré kořalce žitné sušené květy třezalkové (čerstvé nebo napařené) tak dlouho, až zežloutne, slijte a přidejte 2 g pravého práškového kafru. Přikládejte na postižená místa obklady nevyždímané. (132)

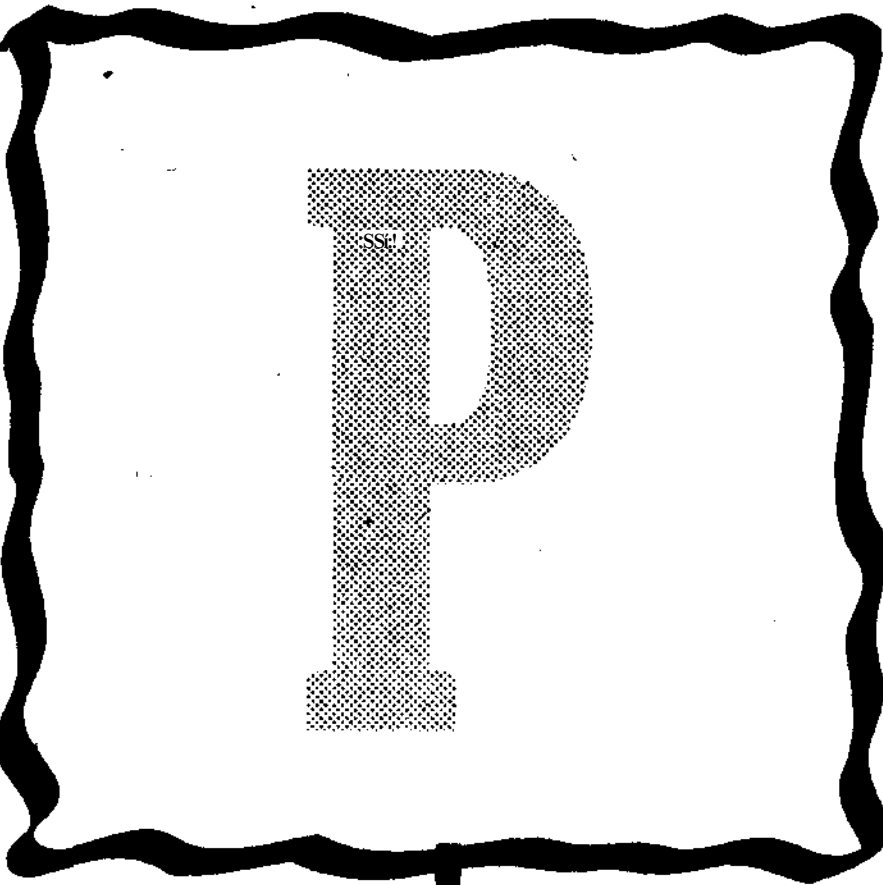
2571 • Přikládat pomleté kapustové, případně zelné listy formou obkladu, případně čerstvý rozmixovaný kostival s mochnou husí (nebo květem měsíčku, kopřivou) a sádlem formou náplasti. (136 + 47 - 14)

2572 • Při pohmožděninách, migréně, míst postižených neuralgií, revmatismu a ekzémech; k potírání třeba užívat mátový olej. (40 + 45)

## POHRUDNICE

### Zánět pohrudnice

2573 • Vyvařte hrst opraných ječmenových zrn v litru vody tak dlouho, až zrní popraská, přecedte, oslaďte medem a octem. Může se pít podle



libosti každé množství, je lahodný a prospívá. (132)

2574 • Přihřejte na mírném ohni posekané listy sporýšové s trochou octa, natřete je teplé na pláténko-a přikládejte. (132)

## POLUCE

2575 • Při polucích, dále při předčasném výronu semena u mužů koná zázračné služby ruta obecná. Bere se sušená nať v prášku a to třikrát za den na špičku nože, nejlépe po jídle. Též ženy s oblibou ji používají pro zesílení dělohy. (132)

2576 • Slabý polev natě z užanky lékařské— 20 g na litr vody, třikrát denně šálek pitý koná výtečné služby při výtoku semena u mužů. Ženy s oblibou pijí rovněž slabý polev užanky k zamezení potratu. (132)

## POLYKÁNÍ

### Polykání bolestivé

2577 • Smíchejte lžici medu a lžici přeškvářeného horkého másla a užívejte tak horké, jak snesete. (132)

## POLYPY

2578 • Vezmeme 40 g natě přesličky a po 20 g kořene proskurníku, kořene kopřivy a listu meduňky. Připravíme asi půl litru odvaru na pití (z termosky, po doušcích) a přibližně čtvrt litru na proplach nosu, vícekrát denně. Po proplachu večer nebo i dvakrát denně chvíli inhalujeme nad vařící se přesličkou a nakonec vkápeneme do nosu 2 až 3 kapky třezalkového oleje do každé nosní dírky. Pokud polypy nezmizí do šesti týdnů, nemá smysl v léčbě dále pokračovat. (136 + 47 - 26)

2579 • Šnupejte usušené a na prášek rozmělněné břechťanové listy. (132)

2580 • Šnupejte častěji na prášek rozemletou a přisetou nať z ožanky (lidové máta kočičí). (132)

## POMOČOVANÍ

### Nežádoucí pomočování

2581 • Smícháme 10 g listu meduňky lékařské a 70 g natě rebríčku a čajovou lžičku této směsi prelejeme šálkem vroucí vody, necháme 5 min. vyluhovat a scedíme. Postižená osoba před 17. hodinou vypije denně jeden šálek teplého čaje. (30)

2582 • Smícháme 10 g listu meduňky a 70 g natě řepíku a čajovou lžičku této směsi prelejeme šálkem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Dítě denně před 17. hodinou vypije šálek teplého čaje. (30)

2583 • Smícháme po 20 g list medvědice, kůru dubu a květ lípy a 100 g natě třezalky. Jednu čajovou lžičku směsi dáme do šálku vody, necháme vařit 5 až 10 minut a scedíme. Postižená osoba denně před 17. hodinou vypije šálek teplého čaje. (30)

2584 • Smícháme 30 g natě přesličky rolní, 30 g mochny nátržníku a 100 g natě jitrocele kopinatého. Čajovou lžičku této směsi na šálek vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Postižená





osoba denně před 17. hodinou vypije šálek teplého čaje. (30)

2585 • Přelete čajovou lžičku třezalky šálkem vroucí vody, nechte vyluhovat 5 minut a scedte. Postižená osoba vypije denně před 17. hodinou šálek teplého čaje. (30)

2586 • Smícháme 10 g natě přesličky a meduňky, 70 g natě řepíku. Jednu polévkovou lžící směsí spaříme čtvrt litrem vody, necháme 20 minut vyluhovat. Pije se dvakrát denně před jídlem, po 17. hodině již nic nepít. (126)

2587 • Při bezděčném pomočování: po 20 g dubové kůry, natě řepíku, natě rebríčku a natě třezalky, po 10 g listu borůvky a listů jitrocele kopinatého. Jednu vrchovatou čajovou lžičku směsí vhodit do šálku studené vody a krátce povařit, 15 minut nechat ustát a scedit. Pít teplé po obědě a po večeři. (132)

2588 • Po 20 g listu medvědice lékařské, květu lípy a natě třezalky, 40 g dubové kůry - lžící kůry vařit ve sklenici vody, v tom spařit lžící zbývajících bylin, vypít večer. (99)

#### Nežádoucí noční pomočování

2589 • Při nežádoucím nočním pomočování smícháme stejným dílem řepík, třezalku, přesličku, jitrocel, rebríček a chmel. Dvě polévkové lžice směsí na půl litru nálevu, nechat ustát 30 minut, mírně osladit medem a po doušcích vypít během dne do 17 (děti) nebo 18 (dospělí) hodin. Po této hodině již nepít. Večer před spaním vzít na lžičku medu 20 až 30 kapek kozlíkové tinktury. (56)

2590 • Vezmeme 80 g rebríčku a po 30 g natě třezalky, přesličky, listu jitrocele a natě řepíku. Dvě polévkové lžice směsí spaříme 600 ml vroucí vody, necháme 30 minut ustát, osladíme mírně medem a po doušcích vypijeme během dne. (136+47-17)

2591 • 30 g kořene kozlíku a šištic chmelu a po 10 g rebríčku, máty pepřné, heřmánku a meduňky. Jednu polévkovou lžící směsí spařit sklenicí vařící vody, 4 hodiny nechat vyluhovat, scedit, přisladit medem a podávat teplé asi 2,5 hodiny před spaním. (136 + 47 - 124)

#### Noční pomočování původu nervového

2592 • Smícháme po 10 g natě rebríčku obecného, přesličky rolní, řepíku lékařského, jitrocele kopinatého a šištic chmele obecného. Nálev: pijí se 2 až 3 šálky denně. (78 + 66)

2593 • Smícháme 25 g natě kontryhelu obecného a 25 g natě meduňky lékařské. Nálev: pijí se 2 až 3 šálky denně. Poslední šálek se pije nejpozději v 18 hodin. (78 + 66)

2594 • Pomáhá tinktura z kozlíku lékařského. 10 g kořene drogy zalijeme alkoholem a necháme 14 dní macerovat v teple. Pak precedíme a uschováme v dobře uzavřené lahvičce. Užívá se vždy před spaním 10 až 20 kapek na kostce cukru nebo s lžičkou medu. (78 + 66)

#### Pomočování při špatné práci ledvin

2595 • 25 g natě přesličky, 45 g natě jitrocele a 30 g oddenku hadího kořene. Odvar, pije se třikrát denně půl sklenice. (99)



2596 • Nať přesličky, jitrocele, rdesna pepřníku, kořen mochny. Odvar. Vypít před spaním. (99)

#### Pomočování spojené se zánětlivým procesem močových cest

2597 • 20 g medvědice, 20 g dubové kůry, 20 g lipového květu, 100 g třezalky, 50 g tužebníku - vše smícháme a dvě lžičky této směsí spaříme čtvrt litrem vody a necháme 45 minut vyluhovat. Pijeme jednou až dvakrát denně před jídlem. (303)

2598 • Po 20 g listu medvědice lékařské, kůry dubové a květu lípy, 50 g natě tužebníku a 100 g natě třezalky. Dvě čajové lžice směs zalít čtvrt litrem vařící vody, 45 minut vyluhovat. Pije se jednou až dvakrát denně před jídlem. (126)

#### Pomočování dětí

2599 • Dětem do 7 až 8 let, u kterých je noční pomočování nejčastější, podáváme pouze zapar z třezalky místo čaje. (99)

2600 • Starším dětem podáváme: nať kokošky pastuší tobolky, rdesna ptačího, přesličky, třezalky a oddenku kozlíku. Připravíme zapař. (99)

2601 • Při pomočování se sníženým vylučováním moči u dětí smícháme 30 g natě třezalky a 10 g listu meduňky. Čajovou lžičku této směsí přelijeme šálkem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Postižené dítě denně před 17. hodinou vypije šálek teplého čaje. (30)

2602 • Při pomočování dětí spařit jednu polévkovou lžící natě třezalky tečkované čtvrt litrem vařící vody a nechat 20 minut vyluhovat. Vypít po 17. hodině a pak již nic nepít. (126)

2603 • 20 g natě celíku zlatobýlu, 30 g natě třezalky a 10 g natě meduňky - jedna polévková lžice směsí se spaří čtvrt litrem vařící vody, nechá se 20 minut vyluhovat a pije se dvakrát denně před jídlem, po 17. hodině již nic nepít. (126)

#### POPÁLENINY

2604 • Vnitřní popáleniny zvláště v žaludku a střevěch vyléčíte rychle, pojíte-li několikrát za sebou (mezi tím nic nejíst) skrojek chleba namazaného směsí ze stejného dílu práškového cukru a nesoleného čerstvého másla. (132)

2605 • Nemáte-li v ruce nic jiného vhodnějšího, potřete popálené místo propraným žabím potěrem, nasypte okamžitě dřevěným uhlím silnou vrstvou, aby vzduch neměl přístup. (132)

2606 • Popálenina se natře bílkem z vejce a olejem a to tak hustě, jak mnoho se na ráně udrží a pak se ováže vlhkým plátnem. V prvních dnech se opakuje natírání denně dvakrát. Spáleniny, šťávy a nečistota se vymočí a vyloučí spařenými sennými truskami. Při hojení naskáčou vředy. Aby se vředy vyměšily, použije se vařeně pískavice. Těmito prostředky, střídavě přikládány, se dosáhne vyhojení. (56)

2607 • Na popáleniny používáme mast, kterou připravíme z pěti lžic drčeného kořene kostivalu a 10 lžic květu třezalky, naložených do půl litru olivového nebo jiného stolního oleje. Láhev uzavřeme a používáme po 14 dnech. (14)



2608 • Šťáva z netřesku se v lidovém léčitelství používá na popáleniny, také na bodnutí hmyzem. (134)

2609 • Na obklady: 40 g cukrové řepy, 120 g růže stolisté - květ a lístky, 40 g cibule a 40 g chebdí - kořen (126)

2610 • „Specialitou martinské léčitelky Marie Levar byla léčba popálenin. Doporučovala na ně lihový nebo častěji olejový výtažek a to z květů bílých lilií nebo i z květů kopretin. Někdy, třeba v zimě, kdy lilie byly nedostupné, radila popáleninu ošetřit slabým lihem a pak potřít vaječným bílkem.“ (136)

## POTENCE

### Zvýšená pohlavní vzrušivost

2611 • Chmel a kozlík smícháme rovným dílem. Tři lžičky směsi vaříme 7 minut ve 3/4 litru vody, scedíme a pijeme během dne 3 šálky teplého čaje. (303)

2612 • Smícháme 25 g kořene kozlíku lékařského a 25 g šištic chmele a 3 čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Necháme 5 až 10 minut vařit a pak scedit. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

### Povzbuzení mužské pohlavní potence

2613 • Vezmeme 30 g natě dobromysli, po 20g semen kopřivy, drcených jalovčinek, kořene bolševníku obecného, natě mateřídoušky a po 10 g listu šalvěje, semena anýzu a koriantru. Připravit čaj bylinkářským způsobem a popíjet z termosky delší dobu po půl až 3/4 litru denně. Vhodné je podávat červené víno, mandle, sladké mléko s medem. (136+47-71)

2614 • Vezmeme 1 kg medu, po 50 g drcených vlašských ořechů a mandlí, 30 g rouškového pylu a 10 g včelí mateří kasičky. Rozmíchat do homogenní konzistence a užívat 2 až 3krát denně jednu čajovou lžičku po delší dobu." (136 + 47-20)

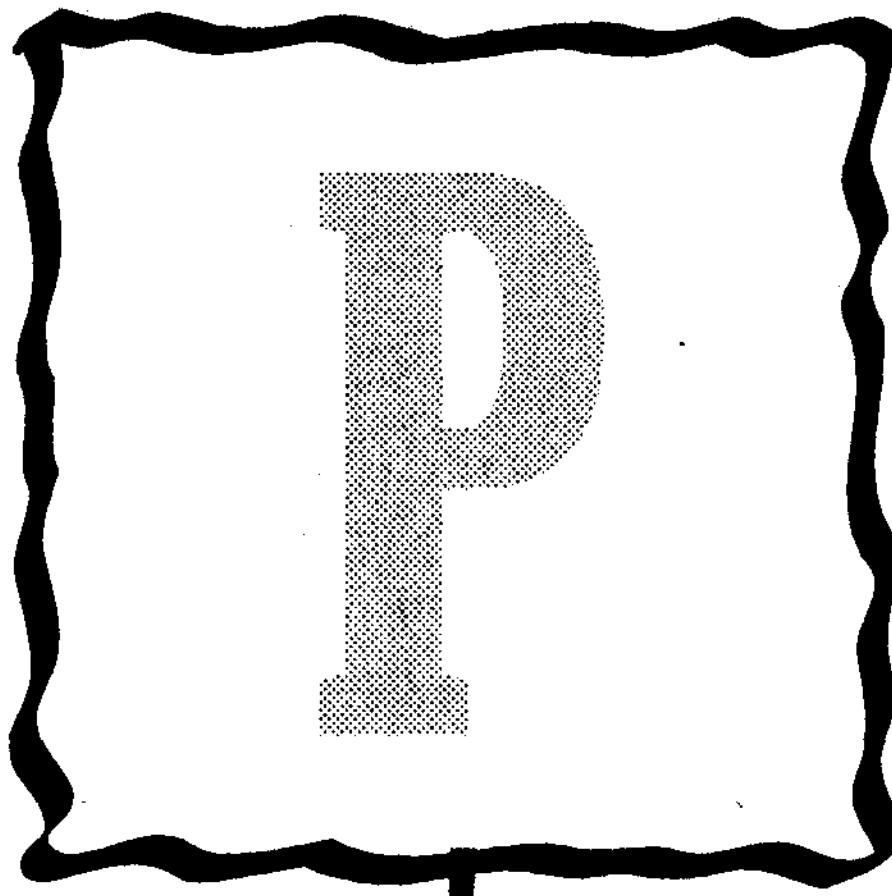
2615 • Vezmeme bílé víno, necháme v něm vyluhovat čerstvou rozmarýnu v poměru 1:10 při pokojové teplotě, pak přefiltrujeme z a uložíme v chladnu. Užíváme jednorázově osminu litru. Účinek se dostaví přibližně za čtvrt hodiny. Jen pro občasné použití! (136 + 47 - 62)

### Při sexuálních poruchách

2616 • Rada Filipíny Welserové: „V homeopatii se mirann (majoránka) používá při sexuálních poruchách. Třeba se v tom případě rozpomněli na staré nápoje lásky, neboť v dřívějších dobách se staré a těžké víno kořenilo majoránkou v naději na obzvláštní vytrvalost a sílu v lásce. Rostlina majoránka nebyla marně věnována bohyni Afrodite/“ (134)

## PROLEŽENINY

2617 • Proleženiny - dekubity začínající obvykle zčervenáním pokožky. V tomto stadiu často postačí tento postup: do půl litru vody dáme dvě polévkové lžíce šalvějových \* listů, louhujeme 24 hodin a scedíme. K macerátu přidáme dvě čajové lžičky Alpy. Postižená místa roztokem lehce masírujeme. (136 + 47 - 108)



2618 • Rozřezejte dvě až tři bílé řípy na tenká kolečka, vytlačte z nich řádně šťávu a pak ji povarte v 60 g čerstvého nesoleného másla, až vznikne hustší vláčná kasička (másla nemá vzkypět). Vtírat dvakrát denně. (132)

## PROSTATA

### Prostatické potíže

2619 • List černého rybízu, list brusinky, list ostružiny, list maliníku - zapař. Pijeme stále, abychom nepřipustili zánět močových cest. (99)

2620 • Čerstvě vytlačit trochu šťávy z kopretiny vratiče, smíchat ji s bílým vínem v poměru 1:2 až 1:3 a podávat po čajových lžičkách delší dobu 2 až 4 krát denně. Dávkování nepřekračovat, vratič je jedovatý. (136 + 47-38 podle 39)

2621 • 200 g cibule nakrájet a podusit v nekovové nádobě (smaltované s neotlučeným smaltem), přidat dvě polévkové lžíce anýzu, dvě polévkové lžíce fenyklu a dvě lžíce jakéhokoliv bylinkového čaje (např. heřmánkového). Směs dát do plínky a obklad přiložit mezi šourek a řiť. Navléknout plavky s gumou (aby se nepotřísnilo prádlo) a ponechat teplé po dvě hodiny. Aplikovat po 5 dnů. Při tom pít jedenkrát denně jeden šálek nálevu z vrbovky malokvěté a dvakrát denně šálek odvaru ze semínek dýně. (126)

2622 • Jeden kg rouškového pylu, 250ml vody, 150 g medu. V teplé vodě rozpustíme med, přidáme pyl a uhněteme těsto. Nechá se těsto vychladnout, ne však v chladničce. Pak těsto natlačíme do zavařovací sklenice, zatížíme podobně jako okurky, lehce zakryjeme tkaninou a necháme zhruba týden fermentovat při teplotě 35 °C. Fermentovaný pyl uschováme v chladnu, podáváme ráno a večer jednu čajovou lžičku do využívání celé dávky. (136 + 47 - 113)

2623 • Užíváme třikrát denně jednu polévkovou lžičku drcených semen tykve, nejlépe v jablečném kompotu, po dobu asi 6 týdnů. Efekt se zpravidla projeví během dvou týdnů. Tento léčebný zásah neprovádíme izolovaně, ale vždy ve spojení s jiným druhem léčby, protože nejde o vlastní ovlivňování prostaty, nýbrž o zpevnění svaloviny močového měchýře. (136 + 47-133)

2624 • 30 g zlatobýlu, 15 g pýru, 15 g jehlice trnité, 15 g kopřivy, 15 g přesličky, 10g dobromysli. Užívat dvě čajové lžičky na sklenku odvaru, vařit 2 minuty. Užívat třikrát denně. (136+47-91)

2625 • Připravíme nálev z buriny srdečníku. Dvě lžičky sušené natě prelejeme dvěma sklenkami studené vody a necháme 12 hodin stát. Denní dávka jsou dva šálky. (14)

2626 • Připravíme čaj: jedna vrchovatá lžička vrbovky malokvěté na čtvrt litru vody, jen spaříme a necháme krátce vyluhovat. Pijí se nejprve tři šálky denně, po několika dnech dva šálky denně na doléčení. Čaj se pije na lačno, večer půl hodiny před večeří. (123)

2627 • Na noc aplikovat na krajinu hráze horké obklady z kasičky, připravené rozvařením mletého semena řeckého sena - pískavice nebo lněného semena, mezi nohy umístit obalený termofor na důsledné prohřátí krajiny hráze. Pro zpevnění svaloviny močového měchýře je vhodné užívat tykvové semeno, dvě polévkové lžíce třikrát denně, event. i častěji. (136 + 47 - 133)



2628 • Při prostatických potížích a u žen při klimakteriu: čaj ze dvou lžic sušené řezané natě buriny srdečnicku, který přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 10 minut stát. Čaj se pije chladný, jeden až dva šálky denně po doušcích. (40 + 45)

### Chronická prostata

2629 • Smícháme po 50 g květ měsíčku lékařského, heřmánku, kořen jehlice trnité, nať zlatobýlu, blizny kukuřice a kůru lísky. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, vaříme tři minuty a necháme 30 minut vyluhovat. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

2630 • Smícháme po 50 g list medvědice lékařské, kořen omanu, kořen jehlice trnité a šišťice chmelu a kořen pampelišky a po 100 g kůry lísky a nať zlatobýlu. Do 600 ml vřelé vody dáme 2 polévkové lžíce této směsi, vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru, 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

### Zánět prostaty

2631 • Používá se jako osvědčený lék 3 krát denně kávová lžička propolisové tinktury do 1 dl vody. (99)

2632 • Při zánětu prostaty a ledvin smícháme 20 g zlatobýlu, 7 g heřmánku, 10 g přesličky rolní, 15 g třezalky, 20 g šípku, 20 g truskavce a 20 g rebríčku, dále 15 g máty a 15 g fenyklu. Připravíme ze směsi odvar, pijeme třikrát denně jeden šálek. (126)

2633 • Hrst přesličky na litr vody, vařit pod pokličkou nejméně půl hodiny, nasypat lžici vařené bylinné směsi Urosan, nechat vyluhovat a získaný odvar vypít v průběhu dne po malých dávkách. Kromě toho zbavit organismus přebytek vápníku pomocí následující diety: nekonzumovat vařené bílky a ovesné vločky, naopak šfovík a rajčata jíst co nejčastěji. (99)

2634 • Vezmeme 200 g natě vrbovky (kterýkoliv druh mimo vrbovku chlupatou), po 100 g natě zlatobýlu a listu kopřivy a po 50 g natě tymiánu a kořene pampelišky s natí. Polévkovou lžici směsi spaříme čtvrt litrem vroucí vody, necháme 20 minut vyluhovat, scedíme a na lačno rychle vypijeme, tři až čtyřikrát denně. (136 + 47 - 27)

2635 • Při zánětu žlázy předstojné, zejména je-li spojen s cystickým zánětem močového měchýře, vaříme hrst vřesových květů v litru vody tak dlouho, až se vyvaří na jednu třetinu. Pije se teplé po lžičkách, dva koflíky denně. (132)

### Prevence zánětu prostaty

2636 • Prevence zánětu prostaty zejména u mladších mužů: po jednom dílu květu měsíčku, heřmánku, kořene jehlice trnité, kukuřičných čnělek a lískové kůry a k tonou dva díly zlatobýlu. Brát čtyři polévkové lžíce na litr odvaru, vařit 3 minuty, půl hodiny nechat ustát a scedit do termosky. Pít šestkrát denně po asi 150 ml. (136)

### Prostata spojená se ztížením odchodem moči

2637 • Libeček, průtržník lysý, list medvědice, květ trnky, list osiky - vše smíchat rovným dílem.

P

Tři čajové lžičky směsi přelít půl litrem vřelé vody, 5 minut nechat vyluhovat. Pijeme 3 až 6 šálků teplého čaje denně. (303)

2638 • Pomáhá čaj z vrbovky malokvěté: jednu vrchovatou lžičku drogy spaříme čtvrt litrem vody, necháme krátce vyluhovat. Pijeme dva šálky denně, jeden před snídaní, druhý před večeří. (303)

2639 • Smícháme po 20 g list osiky, medvědice, květ trnky, nať průtržníku lysého a libečku. Tři čajové lžičky této směsi přelijeme půl litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Denně vypijte 3 až 6 šálků teplého čaje. (30)

2640 • Smícháme po 20 g nať kopřivy a přesličky rolní, list břízy, fazolové lusky bez semen a kořen i nať pampelišky. Čajovou lžičku této směsi na šálek vody, vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Denně se pije 3 až 6 šálků teplého čaje. (30)

2641 • Tři čajové lžičky natě vrbovky malokvěté se přelijí půl litrem vroucí vody, vyluhovat 5 minut a pak scedit. Denně vypijte 3-6 šálků čaje. (30)

2642 • Denně vezmeme 1 až 2 polévkové lžíce čerstvých loupaných semen tykve turka. (30)

### Zbytnění prostaty

2643 • Jednu vrchovatou lžičku rouškového pylu smíchat s trochou medu a to vše rozmíchat v pohárku vhodné minerálky (Rudolfův pramen nebo Bílinská kyselka). Z počátku léčby se tato směs pije několik týdnů třikrát denně, později jen jednou až dvakrát denně. K tomu se užívá vždy po dvou tabletkách Pangaminu nebo asi 10 g obyčejného droždí. (136 + 47 - 43)

2644 • 20 g zlatobýlu, 60 g srdečnicku a 20 g nátržníku. Třikrát denně šálek teplého nálevu vždy po jídle. (132)

2645 • Prostředek proti hypertrofii prostaty u stárnoucích mužů: podává se v kapkách asi 15 g čistého včelího pylu denně, dlouhodobě zpravidla v kombinaci s léčivými čaji. (136 + 47 - 113)

2646 • Zbytnění prostaty, nemoc stárnoucích mužů: základním léčivem je pyl; normalizuje hladinu mužských hormonů a působí léčivě. Úspěšný je koktejl, spočívající ve směsi 5 až 6 g rouškového pylu, půl až jedné čajové lžičky medu. Vše rozmíchat ve sklenici minerálky (Bílinská kyselka nebo Rudolfův pramen). Pít třikrát denně. (136 + 47 - 43)

### Zduření prostaty

2647 • Při zduření prostaty z nedostatku zinku a při nemocech ledvinových připravíme odvar ze semen tykví, semena nakrájíme na krátké plátěčky, dvě čajové lžičky na čtvrt litru vody. (126)

### Zvětšení prostaty

2648 • Pomáhá nálev připravený v poměru 5 g řezané natě vřesu na 2 dl vody. Pije se ob den. (132)

2649 • Při zvětšení prostaty, onemocnění ledvin a zánětech močových cest a měchýře pomáhá nálev připravený v poměru 5 g řezané natě vřesu obecného na 2 dl vody. Pije se ob den. (305)

136

2650 • Při zvětšené prostatě a při dlouhotrvající silné menstruaci pomáhá celík zlato-býl ve formě záparu, který se užívá horký. Připravuje se -z jedné čajové lžičky drogy zalité 200 ml vřelé vody, kterou necháme 15 minut vyluhovat a pak scedíme. Užíváme 2 až 3 krát denně. (91)

2651 • Do 500 ml vřelé vody dáme tři čajové lžičky kořenu jehlice trnité a po jedné čajové lžičce listu meduňky, plodu kopru, natě přesličky a kořene krušiny olšové. Vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat jen 5 minut a scedíme. Odvar užíváme třikrát denně 150ml dvacet minut před jídlem. Při zácpě zvýšíme množství krušiny o jednu až dvě lžičky. (91)

2652 • Smícháme 200 g kůry lísky, 100 g kořene jehlice a po 50 g puklěčku islandskou, kořen třezalky tečkované, květ měsíčku a nať jmelí bílého a 50 g kořene pampelišky. Vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

### Pří prostatě a žlučkových kamenech

2653 • pomáhá lněné semeno, a to buď jako studený výtažek (jedna až dvě polévkové lžíce semena zalijeme 200 ml studené vody a necháme vyluhovat 2 až 3 hodiny anebo odvar (dvě polévkové lžíce semena zalijeme 600 ml vřelé vody a vaříme 10 minut). Odvar užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

## PRSA

### Nemoci prsní

2654 • 10 g čibru, 30 g chrastavce, 15 g divizny, 15 g yzopu a 30 g máty. Šálek teplého slabého odvaru ráno a večer. Vaří se v odvaru z fíků. (132)

2655 • Prsní čaj: 40g kořene proskurníku, 15g kořene lékořice, 10g semena anýzu, 10g květu divizny, 20g listu podbělu a 5g oddenku kosatce. Přelijeme vařící vodou a necháme pod pokličkou 15 minut vyluhovat. (14)

2656 • Pro vyčištění prsou a plic jest radno pít podbělové thé. Úzkoprsost a kašel odstraníme velmi snadno touto bylinkou, obzvláště pozorujeme-li náchylnost k úbytím. Listy podbělové přišijeme na šátek aneb jen bez šátku na prsa si je přiložíme; odstraní horkost, slabost a horečku. Také působí výborně, přiložíme-li si je na otevřené vředy - odvádějí horkost, příměty a vytahují škodlivé látky. (56)

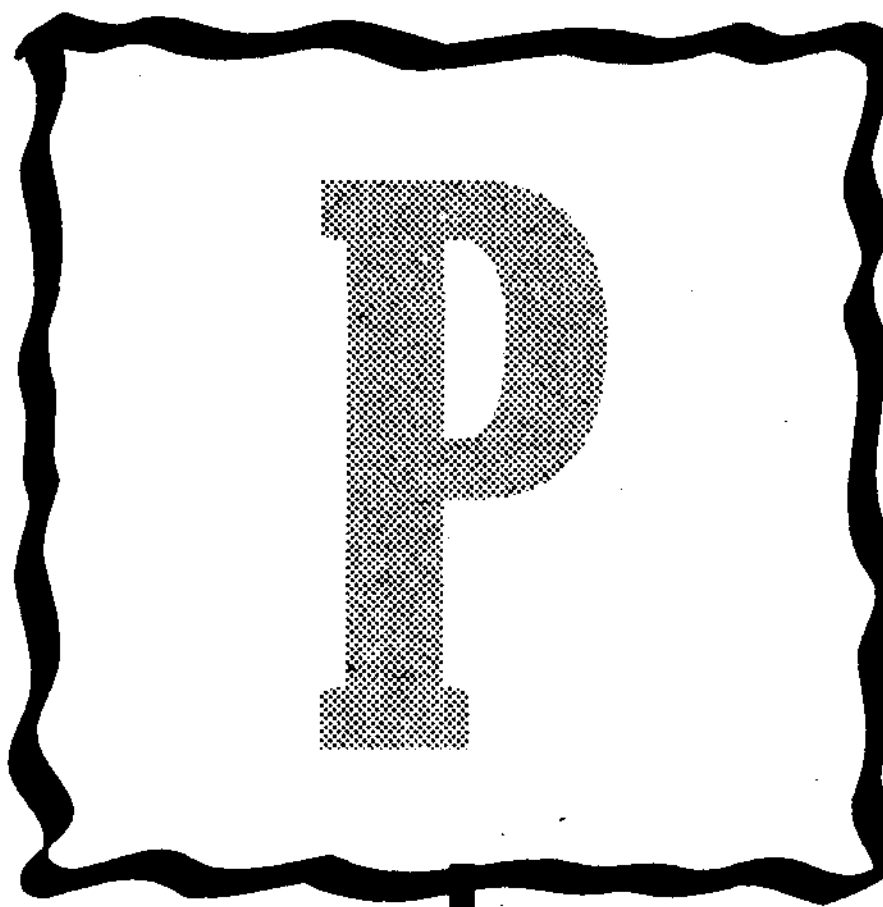
### Křeče na prsou

2657 • Mazání proti křečím na prsou; do 32 g lihu vetřete 1 g hořčicového oleje, 5 g ricinového oleje, 225 g práškovitého kafru a 0,75 g výtažku lýkovicovitého. Vtírá se přímo při záchvatu a několikrát vždy za hodinu. (132)

## PRSY

### Bolesti prsů

2658 • Smíchejte 15g podbělu, 10g mochny, 35g prvosenky, 15g divizny a 25g yzopu. Horký nálev z této směsi se pije ráno a večer, prsy omývat teplým octem a vodou. (132)



### Zatvrdnutí prsů

2659 • Při zatvrdnutí prsů při kojení připravíme nálev z natě meduňky lékařské - doba vyluhování 20 minut. Přikládají se teplé obklady. (78 + 66)

### Nádor na prsech

2660 • Smíchejte dvě hrsti čerstvého nebo sušeného šřovíku s osminou másla a dvě lžíce dobrého světlého přírodního vína a s celou, na drobno posekanou liliovou cibulí (oloupanou) a dejte vše na hodinu na velmi mírný oheň, natřete ještě teplé na plátno a přikládejte. Před tím namažte místo olivovým olejem. (132)

### Bradavky prsní

2661 • Prsní bradavky po kojení ošetříme macerátem, který získáme macerováním celých nedrcených semen kdouloně podlouhlé 8 hodin ve studené vodě. (306)

2662 • Na rozpraskané prsní bradavky při kojení přikládejte celé čerstvé listy olše lepkavé. (414)

2663 • Hojivé účinky na rozpraskané prsní bradavky kojících žen a také na rozpraskané rty má prášek bazalky pravé rozetřený se sádlem. (14)

2664 • Při rozpukaných bradavkách pomáhá květ měsíčku lékařského. Nálev: bradavky se omývají několikrát denně. (78 + 66)

## PRŮDUŠKY

### Zápal průdušek

2665 • Svařte v 1,5 l vody po lžici ibiškového kořínku, ječných krup a lékořicové kůry, scedte, oslaďte medem a vyvařte vše ještě jednou najeden litr. Pijte koflík teplého na lačno a večer před spaním. (132)

### Zánět průdušek

2666 • Pomáhá čaj z chrastavce polního. Čaj má být hodně zředěný, pouze 2 gramy na litr vody, pak působí opravdu zázračně při zánětu průdušek. Pije se dva až tři šálky za den a současně se používá ke kloktání. Již po několika prvních šálkách zjasňuje a zmenšuje chrchly a poskytuje nemocným neobyčejné úlevy. (112)

2667 • Křen nakrájíme na tenké plátky, posypeme cukrem a odtékající tekutinu uchováme v chladničce. Užíváme 2 až 3 lžičky denně. (303)

2668 • Při zánětu průdušek - směs na odkašlávání: 20 g rozrazilu, 20 g divizny, 10 g semene anýzu. Lžičku směsi vaříme 3 minuty ve čtvrt litru vody. Pijeme oslazený medem, šálek ráno a šálek večer. (303)

2669 • Obklady z přehřáté cibule na hrud' a krk. Zároveň čaj ze směsi „dvanáctera koření“: andělíky, cesmínu, divizny, fenyklu, jitrocele, májoranky, oponce, podbělu, pýru, rozrazilu, slezdy a tymiánu, od každého stejně, silný polev, každou půlhodinu čtvrt šálku. (132)

2670 • Nechtě vařit půl hodiny 10g diviznového květu v litru vody, která se již před tím začala



vařit, a užívejte přehřáté večer před spaním a ráno na lačno. Výborné též proti zašleování. (132)

2671 • Spařte 15 g slézu litrem vařící vody, pít libovolně. (132)

2672 • Při suchém zánětu průdušek použijeme stejné díly plicníku lékařského, listů podbělu, jitrocele a rozrazilu. Sladíme trochou medu, nebo bylinky spaříme horkou vodou, v níž jsme rozpustili kandyzovaný cukr. (123)

2673 • Při zánětu průdušek, chorobách močového měchýře, migréně, proti vysokému krevnímu tlaku připravíme tento čaj: 2 lžičky sušené natě komonice lékařské se přelijí čtvrt litrem vařící vody a nechá se 15 minut pařit. Scedí se a pije se po doušcích vlažný čaj 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

2674 • Při zánětu průdušek, astmatické bronchitidě, proti vysokému krevnímu tlaku, skleróze, stárnutí česneková šťáva: hlavičku česneku rozkrájíme na drobno a zalijeme stejným množstvím alkoholu. Necháme 8 dní stát, pak prefiltrujeme a jeden díl filtrátu smícháme se dvěma díly cukerného roztoku (dvě lžičky cukru na čtvrt litru vody). Dobře protřepeme a uzavřeme do láhve. Užíváme denně jednu lžičku. (40 + 45)

2675 • Při zánětu průdušek, ale i prostředek potopudný při nachlazení: dvě lžičky sušených květů divizny velkokvěté přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 10 minut louhovat. Precedíme přes pláténko a pijeme 1 až 2 šálky denně. (14)

2676 • Smícháme po 50 g květ hlohu, nať jmelí a list podbělu, květ slézu a po 100 g nať bazalky, kořen omanu a list jitrocele. Do 400 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžičce této směsi, vaříme 3 minuty, necháme 20 minut vyluhovat a scedíme. Užíváme třikrát denně 80 ml odvaru, 15 až 20 minut před jídlem. Léčení trvá 5 až 6 měsíců. (91)

2677 • Při zánětu průdušek spojeném s nechutenstvím smícháme po 100 g kořen omanu a nať jmelí, po 50 g list meduňky, nať mateřídoušky a nať řepíku a 30 g plodu koriandru. Dále jako recept č. 2676. (91)

2678 • Zánět průdušek s rozšířením průdušek a nevykašlávání hlenů: do 400 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžičce listu podběle, vaříme 5 minut a precedíme do termosky. Užíváme 150ml večer před spaním a ráno 20 minut před vstáváním. Odvar se užívá jako doplňující prostředek při chronickém zánětu průdušek. (91)

2679 • 30 g proskurníku lékařského, 40 g květu černého bezu, 20 g zlatobýlu, 10 g tymiánu, 10 g anýzu, 20 g květu slézu maurského. Vše smícháme a jednu čajovou lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vody a necháme 20 minut vyluhovat. Pijeme teplý po malých doušcích. (303)

2680 • Zánět průdušek, bronchitída tvrdošijná, zastaralá: po 10 g plodu anýzu a fenyklu, kořene lékořice, po 20 g natě konopice bleděžluté, listu podbělu a květu topolovky a 30 g slézu maurského. Jedna čajová lžička směsi se vaří 5 minut ve čtvrt litru vody, 20 minut se vyluhuje. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

2681 • Po 30 g natě jablečnicku a svízele, po 20 g listu jitrocele a květu petrklíče a 10 g rozrazilu

lékařského. Jedna čajová lžička této směsi se spaří čtvrt litrem vařící vody, nechá se 20 minut vyluhovat a pije se třikrát denně před jídlem. (126)

2682 • Při zánětu průdušek a průduškovém astma jednu čajovou lžičku vrchovatě naplněnou směsí jitrocele a mateřídoušky (rovné díly) spaříme čtvrt litrem vody. (123)

2683 • Směs 5 g divizny, listů jitrocele, šalvěže, kořene proskurníku a kostivalu. Na tuto směs nalít půl litru dobrého vína a čtvrt litru vody, vařit 10 minut a potom ještě čtvrt hodiny vyluhovat. Pak scedit a osladit třemi polévkovými lžičkami medu. Čaj se má uschovat v chladnu, ale před podáním se musí ohřát. Pije se šálek třikrát denně. Během léčby dietní strava s větším množstvím jablečného kompotu a zvýšenou péčí o pravidelnou stolici. (136+47-80)

2684 • Smíchat stejné díly Šalvěže, plicníku a bukvice. Na sklenici nálevu se použije jedna polévková lžička směsi a nechá se ustat pod pokličkou jednu hodinu, potom se scedí a přidá se šťáva z poloviny citronu a osladí medem. Užívá se třikrát denně na lačno asi 150ml tohoto nálevu po 3 týdny, pak týdenní přestávka. Kúru lze několikrát opakovat. Vždy na noc, případně i na ráno, do prsou a páteře vmasírovat aromatickou mast nebo olej, např. bazalkovou mast připravenou vyluhováním čerstvé kvetoucí natě v horkém sádle apod. (136 + 47-72)

#### Akutní zánět průdušek

2685 • Smíchejte po 25 g květ divizny velkokvěté a slézu lesního, list jitrocele kopinatého a nať jablečnicku obecného a konečně i 10 g kořene proskurníku lékařského. Nálev: pijí se 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

2686 • Smíchejte 45 g listu proskurníku lékařského, 15 g kořene proskurníku lékařského a 15 g kořene lékořice lysé, 5g lišejníku islandského, 5 g mateřídoušky obecné (nať), 10 g plodu bedrníku anýzu, 10 g květu divizny velkokvěté. Nálev: polévková lžička směsi na 200 ml vody. Pijí se 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

2687 • Smícháme 25 g listu proskurníku lékařského, 20 g kořene proskurníku lékařského, 10 g kořene lékořice lysé, 10 g mateřídoušky obecné, 10 g plodu bedrníku anýzu, 10 g květu divizny velkokvěté, 10 g listu podbělu obecného a 5 g lišejníku islandského. Nálev: polévková lžička směsi na 200 ml vody. Pijí se 4 šálky denně. (78 + 66)

2688 • Smícháme 30 g listu podbělu obecného, 30 g listu jitrocele kopinatého a 10 g plodu bedrníku anýzu. Odvar: povařit 2 minuty, doba vyluhování 15 minut. Pije se třikrát denně šálek čaje před jídlem. (78 + 66)

2689 • Smícháme 20 g natě mateřídoušky obecné, 20 g listu podbělu obecného, 20 g listu máty peprné, 10 g plodu kopru vonného. Odvar: povařit 2 minuty, vyluhovat 15 minut. Pije se třikrát denně šálek čaje. (78 + 66)

2690 • Smíchejte po 25 g nať mateřídoušky obecné, list máty peprné a jitrocele kopinatého a list i květ podbělu obecného. Nálev: pijí se 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

2691 • Smíchejte po 20 g květu bezu černého, lípy, natě violky trojbarevné a plodu fenyklu obecného. Nálev: pijí se 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

2692 • Smíchejte po 25 g list jitrocele kopi-  
natého a natě rdesna ptačího - truskavce.  
Nálev: pijí se 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

2693 • Do 600 ml vřelé vody dáme jednu  
čajovou lžičku plodu koriandru a listu pod-  
bělu, vaříme 3 minuty a odstavíme, pak při-  
dáme dvě čajové lžičky kořene proskurníku  
lékařského, necháme vyluhovat 2 hodiny  
a scedíme. Užíváme denně dva až tři šálky po  
jídle. (91)

2694 • 150g listu podbělu, 150g listu jitrocele, 50g plodu  
anýzu smícháme a do 400 ml vřelé vody dáme 1 polévkovou  
lžiči směsi, vaříme 3 minuty a necháme 15 minut vyluhovat.  
Pak scedíme, vypijeme naráz a dobře se přikryjeme ve  
vyhřáté posteli. Před vypitím odvaru provedeme horkou  
koupel nohou. (136 + 47 - 29)

#### Chronický zánět průdušek

2695 • Smícháme 40 g květu hluchavky bílé, 10 g květu  
divizny velkokvěté, 10 g natě rdesna ptačího truskavce.  
Nálev: pijí se 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

2696 • Smícháme po 10 g nať mateřídoušky obecné, list pod-  
bělu obecného a proskurníku lékařského a plod bedrníku  
anýzu. Nálev: polévková lžice směsi na 200 ml vody. Pijí se  
3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

2697 • Vzít po 100 g mateřídoušky, květu nebo listu podbělu,  
listu máty peprné a 50 g semene zahradního kopru (možno  
nahradit listem jitrocele). Dvě polévkové lžice směsi povařit  
3 minuty ve 400 ml vody, nechat pod pokličkou ustát a vypít  
ve třech stejných dávkách horké, slazené medem.  
(136+47-91)

2698 • 100 g listu podbělu, 100 g natě mateřídoušky, 100 g  
listu máty peprné, 50 g plodu kopru. Do 400 ml vřelé vody  
dáme dvě polévkové lžice směsi, vaříme 3 minuty, necháme  
20 minut vyluhovat, scedíme, podáváme horké 3 krát denně  
cca 130 ml, čtvrt hodinku před jídlem. (136 + 47 - 91)

2699 • Při subchronickém zánětu průdušek: do 400 ml vřelé  
vody dáme dvě čajové lžičky natě mateřídoušky a listu pod-  
bělu, listu máty a plodu kopru. Vaříme 3 minuty, necháme  
20 minut vyluhovat a scedíme. Odvar užíváme třikrát denně  
120ml před jídlem. (91)

2700 • Při chronickém zánětu průdušek spojeném se zhor-  
šeným celkovým stavem a nechutenstvím: do 400 ml vřelé  
vody dáme jednu čajovou lžičku kořene omanu, semena lnu,  
listu meduňky, natě řepíku a plodu koriandru. Vaříme 1  
minutu, necháme vyluhovat 15 minut a scedíme. Užíváme  
třikrát denně 120 ml 10 minut před jídlem. (91)

2701 • Chronický a astmatický zánět průdušek: do 250 ml  
vřelé vody dáme po jedné lžičce kořen omanu, list podbělu  
a nať bazalky. Vaříme 3 minuty, necháme 20 minut vyluhov-  
vat a scedíme. Odvar užíváme třikrát denně 80 ml po jídle.  
(91)

#### Astmatický zánět průdušek

2702 • Smícháme po 100 g nať mateřídoušky  
a list bazalky, 80 g kořene kozlíku, po 50 g list  
podbělu, kořen lékořice lysé a 40 g puklěčky  
islandské. Do 400 ml vřelé vody dáme dvě polév-  
kové lžice této směsi, vaříme 3 minuty, necháme  
vyluhovat 30 minut a scedíme. Odvar užíváme

šestkrát denně 100 ml, 25 minut před jídlem  
a 30 minut po jídle. (91)

2703 • Smícháme po 100 g nať mate-  
řídoušky a list bazalky, po 80 g kořen koz-  
líku, list podbělu a kořen lékořice lysé a 40 g  
puklěčky islandské. Do 400 ml vřelé vody  
dáme dvě polévkové lžice této směsi, vaříme  
3 minuty a necháme 20 minut vyluhov-  
vat, pak scedíme do termosky. Horký odvar  
užíváme třikrát denně 120 ml 20 minut před  
jídlem. Léčení pokračuje jeden měsíc po  
skončení bolestivých příznaků. (91)

2704 • Při astmatickém zánětu průdušek smícháme po  
30 g nať rosnatky okrouhlolisté, nať mateřídoušky, kořen  
omanu a list podbělu, 60g listu šalvěže a po 100 g nať jmelí  
a kořen hlohu. Dále jako recept č. 2703. (91)

2705 • Při silném astmatickém zánětu průdušek spojeném  
s rozedmou plic: do 400 ml vřelé vody dáme čtyři čajové  
lžičky listů podbělu, vaříme 5 minut a necháme 20 minut  
vyluhovat, pak scedíme. Odvar užíváme 1 šálek večer před  
spaním a ráno před vstáváním. (91)

2706 • Do 450 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce tyto  
drogy: nať mateřídoušky, list bazalky, nať jmelí, kořen koz-  
líku a list meduňky, vaříme 3 minuty, necháme 20 minut  
vyluhovat a scedíme. Užíváme třikrát denně 120 ml 15 minut  
před jídlem. (91)

2707 • Do 400 ml vřelé vody dáme čtyři čajové lžičky listu  
podbělu, vaříme 5 minut, necháme vyluhovat 20 minut  
a scedíme. Odvar užíváme večer před spaním a ráno před  
vstáváním -jeden šálek. (91)

2708 • Do 450 ml vřelé vody dáme jednu čajovou lžičku natě  
mateřídoušky, jmelí, řepíku, listu podbělu, kořene omanu  
a květu hlohu. Vaříme 1 minutu, necháme vyluhovat 30 mi-  
nut a scedíme. Odvar užíváme šestkrát denně 80 ml 15 mi-  
nut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

#### Křečovitý zánět průdušek

2709 • Křečovitý zánět průdušek s rozedmou plic: do  
vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce tyto drogy: nať  
mateřídoušky, plod kopru, nať bazalky, kořen kozlíku  
a list podbělu. Vaříme jednu minutu, necháme 15 minut  
vyluhovat a scedíme. Užíváme třikrát denně 120 ml 10 mi-  
nut před jídlem. Když je onemocnění u starších pa-  
cientů spojené s rozšířením průdušek, zadržuje se velké  
množství hlenů a proto je třeba připravit odvar z listu  
podbělu. Do 400 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice  
podbělu, vaříme 5 minut a 20 minut necháme vylu-  
hovat, pak scedíme do termosky. Polovinu odvaru vypijeme  
večer před spaním a druhou polovinu ráno před vstáváním.  
(91)

#### Průdušková onemocnění

2710 • V chladných ročních obdobích je vděčnou přísadou  
tzv. prsních čajů dobromysl. (136)

2711 • Pomáhá běžně připravený nálev: kombi-  
novat diviznu se siličnými expektoračně působí-  
cími drogami, např. s bazalkou, yzopem, tymiá-  
nem. Semena divizny jsou jedovatá. Při sběru  
pozor na možnost záměny s květem pupalky  
dvouleté. (136 + 47-12)

## P

2712 • Pro čištění průdušek a plicních sklípků je vhodné připravit tento odvar: 20 g ova, pěkného zrna, 20 g ječmene, 30 g dubového mláží, 40 g šípku, 3 fíky, dvě velké lusky svatojanského chleba a jednou polévkovou lžící hrozinek. Vše se předem řádně ve slané vodě omyje a pak čistou vodou opláchně. Na povrch vyplavená zrna ova a ječmene se odstraní. Až je vše čisté, pak se fíky a lusky pokrájejí a vše se dá do kamenného hrnce, spaří se jeden a půl litrem vařící vody a nechá se pak 12 hodin loužit. Pak se to postaví na oheň a vaří se půl druhé hodiny. Uvařené se scedí, medem přisladí a užívá po větším doušku každou hodinu po celý den a to tak dlouho, až se průdušky vyčistí. (107)

**Podráždění průdušek**

2713 • Podráždění průdušek, plic, lehčí angína: svařte v půl litru vody jediný list pomerančovníku a vypijte celou dávku najednou teplou, než jdete spát. (132)

**Zahlenění průdušek**

2714 • Víno z česneku medvědího je zázračným lékem pro všechny staré lidi, kteří mají trvale zahleněné průdušky a s tím spojené těžkosti při dýchání. Víno vyrobíme tak, že vezmeme plnou hrst nadrobno nakrájených listů česneku medvědího, krátce je povaríme asi ve čtvrt litru vína (bílého), osladíme podle chuti medem nebo sirupem a ob den z něho pomalu popijíme. (123)

2715 • Připravíme víno: hrst nadrobno nakrájených listů česneku medvědího povaríme ve čtvrt litru bílého vína, osladíme medem a ob den po malých douškách popijíme. (303)

**Katar průdušek**

2716 • Vícekrát denně inhalovat páry nad bramborami vařícími se ve slupce - asi 10 minut. Dále vzít! papír od másla nebo papír, hadřík a pod. pomastit sádlem, na to čerstvě nastrouhat vrstvičku muškátového oříšku, přiložit na hrud, omotat teplým šálem a ponechat přes noc. (32)

2717 • Čaj připravíme ze dvou polévkových lžic čerstvého nebo i sušeného květu bezu na půl litru vody. Pijeme asi 1 dl dva až třikrát denně. (320)

2718 • Čaj může být pouze i z jedné bylinky - oblíbeného proskurníkového kořene, jehož hojivý účinek je znám po celá staletí. 10 g pokrájeného nebo drceného kořene se vaří asi v 0,3 l vody po dobu 5 minut. Potom ho precedíme. Užití: jedna polévková lžice každé dvě hodiny. (304)

2719 • 15 g lněného semena, 20 g divizny, 10 g rozrazilu, 10 g listu proskurníku, 10 g listů podbělu, 10 g popence, 5 g osladiče, 20 g islandského mechu. Šálek teplého odvaru ráno a večer. (132)

2720 • Obklady z cibule na oblast ledvin a močového měchýře. Opakujte 4 dny. Zároveň čaj z andělky, hluchavky bílé, jalovčinek, jitrocele, kopřiv, od každého stejně, každou hodinu doušek. (132)

2721 • Připravíme likér: do čtyř dílů zitné kořalky naložte jeden díl sporýšové natě i s květy, nechte 4 dny táhnout a scedte. Podle potřeby 8 až 16 kapek. (132)

2722 • Do hliněného hrnce nebo sklenice od okurek klademe postupně vrstvu listů podbělových a vrstvu přírodního cukru, necháme usadit a postupně doplňujeme, až je nádoba plná. Zavážeme pergamenem a v zahradě zakopeme. Po osmi týdnech nádobu vyjmeme a získáme tak sirup, který jednou či dvakrát prevaríme. Vychladlý plníme do lahví se širokým hrdlem. Sirup je účinným lékem při kataru p-růdušek, v zimě v době chřipek ho užíváme jako prevenci. Užíváme po lžičkách. (303)

2723 • Smícháme stejné díly bezu černého (květ čerstvý nebo i sušený), lněného semena, popence a podbělu. Dvě čajové lžičky uvedené směsi vaříme 5 až 10 minut, necháme 20 minut vyluhovat a pak scedíme. Pijeme menší šálek teplého čaje třikrát denně. (130)

**Chronické rozšíření průdušek**

2724 • Smícháme po 20 g list podběle lékařského, nať violky trojbarevné a mateřídoušky obecné, plod bedrníku anýz. Nálev: dvě kávové lžičky směsi na 200 ml vody. Pije se dvakrát denně šálek čaje. (78 + 66)

2725 • Smícháme 30 g natě rdesna ptačího truskavce a po 20 g natě přesličky rolní, dobromysli obecné a třezalky tečkované. Nálev: pije se půl šálku denně 15 minut před jídlem. (78 + 66),

2726 • Smícháme 30 g natě dobromysli obecné, listu podběle obecného a 15 g plodu fenýklu. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

2727 • Při průduškovém astmatu smícháme po 25 g nať rebríčku obecného, list podbělu léčivého a květ slézu lesního a levandule lékařské. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

2728 • Smícháme po 25 g květ prvosenky jarní, podbělu léčivého a semeno lnu setého. Odvar: tři kávové lžičky na 200 ml vody, pijí se tři šálky denně. (78 + 66)

2729 • Smícháme 60 g kořene proskurníku lékařského, 15 g květu divizny velkokvěté, 15 g plodu anýzu a 15 g listu s květem slézu lesního. Odvar: kávová lžička směsi se povaří minutu ve čtvrt litru vody a nechá se 10 minut vyluhovat. Pije se po jednom šálku ráno a večer. (78 + 66)

2730 • Smícháme po 20 g list jitrocele kopinatého a kopřivy dvoudomé, květ podbělu léčivého a kořen lékořice lysé. Příprava a použití jako u receptu č. 2729. (78 + 66)

2731 • 250 g včelího medu, 35 g jemně strouhaného křenu, 35 g rozeřteného česneku a 50 g másla se dobře promíchají. Směs se uschovává v chladnu. Užíváme jednu až dvě kávové lžičky třikrát denně před jídlem. (78 + 66)

2732 • Vezmeme stejným dílem listy podbělu, nať tymiánu, nať violky trojbarevné, plody anýzu a kořen devětsilu. Čtyři čajové lžičky směsi přelijeme čtvrt litrem vody, vyluhujeme dvě hodiny, potom 5 minut povaríme a ihned scedíme do termosky. Pijeme třikrát denně cca po 80 ml. (136 + 47 - 63)

**Průduškové astma**

2733 • Rozemleté lněné semeno (dvakrát denně sníst lžičku a zapít větším množstvím tekutiny)



je třeba zařadit mezi nejlepší léčebný prostředek, ale počítejte s tím, že působí velmi pomalu. (303)

2734 • Dobrým lékem jsou sušené švestky: 25 dkg švestek rozmočíme ve vodě, zbavíme pecek, rozmixujeme s 1 dl oleje v litru vody. Ohříváme vždy po jedné sklenici tekutiny a dávku vypijeme v průběhu dvou dnů. Tekutinu je možno sladit nebo okyselit podle chuti, solíme však co nejméně. (303)

2735 • Nať tymiánu, macešky, list podbělu, kořen omanu, anýz. Tříkrát denně odvar nebo necelé půl lžičky uvedených bylin rozmělněných na prášek. (303)

2736 • 25 g květu divizny, 10 g vlčího máku, 30 g kořene bedrníku, 10 g kořen mydlíce, 15 g list a kořen kopytníku evropského, 20 g listu podbělu, 15 g listu slézu, 10 g listu tymiánu. Lžičky bylin na sklenici vody, povařit na otevřeném ohni, přikrýt a nechat 15 minut louhovat. Pít 3 až 4krát denně. (303)

2737 • V případě záchvatu je možno sypat list durmanu na elektrický vařič nebo na kuchyňskou plotnu a nasměrovat dým na nemocného tak, aby ho vdechoval. (303)

2738 • Vezmeme jednu čajovou lžičku semene řeckého sena a dvě čajové lžičky fenyklu, spařením vroucí vodou připravíme čtvrt litru nálevu, necháme vyluhovat do schlazení na 40 °C, potom scedíme, přidáme jednu polévkovou lžičku medu a pijeme 3 až 4krát denně. (136 + 47 - 36)

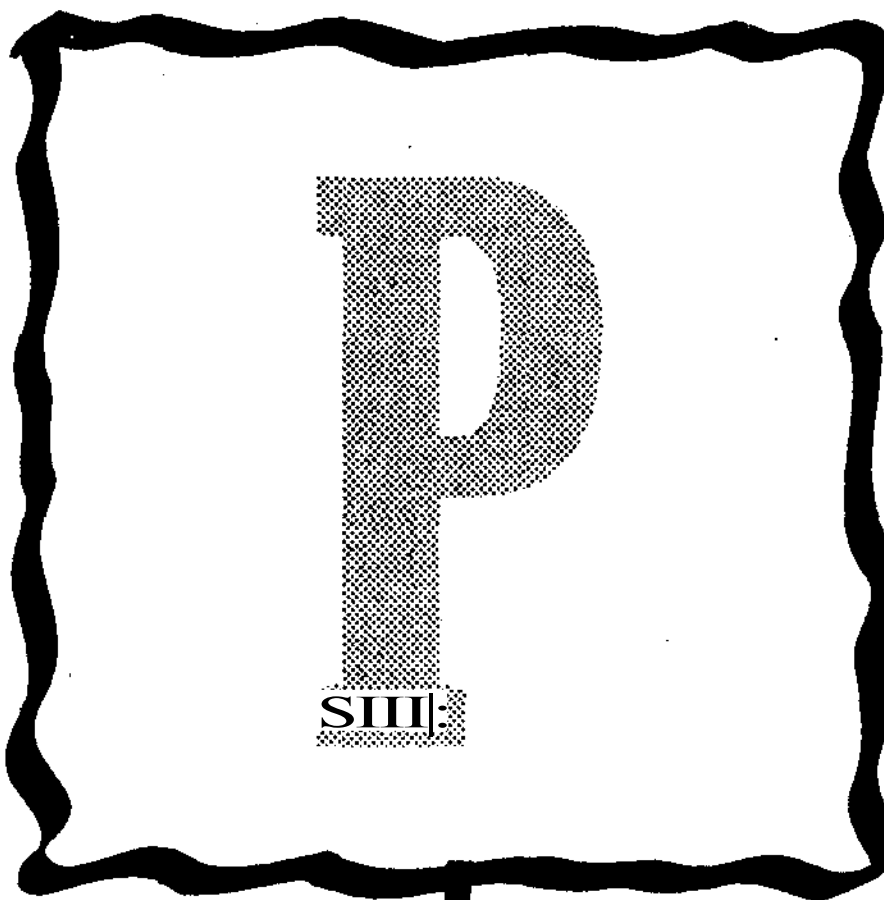
2739 • Pomeleme jeden kg celeru, promícháme s jedním kg přírodního cukru a uložíme. Za tři týdny vznikne sirup, kterého užíváme třikrát denně jednu čajovou lžičku. (32)

2740 • 250 g sušených švestek rozmočíme a uvolníme pecky, které vyjmeme. Hmotu bez pecek rozmixujeme s jedním litrem vody a 100 g slaniny, Nesolit, ale okyselit citronem nebo osladit medem lze podle chuti. Přípravek uschováme v chladničce po sklenkách. Mírně přihřátý produkt spotřebujeme během dvou dnů. (32)

2741 • Vezmeme po 100 g listu podbělu a lipového květu, po 50 g kořene proskurníku, kořene bedrníku, natě slézu, kořene bezu černého, natě jablečnicku a kořene lékořice a přidáme ještě 20 g listu máty peprné. Jednu vrchovatou čajovou lžičku směsi přelijeme sklenicí vroucí vody a přikryté necháme vyluhovat půl hodiny, potom scedíme, zchladíme a pijeme s přídatkem sirupu malin nebo černého rybízu. (136 + 47-111)

2742 • Posílení proti průduškovému astmatu a zánětu: vezmeme 25 g čerstvé, drobně řezané mateřídoušky, přidáme 25 g stejně upravených květů černého bezu, 10 g listů šalvěje a 10 g drceného česneku. 70 g bylinné směsi přelijeme 150 g čistého etanolu o koncentraci 60 až 65% a po třech dnech vyluhování ke směsi přidáme 200 g medu - byliny zůstávají v roztoku. Uschováváme v chladnu. Užíváme čtyřikrát denně jednu čajovou lžičku směsi, kterou přes plastické sítko přelijeme trochou destilované nebo alespoň prevarené pitné vody a plastovou lžičkou propasírujeme a vypijeme. (136 + 47 - 96)

2743 • Prospívá černý chléb s máslem bohatě potřeny čerstvě vytočeným voštinovým medem, případně je vhodné přímo žvýkat voštiny. K tomu popíjet po doušcích půl až tři čtvrtě litru z termosky nálev ze směsi tohoto složení: po 30 g



tymiánu, natě slézu, květu proskurníku a po 20 g islandského lišejníku a máty peprné. (76)

2744 • Jednu čajovou lžičku řeckého sena a dvě čajové lžičky fenyklu spařením vroucí vodou připravíme na čtvrt litru nálevu, necháme vyluhovat a po zchlazení na 40 °C scedíme, zchladíme a pijeme s přídatkem sirupu z malin nebo z černého bezu. (136+ 47 až 111)

2745 • 50 g medu, 70 g strouhaného křenu, 70 g drceného česneku a 100 g másla smíchat a užívat třikrát denně před jídlem 1 až 2 čajové lžičky. Uschovat v chladnu. (136+47-80)

2746 • Vařit 10 minut stejné díly islandského lišejníku, podbělu a sporýše, osladit medem. Nebo vzít jednu polévkovou lžičku omanu, jednu čajovou lžičku lékořice, vařit 10 minut. (136+47-26)

2747 • Večer namočit dvě polévkové lžičky andělíky do litru dobrého vína (bílého). Ráno přidat tři polévkové lžičky včelího medu, půl hodiny povařit, scedit a pít po douškách, denně asi 150ml. (136 + 47 - 26)

2748 • Hruď a záda, především mezi lopatkami, mazat směsí ze dvou polévkových lžic koncentrovaného šalvějového nálevu (horkého) a dvou polévkových lžic čerstvě roztaveného másla. Protřepáním připravit masážní emulzi. (136+47-26)

2749 • 500 g medu, 70 g strouhaného křenu, 70 g drceného česneku a 100 g másla smíchat a užívat třikrát denně před jídlem 1 až 2 čajové lžičky. Uchovávat v chladnu. Pokud možno změnit klima. (136 + 47 - 80)

2750 • Při zanícených pruduškách a astmatu: dvakrát denně 10 až 15 kapek propolisové tinktury na cukr, nejméně 8 až 10 dnů, avšak jen po dobu teploty, jakmile teplota klesne, přestat. Přestávka 14 dnů, pak znovu, avšak léčbu opakovat jen jednou. (99)

## PRŮJEM

2751 • Smícháme 30 g kořene kostivalu lékařského, 20 g listu jitrocele kopinatého, 20 g natě rdesna ptačího - truskavce a 20 g natě přesličky rolní. Nálev: tři kávové lžičky směsi na 200 ml vody. Čaj se pije během dne vlažný po douškách. (78 + 66)

2752 • Připravíme odvar ze dvou kávových lžiček kořene rdesna hadího na šálek vody. Povaří se 5 minut a nechá 20 minut stát. Užívá se půl šálku dva až třikrát denně. (78 + 66)

2753 • Smícháme 25 g rdesna hadího kořene a 25 g kořene mochny nátržníku. Odvar: příprava a užití jako u čaje č. 2752. (78 + 66)

2754 • Smícháme 25 g kořene totenu lékařského a 25 g kořene rdesna hadího kořene. Příprava a užití jako u čaje č. 2752. (78 + 66)

2755 • Smícháme 30 g kořene kozlíku lékařského, 30 g kůry dubu, 30 g kořene mochny nátržníku, 20 g šištic chmele obecného a 20 g natě mateřídoušky obecné. Nejprve se připraví odvar z kozlíku, dubu a mochny po jedné kávové lžičce každé drogy na 200 ml vody. Vaří se



15 minut, ustát 10 minut. Přidáme nálev z mateřídoušky a chmele. Pije se třikrát denně šálek. (78 + 66)

2756 • Smícháme 15 g plodu borůvky černé, 15 g jitrocele kopinatéhtí, 15 g natě rdesna ptačího truskavce, 15 g dubové kůry, 10 g kořene mochny nátržníku a 10 g květů heřmánku pravého. Macerát: kávová lžička směsi se přelije šálkem vody a nechá 8 hodin vyluhovat. Scedí se a zbylá směs se ještě přelije šálkem horké vody a krátce povaří. Odvar se nechá 15 minut stát. Po scezení se spojí s výluhem získaným po maceraci. Touto přípravou čaje se docílí maximální koncentrace účinných látek. Pije se šálek třikrát denně, nejlépe 15 až 30 minut před jídlem. Tiší střevní křeče, které někdy průjmy doprovázejí. (78 + 66)

2757 • Sušené borůvky naložíme do čistého lihu nebo do destilátu a užíváme při průjmů asi 20 kapek na lžici teplé vody. (14)

2758 • Při onemocněních provázených průjmy podáváme jako dietetickou součást stravy kompot z borůvky brusnice. (14)

2759 • Při těžké průjmové chorobě: Turkmenští lékaři navrhli na základě studia prvků lidového léčitelství proti těžkým průjmovým chorobám používat pravý ruský čaj a sice formou koncentrovaného nálevu zeleného čaje podávaného per rectum, tedy pomocí klyzmat. Nemocnému se nejprve podá očistné klyzma z jednoho litru heřmánkového nálevu teplého 38 °C a po vyprázdnění podáme klyzma léčivé v množství 150 až 200 ml, ne méně, ne více. Přednost má čaj „odleželý“ 24 nebo 48 hodin. (136 + 47 - 10)

2760 • Koncentrovanější nálev z pravého ruského čaje spojit s odvarem sušených borůvek. (136)

2761 • Při průjmů, nemocech dýchacích ústrojí a nechutenství: nálev připravený z jedné lžičky řezané sušené natě dobromysli obecné na jeden šálek vody. (305)

2762 • Při průjmů jsou dobré zkušenosti s podáváním sušených borůvek, které doplňujeme pitím čaje z natě čubetu benediktu a podáváním práškového kořene nátržníku, několikrát denně na špičku kulatého nože. (136)

2763 • 1 lžička dubové kůry, 1 lžička kostivalu do půl litru vařící vody, vařit 7 minut, slít a vypít. (303)

2764 • Při průjmů, na uvolňování hlenů, k usnadnění odkašlávání a k rozpouštění žlučkových kaménků ve žlučníku i žlučovodech působí zapař ze 2 až 3 čajových lžiček truskavce (rdesno ptačí) přelitých půl litrem vřelé vody. Necháme krátce vyluhovat a pijeme ve třech dávkách během dne. Je vhodný i při revmatismu, dně, zánětech průdušek a astmatu. (303)

2765 • Když vše selhává a příčina průjmů není známá: vzít na půl litru červeného vinného odvaru po 5 g pelyňku, přesličky, kořene andělíky, natě zeměžluče a třežalky, 3 g kozlíku a 2 g máty. Vařit 2 minuty bez kozlíku a máty, ty přidat hned po skončení varu a nechat půl hodiny pod pokličkou vyluhovat. Užívat několikrát denně 100 ml horké vody a 4 lžice uvedeného odvaru. (136 + 47 - 88)

2766 • Po 30 g plodu borůvky, natě pelyňku pravého a oddenku nátržníku a po 20 g přesličky

a květu rebríčku. Jednu čajovou lžičku směsi vaříme 10 minut ve čtvrt litru vody, 20 minut necháme vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

2767 • Zevně dostačí, přikládáme-li si na počítku v jednom týdnu 3 až 4 obklady na život, vždy na půl hodiny - čtverásobně složené plátno namočíme do vody s octem anebo do odvaru z mláží smrkového v týdnu jeden krátký ovinek. Tyto prostředky trvají 14 dní. Po 14 dnech mohou pro zesílení

následovati v týdnu 1 až 2 poloviční koupele s omytím hořejší části těla a pak také 1 až 2 úplné omývání v noci z postele. V tom pokračujeme 3 až 4 neděle. Umínil-li si nemocný, že se bude alespoň jednou týdně úplně omývat, nebo že vezme jednu studenou poloviční koupel, sešili celé jeho ústrojí a tento výmínečný stav (není-li snad jiné, horší příčiny) přestane. (56)

2768 • Smícháme 10 g natě pelyňku pravého, 30 g natě přesličky rolní, 30 g natě rebríčku a 30 g oddenku mochny nátržníku. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

2769 • Pomáhá nálev připravený ze tří čajových lžiček natě kokošky pastuší tobolky, které zalijeme půl litrem vroucí vody a necháme minutu vyluhovat. Po scezení pijeme - denně 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

2770 • Smícháme 40 g oddenku mochny nátržníku a 100 g dubové kůry. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

2771 • Smícháme 20 g květu heřmánku, 20 g listu máty peprné, 20 g listu ostružiníku krovitého a 20 g natě řepíku lékařského. Nálev: pije se třikrát denně šálek čaje před jídlem. Čaj je vhodný i pro děti. (78 + 66)

2772 • Smícháme 25 g natě mochny husí, 25 g natě máty peprné a 25 g natě meduňky lékařské. Nálev: dvě kávové lžičky na šálek vody. Pijí se během dne dva šálky. (78 + 66)

2773 • Smícháme 40 g plodu borůvky černé a 40 g listu meduňky lékařské. Nálev: dvě kávové lžičky na šálek vody. Pijí se během dne dva šálky. (78 + 66)

2774 • Smícháme 20 g natě majoránky zahradní, 20 g natě levandule lékařské a 20 g květu i natě slézu lesního. Nálev: polévková lžice směsi na šálek čaje. Pije se šálek čaje hodinu po jídle. (78 + 66)

2775 • Smícháme 15 g pučlůčky islandské, 15 g oddenku mochny nátržníku, 25 g květu heřmánku, 25 g dubové kůry a 25 g plodu borůvky. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Během dne vypijte 3 šálky teplého čaje. (30)

2776 • Zastavení průjmů pomůže jíst žluté plody - malvice stromu jeřábu škeruše. Je vhodné také pít čaje z červeno-oranžových bobulí (lucerniče) mochyne židovské třešně. (147)

2777 • Podle potřeby jíst po lžičkách sušené borůvky. K tomu několikrát denně na špičku kulatého nože mletého kořene nátržníku. Po doušcích pít nálev z čubetu benediktu. (136+47-16)

2778 • Stejným dílem smíchat jitrocel, rdesno ptačí, přesličku a kostival. Tři lžíce směsi spařit ve 3/4 litru vody, nechat ustát pod pokličkou půl hodiny, scedit a pít během dne po doušcích. (136 + 47 - 51)

2779 • Dvě čajové lžičky sušených plodů borůvky - brusnice zalijeme čtvrt litrem studené vody a necháme přes noc vyluhovat. Pijeme dva šálky denně. (14)

2780 • Byliny k užívání jednotlivě nebo spolu: kůra kaštanovníku, kůra dubu, kořen šřovíku koňského, kořen slézu, kořen kostivalu - rozmělněné na prášek dvakrát denně až do odeznění příznaků. (99)

2781 • Tinktura z nezralých vlašských ořechů: po lžičce každou hodinu s vodou. Nebo: nezralé vlašské ořechy drobně nakrájet, spojit medem a takto získaný sirup užívat půl lžičky každou hodinu. (99)

2782 • Průjem zastavíte, jíte-li plané suché švestky. (132)

2783 • Spolehlivou bylinou při průjmech všeho druhu je borůvka. Sušené borůvky je možno užívat přímo, ale je lépe připravit koncentrovaný odvar, jenž neslazený pijeme v množství malé vínové skleničky. Jádérka sušených borůvek působí totiž u pacientů s citlivým žaludkem lehce dráždivě. Čaj připravíme tak, že tři polévkové lžíce borůvek prelejeme půl litrem studené vody a vaříme asi 10 minut. Po odcezení a vychladnutí je čaj připravený k užívání. (126)

2784 • Kůra kaštanu koňského, kůra dubu, kořen kuklíku městského po 25 g. Vařit 10 g této směsi 5 minut ve čtvrt litru vody. Brát během každých dvou hodin jednu polévkovou lžici. Jednu polévkovou lžici dubové kůry vařit 5 minut ve čtvrt litru vody, 20 minut nechat louhovat. Pít po troškách během dne. Nař hadince - běžně připravit odvar a ráno a večer pít jeden šálek. (126)

2785 • Dvě lžičky sušené byliny mochny nátržníku i s kořenem na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem, na 15 minut odstavit a vychladlý popít 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

2786 • Připravíme odvar ze dvou lžiček sušeného řezaného kakostu smrdutého na čtvrt litru vody. Povaří se 3 až 5 minut, na 15 minut odstavit a scedit. Pijí se dva šálky denně. (40 + 45)

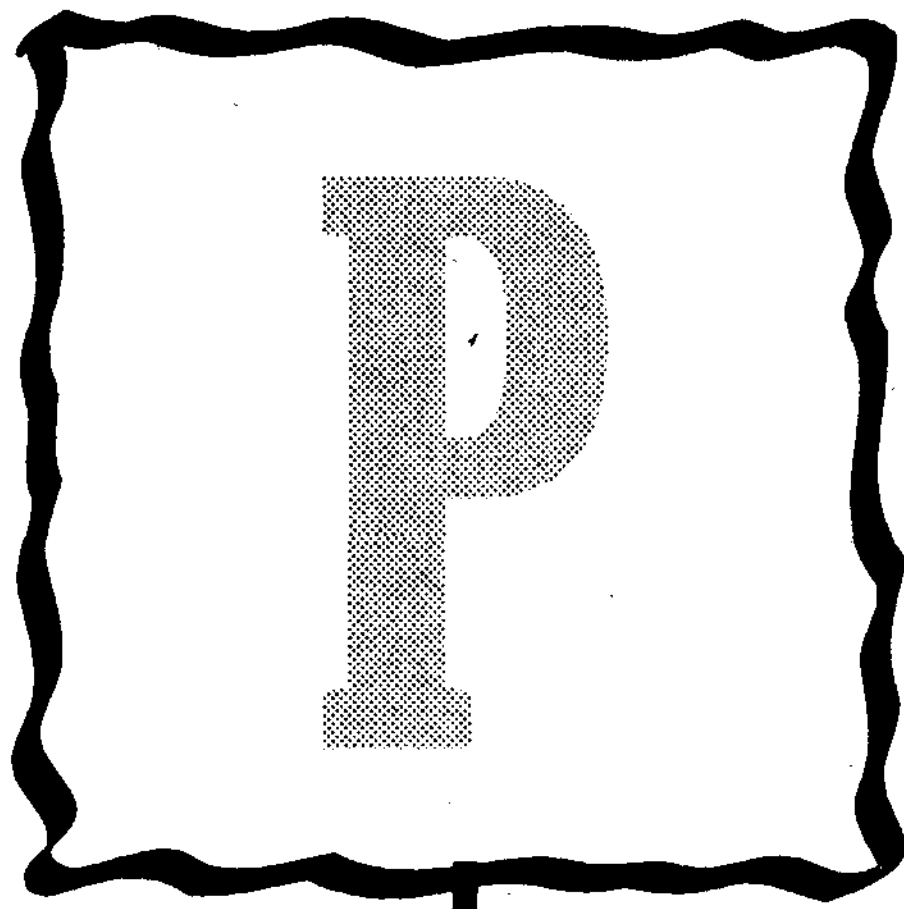
2787 • Dvě lžičky sušených plodů borůvky zalijeme čtvrt litrem studené vody a necháme přes noc vyluhovat. Pijí se dva šálky denně. (40 + 45)

2788 • Plod borůvky 32 g, kořen nátržníku 20 g, kořen totenu 20 g, list šalvěje 7 g, nař máty peprné 7 g, květ heřmánku 7 g. Dvě lžíce směsi na čtvrt litru vody. (40 + 45)

2789 • Kořen nátržníku, nař truskavce, nař jitrocele kopinatého po 20 g. Povařit ve čtvrt litru vody 10 g směsi a vypít. (126)

### Průjem dlouhodobý

2790 • Při dlouhotrvajícím průjmů recept abatyše Hildegardy: Předem si připravíme kovové čajové sítko, které naformujeme tak, aby se do něho vybrané vajíčko přesně vešlo a mohlo tam stát. Dále si připravíme směs prášků až 17 g mletého kmínu, 3 g mletého bílého pepře. Vezmeme vajíčko, rozbijeme je a oddělíme žloutek. Ten



našleháme až zpění, pak přidáme na špičku nože uvedeného prášku. Žloutek s práškem vlijeme do půlky schořápky, která se vloží do předem připraveného sítko. Dáme na mírný oheň. Asi za pět minut se začnou objevovat bublinky - tehdy začneme hmotu malou dřevěnou kopisti zvolna míchat. Masa se poněmhu stává droptovitá a křehká, asi jako když připravujeme míchaná vejce. Jakmile je přípravek hotov, sníme jej s kouskem staré vevy - zásadně bez soli. Většinou to napoprvé pomůže. Aplikaci stačí provádět

jednou denně, jen v těžších případech i dva až třikrát. Při obyčejných průjmech postačí obvykle jeden nebo dva dny užívání, ale při bakteriálních nákazách je léčba o pár dní delší. (136 + 47-38)

2791 • Když je průjem silný a trvá déle: užíváme dvakrát za den po půl lžici-kořalky borůvkové v teplé vodě (extraktu z borůvek). (56)

2792 • Prudký, déle trvající průjem s bolestmi spojený, při němž i krev vychází, lze utišiti lžící borůvkové třešti, kterou bereme v půl žejdlíku teplé vody. Po 8 až 10 hodinách můžeme tento lék ještě jednou opakovati. Třetího užívání již sotva bude potřeba. (56)

2793 • Průjem dlouhodobý, nevelký: vezmeme čtyři polévkové lžíce mleté rýže a stejné množství mletého ova, vše vhodíme do jednoho litru studené vody, necháme projít varem a pod pokličkou vyluhovat dvě hodiny. Pak scedíme a sníme třikrát denně jednu třetinu této hmoty, tedy asi 2 až 3 polévkové lžíce. K tomu pijeme tento čaj: dvě polévkové lžíce listu kopřivy a ostružiníku, jedna polévková lžíce pelyňku Černobýlu. Směs spaříme jedním litrem vřelé vody, necháme jednu hodinu vyluhovat pod pokličkou, precedíme a z termosky popijíme po doušcích během dne. (136 + 47-137)

### Průjem s nechutenstvím

2794 • Smícháme 10 g dubové kůry, 20 g natě přesličky rolní a 20 g plicníku lékařského. Tři čajové lžičky této směsi dáme do tří šálků. Necháme 5 až 10 minut vařit a scedíme. Pijí se 3 šálky teplého čaje denně. (30)

### Průjem s náchylností ke krvácení

2795 • Vždy navštívit lékaře a chodit na pravidelné kontroly! Smíchat 30 g oddenku nátržníku, 30 g oddenku rdesna hadího kořene, 15 g kokošky pastuší tobolky. Jednu čajovou lžičku této směsi vařit ve čtvrt litru vody 50 minut, 20 minut vyluhovat. Pít třikrát denně před jídlem. (126)

2796 • Tři polévkové lžíce sušených borůvek přelijeme půl litrem studené vody a vaříme asi 10 minut. Po odcezení a vychladnutí je čaj připravený k užívání. Pijeme vícekrát denně jednu sklenici. (126)

### Průjem bolestný

2797 • Macerujte 24 hodin v dobrém červeném víně několik pokrájených kdoulí a pijte denně čtyři menší sklenky. (132)

### Průjem úporný

2798 • Před započítím léčby je nutné lékařské vyšetření, zejména mikrobiologické vyšetření stolice. 30 g směsi stejných dílů Černobýlu, kón-

tryhelu a kořene proskurníku na jeden litr červeného vinného odvaru. Na lačno vypít 120 až 150 ml a potom vždy hodinu po dietním nedráždivém jídle 80 až 100 ml.

(136 + 47 - 88)

2799 • 30 g směsi stejných dílů Černobýlu, kontryhelu a kořene proskurníku na jeden litr červeného vinného odvaru. Na lačno vypít 120 až 150 ml a potom vždy hodinu po dietním nedráždivém jídle 80 až 100 ml. (136 + 47 až 105)

2800 • Na půl litru červeného vinného odvaru po 5 g pelyňku, přesličky, kořene andělíky, natě zeměžluče a třezačky, 3 g kořene kozlíku a 2 g máty. Vařit 2 minuty bez kozlíku a máty, ty přidat hned po skončení varu a nechat půl hodiny pod pokličkou vyluhovat. Užívat několikrát denně 100 ml horké vody a 4 lžičky uvedeného odvaru. (136 + 47 - 105)

#### Při průjmů a při zánětu ústní dutiny

2801 • Pomáhá mochna vzpřímená. Čaj připravíme z jedné až tří polévkových lžic rozmělněné mochny, kterou přelijeme půl litrem vody a vaříme 15 minut. Používáme zevně jako kloktací a vyplachovací prostředek při zánětu úst a dásní nebo mandlí a vnitřně (3 šálky denně) jako prostředek při akutním a také chronickém průjmů, při nadýmání. (126)

2802 • 50 až 100 g suchých borůvek nejprve žvýkáme a pak polkneme, anebo nejdříve necháme nabobtnat vodou a povaríme. (309)

#### Průjem a žaludeční potíže

2803 • Čaj připravíme tak, že dvě lžičky kakostu smrdutého („čapí nůsek“) necháme macerovat osm hodin, pak se to sleje a lehce přihřeje. Pije se teplé. (340)

2804 • Při průjmů spojeném se žaludečním a střevním katarrem: jednu lžičku kůry dubové vaříme ve čtvrt litru vody, pijeme dva šálky denně. (25)

#### Průjem spojený s kolitidou

2805 • 40 g květu heřmánku, 15 g plodu fenyklu, 10 g plodu kmínu, 20 g listu meduňky a 20 g listu máty peprné. Jednu čajovou lžičku směsi spaříme ve čtvrt litru vody, necháme 5 minut vyluhovat. Pijeme šálek několikrát denně. (126)

#### Průjem u dětí

2806 • Kromě ořechového sirupu: kmín, kopr, borůvky, nať saturejky zahradní, nať máty - lžička bylin na sklenici vody, povařit a užívat jako denní dávku po 2 až 3 lžičkách odvaru každé dvě až tři hodiny. (99)

2807 • Vhodné jsou sušené plody borůvky - 20 g plodu macerovat 12 hodin ve studené vodě, poté uvést k varu a během dne vypít. (126)

#### Průjem spojený s křečemi

2808 • Smícháme 10 g dubové kůry, 10 g oddenku mochny nátržníku, 15 g listu borůvky, 15 g plodu borůvky a 100 g květu heřmánku. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

P

2809 • Dvakrát denně sedací koupel ze senových lusek, 30 g kokošky, 20 g mochny, 30 g kostivalu, 10 g trnky a 10 g prhy. Tříkrát denně šálek teplého čaje vždy po jídle. Do odvaru se přidá několik polévkových lžic trpkého červeného vína. Pojídání perníku velmi prospívá. (132)

2810 • Pomůže sklenka horkého hořcového likéru. (132)

2811 • Pomůže horké mléko s třemi utřenými stroužky česneku a čtyřmi lžicemi rozdrčených kmínových semínek. (132)

2812 • Při průjmů spojeném s křečemi pomůže horké kmínové mléko (čtyři lžice kmínu rozdrťte a vyvařte důkladně v litru mléka), každou hodinu šálek. (132)

#### Průjem chronický

2813 • Pomůže nejlépe odvar z kořínků diviznových nadrobno posekaných ve víně. Dávka: denně ráno na lačný žaludek větší šálek horkého odvaru. (132)

2814 • Mochna husí 50 g, proskurník 30 g, medvědice 20 g - malý šálek horkého nálevu. Octové obklady na břicho. (132)

#### Průjem úplavicový

2815 • Dodržujte dietu, žádné pečivo a alkohol. Vyvařte čtvrt hodiny jitrocelovou nať v litru vody a vypijte tento odvar teplý po lžičkách. (132)

#### Průjem s příměsí krve

2816 • Smícháme 25 g oddenku mochny nátržníku, 25 g oddenku rdesna hadího kořene a 100 g natě kokošky pastuší tobolky. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Během dne vypijte po doušcích tři šálky teplého čaje. (30)

#### PŘECHOD U MUŽŮ

2817 • Květ hlohu 1 díl, květ heřmánku 1 díl, list meduňky 2 díly, oddenek kozlíku 4 díly. Odvar pijeme dvakrát denně. (99)

2818 • Oddenek puškvorce, chaluha, kmín po 3 dílech, list máty a oddenek pýru po 4 dílech, kůra krušiny olšové 8 dílů. Dva až třikrát denně sklenici odvaru (při zácpě). (99)

2819 • Nať mochny nátržníku 4 díly, nať třezačky 6 dílů, nať rebríčku 8 dílů, oddenek kozlíku 3 díly. Pijeme odvar (při nadměrném pocení). (99)

2820 • Smícháme po 25 g nať mochny husí, vlašovicníku, rebríčku a květ prhy chlumní arniky. Tři čajové lžičky této směsi prelejeme půl litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Denně ráno a večer se pije šálek teplého čaje. (30)

2821 • Pořídíme směs z těchto bylin: 1 g květu měsíčku lékařského a 1 g květu slézu, po 2 g natě průtržníku lysého a plodu anýzu, 2,5 g kořene ostřice, 4,5 g natě macešky trojbarevné, po 5 g květu bezu černého a dřeva santalového, po 12,5 g kořene jehlice trnité, listu senný, kruší nové kůry a guajakového dřeva a po 15 g fazolových lusek bez semen a kořene lékořice. Všechny



uvedené složky smícháme a dvě čajové lžičky této směsi dáme do dvou šálků vody, vaříme 5 až 10 minut a scedíme. Během dne se pijí 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

2822 • Smícháme po 20 g nařezané meduňky, kontryhelu a přesličky rolní, květ heřmánku a list rozmarýny. Tři čajové lžičky této směsi prelejeme půl litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Denně pijeme 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

2823 • Smícháme po 10 g chaluhy bublinatou, plod fenýklu a kořen lékořice, 20 g kořene bezu chebdí a 50 g krušínové kůry. Dvě čajové lžičky této směsi na dva šálky vody, vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Během dne se pijí 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

2824 • Smícháme po 30 g kořen kozlíku lékařského a mochny nátržníku, nařezané kokošky pastušky a rebríčku a list jmelí. Dvě čajové lžičky této směsi na dva šálky vody. Vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Během dne vypijte 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

2825 • Čerstvé květy třezalky tečkované naložené v koňaku jsou výtečným lékem v době přechodu. Bere se pouze 10 kapek vždy po jídle na cukr. Kvetoucí nařezaná vydává čerstvou šťávu, odtud také pojmenování třezalky u lidu: krevníček. (99)

2826 • Smícháme 10 g pivoňky, 10 g šalvěje luční, 20 g máčky, 10 g levandule a 50 g srdečnicku. Pije se třikrát denně šálek teplého nálevu vždy po jídle. (99)

2827 • Po dobu jednoho roku před běžně očekávaným rokem jedenkrát deset kapek propolisové tinktury. Propolisová tinktura se připravuje takto: 30 g propolisu pokrájíme na drobné kousky a dáme je do 5 dl čistého lihu do tmavé láhve. Dobře protřepeme a necháme 9 dní vyluhovat a každý den protřepeme. Na desátý den scedíme a máme hotovou propolisovou tinkturu. Cedíme přes sítko z umělé hmoty - tekutina nesmí přijít do styku s kovem. Dá se použít 1/4 l vodky a 1/4 l čistého lékárenského lihu. (99)

#### Potíže spojené se žlučnickovými potížemi

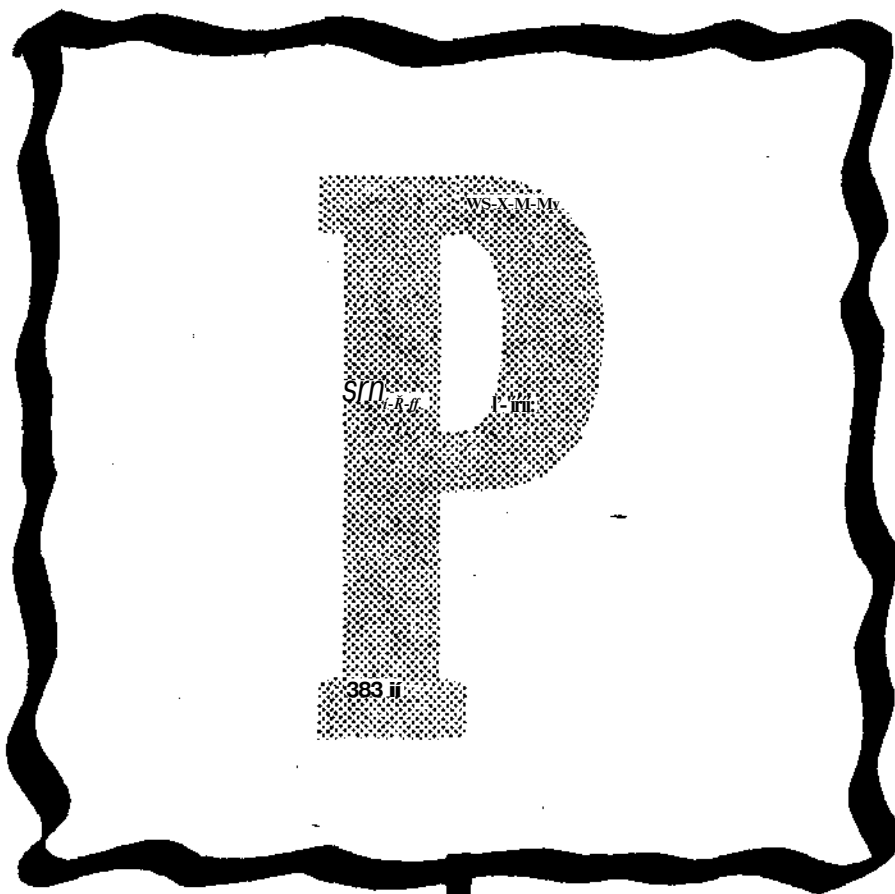
2828 • Smícháme po 10 g manny a chaluhy bublinatou, po 15 g krušínovou kůru a plod řešetláku počistivého a po 30 g kořen bezu chebdí a nařezané zeměděmu. Dvě čajové lžičky této směsi na dva šálky vody. Nechat vařit 5 až 10 minut, pak scedit. Pijí se 2 až 3 šálky teplého čaje během dne. (30)

#### Potíže spojené s chronickou zácpou

2829 • Smícháme 10 g chaluhy bublinaté, po 20 g kořen bezu chebdí, krušínovou kůru a plod řešetláku počistivého a 30 g natě zeměděmu. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, nechat vařit 5 až 10 minut a scedit. Pijí se tři šálky teplého čaje denně. (30)

#### Potíže spojené s bolestmi hlavy

2830 • Pomáhá list popence. Tři čajové lžičky se přelijí půl litrem vroucí vody, 5 minut nechat vyluhovat, pak scedit. Denně se pijí tři šálky teplého čaje. (30)



#### Potíže a pohlavní předráždění

2831 • Dvě lžičky rozpadlých šištic chmele otáčivého na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem, 10 minut ustát a precedíme přes pláténko. Pijeme vlažný po doušcích, dva šálky denně. (14)

#### Návaly horkosti

2832 • Tři čajové lžičky listu meduňky prelejte půl litrem vroucí vody, nechte 5 minut vyluhovat a scedte. Denně vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

2833 • Smícháme 10 g truskavce, 40 g srdečnicku, 40 g hlohu a 10 g levandule. Pije se ráno a večer šálek teplého nálevu. (99)

2834 • Při přechodu a u mužů při prostatických bolestech: dvě lžičky sušené řezané natě buřiny srdečnicku přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 10 minut stát. Pijeme čaj chladný, 1 až 2 šálky denně po doušcích. (14)

#### PŘÍJICE

2835 • Při a po injekční léčbě pijte odvar z kořenů ze všech čtyřech druhů lopuchy: masné, menší, ploché a plstnaté. Vyvařte čtvrt hodiny, pijte denně litr až do úplného uzdravení. (132)

#### PŘÍUŠNICE

2836 • Teplé mokré obklady ze silného odvaru jestřabiny nebo lněných semínek, zároveň čaj z ořechových listů, přesličky, šalvěje, od každého 4 g na litr čaje. Pijí se denně dva šálky. (132)

#### PSOTNÍK

2837 • Při dětském psotníku vymačkejte z několika kuchyňských cibulí plnou kávovou lžičku šťávy, dejte ji vypít a zapít slazeným teplým odvarem z heřmánku. Zbytek natě přiložte na břicho. (132)

#### PUCHÝŘE

2838 • Na otevřené puchýřky a rány na nohou: čerstvé listy podbělové naklepejte obráceným nožem tak, až vytryskne šťáva, pak přiložte přímo na postižené místo. (132)

#### PURPURA

2839 • Nařezané kokošky pastušky, rdesna pepříku, třezalky a rebríčku, oddenek puškvorce. Připravíme odvar. (99)

2840 • Plody šípku bez semen, nařezané routy a list kopřivy. Čtyři lžičky bylin zalít na noc tři čtvrtě litrem vody, ráno povařit a vypít v průběhu dne. (99)

2841 • Při tečkovitém krvácení kůže nebo sliznice vezmeme stejné díly dubové kůry, oddenku mochny nátržníku, oddenku puškvorce, natě přesličky, natě kokošky pastušky, natě rdesna červivce, natě třezalky, natě rebríčku, listů kopřivy, dracených šípků a natě routy vonné. Jednu polévkovou lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vroucí vody, necháme 3 hod. vyluhovat, scedíme, mírně přihřejeme a pijeme dva až třikrát denně před jídlem. (136 + 47- 52)



viz také:

Padoucnice

0424,0425

Paměť

0510, 0511, 0512, 3893, 3894, 3895

Plešatost

3571, 3572, 3600

Paradentóza

0029,3501

Páteř

0607, 0898, 0899, 0900, 0901, 1807

Pihy

1576, 2414-2421

Pleť

1596, 3779

Plíce

0456, 0838, 1137, 1200,1285, 1624, 2713, 3309

Plynatost

0230, 0396, 0965, 1403, 1853, 3213, 3379, 3423,

3983,4116

Pocení

0169, 0279, 1208, 1285, 1802, 1803, 2107, 2108,

2109,2110,2111,2112,2113,3019

Podlitiny

2892,3459

Podnebí

3523

Podpaždí

2530

Podvrtnutí

2146

Pohmožděninny

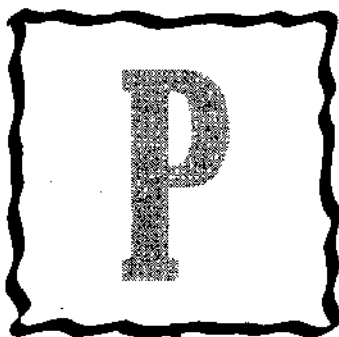
2872, 2874, 2875, 2890, 2891, 2955, 3042, 3914

Pohrudnice

0834, 3417

Pochva

4159,4160,4161,4162



Polypy

3116

Popáleniny

2256,3079,3167-3184

Poševní výtok

4165, 4166, 4167, 4168

Potopudné prostředky

1857

Potravy

2297

Prašivka

1005, 1006

Proleženíny

2872, 3779

Projímadla

3371 až 3823

Prostata

0993,1407

Prsa

1466

Prsty

3076

Průdušky

0462, 0463, 0464, 0465, 0466, 0467, 0527, 0528,

0529, 0530, 0776, 0770, 1102, 1285, 1808, 3129,

3878, 3983

Průjem

0335, 1756,1767, 1858, 3285, 3300, 3306, 3346,

3423, 3469, 4068

Přepracovanost

0398, 3399

Přívěsky děložní

4150,4151,4152

Puchýře

0999, 1000, 2096, 3171

146

**RAKOVINA****Rakovina - preventivní prostředky**

2842 • Používá se zevně komonice lékařská. Stačí, když jednou týdně děláme celkové teplé zábaly z odvaru komonice a to vždy na dvě hodiny před spaním. Musíme se také snažiti tělo přivést do potu a pak použít ihned mírné koupele. (132)

2843 • 30 dkg aloe arborescens rozmixujeme v jednom litru červeného vína a jednom kg čerstvého medu. Necháme 14 dní vyluhovat, pak precedíme přes rnu a přidáme 1 dl lihu. Stočíme do tmavých lahví. Užíváme jednu polévkovou lžičku po ránu po dobu 14 dní - pak přestaneme užívat. (64)

**Rakovina pokožky**

2844 • Přikládáte na postižená místa vícekrát denně čerstvou natlučenou nať měsíčku. (132)

**Rakovina zažívacího traktu**

2845 • 300 g listu slézu přehlíženého rozmixujeme nebo rozemeleme na masovém mlýnku, přidáme půl kg domácího včelího medu, 3/4 l červeného vína, 1 dl čistého lihu (koňaku, vodky nebo jiného destilátu). Vše dobře promícháme, uzavřeme do skleněného láhve a uschováme v chladnu. Po 14 dnech můžeme začít užívat. Bereme třikrát denně lžičku, druhý den můžeme zvýšit na polévkovou lžičku vždy dvě hodiny před jídlem, ale pouze po dobu dvou měsíců v roce. (40 + 45)

2846 • V poslední době se objevila řada zpráv o úspěšném léčení upravenou šťávou z aloe: rozmixujeme 300 g listů, přidáme půl kg domácího včelího medu, 3/4 litru červeného vína, 1 dl lihu, vše uschováme na tmavém a chladném místě po dobu 5 až 6 dní. Potom se tekutina precedí, ale vždy jen tolik, kolik je potřeba k užívání na jeden týden, zbytek zůstává v láhvi nepřecezený. Po 14 dnech můžeme začít užívat. Bereme první až pátý den celkem pětkrát denně asi hodinu před jídlem jednu lžičku, druhý týden můžeme zvýšit na polévkovou lžičku. (14)

**Rakovina žaludku**

2847 • Rakovina žaludku se léčí velmi příjemnou dietou. Pokrmy musí býti co nejlépeji stravitelné, velmi mírně solené, kořeněné a kyselená. Doporučují se mléčné výrobky jogurt, kefir, sedlé mléko, sladká syrovátka a tvaroh v různé úpravě. To vše žaludek nejen chladí, ale i léčí. Z vodoléčby prospívá tření těla citrónovou vodou, vanové i sedací koupele ze žaludečních léčivých bylin, ze kterých se připravuje i čaj. Čaj připravujeme také z léčivých bylin, které hojí i zevní rány jako z diviznového květu 10 g, dubového mláží 20 g, jitrocele 15 g, mateřídoušky 15 g, nátržníku 10 g, patáček 20 g, přesličky 15 g,

2848 • šalvěže 15 g a žanyklu 15 g. Nebo: z arnikového květu 10 g, drchničky natě 10 g, kontryhelu 15 g, kořene kostivalu 20 g, kořene lopuchu 15 g, ořechového listu 10 g, pelyňku 10 g, květu sluněčka 20 g a truskavce 20 g. Poměr 15 g na litr vody. Užívá se každou hodinu polévková lžička čaje. (107)

**Rakovina střev - konečníku**

2849 • Léčení spočívá v dietě, ve vodoléčbě a pití vhodných čajů. K sedacím koupelím a výplachům používá se při této chorobě silného odvaru ze směsi léčivých rostlin, např. na jednu sedací koupel 35 g arniky, 300 g dubového mláží nebo mladé dubové kůry, 30 g kuklíkového kořene nebo jalovce, 35 g mateřídoušky, 30 g nátržníku, 35 g ořechového listu, 35 g šalvěže, celkem 500 g směsi. Směs se uvaří v pěti litrech vody, scedí se a přilije do koupele, ve které nemocný setrvá, podle stavu svého srdce 10 až 30 minut. (107)

2850 • Jako čaje užívá se benedyktu 10 g, diviznového květu 10 g, jitrocele 20 g, jehlice trnité 20 g, pelyňku 10 g, přesličky 15 g, rebríčku růžového 20 g, sluněčka 15 g a žanyklu 15 g. Pije se denně až jeden litr čaje. (107)

**RAMENO**

2851 • Při bolestech v ramenu, šíji a vůbec ve vrchní části těla: diviznový olej, který připravíme tak, že tři plné hrsti květů divizny velkokvěté přelijeme půl litrem olivového oleje a ponecháme za občasného protřepání dva týdny vyluhovat na slunečném místě. Pak chvíli povaríme na vodní lázni a stočíme do menších lahvíček, uschováme v temnu, chladnu a suchu. Vmasírován do vlasů dává jim zlatý lesk. (136 + 47 - 26)

**RÁNY****Rány všeho druhu**

2852 • Na rány, ekzémy a opařeniny používáme Winternitzův výtažek z borůvky brusnice: jednu lžičku sušených borůvek zalijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme stát až do vychladnutí. (14)

2853 • Na rány, křečové žíly a hemoroidy užíváme obklady, které připravíme z 30 g sušených květů hluchavky bílé na litr vody. Krátce povaríme a necháme 10 minut stát. (14)

2854 \* K vymývání ran je vhodný nálev pozůstávající ze třech lžiček řezané suché natě kontryhele obecného, který vhodíme do čtvrt litru vařící vody a necháme přejít varem. Odstavíme na 15 minut, precedíme a vychlazený použijeme na vymytí ran. (14)

2855 • Janův olej na rány: květy třezalky tečkované nasbírané za slunečního dne volně naplníme do lahve až po hrdlo a zalijeme olivovým olejem. Květy musí býti ponořené. Láhev postavíme několik týdnů na slunce nebo teplé místo. Přefiltrujeme přes plátno a uschováme v tmavých lahvičkách. Při popáleninách můžeme použít olej lněný. (303)

2856 • Vezmeme po 20 g natě třezalky, řepíku, květu měsíčku, prhy arniky a listu jitrocele. Roztavíme 250 g kvalitního vepřového sádla a jemně nasekané, nejlépe čerstvé byliny v něm vyluhujeme. Ve vodní lázni vaříme 2 až 3 hodiny za občasného promíchání. Posléze precedíme a přidáme 20 g jehličnaté pryskyřice a 30 g včelího vosku. (136)

2857 \* K léčení ran, furunklů apod. se výborně hodí olejový výtažek listů vlašského ořešáku. 80 g drcených čerstvých listů macerujeme v 300 ml olivového nebo slunečnicového oleje při

pokožkové teplotě dva nebo i tři týdny. Potom scedíme. (136 + 47-34)

2858 • Na rány hojivá mast: po 20 g kvetoucí natě třezalky, květu měsíčku a kvetoucí natě řepíku povařit s 200 g sádla, procedit přes gázu, přidat 20 g natě arnikové tinktury (z lékárny), 20 g smrkové nebo borové pryskyřice a 50 g včelího vosku. Při nedostupnosti arnikové tinktury je možno na místo toho přidat 20 g čerstvé šťávy jitrocelové, případně z masitých listů rozhodníku největšího. Mast se má připravovat pokud možno z čerstvě utřených bylin. (136 + 47 - 16)

2859 • Na rány, vředy a některé typy ekzémů je vhodná univerzální mast: vezmeme 500 g kvalitního nesoleného vepřového sádla a roztavíme je ve vodní lázni, -přidáme dvě plné hrsti nejlépe čerstvých květů rebríčku a jednu plnou hrst drobně řezaných čerstvých listů mařího listu (kopretina - maří list). Vše dobře promícháme a necháme zatuhnout a potom vložíme do chladničky. Asi za 4 dny znovu roztavíme, přidáme jednu hrst měsíčku a půl hrsti mařího listu, rozmícháme a necháme opět zatuhnout. Za další 3 až 4 dny mast z chladničky vytáhneme, roztavíme a přes kovové sítko vyložené sterilní gázou propasírujeme do Čisté nádoby. Ve druhé nádobce mezitím roztavíme obsah jedné tuby červené Indulony, obsah jedné tuby modré heřmánkové masti z drogerie (také Dermazulen) a 20 až 25 g čistého včelího vosku. Pečlivě promícháme, směs necháme zatuhnout a uložíme v chladu. Místo mařího listu lze přidat bazalku, čerstvý kořen lopuchu a j. Mast se doporučuje parfémovat několika kapkami levandulové silice, která je k dostání v lékárně. (136)

2860 • Rány léčíme obklady, které připravíme tak, že sušenou plavuň dáme do sáčku z bílého plátna a sáček přiložíme na noc na příslušné místo. Sáček si udrží působnost jeden rok. (303)

2861 • Ránu je třeba nejprve dobře omýt a potom na ni přiložit listy jitrocele většího, trochu pomačkané, aby pustily šťávu. Čistou ránu je vhodné uzavřít a zahojit přiložením pomačkaným listů jitrocele kopinatého. Podobně lze postupovat i při vnitřním zranění: nejprve čistit, potom hojit. (136+47-97)

2862 • Hojení ran všeho druhu podporuje výrazně med. Může se aplikovat buď přímo nebo formou medové masti. Užití masti je efektivní při vředech, spáleninách, zahnisavých ranách apod. 25 g včelího vosku se roztaví ve vodní lázni a 25 g nesoleného sádla. Po určitém ochlazení směsi, kdy však tato je ještě tekutá, se přidá žloutek a 25 g medu a dobře promíchá. Pokud by bylo nutné zahuštění, je možno provést přidávkou malého množství smrkové pryskyřice. (136+47-117)

2863 • Na rány, křečové žíly a hemeroidy připravíme odvar na studené obklady: 30 g sušených květů hluchavky bílé na litr vody, krátce povaříme a necháme 10 minut ustát. (40 + 45)

2864 • Rány, ekzémy a opařeniny léčíme potíráním Winternitzova výtažku: jednu lžici sušených borůvek zalijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme až do vychladnutí stát. (40 + 45)

2865 • Při starých ranách a proleženinách se místa potřou řepíkovým odvarem a potom častěji propolisovou tinkturou. (99)

2866 • Rány spojené s bolestí: přikládejte na ně kontryhel buď čerstvý nebo nahřátý nad parou, týž účinek má hojírek neboli celinka. (132)

2867 • Nejlepší mast na rány, která nemá chybět v žádné domácnosti jest: stejný díl květu měsíčku, arniky (prhy), routy a třezalky rozetřítí, nalíti na ně vepřové sádlo, postavit na mírný oheň, hodinu vařit a mísiti, pak přidati trochu vosku na zhoustnutí. Mast vydrží po dlouhou dobu a není penězi k zaplacení. (132)

2868 • Nejlepší mast na rány si pořídíte z heřmánku smíchaného s kokoškou krevníčkem, měsíčkem, prhou a přesličkou - od každého 4 g. Svaříte ve čtvrt litru pramenité vody, pak přidáme 125 g vepřového sádla, rozmícháte a vaříte tak dlouho, až vznikne vláčná mastička. Profiltrujete plátkem a navoníte růžovým olejem nebo vonodřevým (peruánským) balzámem. (132)

2869 • Na rány, boláky a zvláště otevřené žíly na nohách pomáhá domácí švýcarská mast: ve zcela novém, kamenném hrnku rozvařte 30 g vepřového sádla a 30 g žlutého vosku s 30 g včelího vosku. Když se vše dobře promíchá, přidejte 30 g dřevěného nebo provensálského oleje a 30g surové smůly. (132)

2870 • Rány sebevětší se zahojí ve třech dnech, budete-li je potírat každé 4 hodiny mastí zhotovenou ze stejných dílů medu, žitné mouky a vyškvařeného slaniny. (132)

2871 • Na rány, křečové žíly, otoky a hemoroidy přikládáme jako chladivé obklady rosol připravený z pěti lžic sušených květů měsíčku lékařského na litr vody - vaří se dvě hodiny, pak se scedí a nechá vychladnout. (333)

2872 • Na rány, pohmožděniny, výrony krve, přetažení svalů, při hnisavých a rakovinových vředech, při otevřených proleženinách, při otocích a nádorech pomáhá tinktura z měsíčku zředěná prevarenou vodou. Plnou hrst květů měsíčku na jeden litr pravé pálenky, necháme vyluhovat na slunci nebo při teplotě 20 °C. (123)

2873 • Rány léčí usušené listy broskvoňe, rozdrcené na prášek a nasypné do čerstvých ran. (134)

2874 • Při poraněních a pohmožděninách se doporučuje využít léčivých vlastností kokošky pastušší tobolky a to ve formě odvaru na obklady a roztírání. Dvě polévkové lžice drogy necháme 8 hodin vyluhovat ve dvou šálcích vody - což je dávka na jeden den. (91)

2875 • Na rány, pohmožděniny a vředy se používá šťáva vytlačená z čerstvé natě kontryhele obecného. (14)

2876 • Na rány a lehké kožní vyrážky připravíme nálev: 40 g listu ořešáku královského použijeme na půl litru vody, doba vyluhování je 15 minut. Používáme k obkladům nebo k omývání. (78 + 66)

2877 • Pořídíme nálev z 25 g heřmánku lékařského na půl litru vody. Používáme k obkladům nebo k omývání. (78 + 66) \*

2878 • Připravíme nálev z řepíku lékařského. Kávovou lžičku natě na šálek vody. K obkladům a omývání. (78 + 66)

**Rány hnisavé**

2879 \* Do ran je vhodné aplikovat včelí med bez většího čištění ran, protože med dovede zabezpečit dokonalou aseptu okolního prostředí a případné nečistoty „vytahuje“. Medové obvazy se vyměňují 1 až 2 krát denně. (136 + 47-117)

2880 • Obklady z léčivé hlíny čistí a dozrávají zánět; kdo nemá léčivou hlínu, stačí mu obklady z prima tabulového oleje (ponechte aspoň 12 hodin na ráně). (132)

2881 • Rány, hnisavé otoky, záněty, vyrážky léčí zevně obklady namočené v nálevu připraveném v poměru dvě čajové lžičky sušené kvetoucí natě violky trojbarevné na 0,2 litru vody. (305)

2882 • Smícháme po 15 g: kořen lopuchu většího a pýru plazivého, nať rebríčku obecného, violky trojbarevné a třezalky tečkované a list smetanky lékařské. Odvar: povařit dvě minuty, vyluhovat pět minut, scedit. Pijí se tři šálky denně. (78 + 66)

**Rány čerstvé**

2883 • Na čerstvé rány - vtíradlo královské: nechtě táhnout v osmině litru 60% lihu osminu šťávy čerstvé rozrazilové natě, sfiltrujte s půl litrem lihu, půl litrem růžové vodičky a 250 g benátského mýdla, vše nechtě rozvařiti na mírném ohni a znovu sfiltrujte. Vtírejte přímo a velmi opatrně. (132)

**Rány po kousnutí**

2884 • Vymyjte horkou vodou a vymažte řádně práškovým česnekem. (132)

**Rány řezné, sečné, bodné**

2885 • Rozpusťte ve vodní lázni stejným dílem čerstvé neso- lené máslo a olivový olej, dobře promíchejte a nechtě vychladnout. Při- kládejte natřené na plátno a obnovujte 2 až 4 krát denně. (132)

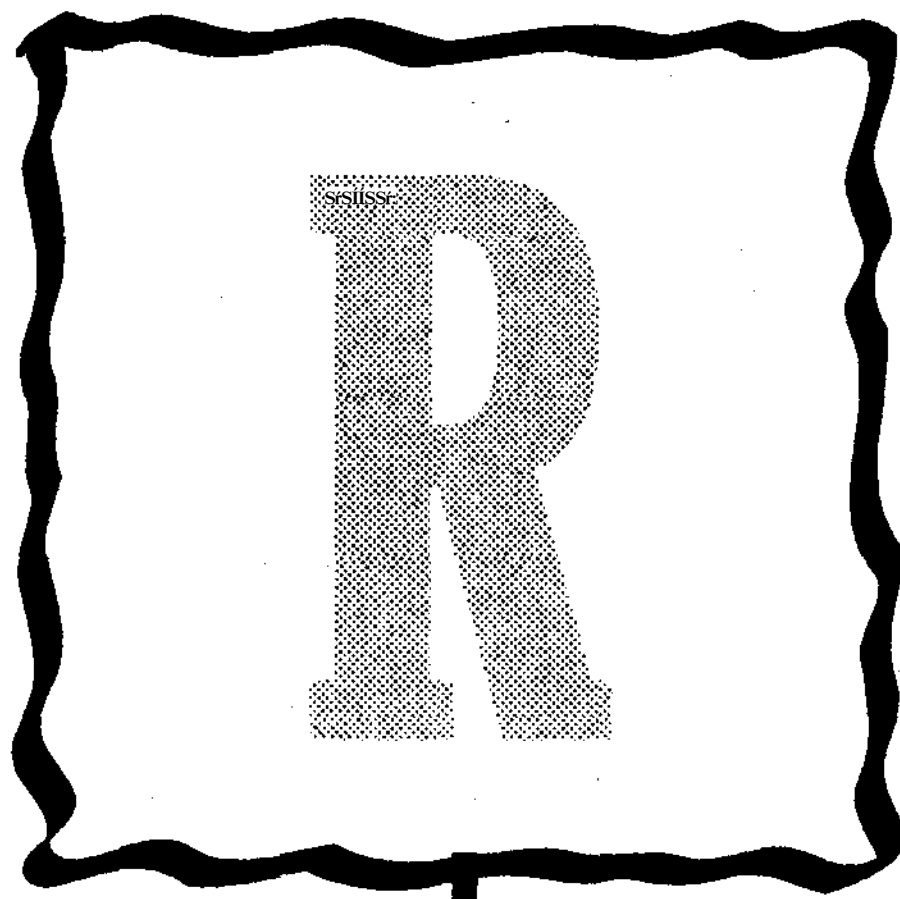
2886 • Matthioli: „Mast k ránám všelijakým, sečným i bodným i také k obraženinám výborná: vezmi řepíček, rebríček, husí nůžku, jitrocel, zběhový traňk, černohlávek, vrátyč, řecké seno, bukvici červenou, beraní jazyk, hruštičku, čapí nos, vrchy chlebdřové s kvítím, chlapinu obojí, vař to všecko v víně, proved' a vytlač, a co vytlačíš, vař s olejem dřevěným, přidej k tomu vosku, pryskyřice, sádla slepičího a kačího a míšej. Naposledy odstave, když by dobře prochladlo, vsyp bílé kadidlo, myrhu, mastix, míšej ustavičně, až se zhustne, a budeš mít mast" (74)

2887 • Tyto rány zahojí rychle a bezpečně obklady z rozcu- povaného čistého plátna smočeného v teplém, přeškvare- ném sádle. (132)

**Rány krvácející**

2888 • Matthioli: „Listí (z šalvěje) ztlouci a na ránu přiložiti z kteréž krev teče, zastavuje ji." (74)

2889 • Na krvácející drobná poranění a na otoky při bodnutí hmyzem: rozmělněné čisté čerstvé listy jitrocele kopinatého nebo šťávu z nich pou- žíváme zevně. (40 + 45)



2890 • Na krvácející rány, hemoroidy, otev- řené rány, otoky, pohmožděniny, rozpukané ruce a vyrážky nervového původu: šest lžic řezané natě rebríčku obecného na půl litru vody, necháme 10 minut vařit a pak vychlad- nout a používáme k oplachování. (40 + 45)

2891 • Na krvácející rány, vředy a otoky pohmožděnin připravíme odvar na koupele, výplachy a obklady: šest lžic řezané natě reb- říčku obecného prelejeme půl litrem vroucí vody a necháme 10 minut vařit. Odstavíme, scedíme a použijeme vychládlé. (14)

2892 • Na rány krvácející, na hemoroidy, otoky a krevní pod- litiny: prášek ze suchého drceného kořene nátržníku nebo sušené natě mochny husí užíváme na špičku nože a zapíjím^ vodou, čajem nebo červeným vínem. (14)

**Rány špatně se hojící**

2893 • Špatně se hojící rány nebo rány u kterých pozoru- jeme zastavení hojícího se procesu léčíme koupelemi z arni- kové tinktury. Tinkтуру připravíme tak, že usušené květy arniky se přelijí 70% alkoholem v poměru 1: 10 nebo se čer- stvé květy přelijí stejným váhovým množstvím alkoholu (50:50). Asi po 14 dnech se pomocí plátna oddělí květy od tekutiny (vymačkat). Několik dní se nechá kapalina ustát a pak se tinktura přefiltruje. Jedna polévková lžice tinktury se ředí půl litrem vody. (126)

2894 • Na špatně se hojící rány a otoky použijeme tento obklad: dvě lžice sušené natě komonice lékařské přelijeme půl litrem vařící vody a necháme přikryté 10 minut na mír- ném ohni nebo na horké plotně. (14)

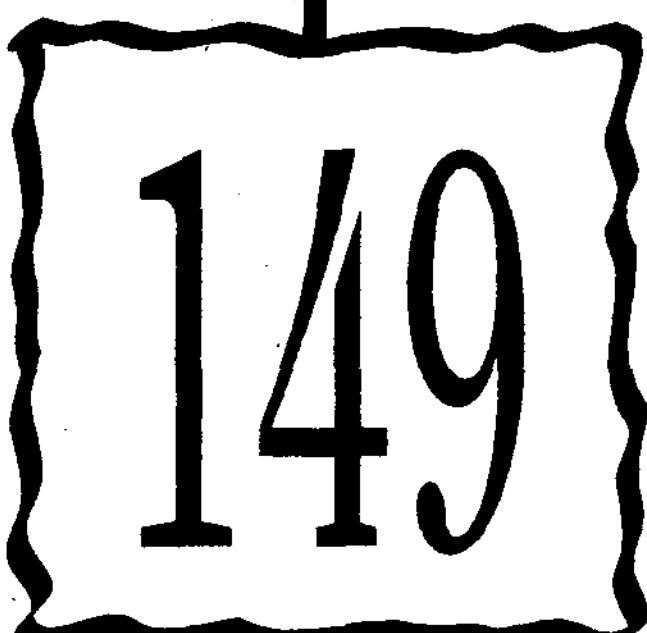
2895 • Na špatně se hojící, mokvavé a zanícené rány se dopo- ručuje tato mast: jednu lžičku stavy vylisované z čerstvé natě majoránky zahradní rozeřeme s pěti lžičkami nesoleného másla nebo borové vazelíny. (14)

2896 • Špatně se hojící rány, zánětlivá kožní onemocnění: smícháme po 10 g nať čekanky obecné a meduňky lékařské, list kopřivy dvoudomé a máty peprné a květ lípy. Pijí se dva šálky nálevu denně. (78 + 66)

2897 • K omývání špatně se hojících ran připravíme výluh: jednu lžičku mletého oddenku puškvorce zalijeme čtvrt lit- rem-vody a necháme přes noc stát. Ráno mírně přihřejeme ve vodní lázni a pijeme 1 až 2 šálky denně. (14)

2898 • Smícháme nať řepíku, květ měsíčku, nať jitrocele, sporýš, šištice chmelu. Tři polévkové lžice od každého druhu připravíme odvar (vaříme 5 minut) a použijeme k obkladům. (50)

2899 • Rány nejprve vymýváme řepíkovým odvarem, potom aplikujeme „ozařování“. Ušijeme si plátěný váček v potřeb- ných rozměrech. Vezmeme stejné díly vlašského ořešáku, natě řepíku, květu měsíčku, listu kopřivy, natě třezalky a natě mochny husí. Používají se výhradně dokonale usu- šené, velmi jemně řezané drogy. Přiměřené množství bylin dáme do váčku a přidáme 3 až 4 stroužky česneku. Na, zahnisanou, nehojící se ránu vymytou řepíkem dáme několik vrstev ster- rilní gázy, aby hnis neprosakoval do váčku, který přiložíme navrch na gázu a převážeme kouskem gázy. Už za 24 až 48 hodin se začíná projevovat , hojivý efekt a do týdne bývají zhojeny i velmi tvr- došijné rány, třeba u diabetiků. Váček přikládáme





obvykle na noc, přes den pak můžeme ránu ošetřovat měsíčkovou mastí. Až se rána vysuší, můžeme ji vymývat lehce zarůžovělým roztokem hypermanganu (jen několik zrníček do vody), neutíráme. (136 + 47-109)

## REVMATISMUS

### Revmatické bolesti

2900 • Smícháme 20 g natě violky trojbarevné, 20 g listu břízy bělokore, 20 g kůry krušiny olšové, 10 g plodu fenyklu obecného, 10 g květu bezu černého a 10 g kořene lékořice lysé. Nálev: pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

2901 • Smícháme 50 g rybízu černého a po 25 g listu kopřivy dvoudomé a květu tužebníku jilmového. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

2902 • Smícháme po 25 g květ bezu černého, květ lípy, list břízy bělokore a list kopřivy dvoudomé. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

2903 • Smícháme 30 g natě vřesu obecného a po 25 g květ heřmánku lékařského a natě tymiánu obecného. Nálev: pijí se tři šálky denně. (78 + 66)

2904 • Smícháme 50 g listu rybízu černého, 25 g tužebníku jilmového, 10 g květu lípy a 10 g natě vřesu obecného. Nálev: pijí se 1 až 2 šálky denně. (78 + 66)

2905 • Připravíme nálev z natě kontryhele obecného. Pijí se dva šálky denně. Osvědčuje se ke zlepšení svalové činnosti. (78 + 66)

2906 • Smícháme po 20 g kůry krušiny olšové, list ořešáku královského, natě violky trojbarevné, 10 g natě kopřivy dvoudomé a 10 g kořene pýru plazivého. Nálev: dvě kávové lžičky směsi na 200 ml vody. Pijí se 3 šálky denně. (78 + 66)

2907 • Smícháme po 20 g natě přesličky rolní, kůry vrby bílé, listu břízy bělokore a list kopřivy dvoudomé a po 10 g kůry krušiny olšové a květ bezu černého. Nálev: polévková lžice směsi na 200 ml vody. Pijí se 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

2908 • Smícháme po 25 g violky trojbarevné, kořen jehlice trnité a kořen pýru plazivého. Odvar: pijí se 1 až 2 šálky denně. Čaj je zvláště vhodný pro pacienty trpící současně poruchou ledvin. (78 + 66)

2909 • Smícháme po 10 g list kopřivy dvoudomé, list břízy bělokore, natě přesličky rolní, kůru krušiny olšové a po 5 g kořene čekanky obecné, květu měsíčku zahradního a květ bezu černého. Odvar: polévková lžice směsi na 200 ml vody. Pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

2910 • Smícháme po 200 g kořene puškvorce obecného a natě mateřídoušky obecné. Směs drog vložíme do čtyř litrů studené vody, krátce povaríme, necháme 20 minut vyluhovat a pak scedíme do koupele. Vhodné nejen při revmatismu, ale i při kloubních potížích, ischiasu. (78 + 66)

2911 • Dvě hrsti listu nebo natě kopřivy dvoudomé nasypeme do dvou litrů studené vody, necháme vyluhovat pět hodin, pak krátce povaríme. Znovu necháme 20 minut vyluhovat a sce-

díme do koupele. Vhodné i při ischiasu a kloubních potížích. (78 + 66)

2912 • Smícháme 75 g listu máty peprné, 75 g natě meduňky lékařské, 30 g heřmánku lékařského nebo římského. Celá dávka směsi se krátce povaří ve dvou litrech vody, nechá dvacet minut vyluhovat a pak se scedí do koupele. (78 + 66)

2913 • Jedna lžice natě turanu kanadského se přelije třemi lžicemi destilátu a v uzavřené sklenici se nechá na světle 14 dní. Používáme zevně. (40 + 45)

2914 • Jeden díl nastrouhaného křenu, pět dílů mouky, jeden díl tuku. Vše promícháme, zabalíme do plátna a přiložíme na nemocné místo na 30 minut. (303)

2915 • Vtíradlo „par expellar“ pozůstává z 35 dílů rozemletého španělského pepře, 20 dílů lihu a 20 dílů tekutého čpavku. Nechtě několik hodin táhnout, přefiltrujte. Vetřete na bolestivé místo. (132)

2916 • 4 až 6 kousků nejlépe čerstvého kořene kostivalu lékařského rozsekáme a vložíme do 250g rozehrátého a soleného vepřového sádla a necháme přes noc ležet. Druhý den vše rozehrájeme, scedíme přes gázu a zbytek vymačkáme. Naplníme vhodné nádoby a uložíme do chladničky. V době potřeby potíráme bolestivá místa a teple převážeme. Používáme ve všech případech pohybových potíží, zvláště tam kde je bolest lokalizována v menších plochách. (78 + 66)

2917 • Kávovou lžičku práškového kořene kostivalu lékařského vmícháme do tří polévkových lžic sádla a necháme uležet. Další postup je stejný jako u receptu, č. 2916. (78 + 66)

2918 • Smícháme 10 g kořene kostivalu lékařského a 10 g kořene mochny nátržníku. Vložíme do 250 g sádla. Příprava a použití jsou stejné jako u receptu č. 2916. (78 + 66)

2919 • Je třeba, aby se pacient dvakrát za den zavínil celý od paždí dolů do plátna namočeného v odvaru ze senných trusek (dolejší ovinek) a potom se vždy na dvě hodiny položil do postele a dobře přikryl. Deset takových aplikací odstraní revmatismus úplně. (56)

2920 • Přesličková koupel: 100 g přesličkové natě hodinu vyluhujeme v horké vodě a pak nalijeme do koupele. (126)

2921 • Smícháme 50 g květu chrpy, 40 g květu měsíčku, 50 g květu celíku, 50 g plodu jalovce, 50 g natě vrbovky malokvěté, 50 g kůry krušinové, 10 g květu černého bezu, 20 g kůry vrby, 20 g listu břízy, 20 g natě přesličky, 20 g natě tužebníku jilmového a 20 g natě kvetoucího vřesu. Jednu polévkovou lžici směsi spaříme čtvrt litrem vařící vody a dvacet minut vyluhujeme. Pije se dvakrát denně před jídlem. (126)

2922 • Tři lžičky mladých výhonků borovice vaříme dvacet minut v litru mléka. Pijeme na tři krátké během dne. (303)

2923 • Posilující koupel připravíme z 1 kg mladých výhonků borovice, které vaříme půl hodiny ve třech litrech vody. Precedíme a vlijeme do koupele. Teplota lázně maximálně 34 °C, pobyt v lázni max. dvacet minut. (303)

2924 • 15 g vřesu, 30 g fazolových lusků bez semena, 30 g vrbové kůry, 10 g hořce žlutého, 15 g rebríčku - vše smícháme, lžičku směsi dáme do šálku vařící vody, vaříme pět minut, scedíme a pijeme ráno i večer šálek teplého čaje. (303)

2925 • Smícháme po 10 g listu medvědice a šalvěže, natě průtržníku lysého, krušinky, vřesu, třezalky tečkované, kořene puškvorce a květ levandule a k tomu 20 g kořene jehlice trnité. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Pijí se 1 až 2 šálky teplého čaje denně při snídani. (30)

2926 • Smícháme po 25 g listu břízy, natě kopřivy, krušinky a macešky trojbarevné. Tři čajové lžičky této směsi prelejeme půl litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a pak scedíme. Denně vypít při snídani 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

2927 • Smícháme 10 g jírovcové kůry a 30 g květu bezu černého, 30 g květu lípy, 30 g vrbové kůry a 30 g natě přesličky rolní. Čajovou lžičku této směsi na šálek vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Pijí se denně při snídani 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

2928 • Smícháme 30 g fazolových lusků bez semen, 30 g vrbové kůry, 10 g kořene hořce žlutého, 15 g natě vřesu a 15 g natě rebríčku. Čajová lžička této směsi na šálek vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Pije se denně ráno i večer šálek teplého čaje. (30)

2929 • Smícháme 10 g listu ořešáku, 40 g natě marinky vonné a 50 g květu lípy. Tři čajové lžičky této směsi se přelijí půl litrem vroucí vody, nechá se 5 minut vyluhovat a pak se scedí. Denně se vypijí 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

2930 • Smícháme 10 g krušinové kůry, 40 g březového listu a 50 g vrbové kůry. Čajová lžička této směsi na šálek vody. Pijí se denně při snídani 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

2931 • Připravíme odvar ze tří lžiček mladých čerstvých pupenů borovice lesní, které vaříme dvacet minut v jednom litru mléka. Celé množství vypijeme ve třech dávkách během dne. (14)

2932 • 200 g nastrouhaných a vymačkaných brambor smícháme se čtyřmi lžícemi strouhaného křenu. Vložíme směs do gázy, vytvarujeme placku a přikládáme na bolestivá revmatická místa po 3 dny v trvání 30 minut. Před přiložením placky se doporučuje natřít kůži sádlem. (14)

2933 • Kúra s jalovčinkami: první den brát třikrát denně jednu jalovčinku, rozžvýkat a sníst. Druhý den 3krát dvě jalovčinky, třetí den 3krát tři jalovčinky atd. Bod obratu je 21. den = 3krát 21 jalovčinek. Potom se zpět ubírá po jedné jalovčince až po třikrát 1. Kúra tedy trvá 6 týdnů, provádí se pouze 1 až 2 krát ročně na jaře a na podzim. (136 + 47- 133)

2934 • Zevně se doporučují různé derivační masti či mazání, např. vyluhovat květy jírovce v Alpě v poměru 1: 5 na mazání a obklady. Vhodný je též obklad s naklepaným kapustovým listem. (136)

2935 • Pomohou „ružové koupele“. Do vany nalijeme vřelou vodu a do ní vhodíme několik květů temně rudých růží. Až teplota poklesne na přijatelnou mez ve vodě s růžemi se vykoupeme. (136 + 47-77)

R

2936 • Půl kg medu nahřát na 36 °C a prosít do něj 50 g čistého sirného květu z lékárny, dobře promíchat. Užívat jedenkrát denně ráno na lačno jednu čajovou lžičku. (136-+47-117)

2937 • Vezmeme 100 g listu černého rybízu a po 50 g listu jasanu ztepilého a květu tužebníku jilmového. Při nedostupnosti jasanového listu použijte listu kopřivy, tužebník lze nahradit vrbovou kůrou. Pije se třikrát denně sklenka nálevu. (136 + 47 - 66)

2938 • Po 100 g natě zlatobýlu, listu kopřivy, natě přesličky a listu březového, po 50 g natě violky trojbarevné. Polévkovou lžící směsi přelít čtvrt litrem vřelé vody, čtvrt hodiny vyluhovat. Po přecezení se čaj požije po doušcích během dne. (136+47-37)

2939 • 1 až 2 čajové lžičky nakrájené drogy - pampelišky - se přelije jedním šálkem vody, ohřeje k varu a po jedné minutě sundá z plotny. Nechat stát 10 minut, pak scedit. Den co den ráno i večer jeden šálek čaje po dobu čtyř až osmi týdnů pít - to je jarní kúra. (126)

2940 • Při slabých revmatických bolestech: po 10 g březového listu, květu divizny a natě zeměžluče, po 20 g natě jehlice trnité, listu medvědice lékařské, 25 g natě rebríčku růžového a po 5 g květu hluchavky bílé a květu trnky plané. 15 g směsi se spaří litrem vody, pak se přikryje a nechá 12 hodin loužit. Pije se po doušcích celý den. (107)

2941 • Stejný díl listů kopřivy, natě přesličky, březového listu a drcených jalovčinek. Jednu vrchovatou lžící směsi (bez jalovčinek) a 10 drcených jalovčinek přelít půl litrem vařící vody a nechat půl hodiny vyluhovat, potom scedit do termosky a podávat třikrát denně šálek čaje. (136 + 47 - 72)

2942 • Drobně nastrouhané čerstvé kořeny lopuchu se svaří v másle nebo v jiném rnsťovém základu, až vznikne vazká mast. Pro zlepšení konzistence je možno použít včelího vosku a pryskyřice z jehličnatých stromů. Mast se připravuje ve vodní lázni. Zhotovenou, mastí se dobře namažou postižené klouby a nemocný je umístěn do ruské lázně (parní bedny), kde se během dvaceti minut začne vydatně potit. Během potné kúry se podá sklenice odvaru z lopuchového kořene, připraveného běžným způsobem. V lázni zůstane nemocný do té doby, než se pot odpaří a pokožka oschne. Po vystoupení z lázně nemocnému natřít rychle klouby stejnou mastí a uložit jej do vyhřátého lůžka. (136 + 47 - 98)

2943 • Náplast z vinných kvasnic: 10 g benátského mýdla, 10 g jeleního oleje, 10 g kafru japonského se spolu rozpustí, potom s půl litrem vinných kvasnic smíchá a směs se natře na plátno a přiloží na bolestivé místo. (107)

2944 • Náplast ze lněného semena a pískavice: 50 g pravého včelího vosku, 30 g benátského terpentýnu, 30 g jemného terpentýnového oleje, 10 g jemně semletého lněného semena, 10 g jemně semleté pískavice se na mírném ohni rozpustí a smísí. Kdyby byla kaše hustá, zředí se terpentýnem. Teplá náplast se přikládá na čistě omyté bolestivé místo. (107)

2945 • Mazání lihem z květů: po 20 g květu arniky, čekanky, divizny, heřmánku, červeného kaštanu, sluněčka, květu a listu mateřídoušky, listu rozmarýny a 40 g listu a květu třezalky. Vše společně promísené dáme do láhve, zalejeme úplně 70% lihem, zavážeme pergamenem

a necháme loužit na slunci po 6 týdnů. Přitom každého dne láhvi zatřepeme a tak na slunci otáčíme, aby ze všech stran byl obsah sluncem prozářen. Pak se přecedí, přečistí a k potřebě uschová. V době potřeby natíráme bolestivá místa mazáním, pak je balíme do flanelu, vlny nebo vaty aby se udržela v teple a aby se Škodlivé usazeniny teplem snadněji rozpouštěly. (107)

2946 • 15g angelikového lihu, 15g arnikového lihu, 10g čpavku, 10g lihu z lopuchového kořene, 10g podražcového lihu, 10g šalvějového lihu, 10g tymiánového lihu a 150g jemného glycerínu se spolu smíchá a touto směsí se bolestivá místa natřou, která se pak zabalí. (107)

2947 • 15g jalovcové silice, 10g lihu z konvalinkových květů, 10g levandulového lihu, 10g lihu z mateřídoušky, 10g lihu z jedlového mláží, 10g hořčicového lihu a 90g mýdlového lihu. Vše se potom spolu smíchá a směsí se natřou bolestivá místa, která se pak zabalí. (107)

2948 • Tři lžice mladých čerstvých pupenů borovice vaříme dvacet minut v litru mléka. Vypijeme natříkrát během dne. (40 + 45)

2949 • Připravíme koupel na postižené končetiny v odvaru z rdesna ptačího. (40 + 45)

2950 • V lidovém léčitelství se macerát, zapař nebo případně odvar z březových listů (před použitím se listy musí rozřezat nebo rozdrobit, aby se účinné látky lépe vyluhovaly), získaný krátkým povařením pěti polévkových lžic drogy v půl litru vody, používá jako močopudný čaj nejen při léčbě revmatismu a dně, ale i ledvinových kamenů. Odvar z listů se dříve používal i zevně k přípravě osvěžujících koupele a k omývání postižených míst při revmatismu. (106 + 009)

2951 • Při revmatismu - ale i při kašli a ochraptění: smícháme po 20g listu podběle a natě jitrocele kopinatého a po 30g natě macešky trojbarevné a violky vonné. Tři čajové lžičky této směsi se přelijí půl litrem vroucí vody a nechá se 5 minut vyluhovat, pak se scedí. Pijí se denně 1 až 3 šálky teplého čaje. (30)

2952 • Při revmatismu, ale i při nachlazení spojeném s bronchitidou: smícháme po 20g listu bezu černého a květu lípy a po 30g natě macešky trojbarevné a natě violky vonné. Tři čajové lžičky této směsi se přelijí půl litrem vroucí vody, nechá se 5 minut vyluhovat a pak se scedí. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. (30)

2953 • Kašovitě obklady při revmatickém zduření svalů, dnových uzlinách, nádorech, bolestech šíje, bolestivých pahýlech po amputaci i při zánětu okostice: dobře usušené kořeny kostivalu lékařského pomeleme na moučku. V šálku vody, do které jsme přidali několik kapek jedlého oleje rychle smícháme na kaši, natřeme na plátěný hadřík, teplé položíme na nemocné místo a zabalíme. (123)

2954 • Klasická protirevmatická čajovina s příznivým vlivem na látkovou výměnu: 100g listu černého rybízu a po 50g listu jasanu ztepilého a květu tužebníku jilmového. Při nedostupnosti jasanového listu použijeme listu kopřivy. Tužebník lze nahradit vrbovou kůrou. Pije se třikrát denně sklenka nálevu. (136 + 47 - 66)

R

2955 • Při revmatismu, křečích a pohmožděninách přikládáme obvazovou vatu nebo kousek složeného jemného plátna namočeného do teplého odvaru z levandule lékařské. (14)

2956 • Při lehčím revmatismu: po 10g listu borůvky, břízy, květu heřmánku a kořene puškorce, po 20g natě jehlice trnité, řepíku, veroniky a listu ostružiny vonné a 15g natě sporýšů. 15g směsi se spaří litrem vroucí vody a nechá 12 hodin vyluhovat. Pije se po doušcích během dne. (107)

2957 • Při lehčím revmatismu: po 10g listu břízy, natě tymiánu, kořene hořce šumavského a listu s květem kozlíku, po 20g natě komonice lékařské, ožanky, kořene pýru a jarních výhonků smrčí. 15g směsi se spaří litrem vřelé vody, nechá se 12 hodin vyluhovat a popíjí se po doušcích během dne. (107)

2958 • Při lehčím revmatismu: 10g listu břízy, po 15g výhonků a květů kručiny německé, listí a květů levandule, kořene lopuchového a osladiče, jarních výhonků modřínu, listu a květu petrklice a květu sluněčka zahradního, 20g ovsu zeleného. 15g směsi se přelije litrem vřelé vody a nechá 12 hodin vyluhovat. Popíjí se po doušcích během dne. (107)

2959 • Po 5g květu arniky a hluchavky bílé, po 10g listu břízy a mechu islandského, 5g květu a 5g kořene chebdi, 15g natě macešky polní, 15g pivoňkového kořene, 25g natě zeměděmu a 40g natě melisy citrónové. Smícháme a 15g směsi přelijeme litrem vařící vody, necháme 12 hodin ustát, pak pijeme během dne po doušcích. (107)

2960 • Při revmatismu, přidruží-li se zácpa: po 10g listu břízy, plodu jalovčinek a natě pastuší tobolky, 10g pupenců topolu černého, 20g listu a květu třezalky, 25g natě rebríčku a 30g listu jahodového. Smícháme a 15g směsi přelijeme litrem vřelé vody, 12 hodin necháme vyluhovat. Pijeme po doušcích během dne. (107)

2961 • Při revmatismu, ale i dně, nemocech ledvinových, jater, při svalové únavě se aplikuje koupel z ovsu. Jeden kg ovesné slámy, pečlivě proprané studenou vodou, se vaří asi čtvrt hodiny a pak se voda scedí do koupele kolem 35 až 38 °C teplé. (315)

2962 • Při revmatismu, na prokrvení pokožky a k celkovému osvěžení organismu připravíme odvar do posilující koupele: 1kg mladých výhonků borovice vaříme půl hodiny ve třech litrech vody. Přecezený odvar přidáme do vanové koupele. Teplota lázně maximálně 34 °C, pobyt v lázni dvacet minut. (40 + 45)

2963 • Při revmatismu, přidruží-li se zácpa: po 10g kořene andělíky, kůry řešetláku, listu břízy a natě drchničky, po 15g natě jablečnicku, opoňky a zeměžluče a po 25g natě kopřivy a listu rybízu černého. Smícháme a 15g směsi přelijeme litrem vařící vody, necháme 12 hodin vyluhovat a pijeme po doušcích během dne. (107)

2964 • Při revmatismu, tvoří-li se současně ledvinové kaménky nebo písek v močovém měchýři: po 10g listu břízy, borůvky, usušeného kořene celeru a petržele a plodu jalovce, 20g květu sluněčka zahradního a po 30g natě jehlice trnité a Šípkových plodů. Šípkový plod se nejprve hodinu vaříme a teprve tímto vařícím odvarem se spaří

152



15g směsi ostatních bylin, dobře přikryté se nechá 12 hodin loužit. Popíjí se po doušcích, sladí se medem. (107)

2965 • Při revmatismu a současných chorobách žlučníku: po 10g kořene bedrníku, lopuchu, listu břízy a lžičníku, po 15g natě truskavce a veroniky a 25g listu a květu třezalky. Smícháme a 15g směsi spaříme litrem vody, necháme 12 hodin louhovat, pak scedíme a pijeme po doušcích během dne. (107)

2966 • Při revmatismu s přidružením kôrnatení tepen: smícháme 10g listu břízy, po 15g listu jahodníku, medvědice lékařské, natě řepíku a jarních výhonků modřínu, 10g natě rosničky, 20g natě rebríčku žlutobílého a 20g natě srdečníku. 15g směsi spaříme litrem vody a necháme přikryté 12 hodin vyluhovat. Popíjíme slazené medem po doušcích během dne. (107)

2967 • Při těžším revmatismu: smícháme 15g listu břízy, 10g kořene a 10g natě čekanky, 15g kořene a 15g květu chebdí, 10g natě kardobenedyktu, 30g ova zeleného, 5g natě pelyňku, 5g květu a 5g listu petrklíče, 15g kořínků pýru, 7g květu a 7g listu violky vonné. Vše smícháme a 15g směsi přelijeme litrem vařící vody a necháme 12 hodin přikryté vyluhovat. Pak scedíme a pijeme po doušcích během dne. (107)

2968 • • Při revmatismu, hemoroidech a na zastavení krvácení: účinná je jehlice trnitá. Droga se používá ve formě záparu, aby se zachovaly éterické oleje. Dvě polévkové lžíce kořene jehlice trnité zapaříme 400 ml vřelé vody a necháme 30 minut vyluhovat. Po přecezení zapař užíváme třikrát denně 70 až 120 ml po jídle celkem 10 dní, pak léčení přerušíme na týden a opět pokračujeme 10 dní. Léčení může trvat i několik měsíců. (91)

2969 • Při revmatismu, hemoroidech a na pročištění krve doporučuje dr. Dimiter Pamukov z Bulharska využít léčivých vlastností jablečnicku a to ve formě odvaru. Dvě polévkové lžíce drogy je třeba zalít 500 ml vřelé vody. Vaří se 30 minut a nechá se vyluhovat 60 minut. Přecezený odvar se užívá třikrát denně 150 ml 15 minut před jídlem. (91)

2970 • Při revmatismu a neuralgických bolestech: hrst jalovčinek zalejeme půl litrem čistého lihu, vodky nebo koňaku a necháme 14 dní stát. Užívá se zevně k potírání postižených míst. (40 + 45)

### Revmatismus - komplexní léčba

2971 • 200g březového listu, po 100g lopuchu - kořen a natě rdesna ptačího a po 50g natě rebríčku a kořene nebo květu rudbekcie purpurové. Podávat 3/4 až litr čaje připraveného bylinářským způsobem, denně z termosky po doušcích. - Zevně s osvědčily koupele ať již celkové nebo jen koupele rukou a nohou v teplotě asi 38 °C v nálevu z mateřídoušky nebo tymiánu, případně v nálevu z pelyňku Černobýlu. Bolestivé klouby je možno střídavě obkládat naklepaným zelným listem namočeným v horkém oleji a obklady z horké jílové kaše. Také strouhaná mrkev, příp. kostival dovedou v tomto směru dost pomoci. (136 + 47-138)

2972 • Vezmeme 100g listu černého rybízu, 50g květu tužebníku jilmového a 30g kůry černého bezu. Jednu vrchovatou čajovou lžičku směsi na sklenici odvaru, vařit dvě minuty, vyluhovat 20 minut. Podáváme třikrát denně před jídlem. (136 + 47-68)

R

2973 • Protirevmatická kúra v lázních Skalka (J. A. Zentrich): nedílnou součástí kúry jsou koupele ve skalecké minerální vodě, kterou lze nahradit lázní ze Sulfatanu. The Skalka: vezmeme 200g vrbové kůry, po 100g březového listu a kořene pampelišky s natí a po 50g kořene libečku, kořene lékořice, natě tymiánu a natě vřesu. Náhradní drogy při nedostatku bylin: květ tužebníku nebo nať violky trojbarevné za vrbovou kůru, list černého rybízu za libeček, kopřivu za březový list, čekanku za pampelišku, kořen jehlice trnité nebo květ měsíčku za kořen lékořice, mateřídoušku nebo dobromysl za tymián a květ petrklíče nebo nať brutnáku za vřes. Vhodnou dávkou je třikrát denně asi 1/3 litru krátkodobě vařeného odvaru, případně 3/4 až 1 litr čaje, připraveného bylinářským způsobem, z termosky, po doušcích během dne. (136)

2974 • Pitná kúra: vezmeme po 100g natě meduňky a lipoového květu, po 50g kořene andělíky, kořene lékořice, kořene proskurníku, natě rebríčku, natě rdesna ptačího, natě kónopice, natě přesličky, březového listu, vrbové kůry a oddenku pýru. Podávat ráno, v poledne před jídlem a večer po jedné sklenice nálevu. (136 + 47 - 111)

2975 • Obklady: vezmeme 200g natě tymiánu nebo mateřídoušky a po 100g listu rozmarýny, meduňky a maliníku lesního. Dvakrát denně přikládat teplé obklady, asi po půl hodině. (136 + 47-111)

2976 • Koupele: vezmeme po 100g drcených jalovčinek, borovicového jehličí, natě tymiánu nebo mateřídoušky, ovesné slámy, oddenku puškvorce, vrbové kůry. Asi 100g směsi krátkodobě povaríme v pěti litrech vody a potom necháme dlouhodobě vyluhovat. Posléze precedíme do lázně teplé 38 až 40°C. Lázeň bereme každý druhý den jednu hodinu před spaním asi 10 až 15 minut. Vyluhované byliny můžeme ještě v plátěném váčku zavěsit do lázně k dalšímu vyluhování. Počet koupelí: 12 až 16, po přestávce lze ještě několik koupelí provést na doléčení. (136 + 47-111)

2977 • Vezmeme oddenku pýru 60g, kořene jehlice trnité 50g, kořene pampelišky s natí 40g a po 25g drcených jalovčinek a listu černého rybízu. Bylinářským způsobem připravíme jeden litr čaje a popíjíme z termosky po doušcích během dne. (136 + 47-131)

2978 • Protibolestivé a protirevmatické mazání „Oravská mazanina“: do zavařovací láhve se nalije čtvrt litru octa, stejné množství lékárenského terpentýnu a přidají se dvě čerstvá vajíčka s bílou skořápkou. Láhev se dobře uzavře a ponechá se stát asi dva týdny při pokojové teplotě na tmavém místě. V této době se vejce rozpustí. Potom se obsah láhve opatrně protřepe. Vytvoří se tekutá sloučenina, ze které se odstraní vaječné blanky. Mazaninou se - nejlépe na noc - natírají bolavé údy, které se potom zabalí. Před použitím je třeba obsah láhve vždy řádně protřepati. V některých případech se na natřených okrajích pokožky vytvoří vyrážka, podobná husté krupičce. I když to jistě není jev příliš žádoucí, je odpozorováno, že v takovém případě bolesti revmatického typu rychleji ustupují. Po přerušení mazání vyrážky spontánně mizí během několika dnů. (136 + 47 - 120)

2979 • Kúra, kterou je třeba použít vždy na noc: 1. den - na papír od másla nasypat slabou vrstvu strouhaného křenu, na to silnější vrstvu strouha-

153



ného kostivalu, přiložit formou náplasti přes noc na bolavé klouby. 2. den - totéž, ale pouze s kostivalem. 3. den - pauza. 4. den - obložit piešťanským bahnem. Při jeho nedostupnosti horkým jílem baleným v plátně event. horkými drcenými bramborami ve slupce. 5. den - obložit kaši z mletých čerstvých kopřiv či vyvařenými suchými kopřivami. 6. den - tvarohový obklad. 7. den - pauza. Aplikovat několik cyklů, současně popíjet jakýkoliv močopudný „krev čistící“ nebo přímo protirevmatický čaj, jeden litr denně. (136 + 47-94)

2980 • Vezmeme kořen jehlice trnité a natě přesličky po 120 g, drcených jalovčinek 60 g a po 40 g krušinové kůry a semena kopru. Do půl litru vroucí vody vhodíme tři polévkové lžíce směsi a vaříme 3 minuty. Necháme půl hodiny vyluhovat, precedíme do termosky. Užíváme třikrát denně čtvrt hodiny před jídlem a třikrát denně čtvrt hodiny po jídle, vždy po jednom pohárku (100 ml). Při vleklém průběhu je třeba čaj podávat až dva roky - v takovém případě asi po 3 měsících změníme jeho recepturu. (136 + 47 - 91)

2981 • Jarní protirevmatická kúra: připravit jednoduchou bylinkovou směs z kopřivového a bezového listu po dvou dílech + jeden díl kořene jehlice trnité. Dvě polévkové lžíce směsi dát do půl litru studené vody a do toho nalákat asi půl metru tenkého čerstvého výhonku černého bezu (letorostu), krátce povařit, scedit a pít po doušcích během dne. (136+47-27)

#### Revmatismus vleklý chronický kloubový

2982 • Při chronickém revmatismu a při chronických kloubových onemocněních velmi účinné pomáhá smetanka - pampeliška. Pampeliškový čaj se připravuje z nakrájené drogy, jednu až dvě čajové lžičky přelijeme jedním šálkem vody, ohřejeme k varu a po jedné minutě sundáme z plotny, necháme stát 10 minut a pak scedíme. Den co den ráno i večer jeden šálek po dobu 4 až 8 týdnů. Použijeme-li přídatné čerstvé pampeliškové listy v libovolné formě, zvýší se účinnost. (126)

2983 • Proti chronickému revmatismu likér heřmánkový: 75 g kořínků pravého heřmánku rozemelte na prášek, promyjte a zamíchejte do jednoho litru dobré žitné kořalky. Nechte 14 dní táhnout, přefiltrujte. Užívat třikrát denně po 10 kapkách - ne více. (126)

2984 • Likér heřmánkový: 75 g kořínků pravého heřmánku rozemelte na prášek, přesejte a namíchejte do litru dobré žitné kořalky, nechte 14 dní táhnout a přefiltrujte. Třikrát denně po 10 kapkách - ne více, neb žaludek dráždí. (132)

2985 • Při kloubových a svalových bolestech: v 100 ml Alpy vyluhovat vrchovatou lžící mladých borových a smrkových výhonků po dobu jednoho týdne, scedit, přidat 20 ml dobré slivovice a 10 rozdrcených tablet acylpirínu. Používá se k natírání a k obkladům bolestivých míst. V době, kdy nejsou po ruce mladé jehličnaté větvičky lze použít lesní francovku Lesana. (136.+ 47-27)

2986 • Pomáhají náplasti, připravené z dvou gramů opia, čtyř gramů kafru, 15 g dehtu a z čistého petroleje. (136 + 47 - 103)

2987 • Při revmatických bolestech, bolestech kloubů, poruchách prokrvení a poškozených ploténkách pomáhá tinktura z kořene kostivalu

lékařského: kořene kostivalu umyjeme a kartáčkem očistíme, na drobno rozřežeme. Volně jimi naplníme láhev až po hrdlo, zalejeme reznou nebo jinou ovocnou pálenkou, postavíme na 14 dní na slunko nebo blízko kamen. Kořeny musí být v pálence ponořené. (123)

2988 • Připravíme mast: čtyři až šest - podle velikosti - čerstvých umytých kořenů kostivalu lékařského jemně posekáme a krátce upražíme v 250 g čistého sádla ze střev prasete, přes noc necháme stát, druhý den ohřejeme, scedíme přes hadr a zbytek vylisujeme. Naplníme do čisté nádoby a vložíme do chladničky. Mast z kostivalu můžeme použít místo obkladu z kaše. (123)

2989 • Při akutním kloubovém revmatismu smícháme po 20 g květu krušinky, natě zlatobýlu, kopřivy, třezalky a pampelišky a listu břízy. Tři čajové lžičky této směsi se přelijí půl litrem vroucí vody, nechá se 5 minut a scedí se. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. (30)

2990 • Podpůrný účinek léčby má čaj z prvosenky. Čajovou lžičku natě prvosenky i s kořenem prelejeme šálkem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Po mnoho týdnů se pijí denně 3 šálky teplého čaje. (30)

2991 • Smícháme po 20 g plodu badyánu a natě pelyňku pravého a po 30 g listu vachty a kůry vrbové. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Pijí se tři šálky teplého čaje během dne. (30)

2992 • Po 10 g natě krušinky barvířské a třezalky, po 20 g listu břízy a kopřivy, po 30 g listu a kořene pampelišky, natě zlatobýlu. Jednu čajovou lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vařící vody, dvacet minut necháme vyluhovat. Pijeme třikrát denně před jídlem. (126)

2993 • Jednu čajovou lžičku květů petrklíče spaříme čtvrt litrem vařící vody a dvacet minut necháme vyluhovat. Pít delší dobu třikrát denně před jídlem. (126)

2994 • Při revmatismu kloubovém každého rána v 8 hodin hořejší polévání 21-4 konvicemi studené vody, o 10 hodině polévání kyčlí, odpoledne ve 2 hodiny kyčlí a večer chůze ve vodě. Tak prvního dne. Druhého dne ráno chodit ve vodě, v 10 hodin polévání kyčlí, v 5 hodin chodit ve vodě. Třetího dne ráno poloviční koupel, v 10 hodin hořejší polévání, odpoledne ve 2 hodiny polévání kyčlí, v 5 hodin chodit ve vodě. Čtvrtého dne ráno polévání kyčlí, v 10 hodin poloviční koupel, odpoledne polévání zad a večer chodit ve vodě. Tak nutno pokračovati 12 dní, aby nemocný nabyl zdraví. (56)

2995 • Ustrouhejte jemně mořskou cibuli a jednu cibuli obyčejnou a dva díly puškvorce a naložte vše do litru denaturovaného lihu. Po dvou dnech slijte, sedlinu však nevyhazujte. Masírujte výtažkem celý úd, kde se bolesti projevují. Sedlinu pak přiložte rozetřenou na plátno jako obklad. (132)

2996 • Do 600 ml vřelé vody dáme dvě čajové lžičky plodů borůvky a po jedné čajové lžičce kořene jehlice, natě přesličky, krušinové kůry a plodu kopru. Vaří se tři minuty, pak se scedí. Užívá se šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

2997 • Při revmatismu, na bolestivé záněty kloubů, na znehybnené klouby přikládáme mladé rozemleté listy bezu černého. Používáme

buď listí samotné nebo rozmíchané s borovou vazelínou. (40 + 45)

2998 • Revmatismus vleklý čili chronický kloubový: smícháme 15 g kvetu bezového, heřmánkového, lipového, petrklíčového a květu sluněčka, po 15 g natě světlíku a zeměžluče, K)g listu březového a 20 g květu rebríčku. Ze směsi spaříme 15 g vřelou vodou (jedním litrem), pak přikryté necháme 12 hodin louhovat a po scezení popijíme po doušcích během dne. (107)

2999 • Vleklý čili chronický kloubový revmatismus: smícháme po 10 g listu brusinky, břízy, květu čekanky a divizny, 15 g květu kozí brady luční a po 20 g natě macešky rolní, majoránu, listu ostružiny vonné a smrkového jehličí (mlází). 15 g této směsi pak přelijeme litrem vřelé vody, necháme přikryté 12 hodin vyluhovat, scedíme a popijíme během dne po doušcích. (107)

3000 • Při chronickém kloubovém revmatismu dáme do 600 ml vřelé vody dvě čajové lžičky kořene pampelišky a plodu borůvky a jednu čajovou lžičku kořene jehlice a semena kopru. Vaříme tři minuty, necháme vyluhovat 30 minut a precedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

3001 • Do 600 ml vřelé vody dáme dvě čajové lžičky kořene pampelišky a po jedné čajové lžičce listu máty peprné, plodu fenyklu a plodu borůvky. Vaříme 3 minuty, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

3002 • Do 700 ml vřelé vody dáme dvě čajové lžičky kůry krušínové a po jedné čajové lžičce tyto drogy: plod borůvky, kořen pampelišky a jehlice trnité a omanu, nať přesličky, list máty peprné. Vaříme 3 minuty, necháme dvacet minut vyluhovat a scedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

3003 • Na bolestivé klouby náplast ze lněného oleje: díl včelího vosku, dva díly jeleního loje a tři díly čerstvého lněného oleje se na mírném ohni v rendlíku rozpustí, dobře promíchá a pak na bílé plátno natře. Tím se bolestivý kloub ovine a nechá po několik dní zavinit. (107)

3004 • Náplast bylinná: díl včelího vosku, dva díly stearinu a tři díly kostního oleje se rozetrou s jednou desetinou dílu prášku z natě žanyakové, stejného dílu mateřídoušky, ořechového listu, kořene kostivalu a kořene lopuchového/Mast se dobře smíchá a natře na plátno a na bolestivá místa se přikládá. (107)

3005 • Revmatismus v zápěstním kloubu, kolen a kyčlí léčíme jednoduchým, avšak účinným a vyzkoušeným prostředkem tak, že kloub zabalíme do hodně velkého kusu vyhřáté vaty a nebo vezmeme čistou houslovou kalafunu, kterou rozetřeme na prášek, kterým posypeme tlustou vrstvu vyčesaného lnu a celek pak hodně pokropíme žitnou kořalkou. Takto upraveným obalem ovineme kolem dokola bolestivý kloub a zabalený v klidu ponecháme 8 dní, až se obal sám uvolní. Pak jej sundáme, kůži lihem očistíme, popřejeme jí několik dní odpočinku a po tuto dobu jen vyhřátou vatou obalujeme. (107)

3006 « Revmatismus, bolesti kloubů, nervové záněty: v jednom litru Alpy vyluhovat po 70 g kaštanových květů (nebo strouhaných kaštanů),

R

kořene bezu chebdí a list nejlépe tříletého agáve. Po týdnu macerace filtrovat a podle potřeby zlehka vtírat do nemocných kloubů, podél páteře apod. Současně se osvědčilo podávání práškované natě jeteloviny voj-těšky a to v dávce 2 až 3 třikrát denně, po jídle, zapít vodou. Také semena pupalky dvouleté mají protirevmatickou aktivitu. Užívají se čerstvě drcená semena 2 až 4krát denně na špičku nože. (136 - 47 - Wiadomosci zielarskie, Polsko)

3007 • Pijte denně ráno, v poledne a večer, vždy před jídlem odvar z přesličky, plavuně vidlačky a listu břízy. (301)

3008 • Při vleklém revmatismu vypijte denně přes den v menších dávkách alespoň litr odvaru z jehlice trnité (tzv. babí hněv). (132)

3009 • Pijte denně odvar z usušeného květnového březového listí. Použijte 10 až 12 lístků, které rozemelete. Nesladit (132)

3010 • Rozpustit čerstvé máslo a krátce v něm vyluhovat čerstvě natrhané sedmikrásky a nať slézu okrouhlistého 1:1 a precedit přes plátno. Vzniklou masť ošetřovat klouby, páteř apod. několikrát denně. Doporučuje se mast bohatě parfemovat přidavkem levandulové silice. (136 + 47 - 72)

3011 • Tři polévkové lžice jalovčinek vařit v malém množství vody až změknou a částečně se rozvaří. Pak přidat jablečný ocet do celkového objemu asi půl litru a za stálého míchání se dále vaří a zahušťuje jílem (z hloubky 120 cm) do masy hustoty medu; natřít na plátno do tloušťky asi dva cm a přiložit formou náplasti na nemocný kloub, páteř apod. a dobře ovázat. Podobně lze užít náplasti ze slivovice a vaječných bílků, příp. náplasti z mletých čerstvých kopřiv se sádlem. (136+47-80)

3012 • Při revmatismu vleklém smícháme 15 g listu březového, 10 g natě drchničky, 20 g natě jehlice trnité, 20 g natě kopřivy, 15g natě mochny husí, 10 g natě pastuší tobolky, 20 g natě rebríčku růžového, 10 g jarních výhonků vrby bílé a 15 g natě zemědýmu. Vezmeme 15 g této směsi a přelijeme litrem vařící vody, pak necháme přikryté 12 hodin vyluhovat, scedíme a pijeme po-doušcích během dne. (107)

3013 • Osvědčené jsou prášky - z březového listu, drchničky, jitrocele, kopřivy, pastuší tobolky, rebríčku žlutobílého čili Petrova koření, z přesličky, rozmarýnu, violky vonné, vrby bílé, zemědýmu apod. Obyčejně se smíchají 4 díly prášku z bylin a jeden díl prášku ze slepicích skořápek. Tento prášek si připravíme tak, že čerstvé slepičí skořápky očistíme, blány odstraníme a opatrně usušíme, aby horkem nezežloutly. Usušené, až se jemně drobí, utlučeme a pak na masovém mlýnku nájemnou moučku semeleme. Prášky uschováváme ve sklenici téměř uzavřené na chladném a suchém místě. Užívají se 2 až 3 krát denně na hrot kulatého nože, ve švestkové marmeládě nebo v něčem podobném. Mnohým pacientům se prášky lépe zamlouvají nežli z těchže bylin připravené čaje, (107)

#### Revmatismus - dna - ischias

3014 • Připravíme zapar z jedné čajové lžičky nadrobno posekaného jírovce madálu, kterou zalijeme 400 ml vody a necháme vyluhovat dvě hodiny. Užíváme 100 ml třikrát denně před jídlem. Stejně jako zapař můžeme použít i odvar, který připravíme z jedné polévkové lžičky listů

155

a nebo nadrobno posekané kůry jírovce. Vaříme ve 400 ml vody 10 minut. (91)

3015 • Přípravuje se na vnější použití odvar z 500 g rozdrčených oddenků kapradě samčího a 5 l vody. Vaříme dvě hodiny a stále doléváme vodu na původní, počáteční objem. Odvar se používá na koupel, která má trvat 30 minut. Jedna etapa léčení představuje třicet koupelí. (91)

3016 • Při revmatismu nebo dně, kdy potřebujeme zvýšit vylučování solí z těla užíváme nálev připravený ze dvou polévkových lžic rozemnutých suchých lístků jasanu ztepilého, přelitých třemi dl vřelé vody. Necháme ustát a užíváme ob den. (305)

3017 • Starý cikánský recept proti revmatismu a dně: ve dvou litrech vody 10 minut vařit 250 g jasanového listí, 150g kůry černého bezu (nejlépe z mladých letorostů) a 20 g kořene mydlice lékařské; tu lze nahradit 30 g vrbové kůry nebo 30 g květu tužebníku jilmového. Pít tři šálky denně, zbytek uschovat v chladnu a přihřát v čase potřeby. (136 + 47-18)

3018 • Přelejte 5g sušené řezané natě kopřivy dvoudomé dvěma sklenicemi vroucí vody a nechte 10 minut vyluhovat. Během dne vypijte toto množství po doušcích. (23)

3019 • Při revmatismu, dně, nechutenství, zažívacích poruchách a proti pocení nohou pomáhá odvar do koupele: půl kg čerstvých listů nebo oplodí ořešáku královského vaříme půl hodiny v jednom litru vody, necháme vychladnout a precedíme do lázně. (40 + 45)

3020 • Jako mazání - tinktura z květů jírovce maďalu: jeden objemový díl květů zalijeme deseti díly lihu nebo destilátu a postavíme na tři týdny na slunce, pak scedíme. (40 + 45)

3021 • Při revmatismu, dně, prokrvení pokožky a k celkovému osvěžení připravíme koupel: 1 kg mladých výhonků borovice lesní vaříme půl hodiny ve třech litrech vody. Přecezený odvar přidáme do vanové lázně. Teplota lázně se doporučuje 34 °C, doba pobytu nejvýše dvacet minut. (14)

3022 • Při revmatismu, dně a nervových nemocech podle švýcarského faráře Künzla čaj z přesličky. Stačí jedna vrchovatá čajová lžička na čtvrt litru vody, kterou spaříme. (123)

3023 • Při revmatismu a dně, i tehdy, když se již ukazují změny v kloubech, dále při chronické zácpě a hemeroidech: zarovnanou čajovou lžičku plavuně vidlačky zalijeme litrem vroucí vody a necháme krátce vyluhovat. Nevaříme! Pijeme po doušcích jen jeden šálek denně, nejlépe ráno na lačno, půl hodiny před snídaní. (123)

3024 • Na dnavé uzly: 1 kg bramborů se upeče, oloupe a na kaši utluče. K tomu se přidá půl kg postrouhaného tvarohu a čtvrt litru vinných kvasnic. Vše se spolu dobře promísí, uhněte, ve vodní lázni přihřeje a horké na bolestivou zatvrdlinu přiloží. (107)

3025 • Proti revmatismu, dně a vodnatelnosti pomáhá likér jehlicový. Svařte hrst čerstvých nebo lehce spařených usušených kořinek jehlice trnité, tzv. babiho hněvu v litru dobrého červeného vína a přefiltrujte. Denně ráno na lačno a večer před spaním jednu odličku. (132)

R

3026 • Do 16 dílů vepřového sádla a 8 dílů nahřátého ovčího loje utřete dva díly muškátového oleje a žlutého vosku a díl jalovcového a rozmarýnového oleje. Při bolestech vtírat. (132)

3027 • Čtyři hrsti rozmarýny, po dvou hrstích bobkového listí a šalvěje a hrst bezinkového květu nechte vařit půl hodiny, načež po scezení vhoďte do nich dvě hrsti mořské nebo karlovarské soli, nechte rozpustit a vlejte všecko do koupele (nemá být příliš horká). (132)

3028 • Použijeme tinkturu z rozrazilu, kterou získáme tak, že jednu vrchovatou dvouhrst kvetoucí, pokrájené natě rozrazilu dáme do jednoho litru žitné a necháme na slunci 14 dní. Zevně vtíráme do kůže a vnitřně bereme třikrát denně 15 kapek s trochou vody nebo čaje. (3i)3)

3029 • Při revmatismu a ústřelu pomáhá účinně třezalkový olej. K přípravě potřebujeme třezalkovou nať, u které se právě rozvinuly květy, 125 g čerstvé třezalkové natě a květy rozmačkáme nebo rozdrtíme a trochu rozetřeme a pak přidáme 500 g olivového oleje, dobře promícháme a plníme do lahve z bílého skla se širokým hrdlem, kterou pak uzavíráme. Na teplém místě uložíme tuto směs při občasném promíchání ke kvašení. Po 3 až 5 dnech láhev uzavřeme a vystavíme slunečnímu světlu tak dlouho, až obsah dostane jasnou červenou barvu. To se stane asi po 6 týdnech. Pak kapalinu lisováním odcedíme, nahoře plovoucí olej opatrně slijeme a uložíme do těsné lahvičky. (126)

3030 • Pomáhá třezalkový čaj, který připravíme tak, že dvě čajové lžičky usušené a rozřezané drogy se přelijí velkým šálkem vody a ohřejí k varu, pak se po několika minutách odcedí. Tento čaj se pije v podobě čajové kůry minimálně dvakrát denně, lépe ale třikrát denně po více týdnů. (126)

### Revmatismus pokročilý

3031 • Koupel březová - tzv. suchá: zdrhněte ráno před východem slunce plný pytel březového listí a vlezte si do něj nahý a zůstaňte v něm tak dlouho, až se zapaříte. Koupel nepřehánět - a na srdce obklad. (132)

### Revmatismus zastaralý

3032 • Mast: utřete do 10 g kakaového másla 7,5 g hořkého mandlového oleje a 0,20g vilínového výtažku. (132)

3033 • Jedlová koupel: 4 až 8 větších zelených šišek rozvařte úplně v pěti litrech vody, dolévat stále, vlejte do vany a poseďte v ní dokud je teplá. (132)

3034 • V nejnovější době se osvědčuje koupel s přísadou půl kg rmenu, půl kg senných steru a půl kg smíšeného jehličí. Vše se spolu ve vodě vaří jeden a půl hodiny, pak se směs precedí a přidá do koupele. (107)

3035 • Zastaralý revmatismus se léčí koupelemi s přísadou 1 kg zdravé ovesné slámy, čtvrt kg rmenu a čtvrt kg březového mláží. Směs vaříme půl druhé hodiny, po přecezení se vše slijí do koupele. (107)

3036 • Náplast ze včelích voštin - staří včelaři považují tento prostředek za nejlepší na léčení revmatismu a dny. Staré voštiny se na co nejmírnějším teple s přidavkem trochy medu na pávní nebo v hrnku rozpustí a aby podržely svou vládc-

156



nost, přidáme k nim maličko lněného pleje. Rozpuštěné a dobře promíchané za tepla natřeme na plátno a takto zhotovenou náplastí bolestivá místa obalíme a dobře ovíneme vlněným šátkem. Jestli nám náplast nepřekáží, tak ji tam necháme, až bolest zmizí, třeba i týden, netvoří-li se pod ní vyrážka. (107)

### Revmatismus svalový

3037 • Vezmeme 100 g jehlice trnité (kořen), 50 g listů celeru, 50 g natě fenyklu a po 30 g tymiánu (nebo mateřídoušky), meduňky, natě mochny husí a oddenku pýru. 15 g směsi vaříme jednu minutu ve dvou litrech vody, necháme vyluhovat do vychladnutí, precedíme a popijíme po doušcích během dne. Ráno a večer postižené svalové partie masírujeme směsí vínovice a vinného octa a potom je lehce namažeme tenkou vrstvou olivového oleje, který vtíráme, až úplně vsákne. (136 + 47 -73)

3038 • Natrhejte si čerstvý vlaštovičník, rozmačkejte jej lehce válečkem, rozmažte na čisté plátno a přiložte na bolestivé místo. (132)

3039 • Kneippova antirevmatická mast proti svalovému revmatismu, neuralgiím apod.: 8 g rozmarýnové silice, po 4 g kafru a mentolu, ve vodní lázni vmíchat do masťového základu z 50 g prosté masti (event. sádla) a 35 g lanolínu. Podle potřeby vtírat do postižených míst. (136)

### Revmatické otokliny

3040 • Obklady: 30 g bezového květu, 30 g heřmánku, 20 g lněného semena, 15 g kopřivy, 15 g lučního kmínu. (132)

3041 • 40 g tužebníku, 20 g zemědýmu, 10 g kopřivy, 20 g vřesu, 10 g blahovičnicku. Třikrát denně šálek teplého čaje vždy po jídle. Potíratí olejem kosatcovým. Koupele komonicové. (132)

3042 • Při revmatismu, na otoky a pohmožděny: jemné pláténko naplníme řezaným suchým listím meduňky. Nahřejeme a přikládáme na postižená místa. (40 + 45)

3043 • Mast: do dvou dílů vepřového sádla rozsekejte jeden díl čerstvých topolových pupenců a nechte tak dlouho vařiti, až směs zvláční, pak přefiltrujte jemným plátnem. Vtírá se nahřáté přímo. (132)

### Revmatismus a k odvodnění

3044 • 20 g kopřivové natě, 20 g pampeliškového kořene s natí, 5 g březového listí, 5g šípků se semeny. Pro jeden šálek použijeme dvě čajové lžičky směsi, přelijeme vařící vodou a 15 minut necháme stát. Odcedíme a pijeme třikrát denně jeden šálek čaje po dobu 6 týdnů. (126)

### Revmatické bolení hlavy

3045 • Zabalíme si teple hlavu a uděláme si, je-li nám to možno ihned horkou koupel nohou z léčivých bylin. Nejčastěji používáme ke koupeli odvaru ze směsi listu a květu a rozmělněného kořene chebdí, listí i kořenů kopřiv, bezového listí, mateřídoušky apod. (107)

3046 • Osvědčuje se hořčičná koupel. Semele se na moučku 5 dkg hořčice, bílé nebo žluté, spaří se

vřelou vodou a nechá dvě hodiny loužit. Pak se to scedí a přidá do koupele. Taková koupel nohou léčí nejen revmatismus a ulehčuje bolesti hlavy, ale odstraňuje i nespavost a léčí též návaly krve do hlavy. (107)

3047 • Chorobu možno léčiti parní lázní hlavy připravenou ze senných steru a řebříčů, kterou si připravíme takto: senné stery smícháme na polovici s řebříčkem, dáme do vhodné nádoby a spaříme vařící vodou. Nad nádobu dáme hlavu a pokryjeme plachtou

tak, aby všechna pára z ní vystupující se soustředila na hlavu. Vydržíme tak alespoň dvacet minut. Místo vody se používá s dobrým výsledkem syrovátka. Po této lázni pak hlavu na sucho utřeme, do suchého flanelu zabalíme a po vypití 2 až 3 šálků pot budícího čaje ulehne do postele, a dobře se vypoříme. Používáme-li parních lázní, nečiňme tak nikdy, pokud jsou bolesti, nýbrž vyčkejme až s bolestí zmírní. (107)

3048 • Máme-li revma v hlavě, uděláme nejlépe, když hlavu co nejméně léčíme a naproti tomu použijeme teplých koupelí a páry na nohy. Kdybychom přiložili na hlavu prostředky studené, bolest by se zhoršila, kdybychom přiložili teplé, pak by krev v hlavě ještě více proudila. Postup nejlépejších prostředků proti revmatismu v hlavě jest asi tento: teplá koupel na nohy (s popelem a solí), plena (šál), parní lázeň na nohy, parní lázeň na hlavu se studeným hořejším poléváním a pak zase plena. Tímto pořadem aplikací - z nichž se po jedné užívá denně - vyléčíme nejsilnější revmatismus v hlavě, jenž obyčejně průvanem, nastuzením, velmi často též rychlou změnou teploty povstává. (56)

3049 • V týdně brát třikrát krátký ovinek na půldruhé hodiny, čtyřikrát za týden úplné omývání s postele, dvakrát hořejší polévání; tak 14 dní. Potom: jednou krátký ovinek, dvakrát úplné omývání, každodenně hořejší polévání a polévání kolenou. (56)

3050 • V týdně třikrát si obléci na půldruhé hodiny hrubou košili namočenou v odvaru ze senných trusek. Dvakrát v týdně vzít ovinek od paždí dolů, jenž v teplém odvaru ze senných trusek byl namočen. Týdně dvakrát v noci s postele studenou vodou úplně se omýti a zase hned do postele se uložit. S těmito prostředky pokračuje se 14 dní. Potom přijde: denně jedno hořejší polévání a jednou polévání kolenou, denně choditi ve vodě 2 až 4 minuty a na to se pohybovati, v týdně dvakrát úplně se omýti. (56)

### Revmatické bolesti v tváři

3051 • léčíme nátechovými pytlíčky (peřinkami), naplněnými aromatickými bylinami a sice bezovým květem i listem, božím dřevcem, heřmánkem, majoránem, mateřídouškou, mátou peprnou, marinkou vonnou, meduňkou, mařím listem apod. Tyto bylinky se po jednom díle dobře promíchají a vloží do pytlíčku z řídkého plátna asi 18 krát 24 cm velkého. Pytlíček se dobře zahřeje, přiloží na tvář a flanelem převáže. (107)

3052 • V tváři se vyskytují revmatické bolesti poměrně zřídka. Bolesti obličeje bývají obyčejně původu nervového, ačkoliv jsou revmatickým bolestem velmi podobné. K utišení těchto užíváme pytlíček vyplněných aromatickými rostlinami anebo moukou, kafrem, čertincem, otrubami apod. (107)

R

157



**Revmatické bolesti v krku a zátylí**

3053 • Vyskytují se zřídka. Počínají ztuhlostí krčních svalů. Nejlépe se osvědčuje náplast ze včelích vosťin kterou vlněným šátkem ke krku připevníme, abychom krk i zátylí, pokud bolí, udrželi stále v teple. Přitom se musíme vystříhati jakéhokoliv nachlazení, jež mívá škodlivé následky. (107)

**Revmatické bolesti v pažích, ramenou a nohou**

3054 • Denně jedno hořejší polévání a dvě polévání kyčlí, druhého dne španělský plášť, čtvrtým dnem počínaje na místě hořejšího polévání každodenně poloviční koupel a jednou v týdnu naparování hlavy. (56)

**Revmatické bolesti v zádech**

3055 • Mazání: do 125 dílů vody a 75 dílů lihu sesekejte na drobno nebo semelte 15 dílů andělikového kořene, 4 díly kořene baldriánového a 4 díly sušených jalovčinek, nechtě 24 hodin táhnout, přefiltrujte, načež na každých 100 dílů roztoku přidejte dva díly práškovitého cukru. Vmazávejte přímo do postižených míst v širokých soustředěných kruzích. (132)

3056 • Nemůže-li se nemocný bez pomoci ani napřímiti a chodí schýlený - léčení této choroby zahájíme přísnou dietou a pitím prospěšných čajů, načež použijeme parních lázní a masáží. Kromě toho natíráme záda lihovým nebo olejovým výtažkem z mateřídoušky nebo z červeného kaštanového květu. Natíráme se jím obyčejně ráno a večer před spaním. Tento lék se dobře osvědčil i při léčení ischiasu. Dobře působí parní lázeň. Jsou-li parní lázně příliš vzdálené, připravíme si doma lázně z léčivých bylin, senných steru nebo též z chvojí jehličnatých stromů. (107)

**Revmatické bolesti ramen a lopatek**

3057 • Tyto bolesti se projevují týmiž příznaky jako revmatické bolesti zad. Poněvadž příčiny jsou stejné, je i léčení stejné. Nejvíce se užívá k natírání kafrového lihu nebo směsi připravené slitím stejného množství čpavku, kafrového lihu a angelikového lihu. Po nátěru přikryjeme bolestivá místa na nahém těle čistou vlněnou latou. To děláme tak dlouho, pokud choroba trvá. Přitom konáme prostocviky a čas od času používáme parních lázní. (107)

**Revmatické bolesti v kyčlích**

3058 • Při hrozných bolestech posaditi pacienta denně dvakrát vždy na 25 minut do koupele z ovesné slámy, s trojím střídáním. (56)

**Revmatismus a zánět nervů**

3059 • Užíváme k přípravě koupelí a obkladů odvar ze dvou lžiček řezané sušené natě meduňky lékařské, kterou přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme přikryté stát. Po 15 minutách slijeme a používáme ke koupelím a obkladům. (14)

**Revmatismus spojený s nepravidelnou činností srdce**

3060 • Smícháme 20 g natě jablečnicku a 20 g natě zeměžluče, 30 g natě koprivy a 30 g květu bezu

černého. Tři čajové lžičky této směsi přelijeme půl litrem vřelé vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedí se. Pijí se denně 1 až 3 šálky teplého čaje. (30)

**Opodeldok**

3061 • Opodeldok, dráždivé mazání proti revmatismu: rozpustíme 30 g jádrového mýdla v 60 g lihu a přidáme k tomu 30 g salmiakového lihu. Směsí se třepe, až se vše spolu dobře smísí. (107)

3062 • Ve 450 g lihu rozpustí se 2 g tymiánového oleje, 2 g levandulového oleje, 6 g rozmarýnového oleje, 10 g japonského kafru, 25 g amoniaku a 40 g jádrového mýdla. Vše se spolu třepáním dobře smísí. (107)

3063 • 90 g olivového oleje, 45 g bílého včelího vosku, 25g jemného terpentýnu, 10 g kyseliny mravenčí, 10 g kyseliny salicylové, 5g jalovcového oleje, 5g rozmarýnového oleje, 5g pryskyřice olibánové (kadidla) a 3g japonského kafru. Kafir, pryskyřice a salicyl se rozpustí v 18 cm<sup>3</sup> lihu a vosk se rozpustí zvlášť na mírném teple. Roztavené látky se v kelímku opatrně smíchají a utrou. (107)

**ROUPI**

3064 • Z 30 g natě heřmánku lékařského připravíme 300 ml nálevu a tuto dávku pijeme po doušcích celý den. (78 + 66)

3065 • Užívejte strouhanou mrkev ve formě salátu! (78 + 66)

3066 • Česnek v polévkách, pomazánkách atd. pokud jej pacient snáší. (78 + 66)

3067 • Připravte nálev z těchto bylin: list pelyňku pravého, květ heřmánku lékařského a list kassie úzkolisté - dvě kávové lžičky směsi na šálek vody. Pije se večer před spaním. (78 + 66)

3068 • 15 g květu heřmánku, 25 g květu vratiče, 45 g natě pelyňku - ze lžičky bylin skleničku záparu, užívat každou hodinu po lžičce čaje. (301)

3069 • 2g natě pelyňku, 2g kořenu lékořice, 0,5g anýzu, sedm dávek rozmělnit na prášek a užívat jednu dávku týdně na lačno, zapíjet nejlépe odvarem ze sušených švestek. Po delším pobytu roupů v konečnicku musíme zjistit, zda se neobjevily některé příznaky kurdějí. (99)

3070 • Rozetřít 2 až 3 stroužky česneku, rozmíchat je v jedné a půl sklenici vody, používat na klystýr - zopakovat 3 krát ve dvoudenních intervalech. (99)

3071 • 10 g květu heřmánku, 25 g vratiče, 40 g natě pelyňku, 25 g kůry krušiny olšové - ze lžice bylin sklenici odvaru, pít 3 až 4 dny. Tento recept nelze použít v případě těhotenství. (99)

3072 • Welsarová: „Náplast proti červům od doktora Filly Brockese: vezmi zeměžluč, lístky i s květy, semena pelyňku - od každého po třech hrstích, obojí utlučené na drobno, bobule z chebdi nebo místo nich bezinkovou zavařeninu, volskou žluč - od každého tolik, jako je zapotřebí, aby se to dalo zvlhčit. Všechno smíchej a namaž tím břicho.“ (134)

## REKONVALESCENCE

3073 • Přelege čajovou lžičku pískavice řecké seno šálkem vřelé vody, nechte 5 minut vyluhovat a sceďte. Denně vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

3074 • Přelege tři čajové lžičky natě kuklíku půl litrem vřelé vody, nechte vyluhovat 5 minut a sceďte. (30)

## RUCE

### Pocení rukou

3075 • Připravte mast: smíchejte 1g kyseliny salicylové, 2g kyseliny borové, 10g boraxu a 50g lihu s takovým množstvím glycerinu, aby vznikla hustá kasička. Vtírejte do dlaní po každé práci. (132)

### Prsty - hnisavé onemocnění

3076 • Bylinkové víno z proskurníku lékařského: smícháme rovným dílem proskurník lékařský, bedrník, oddenek kapradí samce a květ bezu černého. Do půl litru bílého vína se dá 15g směsi uvedených bylin a nechá se přes noc vyluhovat. Druhý den se všechno zahřeje k varu. Prsty se ponoří na dvě hodiny do příjemně teplého roztoku, potom se naškrábe prach z kříd, prsty se jím zasypou a zaváží bílým tenkým plátýnkem, které nemá být prané v prášku, ale jen ve vodě s mýdlem. (303)

### Ruce oteklé nebo zardělé

3077 • Obkládejte denně dvakrát postižená místa i s okolím tzv. medovou náplastí, tj. pravým lesním medem, rozmazaným na plátno. Po 2 až 4 dnech umýt a přiložit na ně obklady ze sladké smetany. Užasnete nad výsledkem. (132)

### Ruce - praskliny kůže

3078 • Praskliny kůže na rukou, nohou a rtech, které vznikají zejména za mrazivého počasí ošetříme touto mastí: dvě čajové lžičky drobně rozdrcených usušených oddenků mochny nátržníku se ve vodní lázni tři minuty povarí v decilitrové skleničce másla a ještě za tepla se přefiltrují přes gázu. Mast se musí uchovat v chladnu. (335)

3079 • Na rozpraskané ruce, drobné oděrky, opruzeniny, omrzliny nebo zahojené ale dosud citlivé popáleniny pomůže měsíčkový olej. Do porcelánové misky hrst měsíčkových květů rozdrtit, pak napěchovat do průhledné sklenice se širokým hrdlem, zalít olejem, postavit na okno na slunce, 7 až 14 dní nechat macerovat, během té doby několikrát protřepat, pak přecedit, vymačkat a uložit v tmavé dobře uzavřené lahvičce. (21)

## RŮŽE

### Růže oteklá

3080 • Suchý obklad. Smíchejte stejným dílem květy bezové, heřmánkové, praženou žitnou mouku a suché pšeničné otruby vše na drobno rozemleté do lněného pytlíčku a přikládejte na bolestivé místo. (132)

### Růže na kyčlích

3081 • Smíchejte tolik bramborové moučky se zinkovou mastí, aby zůstala ještě vláčná, naneste v silné vrstvě přihrátým flanelem. (132)

3082 • Vnitřně: květ hlohu, nař rebríčku, vrbová kůra, list vachty, list máty.-Ze směsi zapař. (99)

3083 • Na obklady: semeno pískavice řecké seno, kořen andělíky rozmělníme na prášek, lžička prášku na půl litru vody, povařit a při míchání přidat lžičku Azulenu. Obklad přiložit na několik hodin. (99)

3084 • Obklady z léčivé hlíny nebo ze směsi másla, mouky, oleje červeného, kamenného a smetany; zároveň kterýkoliv močopudný čaj. (132)

3085 • Čerstvě nasbírané listy podbělu se omyjí, rozválejí na kaši a přiloží na zapálené místo. Listy je také možno drobně nakrájet, spařit vřelou vodou, krátce vyluhovat a z vychladlého čaje dávat obklady. Stejně tak je možné použít zeli a kapustu, které se rozmělní, napřed ale umyjí. Odstraní každý zánět růže. Velmi dobře i mírně účinkuje šťáva z masitých listů netřesku střešního. Šťávu z listů můžeme získat v odstředivce a zlehka jí potíráme zanícené místo. Jiný způsob je tento: listy těže rostliny se podélně nařežou, položí na talíř vzhůru řeznou plochou a nemocné místo se potírá vytékající šťávou. Ráno se pije půl hodiny před snídaní šálek čaje z rozrazilu a v průběhu dne po doušcích tři až čtyři šálky z kopřivy a to až do doby, kdy lékař zjistí při kontrole, že růže zmizela. (123)

### Růže v obličejí

3086 • Přiložte nemocnému na tři čtvrtě hodiny plenu v teplé vodě namočenou, potom ji znovu namoče, ale ve vodě čerstvé a zase přiložte - to budete opakovat třikrát, což trvá asi 3 hodiny. Později asi po 3 až 4 hodinách namočíte čtyřnásobně složený šátek (kus plátna) do čerstvé vody, řádně ho vyždímáte a nemocnému přiložíte na život. Tento obkladek trvá 3 hodiny, musíte ho však po každé hodině v čerstvé vodě znovu namočiti a zase přiložiti. Za tři hodiny po odstranění obkladu položí se nemocný na hodinu na několiknásobně složený šátek, jenž byl namočen ve studené vodě a dobře vyždímán. Těchto prostředků bude pacient podle naznačených pořádků tak dlouho užívat, až všecka horkost pomine a nemocná látka se vyloučí. Na bolavé místo obličej nepřikládá se pranic, leda snad že se čas od času vlažnou vodou omyje, když napnutá kůže příliš bolí. Má-li nemocný žízeň, dáváme mu vodu s cukrem, vždy však jen po malých dávkách. (123)

3087 • Nemocnému přiložíme dvakrát za den plenu, vždy na tři hodiny a po každé hodině ji zase znovu namočíme. V ostatním denním čase omýváme mu vždy za 3/4 hodiny záda, prsa a život nebo též celé tělo vodou smíšenou s málem octa. Jednotlivé omývání nesmí trvati déle než minutu, tj. v minutě musí býti celé tělo omyto. Když horečka značně již ulevila, pak dostačí jedno omývání až po 2 až 3 hodinách - ještě později jen jedno za den. Je-li nám na počátku pro umývání předepsána teplá voda s octem, bereme později k omytí jen vodu čerstvou. Bolavé místo v obličejí myjeme čas od času vodou vlažnou. (56)

**Růže na noze**

3088 • Nemocný udělá nejlépe, když vezme krátký ovinek, jímž se proudění krve k noze zmírní. Po tomto ovinku může si nohu nad růží směrem k trupu (tělu) ovázati (ovinek na nohu). Na růži můžeme také bezprostředně působiti, když měkký kousek plátna v teplé vodě namočíme, na zanícené místo ho přiložíme a suchým šátkem ovážeme. Teplý obkladek rozvádí a vylučuje. (56)

**Růže na ruce**

3089 • Krátkým ovinkem může růže na ruce svádět proud krve od shora dolů. Pak je třeba přiložit šál (plenu), který tolikrát obnovujte, kolikrát stoupá horkost. Také v tomto případě lze bezprostředně působiti na bolestivé místo. (56)

**Růže na hlavě**

3090 • Svrchní obklad svede krev dolů a ovinek na krk ztenčí rychle jedovatou látku. Po několikerém použití těchto dvou prostředků můžeme také bezprostředně útočiti na růži. Napočátku použijeme vody teplé a když větší část jedovaté látky byla vyměšena (to nám ukáže slabší Červená barva a menší otok), pak taky vody studené. Prostředky bereme ve způsobu ovinku na hlavu. (56)

**RÝMA**

3091 • Z listu kopřivy dvoudomé připravíme nálev. Pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

3092 • Smícháme 45 g třezalky tečkované, 15 g listu jitrocele kopinatého a 15 g kořene mochny nátržníku. Odvar: kávová lžička směsi na šálek vody, nechá se jednou přejít varem a odstaví. Doba vyluhování je 10 minut. Pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

3093 • Smícháme 70 g natě violky trojbarevné, 55 g natě třezalky tečkované, 35 g natě světlíku lékařského, 35 g natě přesličky rolní, 10 g, natě kokošky pastuší tobolky, 70 g kořene smetanky lékařské, 50 g kořene pýru plazivého, 40 g plodu koriandru setého a 35 g listu podběle obecného. Odvar: polévková lžice směsi na čtvrt litru vody, doba varu 5 minut, vyluhování 10 minut. Scedit a pít teplý čaj třikrát denně půl hodiny před jídlem. (78 + 66)

3094 • Smícháme 45 g třezalky tečkované, 25 g kořene kostivalu lékařského, 15 g kořene puškvorce obecného a 15 g kořene mochny nátržníku. Odvar: kávová lžička směsi na šálek vody, necháme přejít varem, odstavíme a 10 minut vyluhujeme. Po scezení odvarem kloktáme a případně vyplachujeme nos. (78 + 66)

3095 • Spařte na tenko oloupanou slupkou z čerstvých jablek vařící vodou, nechte 10 minut táhnout, scedte a vypijte na noc kolik snesete. Přidat můžete citrónovou šťávu a osladit cukrem. (132)

3096 • Rýmu zastavíte, když vhodíte směs z lněných semínek na rozžhavené uhlí a páry tyto pouštíte nálevkou do nosu, čímž se vyléčí nejen rýma, ale rozpustí s vlhkost a šlemy z hlavy. (132)

3097 • Proti rýmě, pálení v krku, kašli, zahlenění, zánětu nosních dutin a průdušek pomáhá jitrocelový sirup: libovolné množství sušených listů jitrocele kopinatého rozřežeme, vložíme do

R

kamenné, skleněné nebo smaltované nádoby, zalijeme studenou vodou, aby byly listy ponořeny a" necháme 24 hodin stát. Potom slijeme, do nálevu přidáme šťávu z čerstvých listů a o polovinu více cukru, než kolik váží tekutina. S cukrem vaříme 20 až 30 minut za občasného míchání. Po vychladnutí má být sirup o něco řidší než med. Aby sirup hned nezucerknatěl, přidáme při varu špetku soli, přidat můžeme i několik lžic medu. (14)

3098 • Při rýmě pomáhá majoránková mast. - Jedna polévková lžice červeného vína se vaří jednu minutu s jednou čajovou lžičkou majoránky, pak se přidá jedna polévková lžice másla, roztaví se, precedí, nechá vychladnout a uloží se do chladničky. Mast se vtírá do nosu a jeho okolí. (126)

3099 • Lipový květ, květ tužebníku jilmového a černého bezu. Dvě lžičky bylin na sklenici vařící vody. Pije se tři až čtyřikrát denně teplé s medem nebo s domácí malinovou šťávou. (99)

3100 • Plody maliny, ostružiny, dříváku - lžička plodů na sklenici vařící vody. Pije se každé dvě hodiny. (99)

3101 • Vtíráme do nosu: jedna lžice šťávy vylisované z čerstvé natě majoránky zahradní se rozetře s pěti lžicemi nesoleného másla nebo borové vazelíny. (40 + 45)

3102 \* Rozsekejte tři větší cibule, přihřejte je, namažte na mokrý šátek a přivažte si vše na hlavu, je-li rýma zastaralá, opakujte třikrát vždy na noc. (132)

3103 • Mast: jedna čajová lžička sušené natě majoránky zahradní se vaří jednu minutu v odvaru z listů maliníku a ostružiníku, přidá se pět polévkových lžic borové vazelíny, roztaví se a precedí se. Vtíráme do nosu. (301)

**Rýma vasomotorická**

3104 • Tato rýma je charakterizována ostrým nástupem a nemožností dýchat. V léčbě se osvědčil květ heřmánku a nať rebríčku nebo i květ měsíčku. Osvědčily se pětiminutové inhalace nad vařící se směsí těchto bylin a současně podávání sedativně působících čajů vnitřně, např. nálevu ze směsi srdečníku a chmelu. (136 + 47 - 104)

**Rýma chronická**

3105 • Rýma chronická, katarální, doprovázená ztíženým dýcháním a zvýšenou sekrecí nosní sliznice: k výplachům nosu používáme dubovou kůru, list ostružiníku nebo list podbělu formou odvaru. Prospívají i inhalace, např. nad vařící se směsí stejných dílů maliníku, květu heřmánku a květu měsíčku. (136 + 47 - 104)

3106 • Chronická rýma probíhá s trvalým omezením funkce nosu jak dýchací, tak čistící. K výplachům používáme nálev z květů černého bezu v kombinaci a listem ostružiníku nebo odvar dubové kůry. K inhalaci je vhodný zejména rebríček ajitrocel. (136 + 47-104)

3107 • Chronická atrofická rýma má za následek úbytek nosní sliznice. Prospívají výplachy odvarem přesličky nebo stejných dílů listů vlašského ořešáku, natě rebríčku a listů jitrocele. Dalšími drogami mohou být: květ měsíčku, list máty peprné, nať tymiánu, list kopřivy. Inhalace se neosvědčily. (136 + 47-104)

160



**Rýma s bolestí v krku**

3108 • Rýma s bolestí v krku a případné dýchací potíže se léčí dýcháním dýmu z páleného racčího péra - při jeho nedostupnosti údajně postačí péro domácího zvířectva, nejlépe husy nebo kačeny. (136 + 47 - 203)

**Rýma akutní**

3109 • Vezmeme větší kolečko čerstvě uřezané cibule (nebo 2 až 3 menší kolečka) a spaříme je pohárem vřelé vody. Za chvíli cibuli vyjmeme a „čaj“ pomalu, po doušcích vypijeme, několikrát denně. (136+47-108)

3110 • V začátečním stadiu akutní rýmy se osvědčuje aplikace čerstvé šťávy z aloe, třikrát denně, asi 5 až 6 kapek do každé nosní dírky. V pokročilejším stadiu, kdy je zvýšená sekrece, je vhodné vyplachovat nos odvarem ž přesličky nebo dubové kůry či ze šalvěje. Prospěšná je též několikaminutová inhalace nad vařícími se drogami, např. borovými pupeny, heřmánkem, dobromyslí. Inhalovat lze i vícekrát denně. Ve třetím stadiu, kdy dochází ke hnisavé sekreci je zase vhodné aplikovat šťávu z aloe, případně řebříčkový olej. (136 + 47 - 104)

**Rýma alergická**

3111 • 45 g natě třezalky, 25 g kořene kostivalu, po 15 g kořene puškvorce a kořene nátržníku. Ze směsi připravit nálev. Třikrát denně sklenku nálevu vypít a dvakrát denně proplachovat nos mírně osoleným nálevem. Při prvních příznacích alergické rýmy třít intenzivně ušní boltce. (136 + 47 - 90)

3112 • Proti alergii na pyl: doporučuje se olejová ochrana. Před odchodem z bytu potřepe nosní sliznici borovou vazelínou, heřmánkovým nebo jiným olejem, případně jen olejem stolním. Jsou-li sliznice takto chráněny, zachytí se na nich velká část pylu. Po vyčištění nosní dutiny lze potírání několikrát denně opakovat (78 + 66)

3113 • Rýma alergická - senná: pomáhá 50 g heřmánku, 150 g proskurníku, 100 g jitrocele, 100 g fenyklu, 150 g řepíku, 150 g truskavce a 150 g šípku. Ze směsi se obvyklým způsobem připraví čaj, pije se 3 krát denně šálek. (126)

3114 • Rýma alergická - senná: smícháme 50 g divizny a 70 g mateřídoušky a ze směsi připravíme odvar, který pijeme třikrát denně po šálku nebo pijeme třikrát denně z kopřivy - žahavky. (126)

3115 • Rýma senná: osvědčuje se kličkový kukuřičný olej v dávce dvou až tří polévkových lžic denně po dobu několika dní. Olej lze získat ve veterinárních lékárnách. (136 + 47 - 36)

**Rýma tvrdošijná**

3116 • Při tvrdošijné rýmě spojené s nosními polypy se doporučuje šňupat vícekrát denně na prášek rozemletou kůru z mladých větviček kaštanu koňského. (132)

**Rýma ozaena - soplivka**

3117 • Soplivka je druh rýmy charakterizovaný velmi zápachajícím sekretem z nosu. Je potřebné třikrát denně pít sklenici nálevu ze stejných dílů máty a pelyňku pravého. Stejným nálevem, mírně osoleným pak několikrát denně vyplachovat nos. (136 + 47 - 88)

**ŘÍHÁNÍ**

3118 • Při říhání po přejezení nebo přepití zvýkejte pomalu kousek bílého čistého papíru. (132)

3119 • Nať komonice lékařské, nať mochny nátržníku, nať vřesu, chmelové šišky, oddenek puškvorce, list máty. Sklenici záparu po jídle. (99)

3120 • Zeměžluč, máta peprná, anýz, hořec žlutý a pelyněk smícháme stejným dílem. Tři čajové lžičky směsi přelijeme půl litrem vřelé vody. Krátce vyluhujeme, scedíme a pijeme po malých doušcích půl hodiny krátce před každým hlavním jídlem. (303)

3121 • Smícháme 30g plodu anýzu, kořene hořce žlutého, listu máty peprné a natě zeměžluče a pelyňku pravého. Tři čajové lžičky této směsi prelejeme půl litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Pije se třikrát denně šálek teplého čaje. (30)

viz také:

Rakovina

0479, 0694, 0695, 2872, 3326

Rameno

0861, 3154, 3057

Rány

0444, 0688, 0972, 0973, 0974, 0990, 1406, 2295, 3174, 3177, 3182, 3651, 3652, 3750, 3914

Revmatismus

0201, 0202, 0203, 0204, 0254, 0335, 0395, 0574, 0608, 0682 až 0691, 0770, 0877, 0888, 0918, 1030, 1038, 1055, 1056, 1182, 1187, 1290, 1294, 1497, 1504, 1518, 1575, 1577, 1597, 1621, 1653, 1654, 1682, 1762, 1786, 1827, 1837, 1855, 1925, 1926, 1973 až 2022, 2146, 2277, 2572, 3307, 3616, 3617, 3618

Rohovka

2191

Roupi

1854, 3321, 3376, 3377

Rty

1002, 1003, 1004, 1005, 1006, 1007

Ruce

0903, 1002, 1003, 1004, 1612, 1986, 2081, 1089, 2252, 2413, 2416, 2524, 2525, 2890, 3089

Růže

2476

Rýma

1798, 1804, 1805, 1806, 1807, 1808, 2130, 4052

## SLEPÉ STŘEVO

### Zánět slepého střeva

3134 • List jahodníku, maliníku, nař rebříčku. Čtyři lžičky směsi bylin na 3/4 litru vody, vařit 3 minuty, užívat po lžičkách. (99)

3135 • Květ bílého jetele - třikrát denně sklenici odvaru před jídlem. (99)

### Podráždění slepého střeva

3136 • Rozetřete stroužek česneku, vhodte jej do horkého mléka, slejte do nočnicku a posaďte nař pacienta, ev. jej přikryjte prostěradlem. (132)

3137 • Použijeme březové víno: jeden litr mízy břízy vařme s 200 g cukru, procedíme a necháme kvasit se 2 dl vína, citronem (1/3 citronu pokrájeného na kolečka) a 1 lžící kvasnic. Vykvasené víno uzaváíme, po 4 týdnech stočíme do čisté láhve, přidáme kousek skořicové kůry, zapečetíme a necháme 12 týdnů uležet. (14)

3138 • Pokud se nedostaví horečka, přikládají se na pravou stranu břicha každých 20 až 25 minut hodně chladivé obklady ze lněného semena, pískavice, senných steru nebo z citrónové nebo octové vody, které se tak dlouho obnovují, až se bolest utiší. (107)

3139 • Osvědčily se břišní obklady v obyčejné kořalce namáčené a dobře vyždímané; vyměňují se po 5 až 6 hodinách. Jestliže se však nemocnému zdají tyto obklady nepříjemné, použije se obkladů chladných, nejlépe tvarohových. (107)

3140 • Podle stavu choroby dávají se druhého až třetího dne po vzniku choroby chladivé břišní zábaly pouze jen z léčivých bylin nebo senných steru, které se podle potřeby vyměňují každé jeden a půl až dvě hodiny. Přitom však nemocný stále denně užívá 3 až 4 lžíce jemného olivového oleje. (107)

## SLEZINA

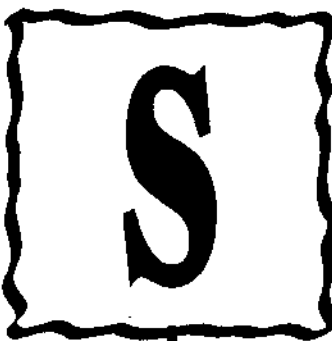
### Onemocnění sleziny

3141 • Matthioli: „... a odtud přišlo, že lidé, kteříž sleziny nedostatek trpívali, korbělů a koflíkův sobě z tohoto dřeva tamaryškového nadělali dávali, aby z nich ustavičně pili. Takové zajisté toho dřeva užívání odjímá černokrevnost v těle i jiné mnohé nemoci slezinné.“ (74)

3142 • Matthioli: „listy kapustové ... přikládají se také s octem proti nedostatku sleziny.“ (74)

3143 • Při onemocnění sleziny a celkové slabosti doporučuje se kořen pampelišky. Suchou drogu používáme ve formě záparu nebo odvaru. Dvě čajové lžičky nařezaných kořenů pampelišky zalejeme 200 ml vřelé vody a necháme vyluhovat 30 minut. Po přečtení připravené množství vypijeme naráz večer před spaním. Pokud jde o odvar, pak jednu polévkovou lžičku drogy vařme 10 minut v 500 ml vody a odvar užíváme 100 ml čtyřikrát denně. (91)

3144 • Vytlačíme z čerstvé petržele (nař s kořeny) 100 g šťávy a tuto smícháme s 1 kg medu. Podáváme 3 krát denně jednu čajovou lžičku sirupu a zapijeme čajem, připraveným ze stejných dílů mateřídoušky, kořene hořce a oddenku puš-



kvorce - asi půl litru bylinářského čaje denně z termosky po douškách. (136+47-96)

3145 • 35 g čekanky, 15 g hořce, 10 g kopytníku, 25 g krušiny a 15 g pilátu lékařského. Třikrát denně půl šálku odvaru vždy po jídle. (132)

3146 • Přes noc přiložiti rozemleté čerstvé kopřivy nebo vyvařené sušené kopřivy se solí formou náplasti na krajinu sleziny. Přitom třikrát denně na špičku kulatého nože se užívá směs stejných dílů drčené kopřivy, šalvěje a jitrocele, což se zapije pohárkem zeměžlučového nálevu. (136 + 47 - 26)

### Slezina nafouklá

3147 • Přikládají se na krajinu slezinovou obklady ze stejného množství nastrouhaných čerstvých sporýšových listů neb jemně sesekávaných opařených, žitné mouky a čerstvých bílků. (132)

### Zánět sleziny

3148 • Svařte v úplně novém kamenném hrnci 80 až 90 g mleté hořčice. (132)

### Zácpa sleziny

3149 • Víno, v kterémž tamaryšek vařen jest, dobré jest proti zluchnutí a zacpání sleziny. (74)

3150 • 30 g máčka, 10 g pupava, 30 g smetanka, 20 g zemědým, 10 g zeměžluč. Třikrát denně půl šálku teplého slabého odvaru vždy po jídle. (132)

### Slezinná sněť

3152 • Likér: jeden díl semínek ostrobcových naložte do stejného dílu destilované vody a nechtě táhnout, pak přefiltrujte. Užívat denně čtyřikrát po 4 až 8 kapkách. (132)

## SLINIVKA

3153 • Při onemocnění slinivky, střev a žaludku velmi doporučovaná, jednoduchá a účinná směs podle rakouského lékopisu: po 25 g smícháme nař majoránky, list šalvěje, máty peprné a květ levandule. Pijeme 1 až 3 krát denně jeden šálek zálivky (výluhu) z jedné polévkové lžíce směsi najeden šálek vody. (126)

### Zánět slinivky

3154 • Do prevareného mléka ráno a večer 10 až 15 kapek propolisové tinktury po dobu 10 dní, jinak přestávka 14 dnů, možno opakovat jen jednou. (99)

3155 • Při chronickém zánětu připravíme ovesnou kaši - 120 g ovesných vloček na 1,2 l vody a na mírném ohni vařit přibližně jednu hodinu. Přidat trochu soli, dvě polévkové lžičky višňového nebo jiného sirupu a dvě polévkové lžičky mletých oříšků (vlašských nebo lískových). Každý druhý den jíst tuto kaši třikrát za den, před dietním jídlem, případně může některé dietní jídlo nahrazovat. Kaše se podává 15 dní. K tomu se mají popíjet léčivé čaje, nejlépe střídat tyto směsi:

a) po jednom dílu natě rdesna ptačího a kořene lopuchu, dva díly oddenku píru,



- b) po jednom dílu zeměžluče a oddenku puškvorce a dva díly oddenku pýru,  
c) po jednom dílu lístku zimostřázu - krušpánku a listů lesního jahodníku, dva díly oddenku pýru.

Příprava všech čajů je stejná: čtyři polévkové lžíce směsi přelit 600 ml vařící vody a nechat dvě hodiny vyluhovat pod pokličkou, scedit a podávat třikrát denně před jídlem po 200 ml. (136+ 47-137)

3156 • Smícháme dvě lžíce natě mateřídoušky a 1 lžičku kořene andělíky, směs spaříme horkou vodou, scedíme a pijeme neslazené hodinu před jídlem. (301)

3157 • Smícháme stejným dílem oddenek puškvorce a oddenek pýru, polévkovou lžičku drog prelejeme 150ml vařící vody, necháme hodinu vyluhovat, scedíme a pijeme třikrát denně vždy před jídlem. (301)

3158 • 10 dílů tužebníku jilmového, 9 dílů květu hluchavky, 6 dílů máty peprné. Tři šálky čaje denně po dobu 7 týdnů. (303)

3159 • 100 g natě mateřídoušky, po 50 g natě pelyňku brotanu, listu máty peprné, kořene andělíky, květu heřmánku a po 200 g květu měsíčku, květu levandule a chmelu. Jednu čajovou lžičku směsi spaříme sklenkou vřelé vody a necháme přikryté půl hodiny vyluhovat. Potom scedit a pít neslazené hodinu před jídlem. (136+47-111)

3160 • Vezmeme po 50 g listu máty peprné a natě mateřídoušky a po 25 g natě pelyňku brotanu, chmelu, listu rozmarýny a natě zemědýmu. Připravíme nálev z jeden a půl čajové lžičky směsi na dvě sklenky vřelé vody, necháme čtvrt hodiny ustát a scedíme, nejlépe do termosky. Pijeme neplnou sklenku ráno na lačno a večer před spaním. (136+47-90)

### Špatná funkce slinivky

3161 • Suchý kořen hořce žlutého rozdrťme, přesijeme a užíváme třikrát denně na špičku nože vždy půl hodiny před jídlem. Zapijeme vodou. (301)

### SNĚŽ

3162 • Buď obklady z léčivé hlíny, které se mají obnoviti ihned, jakmile začnou hřáti nebo ze silného odvaru čerstvých kapradinových kořínků. (132)

3163 • Při stařecké snětlivosti denně čtyři koupele nohou v silném odvaru z čerstvých kořínků kapradí, také na postižená místa obklady z čerstvých rozsekaných kořínků kapradí v tenkém plátěném váčku. (132)

3164 • Tinktura z listů ginkgo biloba (jinan dvojlaločný). Asi 100 g listů nakrájet, zalít 500ml lihu, nechat 14 dní vyluhovat. Brát denně 30 až 40 kapek. Obklady z naklepaných zelených nebo kapustových listů. (126)

### SNY

3165 • Tíživé sny - „noční můra“: dejte čajovou lžičku kozlíku lékařského do šálku vody, vařte 5 až 10 minut, scedte. Pijte večer před spaním jeden až dva šálky teplého čaje. (30)

### SPÁLA

3166 • Spála spojená se zánětem ledvin: vypijte předem po lžičkách po dobu půl hodiny dva koflíky teplé svárky z tužebníkových listů. (132)

### SPÁLENINY

#### Spáleniny, popáleniny, opařeniny

3167 • Welsarová radí tuto mast na popáleniny: „Item vezmi čerstvý vosk, o polovinu méně čerstvého pudru, trochu vlněného oleje, trochu bílého slepičího trusu, všechno stluč dohromady (napřed nech vosk trochu změkknout,) potom přičiň výše uvedené věci, aby se všechno dobře promíchalo). Pak to všecko nasyp do studené vody, aby to ztuhlo, pak všecko pořádně prolíj, aby voda vytekla. Nanes všechno na plátěný hadřík a přikládej denně dvakrát na popálená místa nebo na puchýřky, které se mají před tím naříznout, aby z nich mohla voda.“ (134)

3168 • Připravíme kasičku ze syrového bílku, lněného oleje a kyselé smetany. Kasičkou pomazat hustě všechny rány, aby k nim neměl zevnější vzduch přístup. Pak je nutno rány ovázat měkkými, lněnými, ve vodě namočenými kusy plátna a přes ně ještě vlněný, dobře přiléhající suchý šátek. Vždy po dvou hodinách vlněný šátek sejmout a mokrou ovinek mokrou houbou opatrně navlažit, aby se na kasičku nepřilepil. Ovinek vyměnit ráno a večer. Vnitřně užívat dvakrát za den na lžičku chladicího dřevěného oleje, dobře může také posloužit olej salátový. (56)

3169 • Hlavní podmínky jistého a rychlého vyhojení popálenin jsou: rána musí být uzavřena zevnějšímu vzduchu, na přiloženém ovinku jest udržovati neustále vlhkost, chladicí masa musí se na ráně obnovovati a mimo to jest udržovati velikou čistotu. (56)

3170 • Při menších spáleninách dostačí domácí prostředky jako kyselé zelí a zelná voda. Kyselé zelí, vzaté z kádě, přiloží se rychle na popáleninu a ováže se suchým šátkem. Do zelné vody namáčíme denně 3 až 4 krátě kousky plátna, které se na ránu přiloží a dobře ováží. Kdyby byla zelná voda příliš ostrá (pálila), rozředíme ji vodou obyčejnou. Někdo ji přikládá na popálená místa rozstrouhané zemáku, ten zase lněný nebo jiný olej, jímž ránu jednou potře a vatu na ni přiloží. Tyto prostředky jsou rovněž dobré. (56)

3171 • Chcete-li zamezit puchýře, ze žlutého vosku a provensalského oleje utřete řídkou mast, kterou vmažte rychle po spálení na postižené místo, čímž zamezíte tvoření puchýřů. (132)

3172 • Na spáleniny je nejlepší tzv. kombinovaný olej z listů bílé lilie, macerovaných 14 dní v oleji olivovém. (132)

3173 • K léčení spálenin dlouhodobě se hojících, vředů a fistulí, při zánětu varlat, k posílení dělohy pomáhá řebříčková mast. Připravuje se z listů nasbíraných na jaře před vytvořením lodyhy, usušených a rozmělněných. (126)

3174 • Jako první pomoc v léčbě hnisavých ran a při spáleninách se na Valašsku doporučuje přímé nakládání na plochu seřiznutých listů aloe, formou náplasti, nejlépe na noc. (27)

3175 • Matthioli: „Protož všem spáleninám, buďto ohněm, železem, mědí, horkou vodou

(kořen lilie) užitečný jest, nebo mocí svou vysušuje a vytírá. Kořen odpéci a stlouci s olejem růžovým dobré jest. ustavičně přikládati na spáleninu, až se všecka na místě zhojí." (74)

3176 • Matthioli: „Proti spálenině a opařenině, když jiné lékařství nechce být plátno, toto jest zkušené lékařství: vezmi mízku z kořene kapradí, přidej k ní vody růžové a vody z kravských lejn aneb z kvítí lipového a nemáš-li těch, vezmi prostou vodu studničnou, směs spolu a proced, budeš mít z toho jakous husou šťávu, kteráž sama všecky spáleniny hojí." (74)

3177 • Na spáleniny, opařeniny, hemeroidy, bolestivé pohmožděny, nežity a špatně se hojící rány jako mazání a při revmatismu, ischiasu, zánětu trojklaného nervu, bolestech svalových a bolestech v zádech k vtírání hluboko do kůže pomůže třezalkový olej: hrst suchých květů třezalky tečkované zalijeme olivovým nebo jiným kvalitním olejem a necháme 14 dní stát na slunném místě. Občas protřepeme. Potom slíjeme, vymačkáme a uzavřeme do tmavé láhve. (40 + 45)

3178 • Mast na popáleniny: 5 lžic drceného kořene kostivalu a 10 lžic květu třezalky naložíme do půl litru olivového nebo jiného stolního oleje. Láhev uzavřeme a po 14 dnech použijeme. (40 + 45)

3179 • Mast na spáleniny, sluncem lehčí popáleniny, opařeniny léčí mast z kostivalu: jedna lžice práškového kořene se rozetře se třemi lžicemi sádla nebo borové masti. Přidáme trochu rozeřtátého včelího vosku. (40 + 45)

3180 • Mast na popáleniny: vezmi nahnílé kdoule a rozmačkej je se vším všudy. Potom vezmi dobře utlučené máslo a rozpustí je v nich a udělej z toho mast. (134)

3181 • Po popálení ponoříme popálenou část rychle do studené vody. Mezitím celé lněné semeno rychle uvaříme - tři čajové lžičky v půl litru vody, do tohoto přípravku přecezeného odvaru namočíme čisté, přezhelené plátno a vlašné je přikládáme na popáleninu. Obklad je třeba častěji vyměňovat, přikládá se vždy vlašný. Teprve když je palčivost zahnána je možno použít hojivých mastí, třeba měsíčkové. (136+ 47-38 podle 39)

3182 • Při spáleninách, zahnívaných ranách, vředech apod. je vhodná medová náplast. - 25 g včelího vosku se roztaví ve vodní lázni s 25 g vepřového sádla. Po určitém ochlazení směsi, kdy však je směs ještě tekutá se přidá žloutek a 25 g medu a dobře promíchá. Zahustit lze malým množstvím smrkové pryskyřice. (117)

3183 • Smícháme 50 g natě třezalky tečkované a 30 g kořene kostivalu lékařského. Směs naložíme do 250 g kvalitního oleje a necháme 14 dní v teple. Pak přes gázu scedíme a uchováme v chladnu. Postižená místa se olejem jemně potírají. I na kůži spálenou sluncem. (78 + 66)

3184 • 100 g natě třezalky tečkované naložíme do 250 g oleje a necháme 14 dní v teple. Přes gázu scedíme a uschováme v chladnu. (78 + 66)

## SRDEČNÍ CHOROBY

### Srdeční neuróza

3185 • Po 30 g květu hlohu, listu meduňky a květu levandule, po 50 g kořene kozlíku, natě

mateřídoušky. Jednu polévkovou lžici směsi spařit ve čtvrt litru vody a nechat 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

3186 • Po 20 g plodu hlohu, chmelu a natě jablečnicku, 30 g natě srdečnicku - jednu polévkovou lžici směsi spařit ve čtvrt litru vařící vody a nechat 20 minut vyluhovat. Pít třikrát denně před jídlem. (126)

3187 • Lázeň: natě mateřídoušky, chmelové šišky, borovicové nebo smrkové jehličí, celkem půl kg, zalít vodou na noc, ráno povařit a nalít do vany. (99)

3188 • Natě routy, mochny nátržníku, rebríčku, kořen bedrníku, oddenek kozlíku, list meduňky - ze směsi bylin připravit zapař. (99)

3189 • Jednu čajovou lžičku kořene kozlíku lékařského do jednoho šálku vody. Nechat vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Denně vypijte jeden šálek teplého čaje. Čaj je neškodný a není návykový. (30)

3190 • Srdeční neuróza spojená s bušením srdce: 20 g kozlíku, po 15 g srdečnicku a oddenku pýru, po 10 g marinky vonné, máty peprné, routy a fenýklu. Pít 2 až 3 krát denně šálek vlašného odvaru. (132)

3191 • Srdeční neuróza a mírně zvýšený krevní tlak: vzít stejným dílem hlohového květu, natě buriny srdečnick, březového listu, větviček jmelí, listu meduňky lékařské, květu černého bezu, kořene kozlíku a natě saturajky. Dvě čajové lžice směsi se přelijí půl litrem vřelé vody a vaří se 5 minut, potom se čaj nechá dvě hodiny vyluhovat, přecedí se do termosky a podává se ve třech dávkách během dne, vždy přibližně po 150 až 180ml. (136 + 47 - 112)

3192 • 1 díl chmele, 2 díly kozlíku, 1 díl srdečnicku - smícháme, vaříme jednu lžičku směsi 7 minut ve čtvrt litru vody. Hned scedíme. Pijeme na noc jeden šálek teplého čaje. (303)

3193 • Dva až třikrát denně pít šálek (asi 150 ml) mírně přehřátého macerátu ze stejných dílů hlohového květu s listem, větviček jmelí a natě meduňky. Pro ochucení je možno přidat špetku drceného pelyňku. Na šálek macerátu vzít vrchovatou čajovou lžičku bylinné směsi, večerní šálek připravovat během dne, ranní šálek večer. (136 + 47 - 27)

3194 • Pomáhá čajová směs stejných dílů kořene kozlíku, květu hlohu, natě buřiny srdečnicku, šištic chmelu a natě meduňky. Podáváme v poledne a večer šálek nálevu. Ráno je naproti tomu vhodné podat šálek nálevu ze směsi stejných dílů natě bazalky a květu tmavočervených růží. (136 + 47-51)

3195 • 30 g srdečnicku, po 20 g mochny husí, meduňky a kořene bedrníku, 10 g routy. Pít podle potřeby 2 až 3 krát denně sklenku nálevu. Bedrník lze nahradit natí rebríčku. (136+47-28)

3196 • Srdeční neurózu léčíme buď odvarem ze směsi těchto bylin: jablečnick, květ hlohu, kořen kozlíku (pít třikrát denně sklenku) a nebo masážími: vmasírovat do srdeční krajiny meduňkový olej (macerací meduňky v olivovém oleji). (126)

3197 • Při srdeční neuróze, bušení srdce, srdeční slabosti, nespavosti, proti vysokému krevnímu



tlaku a proti kôrnatení tepen používáme po poradě s lékařem čaj (odvar): jednu lžičku řezaných sušených listů a lžičku sušených květů hlohu na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem a na 15 minut odstavíme. Popíjíme chladný fáno a večer jeden šálek. (40 + 45)

3198 • Tinktura: sušené květy hlohu zalijeme lihem, vodkou, koňakem nebo slivovicí a 14 dnů necháme v uzavřené láhvi stát. Občas protřepeme. Dávku třikrát denně 20 kapek na lžici vody. (40 + 45)

3199 • Při srdeční neuróze s nepoškozeným srdečním svalem: smícháme 100 g natě buřiny srdečníku, 75 g listu máty peprné, 100 g listu meduňky, 50 g plodu kopru a 80 g kořene kozlíku. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, necháme vyluhovat 10 minut a scedíme. Zapar užíváme třikrát denně 150ml 10 minut před jídlem. (91)

3200 • Smícháme po 100 g natě buřiny srdečníku, listu meduňky, květu hlohu a natě třezalky tečkované. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Zapar užíváme třikrát denně 150ml 10 minut před jídlem. (91)

3201 - • Smícháme po 75 g natě buřiny srdečníku, listu máty peprné, listu meduňky, natě kopřivy, květu hlohu a natě routy. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Zapar užíváme třikrát denně 150ml 10 minut před jídlem. (91)

3202 • Při srdeční neuróze a zvýšeném tlaku ve svalcích smícháme 100 g květu hlohu, po 60 g kořenu kozlíku, natě routy, listu meduňky a listu máty peprné a 40 g plodu kopru. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Zapar užíváme třikrát denně 150ml 10 minut před jídlem. Léčení trvá i 1 až 2 roky s desetidenní přestávkou každé 2 až 3 měsíce. (91)

3203 • Smícháme 50 g natě buřiny srdečníku, po 100 g květu hlohu a natě jmelí a po 50 g kořene kozlíku, listu meduňky, šišťice chmelu a plodu fenýklu. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Zapar užíváme třikrát denně 150ml 10 minut před jídlem. (91)

### Srdeční slabost

3204 • Jedna polévková lžíce jablečného octa, dvě čajové lžíce medu vmíchat do sklenice vody a podávat 2 až 3 krát denně při oběhových potížích a slábnutí srdeční slabosti. (136 + 47-117)

3205 • Namíchejte do sklenice vlažné vody půl lžičky rumu, rozmíchejte a užívejte každou půlhodinu jednu lžici. (132)

3206 • Víno na srdce od abatyše Hildegardy: do litru přírodního vína se dá deset stonků petržele i s listy, k tomu se přidává jedna až dvě polévkové lžíce vinného octa. Vše se deset minut povarí na slabém plameni (pozor, pění to!). Potom se přidá 300 g pravého včelího medu a opět se nechá 4 minuty povarít. Láhev vypláchnout silným alkoholem a víno na srdce se do nich za horka naplní. Na dně se vytvoří sedlina, není však škodlivá a může se vypít. (123 podle 39)

3207 • Srdeční slabost spojená s otoky nohou: smícháme 20 g přesličky rolní, 30 g truskavce

a 50 g hlohu a jednu čajovou lžičku této směsi prelejeme jedním šálkem vřelé vody, necháme 5 hodin vyluhovat a scedíme. Denně pijeme 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

3208 • Srdeční slabost spojená s bušením srdce: smícháme 10 g natě routy vonné, 10 g kořene kozlíku lékařského, 10 g listu rozmarýny a 50 g květu hlohu. Tři čajové lžičky této směsi pak dáme do tří šálků vody a necháme vařit 5 až 10 minut, pak scedíme. Během dne se pijí tři šálky teplého čaje. (30)

3209 • Srdeční slabost po zánětu srdečního svalu: smícháme 20 g chmele, 20 g rebríčku, 30 g kozlíku lékařského a 30 g meduňky a jednu čajovou lžičku směsi dáme do šálku vody, vaříme 5 až 10 minut a scedíme. Šálek teplého čaje vypijeme večer před spaním. (30)

3210 • Srdeční slabost spojená se stařeckým pokašláváním: smícháme 15 g jablečnicku, 15 g chmele a 50 g hlohu a jednu čajovou lžičku směsi přelijeme jedním šálkem vřelé vody, 5 minut vyluhovat a scedit. Denně vypít po doušcích jeden šálek teplého čaje. (30)

3211 • Při srdeční slabosti, závratí a ledvinových onemocněních bývá s úspěchem používán kořen prvosenky jarní a to ve formě záparu. Jednu až dvě čajové lžičky drogy zalijeme 300 ml vřelé vody a necháme vyluhovat 30 minut. Zapar precedíme a užíváme čtyři až pětkrát jednu kávovou lžičku každé dvě až tři hodiny. (91)

3212 • Srdeční slabost, která se projevuje večerní únavou nohou: po 20 g natě tužebníku, přesličky a truskavce, 10 g květu hlohu. Jedna čajová lžička směsi se spáří čtvrt litrem vařící vody a nechá se pak 20 minut vyluhovat. Pijí se dva až tři šálky denně před jídlem. (126)

3213 • Při srdeční a nervové slabosti, přepracování, bolestech hlavy, nervovém rozrušení, žaludeční neuróze, žaludečních křečích, střevní kolice a plynatosti připravíme tinkturu: jeden váhový díl čerstvě řezaného kořene kozlíku lékařského zalejeme v láhvi jedním váhovým dílem lihu, vodky nebo jiného destilátu. Dobře zazátkujeme a necháme 14 dní stát. Občas protřepeme, potom precedíme. Bereme třikrát denně 20 kapek na cukr nebo na lžici vody. (40 + 45)

3214 • Při srdeční slabosti a žaludeční slabosti roztlučeme nebo rozemeleme suchý kořen kozlíku lékařského a přesijeme přes zíněné sítko. Podáváme na špíčku nože, zapíjíme vodou nebo vínem. (40 + 45)

### Srdeční sval - poškození

3215 • Smícháme po 150 g kůry a květu hlohu a natě jmelí a po 50 g natu buřiny srdečníku, kůry jírovce a natě rebríčku. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, vaříme 3 minuty, necháme 60 minut vyluhovat a scedíme. Odvar se užívá šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

3216 • Smícháme po 150 g květu hlohu a kůry jírovce maďalu a po 50 g natě routy vonné, rebríčku a kořene kozlíku. Do 600ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi. Vaříme 3 minuty, necháme 60 minut vyluhovat a scedíme. Odvar se užívá šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

3217 \* Při skleróze srdečního svalu smícháme po 100 g natě jmelí, květu hlohu a kořene proskurníku lékařského, 60 g natě buřiny srdečníku a 20 g natě jehlice trnité. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Zapař užíváme třikrát denně 150 ml 10 minut před jídlem. (91)

3218 • Při začáteční skleróze srdečního svalu smícháme po 150 g květu hlohu a natě jmelí bílého a po 50 g natě buřiny srdečníku, listu máty peprné, natě kopřivy a plodu kopru. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Užíváme 150 ml 10 minut před jídlem. (91)

3219 • Při začáteční skleróze srdečního svalu smícháme po 100 g květu hlohu a natě konvalinky a po 60 g kořene kozlíku a listu meduňky. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, necháme vyluhovat 30 minut a pak scedíme. Užíváme tento zapař třikrát denně po 150 ml vždy 10 minut před jídlem. (91)

3220 • Při zánětu srdečního svalu - jen se souhlasem a po dohledem ošetřujícího lékaře: 20 g květ bezu černého, 20 g květ prhy chlumní - arniky a 50 g listu rozmarýny. Všechny složky smícháme v uvedeném poměru a jednu čajovou lžičku této směsi přelijeme šálkem vřelé vody, necháme 5 minut vyluhovat, scedíme. Pijí se po doušcích denně dva šálky teplého čaje. (30)

3221 • Prokrvení srdečního svalu pomůže arnikový čaj, který připravíme z 1 až 2 lžiček sušených arnikových květů, které přelijeme čtvrt litrem vařící vody a po 10 minutách scedíme. (126)

3222 • Srdeční sval - zánět po revmatické horečce: smícháme 20 g macešky trojbarevné, 20 g violky vonné, 30 g lipového květu a 30 g černého bezu. Jednu čajovou lžičku této směsi prelejeme jedním šálkem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Pijí se denně 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

### Srdeční astma

3223 • Kukuříčný klas, nať mochny nátržníku a rebríčku. Připravíme zapař. (99)

3224 • Fazolové lusky, nať mochny nátržníku, zlatobýlu a oddenek kozlíku. Připravíme zapař. (99)

### Srdeční arytmie

3225 • Vzít po 30 g srdečníku, meduňky, mochny husí a 10 g kozlíku. Dvě polévkové lžíce směsi macerovat přes noc v půl litru vody, ráno nechat přejít varem, osladit medem a pít po doušcích během dne. (136 + 47 - 124)

### Zrychlení srdečního tepu

3226 • Pijte koflík vlažné spárky z natě pilátu lékařského denně na lačný žaludek a večer před spaním. (132)

### Ztučnění srdce

3227 • Utišíme odvarem z lopuchových kořínků nebo hořkého lupení. Nebo pijte denně kolik snesete podmáslí. (132)

### Srdeční křeče

3228 • Do 10,0 g destilované vody vkápněte 8 až 10 kapek arnikové neboli prhové tinktury, protřepat a užívat každých 5 až 10 minut lžící dokud křeče nepřejdou. (132)

### Bušení srdce

3229 • Na bušení srdce, srdeční neurózu, srdeční slabost, nespavost, vysoký krevní tlak a kórnatení tepen pomáhá tato tinktura:

sušené květy hlohu zalijeme lihem, vodkou, koňakem nebo slivovicí a 14 dní necháme v uzavřené láhvi stát, občas protřepeme. Užíváme třikrát denně 20 kapek na lžící vody. (40 + 45)

3230 • Hrstka natě petrželové naloží se do láhve dobrého vína, pije se půl sklenky k večeru. (301)

3231 • Dvakrát denně vzít asi 150 ml bílého vinného střiku l: 1. Ke každé dávce přidat 25 kapek tinktury z routy vonné a 25 kapek tinktury z rebríčku. (136 + 47 - 88)

3232 • Jednu čajovou lžičku kořene kozlíku lékařského dáme do šálku vody, necháme 5 až 10 minut vařit a pak scedíme. Pijeme denně šálek teplého čaje. (30)

3233 • Při prudkém bušení srdce smísíme čaj levandule s čajem ze srdečníku. (40 + 45)

3234 • Při bušení srdce, bolení hlavy, černém kašli doporučuje bulharské lidové léčení výtažek z kořene omanu pravého. Droga se používá ve formě záparu. Čtyři čajové lžičky drogy zalijeme 400 ml vřelé vody a necháme vyluhovat 30 minut. Po přecezení výluh podáváme třikrát denně 120 ml 15 minut před jídlem. (91)

3235 • Nervózní bušení srdce při usínání: jedna čajová lžička kořene kozlíku lékařského nebo jirnice modré se spaří čtvrt litrem vařící vody, nechá 20 minut vyluhovat a pije se jeden šálek denně před spaním. (126)

3236 • Bušení srdce, nervozita, potíže se spaním a nadýmání: 10 g kořene kozlíku lékařského, 30 g natě meduňky, 30 g květu rebríčku. Jedna čajová lžička této směsi se spaří čtvrt litrem vařící vody, pak se nechá 20 minut vyluhovat. Pije se dvakrát denně, před spaním. (126)

3237 • Bušení srdce a stálý pocit strachu: 10 g marinky, 10 g máty peprné, 10 g routy, 15 g pýru, 10 g fenyklu, 20 g kozlíku, 15 g srdečníku. Pije se ráno a večer šálek vlašného odvaru. (132)

3238 • Bušení srdce spojené s nadýmáním a nespavostí: smícháme 15 g kořene kozlíku lékařského, 15 g listu meduňky lékařské a 50 g rebríčku. Tři čajové lžičky této směsi dáme do tří šálků vody, necháme 5 až 10 minut vařit, pak scedíme. Během dne se pijí tři šálky teplého čaje. (30)

### Poruchy v srdečních signálech

3239 • Po 10 g kořene kozlíku, květu rebríčku a natě krušinky barvířské, 20 g natě janovce metlatého. Jednu čajovou lžičku této směsi spaříme ve čtvrt litru vařící vody, 20 minut necháme vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

**Píchání u srdce**

3240 • Natírejte krajinu srdeční dvakrát denně ráno a večer křenovým lihem. (132)

**Otoky srdečního původu**

3241 • V počátečním stadiu vezmeme 600g bílého vína typu ryzlink, 100g medu a 300g syrové cibule. Nejprve nastroháme cibuli, vytlačíme z ní šťávu a smícháme s medem a vínem. Uschováme do chladu a za několik dní můžeme podávat zpravidla jednu polévkovou lžici čtyřikrát denně. (136 + 47 - 20)

**Posílení srdeční činnosti**

3242 • Připravíme růžový med. Půl kg čerstvých lístků tmavě rudých růží smícháme s jednou hrstí květů černého bezu, ve kterém nesmí být nic zeleného. Složky jemně promíchat a přidat na špičku nože práškové skořice a stejné množství zázvoru. Potom přidat květ 1 až 2 karafiátů (nejlépe tmavočervených) a půl kg tekutého medu, znovu vše promíchat a v hermeticky uzavřené sklenici nechat 14 dní vyluhovat na sluníčku, potom scedit. Jedna čajová lžička tohoto medu aplikovaná s malou skleničkou dobrého bílého vína patří k nejlepším a nejmírnějším srdečním posilujícím prostředkům. (136 + 47 - 117)

3243 • Podpora srdeční činnosti - při potížích během změny počasí, při větší námaze apod. - srdeční víno abatyše Hildegardy: 10 stonků petrželové natě přelít jedním litrem bílého vína, přidat jednu až dvě polévkové lžice octa a povařit na mírném ohni 10 minut do zpěnění. Pak scedit a přidat 300g tekutého pravého včelího medu, dobře rozmíchat a opět nechat 4 minuty povařit. Pak nalít do vyvařených lahviček, vypláchnutých silným alkoholem. Uschovávat v chladnu. Užívá se 1 až 3 lžice podle potřeby, max. 10 lžic denně. (123 podle 39)

3244 • Májová bowle: 30g marinky, 20g lesního jahodníku a po 100g listu černého rybízu a popence - vždy čerstvé. Vše vložit do vyhráté nádoby a zasypat 150g surového cukru. Za dvě hodiny přidat tři litry dobrého bílého vína, rozmíchat a po třech hodinách scedit. Bowle se podává v dávkách 0,1 až 0,15 l po jídle. Uschová se v chladnu. (136)

3245 • Nálev z jedné čajové lžičky kontryhele, spařeného čtvrt litrem vody. Vyluhovat jen krátce. (301)

3246 • Bolest srdce, tlukot srdce, na povzbuzení srdeční činnosti, při nespavosti: směs po 20g kořene kozlíku, natě srdečníku, květu a listu hlohu, po 10g listu meduňky a natě třezalky, po 5g natě mateřídoušky, dobromysli, listu máty peprné, šištic chmele, květu levandule a kvetoucí natě janovce. Polévkovou lžici této směsi spaříme ve čtvrt litru vařící vody, necháme 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně vychladlý čaj po jídle. (126)

3247 • Mírný povzbuzující přípravek - srdeční tonikum: smícháme 15g kořene andělíky, 10g kořene kozlíku, 10g lipového květu, 20g natě meduňky a 5g skořice -- vyluhujeme 10 dní v jednom litru bílého vína typu ryzlink. Po scezení podáváme 1 až 2 polévkové lžice dvakrát denně. (136+47-003)

3248 • Na podporu srdeční činnosti 3 krát denně rozžvýkat na špičku kulatého nože koprové semeno a zapít vodou. Posiluje srdeční sval, brání

vzniku ischemické, choroby srdeční. (136+47-13)

3249 • Bolest srdce, nespavost, tlukot srdce a na povzbuzení srdeční činnosti: po 5g květ heřmánku, květ a list hlohu, list máty, 7,5g natě přesličky, po 10g květu a listu hlohu, plod hlohu a natě třezalky a po 30g list jmelí a natě srdečníku. Jedna polévková lžice směsi se spaří ve čtvrt litru vařící vody a pak s nechá dvacet minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

3250 • Bolest srdce, nespavost, tlukot srdce a na povzbuzení srdeční činnosti: 5g květu arniky, po 10g plodu kopru, natě mateřídoušky, kořene kozlíku a listu jmelí, 15g květu hlohu, 20g listu meduňky. Jedna polévková lžice směsi se spaří ve čtvrt litru vařící vody a nechá se 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

3251 • Na povzbuzení srdeční činnosti připravíme čaj z pře-pážek uvnitř vlašských ořechů mezi jádry. Tento čaj povzbuzuje srdeční činnost, pomáhá při srdeční arytmií a také při angíně pectoris. Výhodná je kombinace s kozlíkem, meduňkou nebo hlohovým květem. Bylinářským způsobem připravíme 3/4 litru čaje, který z termosky vypijeme během dne po doušcích. (136 + 47 - 116)

**Nemoci srdce a krevního oběhu**

3252 • Čajová směs 40g hlohu, 20g jmelí, 15g květu heřmánku, 10g kořene baldriánu a 15g listu meduňky lékařské. Dvě čajové lžičky směsi prelejeme čtvrt litrem horké vody, odcedíme až po 10 hodinách. Pije se jeden šálek vlažného čaje dvakrát denně. (126)

3253 • Po jednom dílu truskavce (rdesno ptačí), přesličky, routy bedrníku, arniky, konopice, pampelišky, fazolových lusků, pastuší tobolky, krušiny, chaluhy bublinaté, lopuchu, nátržníku husího, rebríčku, zemědýmu, srdečníku, lišejníku irského, puškvorce, jehlice trnité, pýru, meduňky, tři díly hlohu, dva díly jmelí a máty. Vše smíchat a jedna vrchovatá lžice směsi se přelije čtvrt litrem vařící vody. Pijeme ráno a večer po jednom šálku po malých douškách, přislazené medem. (303)

3254 • Srdeční choroby, nemoci cév a krevního oběhu: dva díly květu hlohu s listem, dva díly meduňky, jeden díl srdečníku - připravit nálev a ten spojit v poměru 2:1 s nálevem z pravého čaje. (136)

3255 • Nemoci srdce, cév a krevního oběhu: dva díly květu hlohu s listem, dva díly meduňky, jeden díl srdečníku - připravit nálev a spojit jej s nálevem z pravého čaje v poměru 1,5:1,0 a do hotového čaje nakapat 20 kapek kozlíkové tinktury na šálek výluhu. (136)

3256 • Srdeční choroby - krevní oběh, nízký krevní tlak a angína pectoris - pomáhá čaj připravený ze dvou polévkových lžic řezané sušené natě janovce metlatého (květ a semeno), které se přelijí sklenicí vřelé vody a nechají 10 minut vyluhovat. Pije se denně po doušcích jedna sklenice čaje/(23)

**Srdeční systém s nedostatkem červených krvinek**

3257 • 7 dílů mochny husí, 5 dílů hlohu, 6 dílů třezalky, 7 dílů kopřivy. Pijí se dva šálky čaje denně po dobu sedmi týdnů. (302)



3258 • 5 dílů meduňky, 7 dílů hlohu, 6 dílů popence břechťanovitého, 6 dílů lněného semena, 7 dílů kopřivy, 5 dílů mochny husí a 6 dílů máty peprné. Pijí se dva šálky čaje denně po dobu osmi týdnů. (302)

#### Zemdení srdce

3259 • Matthioli: „Proti zemdení srdce z horkosti zimničné a nepřirozené, jater i žalúdka, proti bolení hlavy z horkosti ... vezmi čekanku i s kořením, břeskvi suchých, vař v vodě a po uvaření šl do jiného hrnce, vlož tam hrst květů čekankového, hrst růže, hrst diviznového květu a nech státi, otáhna čistě šatem, aby pára ven vyjít nemohla, až ustydne a uživej ho proti svrchu dotčeným nedostatkům.“ (74)

#### Při srdečních chorobách a nespavosti

3260 • Pomůže čaj připravený z hlohu obecného. Dvě čajové lžičky řezané sušené drogy se přelijí jedním šálkem vřelé vody a nechá se vyloužit. Pijí se 2 až 3 šálky denně. Hloh se také používá ve směsi s přesličkou rolní, bílým jmelím a řebříčkem obecným. (23)

3261 • Srdeční potíže spojené s těžkostmi a usínáním: 10 g šištic chmele, po 20 g květu rebríčku, kořene kozlíku a natě meduňky. Jednu čajovou lžičku této směsi spařit ve čtvrt litru vody, dvacet minut nechat vyluhovat a vypít před spaním. (126)

3262 • Srdeční potíže spojené s poruchami trávení, neklidem a nespavostí: smícháme po 10 g květu prhy chlumní-arniky, listu meduňky a natě routy vonné a 50 g kořene bedrníku. Tri čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Denně vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

3263 • Srdeční potíže spojené s poruchami trávení, neklidem a nespavostí: vřelou vodou přelijeme lžici mochny husí, květu čekanky a nař přesličky rolní. Necháme dvacet minut vyluhovat, scedíme a pijeme jeden šálek teplého čaje před spaním. (301)

#### Srdeční choroby způsobené nadýmáním žaludku

3264 • Smícháme 30 g srdečnicku, 30 g natě mochny husí a 100 g listu meduňky lékařské. Jednu čajovou lžičku této směsi dáme do šálku vody a necháme 5 až 10 minut vařit, pak scedíme. Denně je třeba vypít po doušcích tři šálky teplého čaje. (30)

3265 • K uklidnění a napomáhání odstraňování křečí: smícháme po 30 g natě srdečnicku a mochny husí a 100 g listu meduňky. Jednu čajovou lžičku této směsi na šálek vody. Vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Denně vypijte po doušcích tři šálky teplého čaje. (30)

#### Srdeční choroby - preventivně proti mrtvici

3266 • Kozlík lékařský, kořen andělíky, mochna husí, mochna plazivá, květ levandule, majoránka, všedobr horní, kuklík městský, rozmarýn, šalvěj, violka, yzop. Vše smíchat stejným dílem. Jedna vrchovatá lžička směsi se zalije čtvrt litrem vřelého jablečného moštu a nechá 3 minuty vyluhovat. V průběhu dne pijeme vícekrát čerstvě připravený čaj. (123)

#### Srdeční choroby spojené s malým odvodem moči

3267 • 20 g listu břízy a ostružiníku, 10 g listu podběle, 30 g květu vřesu. Dvě čajové lžičky směsi se spaří ve čtvrt litru vařící vody a nechá se dvacet minut vyluhovat. Pijí se 1 až 2 šálky denně před jídlem. (126)

3268 • 30 g kořene libečku lékařského, 10 g kořene jehlice trnité, 30 g natě tužebníku jilmového, 5 g plodu jalovce. Jedna čajová lžička směsi se vaří 5 minut a pak se nechá dvacet minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

3269 • 30 g natě tužebníku, po 10 g plodu anýžu, petržele a jalovce, natě macešky, kořene libečku a jehlice trnité a 5 g kořene lékořice. Jedna čajová lžička této směsi se vaří 5 minut, potom se nechá 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. Není vhodné pro těhotné ženy. (126)

#### Stařecké srdeční potíže

3270 • Dvě čajové lžičky hlohových květů na šálek. Přelijeme horkou vodou a necháme dvacet minut stát. Čaj můžeme podle chuti zlepšit medem jako sladidlem nebo sladkou šťávou z rakytníku. (126)

#### Srdeční potíže, srdeční choroby

3271 • Angína pectoris, neurastenie, bolesti hlavy: přeletej osm čajových lžic sušeného řezaného listu meduňky lékařské dvěma sklenicemi vřelé vody a nechtě po delší dobu vyluhovat v uzavřené nádobě. Tuto dávku čaje vypijte během dne. (23)

3272 • Při těžkostech se srdcem připravíme víno: láhev naplníme volně květy pampelišky až po hrdlo a zalijeme čistým přírodním vínem. Květy musí být ponořené. Lehce zazátkujeme a necháme 14 dní stát na slunci. Pijeme denně doušek vína. (303)

3273 • Při srdečních potížích připravíme odvar z buřiny srdečnicku - ruský recept. Jedna lžice srdečnicku a jedna lžice rebríčku na čtvrt litru vody. Přisladit medem. Užívat 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

3274 • Srdeční potíže zvláště u silnějších lidí, kteří rádi hltají jídlo a mají potíže s trávením: 10 g natě zeměžluče, 30 g natě srdečnicku, 20 g listu mochny husí a 20 g natě meduňky. Jednu čajovou lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vařící vody a necháme 20 minut vyluhovat. Pije se třikrát denně po malých doušcích před jídlem. (126)

3275 • Večerní horká koupel nohou. Horká voda má dosahovat nad kotníky a doba koupele je asi 20 minut. Tento způsob podpory srdeční činnosti je efektivní zejména v prevenci a rehabilitaci. (136+ 47-1 17)

#### STŘEVA

##### Střevní choroby a potíže

3276 • Směs bylin: nař kopřivy, květ černého bezu, květ trnky po 25 g, list břízy 40 g, vše smíchat a jednu čajovou lžičku směsi spařit čtvrt litrem vařící vody, 20 minut vyluhovat. (126)



3277 • List jasanu 50 g, nať rozrazilu 25 g, nať sadce konopáče 25 g. Ráno a večer vypít z toho šálek čaje. (126)

3278 • Směs bylin: list senný, kůra krušiny, nať pelyňku, hrst máty, květ heřmánku. Večer přelít 5 g této směsi-čtvrt litrem vody, nechat přes noc vyluhovat, ráno scedit a vypít. (126)

3279 • Sušené plody černého bezu 5 až 10 g přelít šálkem studené vody a nechat do rána louhovat (126)

3280 • List nebo lusky senesové z lékárny. 5 g drogy přelít šálkem studené vody a nechat 10 hodin vyluhovat. Denně vypít 2 až 3 šálky. (126)

3281 • Slézu přehlíženému říkají děti chlebiček a jedí nasládlé, ještě nedozrálé plody těsně po odkvětu, což zrovna není vhodné. Léčivě působí oddenek. Velká čajová lžička sušeného oddenku se nechá macerovat 12 hodin ve studené vodě, pak se ohřeje (nevaří!), dá do termosky a čaj se popíjí teplý během dne. Výborně slouží při střevních potížích. (301)

#### Sníženistřev • •

3282 • Dobře působí odvar z 20 g kořene bedrníku obecného vařeného v půl litru vody s medem. Zamezuje střevní a žaludční zahlenění. (132)

#### Zauzlení střev

3283 • Přírodně se léčí zauzlení střev tím, že nemocný se ihned uloží do postele, ve které musí v největším klidu zůstat ležet. Aby sebou nemohl na všechny strany vrtět, obkládá se kolem dokola přikrývkami nebo polštáři. Dieta musí být nanejvýš přísná, velice lehce stravitelná. Na břicho přikládají se hodně horké obklady ze senných steru, léčivých bylin, z citrónové nebo octové vody nebo z obyčejné kořalky. Čaje užívá se ze směsi benedyktu natě 10 g, jitrocele 15 g, řeřichy potoční 15 g a ptačince 20 g. Čaj upravuje se v poměru 15 g na jeden litr vody. Užívá se každou hodinu malý doušek. (107)

3284 • Podpurně se popíjí během dne stále po malých doušcích čaj připravený bylinářským způsobem ze směsi listu senný, natě pelyňku a květu trnky. (301)

#### Bolesti ve střevech

3285 • Při bolestech ve střevech, zvláště při průjmech smíchejte řebríčkové květy, svařte a pijte přes den po lžičkách teplý odvar. (132)

3286 • Při bolestech ve střevech a žaludku svařte v bílém víně kmín a zázvor, precedte a pijte ještě vlažné jeden šálek celý den po doušcích. (132)

3287 • Při bolestech ve střevech léčíme tuto chorobu teplými obklady v horké citrónové nebo octové vodě namočenými a vyždímanými (poměr 1 až 3 citróny na jeden litr vody nebo 1/4 litru octa na jeden litr vody) - 30 minut povařit. Obklady se mění po 30 minutách, 3 až 5 krát po sobě, za dne a večer. Po sejmutí posledního obkladu přiloží se flanel, aby se teplota udržela. K tomu se pije bílé víno, v němž byl uvařen zázvor s kmínem. Najeden litr vína se bere 10 g utlučeného zázvoru a 10 g se-

mletého kmínu. Vše se povaří ve víně 30 minut. Odvaru se užívá 1/10 litru třikrát denně, ráno, v poledne a večer. (107)

3288 • Při bolestech ve střevech, vznikne-li při tom nevolnost spojená s vrhnutím: v hmoždíři se utluče po 3 g anýzu, fenyklu, kmínu, jalovce-, kopru, koriandru a kozlíkového kořene. Směs se povaří v 1,25 litru vody 3 minuty. Po vychladnutí se precedí a obvykle užívá asi čtvrt litru denně po maličkém doušku před a po jídle po dobu šesti neděl, až všechny příznaky choroby zmizí. (107)

#### Chřipka střev

3289 • Vnitřně čaj z malinových a ostružinových listů, dva šálky denně, ráno a večer ,před obědem v poledne 12 čerstvých zralých jalovčinek. Zevně obklad z nabratých otrub na břicho. (132)

#### Střevní dna

3290 • Připravte si denně výplach z odvaru kozlíkového kořínku s přísadou lněného oleje. Přes den každé dvě hodiny lžičku nad bidetem, pak napařování z vývaru blínu a bolehlavu v kozím mléce, po něm promasírování břicha lněným olejem. (132)

#### Otrava střev

3291 • Roztlučte v bílém víně hrst ředkvičkových semínek, scedte a pijte denně po lžičkách, každou hodinu jednu. (132)

3292 • Otrava střev po zkažených pokrmech: je-li spojeno se silným ujímáním: svařte hrst angelikových kořínků ve stejném množství destilované vody a vína až změknou, scedte a pijte dva menší koflíky po lžičkách. (132)

#### Střevní křeče

3293 • Střevní křeče nejčastěji zavínají hlísty. Léčí se takto: nejdříve vyprázdni se střevo mýdlovým klystýrem, pak se přiloží na břicho horké obklady z octové vody. Po nějaké chvíli zavede se opět klystýr ze silného pelyňkového nebo česnekového odvaru - čtvrt až půl litru, který se musí pokud možno dlouho podržeti ve střevě. Třikrát týdně horké sedací koupele z mateřídoušky, máty vodní a přesličky (15 až 20 minut v horké a 1 minutu ve studené). Za dne ve volné chvíli natíratí břicho kafrovým lihem. (107)

#### Střevní výhřez

3294 • Z jednoho kg mladé dubové kůry připravíme si horkou sedací koupel na 15 l obsahu, ve které nemocný setrvá 20 až 30 minut. Koupele se používá denně, pokud obtíže trvají. K tomu prospívají dobře vlažné klystýry, rovněž z odvaru dubové kůry. (107)

3295 • Osvědčila se koupel z dubové kůry. Lázeň nemá být teplejší než 35 °C a trvat má jen 15 minut. Vlažni popíjet čaj připravený bylinářským způsobem ze směsi listu ostružiny, jitrocele a natě komonice lékařské. (301)

#### Střevní slabost

3296 • Po dlouhotrvajícím průjmů léčí se střevní slabost hlavně čajem ze směsi bedrníku 6 g, dubového mlází 6 g, jitrocele 4, nátržníku 6 g,

ostružinového listu 4g, pastuší tobolky 4g a zeměžluče 4g. Z 10g této směsi připraví se půl až třičtvrtě litru čaje, který se za den po hodině po doušku využívá. Toto léčení musí se provádět nejméně 4 týdny s přestávkou jednoho dne v týdnu. Kromě toho používá se teplých obkladů a zábalů ze senné = drtě, léčivých bylin, citronů, octa nebo kořalky. (107)

### **Střevní kolika**

3297 • Při střevní kolice, chronickém bronchiálním kataru, při potížích s močením a při křečích v malé pánvi užívá se čaj, připravený ze dvou lžiček natě komonice lékařské, přelité čtvrt litrem vařící vody. 15 minut se nechá louhovat, pak se precedí. Pijeme po doušcích vlažný 1 až 2 šálky denně. (14)

3258 • Při kolice střevní a žaludeční: anýz 10g, prha 20g, lipový květ 15g, melita 20g, máta peprná 20g, zeměžluč 15g. Pije se šálek teplého odvaru vždy po jídle. (132)

### **Střevní katar**

3299 • Vleklý střevní katar se léčí dietou, vodoléčbou a vhodnými čaji. Z diety jsou to hlavně šlemové polévky. Pokrmy mají být vesměs vařené nebo dušené, protože syrová strava podporuje nadýmání a průjem. Ovoce je dobré, ale jen vařené nebo dušené nebo jako povidla, marmelády apod. Poněvadž se u této choroby střídá průjem se zácpou, musí se podle toho střídát i potrava. Silné průjmy léčí šlemové polévky, sušené bezinky, borůvky, brusinky. Dostaví-li se zácpa, léčí se ponejvíce pokrmy z měkké zeleniny a z vařeného nebo dušeného ovoce. Z vodoléčby se osvědčilo tření těla citrónovou vodou večer před spaním. (107)

3300 • Při střevním kataru, na zastavení krvácení, při průjmů a silné menstruaci pomáhá tento odvar: tři lžičky sušené drčené kůry dubu letního na čtvrt litru vody, 15 minut povaríme a necháme vychladnout. Pijeme studený 2 až 3 šálky denně. (14)

3301 • Prudký katar střední se léčí především vyprázdněním střeva. Pokud se objevuje nepřírozená stolice, postíme se. Po každé druhé - třetí stolici dáme teplý výplach - čtvrt litru, 40 °C. Jsou-li stolice vodnaté, léčí se šlemovými polévkami z ječmenných nebo pšeničných krup, z ovesných vloček, rýže, šága, krupice, strouhanky, žaludovou čokoládou, žaludovým kakaem apod. Žízeň se nejlépe hasí a při tom se choroba současně léčí čajem ze směsi sušených borůvek 20g, semena fenyklu 15g, bobulí jalovce 15g, kořene omanu 15g, natě pelyňku 10g, kořene puškvorce 10g, natě šalvěje 20g, natě třezalky 20g a zeměžluče 10g. Čaj se pije po doušku v hodinových přestávkách a to hodně horký. (107)

3302 • Při kataru střev - také kataru žaludečním podáváme macerát, který získáme dlouhodobým máčením slézu lesního ve vodě při pokojové teplotě. Poměr volíme 1 polévková lžice na 2 dl vody. Směs necháme ustát přes noc a vyluhovanou tekutinu užíváme během dne. Aplikujeme při střevních a žaludečních katarech a při zánětech horních cest dýchacích. (305)

3303 • Katar: kořen lopuchu, dubová kůra, oddenek mochny, anýz, list vlašského ořechu. Připravíme odvar. (91)

3304 • Čerstvé přebrané a pečlivě přeprané listy kopřivy větší, tj. zahavky usušte, rozmělněte na

prášek, přesejte, utřete se žlutkem a kávovou lžičkou medu. Z této směsu uválejte malé pilulky a užívejte jich 5 každou hodinu. (132)

3305 • List máty, kořen lopuchu, oddenek mochny, dubová kůra, list vlašského ořechu, anýz. Rozmělnit na prášek a užívat dvakrát až třikrát denně necelé půl lžičky. Denně pít odvar z borůvek. (99)

3306 • Katar střev spojený s průjmy, při chorobách ledvin a močových cest: jedna lžička drčených listů jahodníku obecného přelítá dvěma díly vařící vody. Pije se 2 až 3 krát denně jako podpůrná léčba. (122)

3307 • Katar střev i žaludku, při dně a revmatismu, při jaterních a žlučových komplikacích: 1 čajová lžička listů kopřivy dvoudomé na 0,2 litru vody, přelít vřelou vodou, nechat stát 15 minut, scedit, pít třikrát denně. (323)

3308 • Kmín, kořen lopuchu, oddenek kozlíku, kořen šťovíku koňského, list meduňky - rozmělnit na prášek a užívat 2 až 3 krát denně necelé půl lžičky, denně pít odvar z borůvek, jíst strouhaná jablka a banány. (99)

3309 • Střevní katar při plicních chorobách se léčí takto: rozkvedlají se dva žlutky a utrou se se dvěma lžicemi cukrové moučky. Nato přidají se k tomu dvě lžice olivového oleje a dvě lžice francovky a opět se to spolu utře. Tohoto prostředku užívá se každé půl hodiny jedna lžice. (107)

### **Střevní neuróza**

3310 • V léčbě je vhodné kombinovat bylinná sedativa, spasmolytika a astringentní drogy, např. tři díly natě meduňky, po dvou dílech natě třezalky, řepíku a řebčíku, po jednom dílu dubové kůry. Obvyklým způsobem připravit - pohár nálevu a pohár odvaru, vařeného 5 minut, oba výluhu spojit a podávat neslazené, na lačno 2 až 3 krát denně. (136 + 47-004)

### **Střevní plyny**

3311 • Plyny se odvádí třením celého těla citrónovou vodou a na to se celý trup teple zabalí. Jako čaj pije se odvar ze směsi (po stejném dílu) anýzu, fenyklu, kmínu, levandule a violky. (107)

### **Střevní vředy**

3312 • Pijeme po doušcích asi 3/4 litru čaje denně z termosky - ze směsi stejných dílů natě slézu, kořene proskurníku a oddenku pýru. Večer, z počátku denně, později ob den a po úlevě již jen 1 až 2krát týdně aplikovat nejprve očištné klyzma z jednoho litru prevarené vody, teplé 38 °C a po vyprázdnění použijeme 150 až 200ml stejného čaje, který pijeme. (136 + 47-003)

3313 • Jako čaj osvědčila se směs ze šťavnatých vršků mladých kopřiv, z květů sluněčka zahradního, lněného semena, lopuchu a žanyklu, po stejném váhovém dílu smíchaných. 20g této směsi povaří se 5 minut v půl litru mléka, ocedí a po celý den po doušku popijí. (107)

3314 • Doporučuje se čaj z diviznového květu 10g, islandského mechu 10g, kořene kostivalu 10g, lněného semena 10g, kořene lopuchu 15g, natě patáčeků 20g, natě podběle 20g, ptačince

20 g a truskavce 20 g, 15 g směsi na jeden litr čaje. Užívá se po dvou hodinách po malém doušku tak dlouho, pokud příznaky choroby trvají. (107)

3315 • Směs stejných dílů meduňky, oddenku pýru, oddenku puškvorce, kořene pampelišky s natí, květu heřmánku a natě rebríčku. Pokud se podaří získat mořskou chaluhu, přidáme ji rovněž do směsi, jinak použijeme květ měsíčku. Jednu vrchovatou čajovou lžičku směsi vhodíme do sklenky studené vody, povaríme 3 minuty, 10 minut pod pokličkou vyluhujeme, precedíme a podáváme 2 až 3 krát denně asi hodinu po jídle. (136 + 47 - 111)

### Střevní potíže

3316 • Prostředky mající charakter čistě pomocný: tinktura z kopretiny řimbaby. Vyrábí se běžným způsobem z čerstvé natě včetně květu macerací v 70% lihu, tzn., že nakrájená čerstvá nať se naplní do 2/3 láhve a zaleje doplna lihem. 14 dní se nechá vyluhovat v teple (může i na slunci) při denním protřepávání. Pak se přes papírový filtr přefiltruje a ředí 1: 1000. V neředěném stavu se nesmí vůbec užívat. Užívá se jednou až třikrát denně tři až pět kapek do 200 ml vody, pije se před jídlem. Při potížích se účinek dostaví za 5 až 7 minut. Kúra trvá 14 dní až dva měsíce, vždy po 14 dnech je třeba udělat přestávku 5 dní. (44)

3317 • Připravte bylinný čaj z mochny stříbrné. Tento čaj je takřka neznámý a i bylina je poměrně vzácná. Proto je třeba její lokality šetřit, ponechávat buď některé stvoly nebo alespoň spodní listy jednotlivých rostlin. Celkový účinek této byliny je zatím neznámý, působí však spolehlivě na celou řadu břišních resp. střevních potíží. Lidově se jí říká „tvrdítka“, což potvrzuje její účinek na regulaci střev a těžké průjmy. Je to rostlina fytoncidní a má účinek i na infekční stavy. Jinak je zcela neškodná a může se brát bez omezení. Pokud jí není dostatek, může se smíchat pouze s jednou další bylinou, nejlépe s hluchavkou bílou. Dávkování: 3 krát denně nálev z jedné kávové lžičky nasekané byliny na 0,2 litru vody. Vždy na lačný žaludek. Musí se brát alespoň 15 dní. (44)

3318 • Střevní potíže - i k zahánění střevních parazitů se doporučuje mošt z dřínu připravený tak, že vylisujeme šťávu, ihned ji rozředíme dvěma díly vody a na jeden litr se dá 10 až 15 dkg cukru. Pak sterilizovat v lahvích při 75 až 80°C. (132)

3319 • Při střevních a žaludečních potížích se používá čaj, který se připravuje tak, že semena kdoule podlouhlé (celá, nikoliv drcená) se nechají macerovat 8 hodin ve studené vodě. Pak se slije a čaj se mírně ohřeje. Užívá se jedna čajová lžička semen na šálek vody. (306)

3320 • Při střevních poruchách a žaludečních potížích pomáhá nálev připravený v poměru dvě čajové lžičky řezaného listu všedobru horního na půl litru vody. Po jednodemnutovém varu se nechá odstát a zcezený se užívá na lačno po čtvrt litru ráno a večer. (305)

### Střevní červi

3321 • U dětí proti roupům a škrkavkám je nejděčnějším prostředkem podle zasloužilého pařížského profesora Ferrata odvar z kořene kopretiny řimbaby. Bere se 20 g květu na čtvrt litru vody a pije se denně třikrát půl šálku. (132)

### Desinfekce střev a žaludku

3322 • Používá se česnek medvědí - list, jako salát, jenž má antimikrobiální vlastnosti. (126)

### Tenké střevo - zánět

3323 • Svařte hrst vřesových květů v litru vody tak dlouho, až se vyvaří na jednu třetinu, vypije celou dávku najednou ráno na lačno. (132)

3324 • Při zánětu tenkého a tlustého střeva si zapražte čerstvý kompot z loupaných hrušek pšeničnou moukou na kasičku hustou a snězte denně teplé ráno na lačno celý talířek. (132)

3325 • Hodně horké obklady z odvaru senokvětů. Vnitřně čaj zjitrocele, potočnice, ředkve, trnky. Absolutní klid - hned do postele. (132)

### Tlusté střevo - proti rakovině

3326 • Nutno omezit alkohol. Jíst celozrnné výrobky, např. Grahamův chléb, Knäcke Brot, hojně čerstvé zeleniny, dále pak kapustu, brokolici, květák, řeřichu, křen aj., sušené ovoce. Čaj proti zácpě z květu trnky, který působí pozvolně. (126)

### Tlusté střevo - vředová choroba

3327 • Během léčby je třeba zachovávat dietu, v podstatě mléčno-zeleninovou stravu: kefir, jogurt, Grahamův chléb, ovesné vločky, ovoce, zelenina. Nedráždivá úprava pokrmů je nutná a vhodná, lehké kuřecí, telecí nebo vařené hovězí maso jen výjimečně. Hodně hrozinek (omytých), ořechů. (136+47-137)

3328 • Naprosto nutné je dodržovat přísnou dietu, jíst mléčné výrobky - jogurt, kefir, tvaroh a hodně zeleniny. Dietu držet i v případě, že obtíže mezi tím vymizí. Žádný alkohol a kouření. (301)

3329 • Komplexní přírodní léčba: před snídaní, večeří a před spaním vypít sklenici nálevu (dále vyluhovat) ze směsi stejných dílů šalvěje, třezalky a listu ostružiníku. (136+47-137)

3330 • Třikrát denně jednu hodinu po jídle vypít sklenici nálevu ze směsi stejných dílů zeměžluče, kořene pýru, drcečných jalovčinek a rebríčku. (136 + 47 - 137)

3331 • Každý třetí den sníst místo obědu jednu naberačku pšenice, uvařené ve třech vodách a nakonec ve 200 ml mléka. Zrno má být měkké a rozpukané. Možno mírně přimastit máslem a osladit medem. (136 + 47 - 137)

3332 • Každý třetí večer se připraví speciální klyzma ze směsi: po dvou dílech šalvěje, listu ostružiníku a kořene proskurníku a po jednom dílu rebríčku a třezalky. Ze tří polévkových lžic směsi se připraví 750 ml nálev. Dále vyluhovat. Podá se očistné klyzma z 600 ml nálevu tak, aby nálev zůstal ve střevech nejméně 10 minut. Po vyprázdnění se aplikuje jako léčebné klyzma 150 ml nálevu (teplota 38°C) připraveného ze 120 až 130 ml původního nálevu a 20 až 30 ml třezalkového oleje. Toto množství již nevzbuzuje defekační reflex a nechá se působit dlouhodobě. (136 + 47 - 137)



3333 • Vezměte stejným dílem kořen andě-  
líky, proskurníku, kozlíku a kostivalu, květ  
levandule, islandský lišejník, krušinovu  
kůru, oddenek pýru a květ hlohu. Jednu  
vrchovatou polévkovou lžící směsi přelít  
250 ml vřelé vody a nechat 3 hodiny vyluhov-  
vat, potom přihrát, scedit a pít třikrát denně  
nalačno. (136 + 47-52)

### Thlusté střevo - zánět

3334 • Připravíme směs z 15g oddenku  
mochny nátržníku, 15g oddenku rdesna hadí kořen,  
20g natě kokošky pastuší tobolky, 10g listu máty peprné  
a 10g květu heřmánku. Jednu polévkovou lžící směsi spa-  
říme ve čtvrt litru vařící vody a necháme 20 minut vyluhov-  
vat. Pijeme třikrát denně po jídle. (126)

3335 • Nastříhat horní, květovou část natě měsíčku a pomle-  
tím získat 200g šťávy - tuto směs smíchat s 600g medu. Uží-  
vat třikrát denně po jídle jednu čajovou lžičku. Před jídlem  
užít jednu polévkovou lžící bylinného výtažku, připraveného  
vyluhováním 100g kořene hořce a 50g semena fenyklu  
v jednom litru 40% vínovice nebo brandy. Doba vyluhování  
má činit tři týdny, občas protřepat. Během léčby je třeba  
denně jíst alespoň trochu nenamaštěné rýže. (136 + 47 - 96)

3336 • Léčí výplachy z odvarů lněného semena a pískavice  
nebo ze směsi patáčeků, kostivalu a podběle. Kromě těchto  
velice se osvědčily výplachy z odvarů sušených bezinek,  
borůvek a brusinek. (107)

3337 • Jako čaje užívá se směsi puškvorce 10g, vachty  
10g a kořene vítodu 10g. Kromě toho musí dbátí nemocný  
přísné diety. (107)

3338 • Smícháme vše po 20g: kůry dubu, kořene puškvorce  
obecného, natě tymiánu obecného a listu ořešáku králov-  
ského. Nálev: dvě kávové lžičky na šálek vody. Pijí se dva až  
tři šálky denně. (78 + 66)

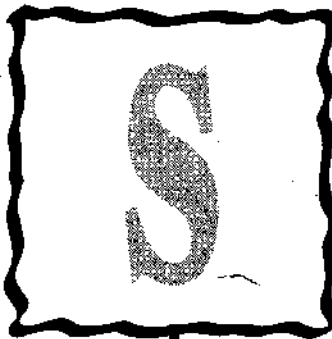
3339 • Smícháme vše po 15g: květu heřmánku lékařského,  
plodu borůvky černé, listu kořpivy dvoudomé a natě máty  
peprné. Nálev: polévková lžice směsi na šálek vody. Pijí se  
2 až 3 šálky. (78 + 66)

3340 • Smícháme 35g natě mochny husí, 30g natě rdesna  
ptačího - truskavce a 30g listu jitrocele kopinatého. Nálev:  
dvě kávové lžičky směsi na šálek vody. Pijí se tři šálky denně.  
(78 + 66)

3341 • Smícháme vše po 20g: natě třezalky tečkované,  
srdečníku obecného, rdesna ptačího - truskavce a dobro-  
mysli obecné, kořene mochny nátržníku a listu kořpivy  
dvoudomé. Odvar: dvě polévkové lžice směsi se vaří 5 minut  
v půl litru vody a pak se nechá vyluhovat ještě 3 až 5 hodin.  
Užívá se půl šálku třikrát denně. (78 + 66)

3342 • Smícháme vše po 20g: kořene mochny nátržníku,  
natě máty peprné, listu borůvky černé, ořešáku královského  
a heřmánku lékařského a květ prhy horské (arnika). Nálev:  
dvě kávové lžičky na šálek vody. Pijí se dva až tři  
šálky denně. (78 + 66)

3343 • Smícháme vše po 25g: natě rozmarý-  
nu lékařského, máty peprné a tymiánu obec-  
ného. Nálev: polévková lžice směsi na šálek vody.  
Pije se po šálku čaje třikrát denně mezi jídly.  
(78 + 66)



3344 • Smícháme 30g natě kokošky pastuší  
tobolky, po 15g kořene mochny nátržníku  
a rdesna hadí kořen, 10g květu heřmánku  
lékařského a 10g natě máty peprné. Nálev:  
polévková lžice směsi na 200 ml vody. Nechá  
se ustát 30 minut. Pije se šálek dvakrát  
denně. Doporučuje se užívat jen asi týden  
a po této době nahradit jiným čajem.  
(78 + 66)

3345 • Smícháme 20g květu heřmánku  
lékařského, 10g natě máty peprné, 5g plodu  
fenyklu obecného a 5g kořene kozlíku lékařského. Nálev:  
dvě kávové lžičky směsi na šálek vody. Pije se 1 šálek čaje 1 až  
2 krát denně. (78 + 66)

3346 • Zánět tlustého střeva provázený průjmem se slizem  
a krví: do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice směsi  
bylin: 150g květu heřmánku, po 50g listu máty peprné  
a natě řepíku, 70g listu borůvky, 40g natě třezalky,  
80g rdesna peprníku a 50g dřívíšálu (kořen). Vaříme 5 minut,  
necháme vyluhovat dvě hodiny a scedíme. Při silném prů-  
jmů můžeme přidat kůru z granátového jablka (jednu až dvě  
čajové lžičky na každou dávku. (91)

3347 • Smícháme po 100g natě jitrocele, květu měsíčku  
a natě kokošky pastuší tobolky a po 80g plodu šípku a list  
meduňky. Dvě polévkové lžičky této směsi dáme do 600 ml  
vřelé vody, vaříme 5 minut, necháme vyluhovat 60 minut  
a scedíme. Odvar užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut  
před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

3348 • Chronický zánět tlustého střeva, chronický zánět  
žaludeční sliznice: do 400 ml vody dáme dvě polévkové lžice  
této směsi: 200g květu heřmánku, 50g listu máty peprné  
a 30g semena lnu. Necháme vyluhovat 30 minut a scedíme.  
Užíváme jeden šálek záparu večer před spaním a ráno před  
vstáváním. (91)

3349 • Chronický zánět tlustého střeva léčí zapař připravený  
ze směsi 200g květu heřmánku a 50g listu máty peprné. Do  
400 ml vřelé vody dáme jednu polévkovou lžící této směsi,  
necháme vyluhovat 15 minut a scedíme do termosky. Při-  
dáme čtyři čajové lžičky mléčného cukru. Teplý zapař uží-  
váme večer před spaním, při probuzení v noci a ráno před  
vstáváním. Konzumace čerstvého mléka a kyselého mléka,  
sodových nápojů a dráždivých jídel není vhodná. (91)

### Ochablost střev

3350 • Povzbuzuje odvar z natě řepíku lékařského. Pít denně  
tři šálky, sladit výhradně medem. Tento odvar čistí střeva  
a mírně projímá při zánětu jater a sleziny. (132)

3351 • Likér: do 100 dílů bílého vína naložte po jednom dílu  
levandule, majoránky, máty, pelyňku, rozmarýny a šalvěje,  
nechte táhnout týden a přefiltrujte. Denně několik lžic.  
(306)

### Střevní kolika

3352 • Při střevní kolice, žaludeční kolice, boles-  
tech hlavy a nervové slabosti pomáhají karmelit-  
ské kapky: promícháme půl kg řezané sušené  
meduňkové natě, 20g citrónové kůry, 10g sko-  
řice, 10g muškátového ořechu a zalijeme litrem  
koňaku. Necháme několik dnů stát. Potom pre-  
cedíme a slijeme do dobře uzavřené láhve.  
(40 + 45)



3353 • Při střevní kolice, bolestech břicha, kašli, chrapotu, nechutenství, zácpě: dvě lžičky drceného fenyklového semena na čtvrt litru vody. Nechat přejít varem a na 15 minut odstavit. Popíjí se teplý, přes den dva šálky. Malým dětem se odvar ředí na polovinu vodou nebo mlékem a při kašli se osladí medem. (40 + 45)

3354 • Při střevní kolice, nadýmání, žaludečních křečích, migréně, nechutenství, bolestivé menstruaci, nespavosti a vysokém krevním tlaku: dvě lžičky řezané sušené natě meduňky lékařské přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme přikryté stát. Po 15 minutách slijeme. Pijeme vlažný. (40 + 45)

## SVALY

### Chřadnutí svalů

3355 • Při chřadnutí svalů se osvědčilo používání těchto léčivých rostlin: čerstvou kokošku pastuší tobolku umyjeme a na drobno nařežeme, naplníme do láhve a zalejeme 40% obilnou nebo ovocnou pálenkou. Necháme vyluhovat 10 dní na slunci nebo na teplém místě. Po 10 dnech scedíme do menších lahviček a je-li třeba, doplníme alkoholem. Tato esence se denně třikrát vtírá do nemocných svalů. Vnitřně se v průběhu dne vypijí pa doušcích čtyři šálky čaje z kontryhelu. Doporučujeme používat pokud možno jen čerstvě nasbíraný kontryhel. (123)

3356 • Při chřadnutí svalů a končetin, když již nic nepomáhá vezmi na drobno posekanou kokošku pastuší tobolku a to stonky, list a květ i se šešulkami. Volně jí naplň až po hrdlo láhev a vše zalij 38 až 40% reznou nebo ovocnou P)álenkou (byliny musí být ponořeny). Necháme stát 14 dní na slunku nebo v teple. (123)

### Svalové bolesti

3357 • Doporučuje se tinktura z květu měsíčku lékařského. Mazání vtíráme při bolestech kloubů a svalstva hluboko do kůže postižených partií. (78 + 66)

3358 • Doporučuje se používání natě třezalky tečkované. (78 + 66)

3359 • Doporučuje se používání majoránky zahradní. (78 + 66)

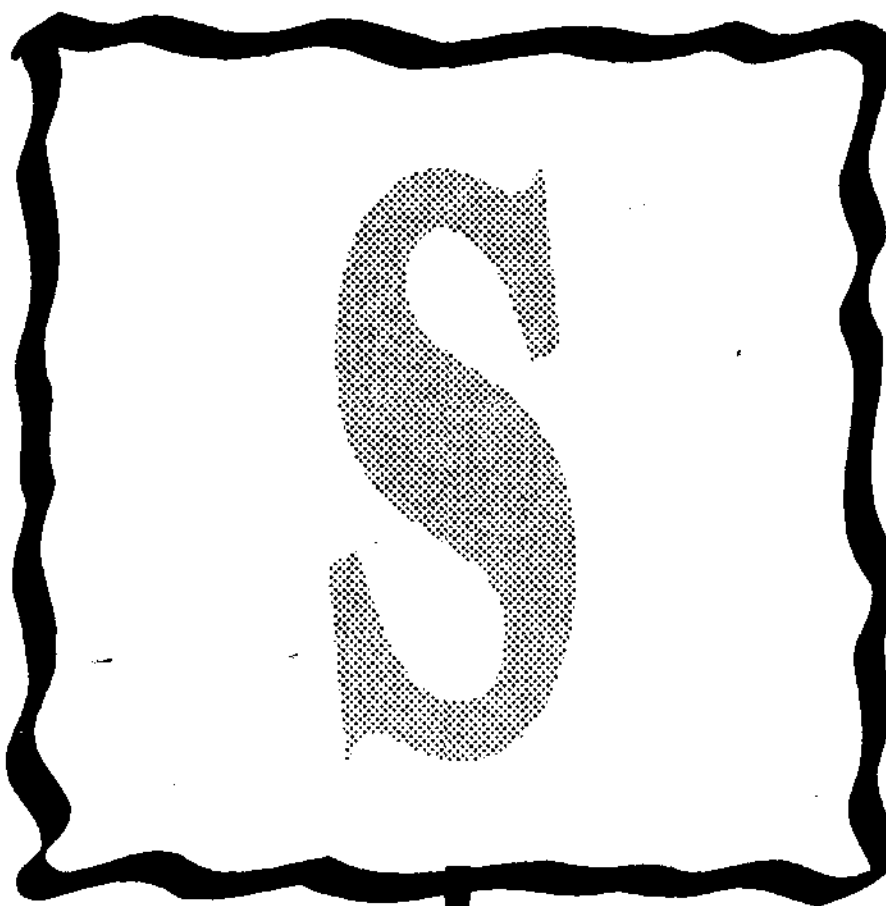
3360 • Doporučuje se používání natě mateřídoušky obecné -k hotovému mazání můžeme přidat trochu Alpy (dobře promíchat), 30g mateřídoušky obecné a 20g máty peprné, 20g natě tymiánu obecného a 20g natě rozmarýnu lékařského. (78 + 66)

### Křeče hladkého svalstva

3361 • Křeče odstraňuje kozlík lékařský. Droga se užívá ve formě záparu. Dvě čajové lžičky kořene kozlíku lékařského zalejeme 200 ml vřelé vody a necháme vyluhovat 1 hodinu. Po přecezení záparu užíváme 150ml dva až třikrát denně podle potřeby. Droga se může používat i ve formě prášku a to 1 až 2 g až čtyřikrát denně (132)

### Zvýšený tlak ve svalech

3662 • Smícháme 200 ml květu hlohu, po 100 g kořene kozlíku a natě jmelí a po 50 g listu



meduňky, šišťice chmelu a plodu fenyklu. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice této směsi, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Zapar užíváme třikrát denně 150 ml 10 minut před jídlem. (91)

3363 • Smícháme po 100 g květu hlohu a natě jmelí a po 50 g natě rebríčku, kůry krušínové a listu máty peprné. Dále jako u recepty č. 3362. (91)

### Stržení svalstva

3364 • Ke stržení svalstva dochází z přetrénovanosti. Pomáhá prášek z arnikových, diviznových a jitrocelových květů, který se rozetře s rozsekaným kostivalovým kořenem a tolik jeleního loje, vyškvařeného slepičího sádla, až vznikne vláčná kasička, která se vtírá do postižených míst od prstů k rameni a přes záda nebo od špičky nohou k bokům. Usnadní-se masáž, napaříte-li si ruce nad ovarem z mateřídoušky nebo jiné vonné byliny. (132)

### Ztvrdnutí svalu

3365 • Jeden až jeden a 1/2 kg čerstvých jedlových stopek posekejte na drobno a nalejte 15 litrů vody, nechtě 24 hodin táhnout, pak povarte dvě hodiny, scedte a vlejte do vany k připravené koupeli, jejíž teplota nesmí přesahovati 35 °C. (132)

### Namožené svaly

3366 • Vyléčíte rychle promasírováním namoženého svalstva petrolejem, načež studenou sprchu jen krátce a zabal do prohrátého prostěradla v posteli. (132)

## SVĚDIVKA

3367 • Rozpusťte ve vodní lázni ale jen zvolna 30g žluté vazelíny, 250g tekutého čpavku a 50g práškovitého pryšce. Zatím si připravte do 4 litrů vody čtyři stroužky utřeného česneku, dvě hrsti smrkových zelených šištiček (menších) a jedné hrsti drceného bobkového semínka druhou směs, kterou svařte a když vzkypí, přelejte je pomalu do ještě teplé směsi prvé. Po vychladnutí prohněďte rukou. (132)

3368 • Čaj z máty, meduňky, šalvěje, od každého 4g na litr. Denně 1 až 2 šálky. Nejezte bílkoviny a luštěniny! (132)

3369 • Stejným dílem smíchat nať rebríčku, komonice, pelyňku pravého, květ bílé hluchavky, chmel, kořen lopuchu. Užívat vnitřně 3 sklenice nálevu denně, k tomu třikrát týdně čtvrt hodinovou koupel ve vodě teplé 35 až 36 °C, do které se přidá 3 litry odvaru, vařit 10 minut (připraveného ze 150 g heřmánku, 100 g kozlíku a 50 g hořčicového semena). (136+47-90)

## SVRAB

3370 • Brát 3 dny po sobě teplou koupel s odvarem z mlází smrkového s trojím střídáním. Dobře poslouží mýdlo: otvírá póry a smývá špínu. Po koupelích v prvním týdnu úplné omývání za noci s postele a pak čtvrtá koupel se studeným omytím. V druhém týdnu teplá koupel se studeným omytím a studená poloviční koupel s omytím hořejší části těla. Ve třetím týdnu studená úplná koupel. Později pak v 1 neb 2 měsících ještě několik teplých koupelí. Kdyby se mělo léčení prodloužit, pak se může v posledních dvou pro-



středcích pokračovati. Také jedna teplá koupel v týdnu může prospěti. (56)

3371 • Má-li někdo svrab zevně, ať vezme teplou koupel a důkladně se ostrým mýdlem, nejlépe zeleným namydí, vymyje. Po čtvrt-hodinové koupeli omýt se čistou vodou (buď studenou nebo teplou) a obyčejným mýdlem domácím. Výborně by také prospělo, kdyby nemocný ihned zase do druhé koupele novou teplou vodou naplněné mohl vstoupiti. (56)

3372 • Řádné „proprání krve“ (vřelé sprchy). Vnitřně čaj ze směsi kopřivových květů, pelyňku, šalvěje, zeměžluče - denně tři šálky. Zachovávejte čistotu! (132)

3373 • Odvar z čerstvé vnitřní kůry krušiny obecné používá se jen zevně a sice k omývání jako velmi vděčného prostředku při svrabu a všelikých sirupech. (132)

## ŠKRKAVKY

3374 • Kvetoucí nať vratiče obecného nepříjemně silně zapáchá, chutná hořce, je však osvědčeným lékem proti škrkavkám. Bere se v nálevu 10 až 20 g na čtvrt litru vody. Vratiče buďtež užívány jen malé dávky, poněvadž velké dávky způsobují příznaky otravy. (132)

3375 • Nejlepším prostředkem proti škrkavkám je, když nebudete 14 dní od oběda k večeři nic jíst a k večeři výhradně rozvařenou a pasírovanou čočku. (132)

### Škrkavky a roupí

3376 • Při nalezení červů ve stolici smícháme po 25 g květu heřmánku, vratiče a pelyňku cicvárového a 25 g natě pelyňku pravého. Jednu čajovou lžičku směsi přelít šálkem vroucí vody, 5 minut nechat vyluhovat a pak scedit. Pít po dobu tří dnů ráno a večer šálek teplého čaje. (30)

3377 • Po 10 g květu heřmánku a krušinové kůry, 20 g vratiče a 100 g natě pelyňku pravého. Dvě čajové lžičky této směsi do dvou šálků vody, nechat 5 až 10 minut vařit a pak scedit. Pije se po dobu tří dnů ráno a večer šálek teplého čaje. (30)

### Škrkavky - hlísty

3378 • Odedávna nejlépe pomáhají jádérka z tykví. Když se objeví hlísty, dáváme dětem denně deset až patnáct, dospělým dvacet až třicet jáderek, na kterých však musí bezpodmínečně zůstat slupka jádra. Jádérka je třeba dobře rozžvýkat. Asi za hodinu se vypije jedna čajová lžička ricinového oleje. (123)

## ŠKYTAVKA

3379 • Trpíte plynatostí. Pijte častěji silný odvar ze směsi kmínu, máty peprné (ještě lepší je máta vodní) a meduňky, alespoň čtyři šálky denně. (132)

3380 • Příjemným a bezprostředně působícím prostředkem je neslazený čaj ze semen kopru. Jedna čajová lžička semena se spaří čtvrt litrem vody a nechá tři hodiny vyluhovat. (123)

3381 • Najeden šálek vody vezmeme jednu lžičku roztlučeného semena anýzu, vsypeme do vařící vody nebo do vařeného mléka a necháme ještě

6 až 10 minut povařit. Užívá se v případě potřeby. (301)

## ŠLACHY

3382 • Liliový olej ke vtírání do dlaní. Změkčuje všechny zatvrdliny šlach, jež často prsty stahují až k zápěstí. Také pomáhá proti vráskám v obličeji i proti červenému nosu. K posledním dvěma účelům je zapotřebí zahustit liliový olej šťávou z cibule, medem a žlutkem tak, aby za stálého míchání na mírném ohni nebo ve vodní lázni vznikla mast. Mast se nanáší večer a ráno na obličej umytý vlažnou vodou. Vlastní liliový olej se připravuje z čerstvých květů bílých lilií. Tři plné hrsti květů se přelíjí půl litrem olivového oleje a ponechají se za občasného třepání dva týdny vyluhovat na slunečním místě, potom se chvíli povarí na vodní lázni, stočí do menších lahviček a uschovejí v chladnu, suchu a temnu. (136 + 47 - 26)

## ŠTÍTNÁ ŽLÁZA

### Poruchy funkce štítné žlázy

3383 • Při intenzivní činnosti štítné žlázy a tím spojenými srdečními komplikacemi se užívá vnitřně třikrát denně nálevu připraveného ze dvou čajových lžiček natě karbince evropského a šálku vody. Příznivé účinky se dostaví až po delším užívání. Je třeba dbát na to, aby droga měla stejné složení, tj. aby rostliny byly nasbírány na stejném místě a byly stejně staré. (305)

3384 • 60 g Iněného semena, 20 g chaluhy, 20 g natě komonice lékařské, 20 g rozrazilu - rozmělnit na prášek a užívat dvakrát denně půl lžičky. (99)

3385 • Po 20 g dubové kůry, pukléčky islandské, oddenku ostřice, listu šťovíku a 40 g chaluhy. Pijí se 1 až 2 sklenice záparu denně. (99)

3386 • Při poruše štítné žlázy, nechutenství a jako dietní terapeutikum připravíme odvar: jedna lžice rozmačkaných plodů ovsu setého na čtvrt litru vody. Krátce povaríme a necháme 15 minut stát. Pijeme vlažný, tři šálky denně. (14)

3387 • Vezmeme po 100 g natě karabince a natě rozrazilu potočního nebo lékařského, po 50 g natě rebríčku, natě rdesna ptačího - truskavce, oddenku pýru, květu heřmánku, listu lesního maliníku a natě "komonice lékařské. Jedna čajová lžička na šálek nálevu, vyluhovat půl hodiny, pít třikrát denně po jídle. (136 + 47 - 111)

### Zvýšená funkce štítné žlázy

3388 • Užívejte jen se souhlasem ošetřujícího lékaře: smíchejte 10 g kořene lékořice, po 15 g kořene lopuchu, pampelišky, sassafrasového dřeva a kořene mydlice lékařské a 30 g kořene mořeny barvířské. Čajovou lžičku této směsi dáme do šálku vody a necháme 5 až 10 minut vařit. Pak scedíme. Pijí se denně při snídani 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

3389 • Užívejte jen se souhlasem ošetřujícího lékaře! Smícháme 20 g lékořicového kořene a po 40 g kořene mochny barvířské a dřeva sassafrasového. Smícháme a čajovou lžičku této směsi dáme na šálek vody. Necháme vařit 5 až 10 minut

a pak scedíme. Pijí se denně 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

3390 • Při chorobně zvýšené činnosti štítné žlázy: 40 g natě karabince evropského, 20 g kořene kozlíku, po 15 g kořene lopuchu a listu kopřivy, 10 g kořene lékořice. Večer přelít dvě polévkové lžíce směsi půl litrem studené vody, ráno krátce povařit, scedit a pít po doušcích během dne. (136 + 47 - 27)

#### **Snížená funkce štítné žlázy**

3391 • Jen se souhlasem ošetřujícího lékaře: smícháme po 10 g plodu haluchovce vodního, kořen kostivalu a lopuchu a natě truskavce, po 20 g chaluhy bublinaté a natě potočnice lékařské a sporýše lékařského. Čajovou lžičku směsi na šálek vody. Vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Při snídani se denně vypijí 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

3392 • Snížená funkce štítné žlázy, málo jódu - užívat jen se souhlasem ošetřujícího lékaře: smícháme po 10 g listu máty peprné, nať truskavce, 30 g chaluhy bublinaté a 50g rozrazilu lékařského. Čajovou lžičku této směsi prelejeme šálkem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Denně se pijí po doušcích 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

3393 \* Snížená funkce štítné žlázy - málo jódu. Užívat jen se souhlasem ošetřujícího lékaře. Čajová směs: 10g plodu anýzu, 10g lékořicového kořene, 40g chaluhy bublinaté, 20g podbělového listu a 20g natě macešky trojbarevné. Vše smícháme a čajovou lžičku této směsi dáme do šálku vody, necháme vařit 5 až 10 minut a scedíme. Pijí se denně při snídani 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

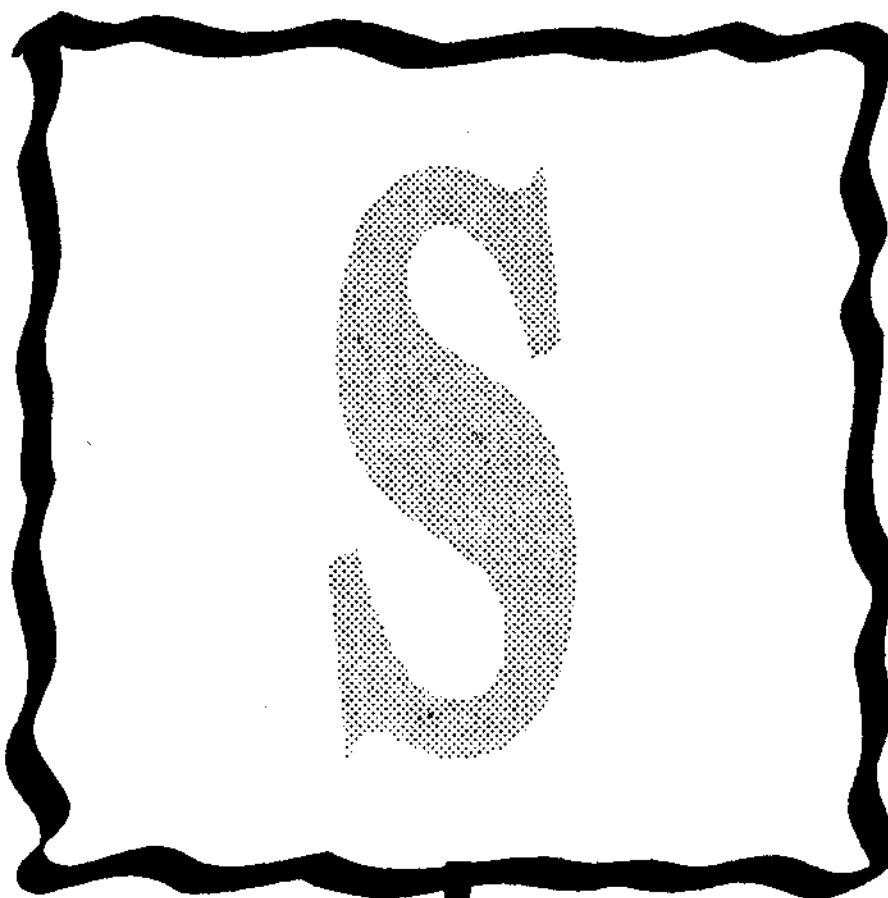
viz také:

Sípání

0432,0526

Skleróza

0962,0963,2146



Slezina

0611, 0626,0658, 3848, 3849,4230,4231, 4232,4233

Slinivka

3428, 4233

Sněť

0903, 3152, 3750

Soplivka

3117

Spáleniny

3861

Spinel

2067 až 2075

Srdce

0038, 0041, 0105, 0106, 0107, 0361, 0400, 0501, 0507, 0677, 1057, 1058, 1069, 1081, 1497, 1504, 1602, 1668, 1949, 1962, 1963, 1980, 1982, 2058, 2080, 3060, 3421, 3779, 3878, 3879, 3880, 3888, 3889

Strupovitost

1005,1006, 3764

Střeva

0464, 0466, 0467, 0676, 0965, 1008, 1102, 1108, 1134, 1137, 1139, 1625, 1847, 1852, 1853, 1854, 1862, 1927, 2510, 2848, 2849, 2850, 3129, 3153, 3213, 3423, 3709, 3943, 3950, 3973, 3975, 3976, 3977, 3978, 3991, 3992, 3993, 3994, 4014, 4015, 4016, 4017, 4021, 4046, 4049, 4052, 4112, 4113, 4275

Svaly

0848, 0851, 0862, 0888, 0898, 0899, 0900, 0901, 1157, 2146, 2872, 2953, 2961, 2985, 3037, 3038, 3039, 3202

Svědivka

2433

Šeroslepost

2175

Skrkavky

3321

Šlachy

1157,2150

## TASEMNICE

3394 • Podmíněným receptem k vypuzení tasemnice: po 25 g natě vratiče a kůry krušínové. Smícháme dvě čajové lžičky do dvou šálků vody, vaříme 5 až 10 minut a scedíme. Pije se ráno a večer šálek teplého čaje po dobu tří až pěti dní. (30)

3395 • Po 30 g květu heřmánku a natě pelyňku pravého a 10 g natě vratiče - smícháme a jednu čajovou lžičku směsi přelijeme šálkem vroucí vody, 5 minut necháme vyluhovat a pak scedíme. Pije se ráno a večer šálek teplého čaje po dobu 3 až 5 dní. (30)

3396 • Po 15 g semena tykve a natě vratiče a 50 g kůry krušínové smícháme a dvě čajové lžičky této směsi na dva šálky vody. Vaříme 5 až 10 minut a scedíme. Pije se ráno a večer šálek teplého čaje po dobu 3 až 5 dní. (30)

3397 • V průběhu léčby používáme byliny čistící krev. (99)

3398 • V průběhu léčby používáme: oddenek reveně, semeno nigella, oddenek kozlíku, oddenek kapradě, list máty, květ vratiče a kůru krušiny olšové - čtyři nebo více z těchto bylin smíchat a jednu lžičku této směsi na sklenici vody, vaří se 10 až 15 minut a pije se na lačno a před spaním. (99)

3399 • Odvar z kořene pupavy bílé pije se každou hodinu jedna polévková lžice, po celý den. Na noc teplé obklady z odvaru pelyňku na břicho. (132)

3400 • Na lačný žaludek ráno vypijte 100 g odvaru kořínků kapradí, zavařte pouze 5 g kořínku, do něhož vlejete 40 g skočcového (ricinového) oleje, za hodinu potom snězte celého slanečka. Nevyšla-li tasemnice, zkuste příští den, zase na lačný žaludek. Mimo to přesně každých dvacet minut dvě lžice olivového oleje. (132)

3401 • Loupaná tykvovalá semena je možné vřele doporučit při léčbě tasemnice. Dodržuje se přísně dieta, důkladně se rozžvýká osmdesát až sto jader na čtyřikrát a po hodině se užije půl polévkové lžice ricinového oleje. Je-li léčba neúspěšná, je možné ji opakovat, neboť nevyvolává vedlejší účinky. (123)

## TRÁVENÍ

### K podpoře trávení

3402 • Připravíme odvar: dvě lžičky natě rebríčku a jednu lžičku vachty -jedna lžička směsi na čtvrt litru vody, po přejití varem se nechá 15 minut stát. Pije se chladný, 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

3403 • Oddenek puškvorce, listy vachty třílisté, nať tymiánu, nať benedyktu, nať máty peprné. Polévková lžice směsi na 4dl, luhovat za studena 4 až 5 hodin, poté uvést do varu a nechat schladnout. Dávku užívat třikrát denně před jídlem. (50)

3404 • Trávení podporuje maří lit (chrysanthemum balsamita). K vnitřnímu užití se připravuje z mařího listu nálev. Dávka na špičku nože (stejně je množství suché nebo čerstvé rostliny) se namočí do studené vody a v zápětí zaleje vřelou vodou a nechá čtvrt se čtvrt hodiny louhovat. Celkové množství vody na jednu dávku je kolem 3 dcl. Užívá se třikrát denně po dobu 7 až 10 dnů,

pak je třeba na stejnou dobu užívání přerušit. Každá dávka se musí připravit těsně před užitím. (50)

3405 • Čaj s přímým vlivem na zažívání: smícháme 30 g listu kopřivy dvoudomé, po 20 g natě třezalky tečkované a rebríčku obecného a po 10 g listu pelyňku pravého a šalvěže lékařské. Nálev: polévková lžice směsi na čtvrt litru vody. Pije se třikrát denně po jednom šálku čaje. (78 + 66)

3406 • Jedna vrchovatá lžička čajová kořene pampelišky lékařské se dá na noc do čtvrt litru studené vody, druhý den zahřejeme do varu a scedíme. Vypijeme po doušcích půl hodiny před a po snídani. (123)

### Potíže a poruchy trávení

3407 • Smícháme 100 g květu heřmánku a po 50 g listu máty peprné, listu meduňky, šišťice chmelu, natě bazalky, kořene kozlíku a plodu bedrníku anýzu. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice této směsi. Vaříme jednu minutu, necháme vyluhovat 60 minut a scedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

3408 • Smícháme 200 g květu heřmánku a po 50 g plodu kopru a listu máty peprné. Dále jako předpis č. 3407. (91)

3409 • Smícháme 150 g natě rdesna peprníku a po 50 g natě přesličky, kořene kostivalu, krušínové kůry, květu heřmánku a natě jitrocele. Dále jako u předpisu č. 3407. (91)

3410 • Smícháme po 50 g květu střemchy hroznovité, dubové kůry a natě rdesna peprníku a po 300 g květu heřmánku, květu měsíčku a kořene omanu. Do jednoho litru vřelé vody dáme dvě polévkové lžice této směsi, vaříme 5 až 10 minut a scedíme. Z odvaru připravujeme koupel. (91)

3411 • Dvě lžice natě rebríčku, jedna lžička listu vachty. Smícháme a jedna lžička směsi na čtvrt litru vody, po přejití varu necháme 15 minut stát. Popijíme chladný, 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

3412 • Při zaživacích potížích, zejména při zvýšené kyselosti žaludku, pálení záhy, nechutenství a zácpě: dvě lžičky řezaného sušeného kořene (nebo kořene s listy) smetanky lékařské na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem, 15 minut vyluhovat a precedíme. Pijeme vlažný, dva šálky denně. (91)

3413 • Při zaživacích potížích - americký recept: čerstvou větvičku máty peprné zalijeme jednou sklenicí sherry a jednou sklenicí ginu, přidáme šťávu a kůru z jednoho citronu, vše dobře několikrát promícháme a necháme v ledničce vychladit. Pijeme stéblem. (91)

3414 • Při zaživacích potížích zalijeme jednu lžici řezaných nebo sušených listů máty peprné 3/4 l koňaku, vodky, slivovice, žitné apod. a v době uzavřeně láhvi necháme stát 3 týdny na slunci. Potom scedíme, přidáme 200 g zčeřeného cukru a uložíme na několik dní do studena. Připojíme s mírou, 1 až 2 likérové sklenky denně. (91)

3415 • Při chorobné poruše trávení: list máty, vachty, kmín, nať rebríčku, zeměžluče, pelyňku, kořen omanu. Vše smíchat a rozmělnit na prášek a užívat třikrát denně půl lžičky. (99)



3416 • Připravit z hořce žlutého extrakt. Kořinky hořce dobře usušíme, na drobno rozřežeme a do žitné kořalky nebo lihu nalozíme. 20 až 30 kapek tohoto extraktu rozředíme 6 až 8 lžícemi vody a po delší době každodenně tohoto léku užíváme. Cítíme-li, že nám dělá pokrm v žaludku těžkosti, pak jedna kávová lžička hořcového extraktu rozředěna půl sklenicí vody udělá všemu konec. (56)

3417 • Při poruchách trávicích orgánů, při zápalu pohrudnice, dvě čajové lžičky nadrobno nařezaného kořene kostivalu lékařského vyluhujeme v půl litru studené vody přes noc, ráno jen zahřejeme a scedíme. Pijeme po doušcích. (123)

3418 • Dvě lžičky řezané suché natě jablečnicku obecného přelijeme čtvrt litrem vařící vody, odstavíme na 15 minut a pak scedíme. Pijeme velkými doušky ráno a večer jeden šálek denně. (14)

3419 • Při špatném trávení, žaludečním kataru pijeme nálev, který připravíme z 10 g sušené natě čubetu lékařského polítm půl litrem vřelé vody. Pije se celý den v malých doušcích. (132)

3420 • Stejně díly natě zeměžluče, květu rebríčku a listu máty peprné smícháme, jednu lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vařící vody, dvě hodiny vyluhujeme. Pije se dvakrát denně před jídlem. Vhodné zejména pro děti. (126)

3421 • Při nechutenství, poruchách trávení-podporuje činnost žlučníku a jater, pomáhá při chudokrevnosti, bledniče, srdeční slabosti a neurastenii: čaj - macerát: Přidejte půl čajové lžičky řezaného sušeného kořene hořce žlutého do dvou sklenic studené vody a nechte 8 hodin vyluhovat. Toto množství vypijte během dne a to vždy půl hodiny před hlavním jídlem. (23)

3422 • Při chorobné poruše trávení: semeno pískavice řecké seno, dubová kůra, oddenek mochny, nařtímy - rozmělnit na prášek a užívat třikrát denně půl lžičky. (99)

3423 • Poruchy trávení, plynatost, průjem, katar žaludku a střev: přelete dvě čajové lžičky sušeného řezaného listu máty peprné dvěma sklenicemi vroucí vody a nechte vyloužit. Tuto dávku vypijte denně neoslazenou. (23)

3424 • Poruchy trávení, „zastuzení žaludku“, při střevních kolikách přelete polévkovou lžící sušeného řezaného oddenku puškvorce obecného čtvrt litrem vřelé vody a navíc krátce povarte. Tuta dávku vypít denně neoslazenou 1 až 2 krát. (23)

3425 • Nedostatečné a špatné zažívání, jedná-li se o důsledek kataru žaludku, zvláště ve spojení se zácpou - smícháme 10 g plodu fenyklu a po 30 g kořene pampelišky, pýru a čekanky. Dvě čajové lžičky této směsi do dvou šálek vody, necháme vařit 5 až 10 minut a pak scedíme. Během dne vypijte 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

3426 • List šalvěje, nařtímy/mateřídoušky/tymiánu, kořen andělíky, oddenek puškvorce, pukléřka islandská. Rozmělnit na prášek a užívat třikrát denně půl lžičky. (99)

3427 • Při poruchách trávení, zácpě, nechutenství a k pročišťování krve poslouží dobře čaj z listů ořešáku královského. Jednu vrchovatou

čajovou lžičku pokrájených listů spaříme ve čtvrt litru vody a necháme krátce vyluhovat. (303)

3428 • Při poruchách trávení, vysokém tlaku, při zánětu slinivky pije se ovesný odvar připravený tak, že dvě polévkové lžíce ovesa se vaří ve čtvrt litru vody tak dlouho, dokud se voda nevypaří na polovinu. (315)

3429 • 10 g zeměžluče, 30 g srdečnicku, 20 g listu mochny husí a 20 g natě meduňky.

Jedna čajová lžička této směsi se spaří ve čtvrt litru vařící vody, nechá se dvacet minut vyluhovat a pije se třikrát denně po malých doušcích před jídlem. (126)

3430 • Připravíme likér tak, že jednu lžici řezaných nebo usušených listů máty peprné zalijeme 3/4 l koňaku, vodky nebo jiného destilátu v dobře uzavřené láhvi necháme stát 3 týdny na slunci, pak scedíme, přidáme 200 g cukru a uložíme na studené místo. Pijeme 1 až 2 likérové sklenky denně. (14)

3431 • Chrpa polní pomáhá při poruchách trávení a žlučnickových potížích. V domácnosti se připravuje nálev z jedné čajové lžičky drogy a šálku vařící vody, který se ponechá asi 10 minut vyluhovat a pak se užívá třikrát denně. (002 + 006)

3432 • Kontryhel žlutozelený se používá k léčení zažívacích poruch a k podpoře trávení. Čaj se připravuje ze dvou až čtyř lžiček řezané drogy na šálek vařící vody. Nálev se po deseti minutách scedí a pije neslazený dvakrát denně. (002 + 006)

3433 • K léčení zažívacích poruch používá se čaj z řepíku lékařského. Připravuje se nálev z jedné lžice řezané drogy, která se přelije asi dvěma šálky vařící vody. Po vyluhování a scezení se nápoj užívá po jenom šálku dvakrát denně. (002 + 006)

3434 • Při poruchách trávení a k povzbuzení chuti k jídlu pomáhá zeměžluč hořká. Připravuje se nálev z jedné čajové lžičky drogy na šálek vařící vody, který se po scezení a zchladnutí užívá ráno a večer na lačný žaludek. (002 + 006)

3435 \* Při zažívacích potížích rozmixujeme 300g listů aloe léčivé, přidáme půl kg domácího včelího medu, 3/4 litru červeného vína, 1 dcl čistého lihu, vodky nebo jiného destilátu. Vše dobře promícháme, uzavřeme do skleněné láhve a uschováme na tmavém a chladném místě po dobu 5 až 6 dní. Potom se tekutina přecedí, ale vždy jen tolik, kolik je potřeba k užívání na jeden týden. Zbytek zůstává v původní láhvi nepřecezený. Po 14 dnech můžeme začít užívat. Bereme první až pátý den celkem pětkrát denně asi hodinu před jídlem jednu lžičku, druhý týden můžeme zvýšit na polévkovou lžici. Nepoužívat více než dva měsíce v jenom roce a neužívat při vysokém krevním tlaku. (14)

3436 • Ke zmírnění a uklidnění vlekých zažívacích potíží s křečemi: smíchejte po 5 g kůru krušinovou a list ořešáku, 10 g kořene lékořice, 20 g plodu fenyklu a po 30 g kořene proskurníku lékařského a lněného semena. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, nechat vařit 5 až 10 minut a scedit. Pije se ráno a večer šálek teplého čaje. (30)

3437 • Při potížích s trávením a se stolicí se osvědčilo pít dvakrát denně na lačno sklenici heřmánkového nálevu a k tomu brát 2 až 3 čajové lžičky sušeného mléka bez cukru (Eligo). Kůru provádět po dobu 3 až 5 týdnů, upraví jak zácpu, tak i průjem. (136)

3438 • Používáme pukléřku islandskou, kořen kostivalu, list podbělu. Dvě lžičky směsi těchto bylin se vaří dvacet minut v půl litru vody. Pije se vždy po sklenici před jídlem. (99)

3439 • Nař tymiánu, rdesna ptačího, list jitrocele, maliníku, kořen andělíky a hořce. Odvar. (99)

### Krvácení trávicího traktu

3440 • Směs 40 g lněného semena, 30 g heřmánku a 30 g kořene nátržníku. Šálek nálevu popíjet pomalými doušky několikrát denně. (29)

3441 • 40 g dubové kůry, 30 g listu kopřivy a 30 g natě pastuší tobolky. Šálek nálevu popíjet doušky několikrát denně. (29)

### Onemocnění trávicího traktu

3442 • Připravíme odvar z oddenku mochny nátržníku - jedna čajová lžička se povaří se čtvrt litrem vody a užívá se několikrát denně nebo se pije v koncentrované formě (odvar z 10 čajových lžiček na čtvrt litru vody) po několika doušcích třikrát denně. Vhodné je též použití práškové drogy na špičku nože několikrát denně nebo lihového extraktu připraveného týdním vyluhováním 20 g drobně nakrájeného oddenku ve 100 g lihu a používaného několikrát denně po 10 kapkách do lžice vody. (106 + 009)

3443 • Nemoci trávicího traktu a ledvin: 2 až 3 ks plodů mochně židovské třešně, syrové, použijeme jako jedinou léčebnou dávku (nebo odvar z těchto plodů). (136 + 47 - 215)

### Regulace trávení

3444 • 10 g kořene puškvorce, 25 g natě meduňky, 25 g natě pelyňku pravého, 25 g natě zeměžluče, 20 g kořene rebríčku. Dvě čajové lžičky této směsi spařit ve čtvrt litru vařící vody, dvacet minut vyluhovat. Pije se dva až třikrát denně šálek před jídlem. (126)

### Ochrana sliznice trávicího ústrojí

3445 • 100 g lipového květu, po 50 g kořene lékořice, lněného semena a kořene kostivalu, 30 g květu levandule a 20 g oddenku puškvorce. Dvě čajové lžičky směsi přelít sklenicí studené vody, osm hodin macerovat, v čase použití mírně přihřát a používat na zapití antirevmatik-nesteroidních čajů, např. Ketazon, Brufen, Rheumanol a j. (136)

### TRUDOVINA

3446 • Smícháme po 25 g natě kopřivy meduňky, šalvěje a břízy. Tři čajové lžičky této směsi dáme do tří šálků vody, necháme 5 až 10 minut vařit a scedíme. Vypít ráno a večer šálek teplého čaje. (30)

3447 • Smícháme po 20 g listu ořešáku, natě macešky trojbarevné, kořene židavy a bedrníku a květu trnky. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vaříme 5 až 10 minut a scedíme. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

3448 • Smícháme 30 g listu meduňky lékařské, 20 g kořene lopuchu většího, 20 g natě violky

trojbarevné a 5 g listu kassie úzkolisté. Nálev: pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

3449 • Smícháme vše po 10 g: kořene smetanky lékařské a čekanky obecné, listu kopřivy dvoudomé, natě meduňky lékařské a květu měsíčku lékařského. Odvar: pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

3450 • Smícháme po 25 g listu rozmarýny lékařské, šalvěje lékařské a jitrocele kopinatého. Nálev: polévková lžice na šálek vody.

Používá se k obkladům, případně k omývání, nebo v úměrně zvýšené dávce do koupele. (78 + 66)

2451 • Smícháme 30 g květu heřmánku pravého a 20 g natě mateřídoušky obecné. Nálev: dvě polévkové lžice této směsi na půl litru vody. Používá se k obkladům, k omývání nebo v úměrně zvýšené dávce do koupele. (78 + 66)

3452 • 30 g natě přesličky rolní vložíme do půl litru studené vody, pak 15 minut povaríme a scedíme. Přikládáme na postižená místa teplé obklady nebo odvarem potíráme. V úměrně zvýšené dávce můžeme použít na celkovou koupel. (78 + 66)

4353 • List vlašského ořechu, nař rebríčku, kořen lopuchu, oddenek pýru, nař macešky - smíchat, rozmělnit na prášek a užívat 3 až 4 krát denně necelé půl lžičky. (99)

3454 • Vezmeme 50 g listu kopřivy, 30 g kořene jehlice trnité a 20 g natě tymiánu. Připravíme bylinářský čaj a pijeme z termosky asi 3/4 až jeden litr denně. (136 + 47 - 27)

3455 • Vnitřní léčbu je vhodné doplnit zevními procedurami, např. dobře umyjeme křen jemně nastrouháme a vložíme do láhve, přibližně do tří čtvrtin jejího objemu. Láhev pak naplníme vinným nebo jablečným octem a necháme vje 10 dní uležet. Postižená místa omyjeme vodou a na omytou kůži naneseeme navlhčenou křenovou dřev, necháme 10, max. 15 minut působit, opláchneme teplou a nakonec studenou vodou. (123)

### TŘES KONČETIN

3456 • Spařte si čerstvou (nebo vyvařte sušenou) nař prvosenkovou i s květy a vypijte tuto spáčku teplou - tři šálky denně. (132)

3457 • Uvedená čajová směs působí podpůrně při stařeckém třesu a při duševním rozrušení: smícháme po 30 g natě třezalky, levandule a tymiánu a tři čajové lžičky této směsi prelejeme půl litrem vřelé vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Denně vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

3458 • Třes - postencefalický parkinsonismus - závažná medicína Ivana Rajeva z Šipky, Bulharsko: 30 g drobně sekaného kořene rulíku zlomocného a 30 g medicínálního uhlí se vaří 10 minut v 600 g bílého vína, potom se nechá odvar čtvrt hodiny ustát a přecedí se do lahve. Užívá se nejprve třikrát denně na lačno a později se dávka zvyšuje až na 60 g denně (3 krát 20), zvláště silní jedinci dokonce na 80 g denně. Pokud se výjimečně začnou projevovat lehké příznaky otravy, je třeba jednu dávku vypustit a zbylé množství rozložit na pět denních dílčích dávek. Asi dvě hodiny po aplikaci vinného odvaru vezme nemocný kuličku, která obsahuje asi na špičku nože mletý muškátový ořech, trochu cukru a medicínálního uhlí. K tomu je třeba žvýkat několik

malých kousků puškorce. Kúra má trvat dva měsíce.

viz také:

Trávení

1621, 1756, 1835, 1856, 2062, 2323, 2510, 3262, 3263, 3266, 3274, 3944, 3974, 4021, 4063, 4064

Tepny

0937 až 0965

Trudovitost

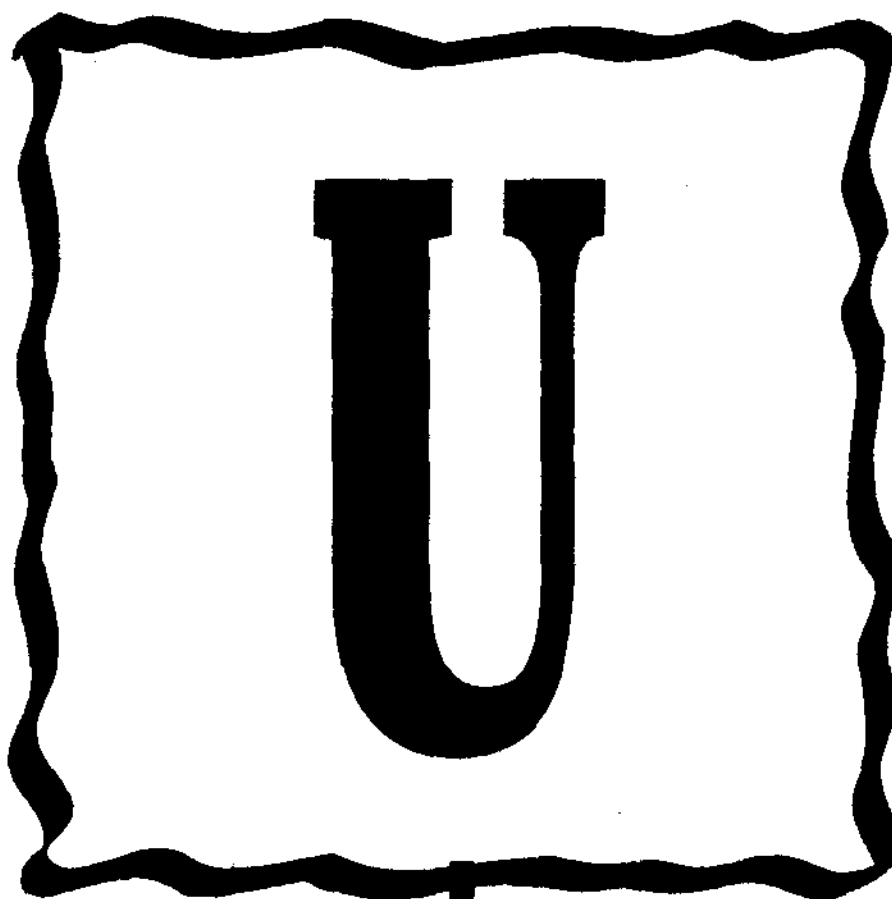
2407, 2408, 2409, 2410, 2411

Tuberkulóza

0480, 0481, 0839, 1009, 1249, 1285, 2450 až 2475, 2544, 2545

Tvář

1987, 3051, 3052



## UHOZENINY

3459 • Proti uhozeninám a krvavým podlitinám zázračná mast: smíchejte stejným dílem čerstvé nesolené máslo a žlutý včelí vosk a nechtě zvolna rozpustit na mírném ohni. Zatím si připravte lisováním alespoň dvě lžice šťávy ze zelené spodní kůry černého bezu (asi jedna polévková lžice na 100 mg mastivého základu), kapejte ji pomalu do vychládajícího roztoku stále míchající a nechtě vychladnout. (136 + 47 - 132)

3460 • Po uhozeninách utište vnitřní bolesti mastí z 100 g bílé vazelíny a 15 g práškového kafru. (132)

## UNAVENOST

3461 • Ke zmírnění podzimní únavy pomáhají čaj černý, ale hlavně čaj zelený (může být i jeho voňavá jasmínová varianta). V klidu vypitý čaj má lepší účinek než černá káva a má jednu výhodu - po odeznění účinku čaje se nebudeme třást a potit. (313)

3462 • Při únavě, migréně a bolesti hlavy: mast z rozmarýny připravená z čerstvých, jemně rozkrájených kvetoucích výhonků a konců větviček. Používá se k jemné masáži. (126)

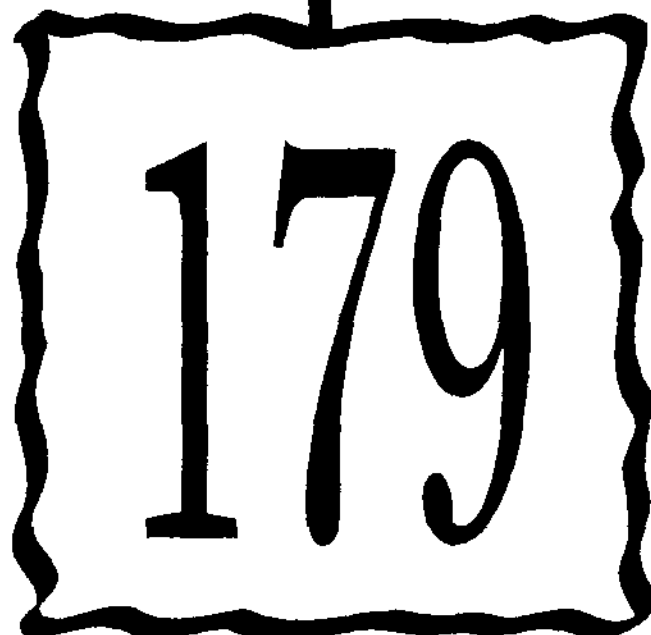
3463 • Při únavě vyvolané duševními příčinami uklidňuje a posiluje tato čajová směs: po 20 g kořene kozlíku lékařského, květu bezu černého, heřmánku, levandule a lípy a nať třezalky. Vše smícháme a tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, necháme 5 až 10 minut vařit a pak scedíme. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. Dále se doporučuje třikrát denně sníst talíř polévky z ovesných vloček, silně oslazené včelím medem, aby se předešlo zácpě. (30)

3464 • Při jarní únavě smícháme 40 g kořene s natí pampelišky lékařské a po 20 g natě rebríčku, popence, rozrazilu potočního a vlašovičnicku. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

3465 • Posílení obranyschopnosti organismu: po 25 g smícháme pískavici řecké seno, natě kopřivy, rebríčku a zeměžluče, plodu šípku a jalovce. Čajová lžice této směsi se přejele šálkem vroucí vody, nechá se 10 minut vyluhovat a scedí se. Denně vypijte tři šálky teplého čaje. Užívejte po dobu osmi týdnů. (30)

3466 • Při nervní unavenosti užíváme koupele z puškvorcového kořene. Asi 100 g neloupaného puškvorcového kořene, který 10 minut vaříme v jednom litru vody a pak scedíme. Odcezená kapalina vystačí na jednu plnou koupel. Koupele neprovádět na večer. (126)

3467 • Při jarní únavě s působením na funkci jater smícháme 20 g listu kopřivy dvoudomé, 15 g kořene andělíky lékařské, 15 g kořene nebo natě čekanky obecné a 5 g listu pelyňku pravého. Odvar: doba varu minutu, vyluhování pět minut. Pít ráno a večer půl šálku čaje. (78 + 66)



## UPAL SLUNEČNÍ

3468 • Přikládejte na celou hlavu ovin ze šedého jílu do nějž jste nasekali na drobnost listy jitrocelové. Obklad prevážete lněným a přes něj ještě vlněným obvazem, vyměňujte 2 až 4 krát denně. (132)

## ÚPLAVICE

3469 • Jako účinný prostředek proti úplavici, průjmům, vnitřnímu krvácení, žaludečním potížím a střevním infekcím pomáhá mochna nátržník. Přípravuje se odvar z jedné lžičky drcené drogy, která se krátce povaří ve dvou šálcích vody a po schladnutí a scezení se nápoj užívá po jedné třetině šálku dvakrát až čtyřikrát denně vždy po jídle. (002 + 006)

3470 • Úplavice - onemocnění infekčního původu: po 25 g jitrocele a rdesna ptačího, 20g přesličky, po 15g koštilu a křenu (nejlépe čerstvé nastrouhané), ze čtyř polévkových lžic připravit jeden litr nálevu, po ustátí scedit a čtvrt litru vypít ráno na lačno, zbytek po doušcích během dne. V těžších případech doplnit tuto terapii pitím třikrát denně 0,05 až 0,10 litru červeného vinného odvaru z kořene proskurníku (ibišku). (136)

3471 • Likér proti úplavici: po třech hrstích benedyktu, bukvic, ožanky, pelyňku, zeměžluče, 45g kořínků benedyktu, 75g kořínků mochny plazivé a 60g kořínků nátržníku. Nechte celé dva měsíce táhnout, pak přefiltrujte. (132)

3472 • Úplavici a krvotok zastavuje odvar z natě černohlávkou obecného. Je nahořklý, ale co chutná trpce, sladce léčí. (132)

3473 • Nejrychleji se vyléčíme z úplavice, když dvojnásobně složený kus plátna nemočíme v dosti teplé vodě smíšené s octem a přiložíme na život. Velmi nápadně účinkuje uvnitř sklenka borůvkového lihu (kořalky silné), který si snadno sami můžeme připravit. Dvakrát za den vlijeme dvě lžice této kořalky do horké vody a pak z ní pijeme. Kdyby se stav nemocného druhého dne nezlepšil značně, přiložíme na život ještě jednou obkladek a rovněž jednu porci borůvkové kořalky opakujeme. (56)

### Úplavice cukrová

3474 • Vezmeme stejné díly borůvkového listu, fazolových lusků a natě zlatobýlu. Pijeme tři sklenice odvaru denně místo dopolední svačiny, mezi obědem a večerí a na noc. (136+47-62)

### Úplavice krvavá

3475 • Vhodte do osminky vína malou špetku salmiaku železitého (amonium chloratum ferratum), rozmíchejte a užívejte každých 8 hodin jednu lžičku roztoku. (132)

### Úplavice dětská

3476 • Vezmi žaludy a oper je a roztluč na drobno, přidej pšeničnou mouku a k tomu čerstvé vejíčko, to všechno dohromady smíchej a udelej z toho těsto. Vezmi lískový prut a oloupej z něho kůru. Potom zabal prut do těsta a opékej. Když je to upečené, tak to sloupni a dej do studniční vody a nech to pořádně vařit a priklop. Potom z toho dej dítěti napít, kolik bude chtít a ještě jednou to povař ve slané vodě. Ber ze všeho, co dáš vařit, vodu, ze které se to vařilo. Horká mast se do toho má třikrát vypustit. (134)

## Úplavice močová žíznivá

3477 • Nať rebríčku, rozhodníku, srdečníku a kořen andělíky lékařské. Pije se 2 až 3 krát denně sklenice odvaru. (99)

3478 • Nať mochny nátržníku, kokošky pastuší tobolky, třezalky, kořen kuklíku městského. Pije se dva až třikrát denně sklenice odvaru. (99)

3479 • Semeno šřovíku koňského má poněkud slabší, ale také zaručené působení: spařit lžici byliny na sklenici vařící vody a pít po půl sklenice každé dvě až tři hodiny. (99)

3480 • Dubová kůra, vrbová kůra, list šalvěje

a) kořen andělíky lékařské

b) kořen kostivalu

c) oddenek mochny

d) oddenek hadího kořene většího.

Dvě, tři nebo čtyři smíchané byliny vezmeme na jednu sklenici vody, vaříme několik minut a pijeme tři až čtyřikrát denně. Je možno také a), b), c) a d) rozmělnit na prášek dohromady nebo jednotlivě a užívat v lékárenských oplatcích v množství 3 až 4 g (na špičku nože) na jednu dávku. (99)

## ÚSTA

### Dásně - sánět

3481 • Nať benedyktu, květ heřmánku, nať šalvěje, nať levandule a nať přesličky - ze směsi se připraví odvar, vaří se tři minuty. Odvaru použijeme k vyplachování úst (podržet několik minut). (50)

3482 • Dobrá vodička: vezmi kventlík růžového vína, půl kventlíku okolíku brutnáku, třetinu kventlíku mastixu, třetinu kventlíku praženého omanu, tři hřebíčky, všechno nech po hodnou chvíli utát a často si tím omývej dásně. (134)

3483 • Welserová radí: „Vezmi kventlík dubového listí a půl druhá loktu brutnáku, kventlík zázvoru a kventlík omanu, lot růží - ať už čerstvých nebo suchých, to je jedno - a tři lžice růžového octa. To všechno dej do hrnce a přilej k tomu půl mázu vína a nech vařit na polovinu. Když je to na polovinu svařené, vypláchni s tím třikrát za den ústa, jednou z rána, potom v poledne a na noc, když se jde spát. Vezmi to za tepla a téměř to vysuší hnis. (134)

3484 • Užíváme k vyplachování čaj, připravený tak, že dvě lžičky řezané sušené natě dobromysli obecné dáme do čtvrt litru vody a necháme přejít varem, pak 15 minut necháme stát. Precedíme a pijeme dva šálky denně. (14)

3485 • Při zápalu dásní, ale i na bolení zubů a odstranění zápachu z ústní dutiny je vhodný odvar z máty peprné s červeným vínem (1: 10), který se používá ke kloktání. (91)

### Dásně bolavé

3486 • Welserová radí: „Na bolavé dásně vezmi jeden máz vody, dvě plné lžice růžového medu, hrst černohlávkou - to všechno dohromady povaříme ve shora zmíněné vodě až se to svaří na polovinu. Pak tam ještě povaříme oman, velký jako vlašský ořech a napřed hadříkem, ponořeným do té vody pořádně třeme, až se všechny bílé puchýřky otevřou. Potom neustále a často natí-



ráme dásně peříčkem ponořeným do té vody." (134)

3487 • Welserová radí: „Vezmi čtvrtku červeného vína, duběnkou, půl marantové slupky, 25 červených lístků z růže, kousek sladkého dřeva dlouhý na půl prstu, dva fíky, lžíci z rozkrájených bobulek vína, 25 rozdrčených zrněk ječmene. To všecko se má celou hodinu pomaloučku vařit a použít pak jako vodičku. (134)

#### Dásně krvácející

3488 • Při krvácení dásní, horečkách, při chorobách močového ústrojí pijeme šípkový čaj, který se správně připraví takto: do smaltovaného hrnku nebo do nádoby z varného skla dáme čajovou lžičku drcených sušených šípků, zalijeme vlažnou vodou a necháme (obyčejně přes noc) macerovat. Potom macerát v nádobě zahřejeme, ale nevaříme. Procedíme přes tenké sítko, ochutíme medem nebo sirupem a pomalu po doušcích vypijeme. (310)

3489 • Při zápalu dásní s krvácením smícháme po 50 g kořene kostivalu, kůry granátového jablka, natě rdesna pepřníku, květu heřmánku a květu měsíčku. Do 400 ml vřelé vody dáme jednu polévkovou lžičku této směsi, vaříme 5 minut, necháme vyluhovat 2 hodiny a scedíme. Používáme na výplachy a kloktání pětkrát denně každé tři hodiny. Léčení pokračuje 10 dní po skončení bolesti. (91)

3490 • Smícháme po 30 g kořene dříšťalového a natě kokošky pastušky tobolky a po 50 g natě přesličky, rebríčku a listu střemchy. Dále jako předpis č. 3489. (91)

3491 • Při hnisavém zápalu dásní a aftovém zánětu smícháme po 50 g kořene omanu a kostivalu, natě třezalky a ožanky kalamandry a květu měsíčku. Dále jako u předpisu č. 3489. (91)

3492 • Smícháme po 50 g natě rebríčku, zlatobýlu, jitrocele a ožanky kalamandry, kůry granátového jablka a kořene omanu. Dále jako u předpisu č. 3489. (91)

3493 • Při hnisavém zánětu dásní s krvácením smícháme 120 g listu střemchy, po 60 g květ měsíčku, list šalvěje a dubovou kůru, 20 g květ růže a 50 g květ heřmánku. Dále jako u předpisu č. 3489. (91)

3494 • Při krvácení dásní připravíme nálev na dva šálky vody ze dvou lžiček sušené drcené natě brčálu barvínku. Toto množství je určeno na jeden den. Nálev působí příznivě i při krvácení z nosu, zánětech průdušek a plic a při zánětech ústní dutiny a střevní sliznice. (305)

3495 • Dásně - krvácení: 150 g listu ruje vlasaté, 100 g kůry dubu, 50 g květu heřmánku, 30 g květu levandule. Jednu polévkovou lžičku směsi vaříme 10 minut, pak scedíme. Kloktat několikrát denně. (126)

3496 • Při krvácení z úst spařte 10 g třilistníku (vachta trojená), 10 g vařícího vína červeného. Půl hodiny táhnout, scedte a užívejte dvě lžíce přehřáté před každým jídlem. (132)

#### Dásně - zápal a afty

3497 • Do 600 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce tyto drogy: kořen omanu a kostivalu, natě

třezalky a řepíku a květ měsíčku. Vaříme tři minuty, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Odvar používáme na výplachy ústní dutiny pět až šestkrát denně. (91)

3498 • Do 600 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce květ heřmánku, plod korian-dru, kořen omanu a kostivalu. Dále jako recept č. 3497. (91) \*

3499 • Do 600 ml vřelé vody dáme jednu čajovou lžičku těchto drog: květ heřmánku, natě přesličky a řepíku a plod kopru. Dále jako recept č. 3497. (91)

3500 • Do 600 ml vřelé vody dáme jednu čajovou lžičku květu heřmánku, natě řepíku, přesličky bazalky a šípků a dvě čajové lžičky kořene kostivalu. Vaříme 5 minut, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Odvar užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle, jako výplach. (91)

#### Dásně a začínající paradontóza

3501 • Při nemocech dásní a začínající paradontóze vlijeme na jednu skleničku drobně řezaného listu vlašského ořechu tři sklenice vřelé vody, zakryjeme a necháme vyluhovat asi 20 nebo 25 minut. Pak necháme nálev projít varem a ještě vyluhujeme v uzavřené nádobě dalších 6 hodin. Užíváme třikrát nebo i čtyřikrát denně půl sklenice tohoto odvaru asi 3/4 hodiny po jídle. (136 + 47 - 34)

#### Dutina ústní - zánět

3502 \* Úspěšně léčí nadut madagaskarská. Z rozdrčených listů (3 až pět listů) se vylisuje šťáva, která se použije jako obklad na dásně - nebo se sežvýká jeden list rostliny. (50)

3503 • Připravte čaj ze dvou čajových lžiček listu podběle obecného na sklenku vody. Ústa proplachujeme vlažným čajem několikrát denně. (132)

3504 • Na kloktání používáme odvar z květů měsíčku lékařského, který připravíme ze dvou polévkových lžic rozdrčených květů a 600 ml vřelé vody. Vaříme 4 minuty a necháme vyluhovat 1 hodinu. (91)

3505 • Jedna čajová lžička ze směsi rovných dílů divizny, heřmánku a řepíku se svaří čtvrt litrem vody a nechá 5 minut vyluhovat. (303)

3506 • Ve čtvrt litru vody vaříme dvě minuty 20 g kořene proskurníku. Po dvaceti minutách scedíme a přidáme 50 g medu a používáme k výplachům úst. (136 + 47 - 20)

3507 • Použijte kloktadlo, které si připravíte z půl čajové lžičky řezaného kořene andělíky vložené do sklenice studené vody, kterou pak pozvolna uvedete do varu a necháte několik minut vyluhovat. (23)

3508 • Kloktadlo: jedna polévková lžička natě mochny husí na čtvrt litru vody. Pije se 2 až 3 krát denně po 1 deci. Může se užít na špatně se hojící rány a vyrážky jako obklad. (327)

3509 • Nejméně 8 kávových lžiček květu bezu černého na šálek vody. Nechá se vyluhovat asi 30 minut. Ústa se vyplachují chladným nálevem. (78 + 66)

3510 • Smícháme po 25 g květ měsíčku lékařského, bezu černého, heřmánku lékařského a list jitrocele kopinatého. Nálev: dvě kávové lžičky této směsi na šálek vody. Nálevem se ústa vyplachují nebo potírají namočeným tamponem. Může se stejným dílem přidat dubová kůra, třezalka tečkovaná nebo rebríček obecný. (78 + 66)

3511 • Dvě kávové lžičky natě šalvěže lékařské na šálek vody. Vyplachovat ústa. (78 + 66)

3512 • Dvě kávové lžičky natě dobromysli obecné na šálek vody. Vyplachovat ústa. (78 + 66)

3513 • Smícháme po 25 g květ heřmánku lékařského, natě šalvěže lékařské a kůry dubu, dále 25 g listu břízy bělokoré a 25 g květu měsíčku lékařského. Nálev: dvě polévkové lžíce na půl litru vody. Ústa se několikrát denně vyplachují. (78 + 66)

3514 • Smícháme 30 g kořene totenu lékařského a po 25 g listu kopřivy dvoudomé a květu měsíčku lékařského. Nálev: polévková lžíce na šálek vody. Nechá se vyluhovat 30 minut. Je velmi prospěšné nakapat do čaje ještě 10 kapek eukalyptové silice. (78 + 66)

3515 • Smícháme 30 g natě tymiánu obecného, 30 g natě šalvěže lékařské a 20 g natě bazalky pravé. Nálev: dvě kávové lžičky na šálek vody. Ústa se vyplachují nejméně třikrát denně. (78 + 66)

3516 • Smícháme stejné díly měsíčku lékařského, heřmánku lékařského a listy břízy bělokoré. Polévkovou lžici této směsi prelejeme šálkem vřelé vody a necháme 10 minut vyluhovat, pak scedíme a vlažně používáme k výplachům úst. (301)

3517 • 10 g sušených plodů borůvky černé se nechá macerovat v půl litru čisté lihoviny asi na 15 dní. Občas se protřepe. Po scezení se macerát uchovává v chladnu. Místa zánětlivých ložisek se potírají namočeným tamponem. (78 + 66)

3518 • Při zánětech v dutině ústní, v krku a na mandlích se použije kloktadlo připravené z 30 g dubové kůry, 30 g mochny nátržníku, 20 g šalvěže, 20 g heřmánku. Jedna polévková lžíce se krátce - asi 2 minuty - povarí v jedné třetině litru vody. (306)

#### Sliznice dutiny ústní - zánět

3519 • Jednu čajovou lžičku kořene mochny nátržníku na šálek vody, vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Kloktejte a vyplachujte ústa teplým čajem každé dvě hodiny. (30)

3520 • Vezmeme po třech dílech heřmánku a vrbové kůry, po dvou dílech lipového květu a dubové kůry. Odvar používat k výplachům. (136 + 47 - 70)

3521 • Zánět ústní sliznice spojený s krvácením dásní léčíme kloktadlem, které připravíme tak, že smícháme 5 g plodu fenýklu a po 15 g kořene mochny nátržníku, kůry dubové a listu šalvěže. Jednu čajovou lžičku této směsi na šálek vody, vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Kloktat vlažným čajem každé dvě hodiny. (30)

3522 • Měchýřkovité záněty kůže v dutině ústní léčíme výplachy úst nálevem, připraveným ze

dvou dílů květu podbělu, listu šalvěže a mladých vršíčků (pupenů) borovice sosny a po jednom dílu natě dobromysli a kořene proskurníku. (136 + 47 - 70)

#### Zánět podnebí

3523 • Kloktejte častěji teplou spárkou z natě žindavové a sice 20 g natě spařte litrem vody. (132)

#### Boláky v ústech

3524 • Proti bolákům v ústech a viklavosti zubů: do litru dobrého vína nastroumat 30 g čerstvé natě lžičnickové. Nechtě týden táhnout a precedte. Pijí se denně 1 až 2 odlivky. (132)

#### Plísňové onemocnění dutiny ústní

3525 • Vezmeme po 50 g listu vlašského ořešáku a oddenku mochny nátržníku, po 25 g květu měsíčku a listu šalvěže a 10 g natě řepíku. Připravíme koncentrovaný odvar a použijeme k výplachům dutiny ústní. Odvar je nutno podržet v ústech delší dobu, pak vyplivnout. (136 + 47 - 111)

#### Desinfekce dutiny ústní

3526 • Pomáhá nálev připravený z 3 až 5 roztlučených hřebíčků, které se přelijí šálkem horké vody a nechají přikryté vyluhovat. (60)

3527 • Pěťour pětiúborný je obzvlášť úporný plevel, který stále zakoreňuje. Pochází z Ameriky, kde ho Indiáni žvýkali jako prostředek proti kurdějím i jako desinfekci dutiny ústní. (002 + 006)

#### Otlaky v ústech při zavedení nové protézy

3528 • Vezmeme dva díly heřmánku a jeden díl máty a dobromysli. Připravíme nálev a užíváme k výplachům. (136 + 47 - 70)

#### Výplachy úst po trhání zubů

3529 • K výplachům úst po trhání zubů, léčení oparů a k omývání ran používá se odvar z drogy hadího kořene. Odvar se přidává i do osvěžujících koupelí. (002 + 006)

#### Zápach z úst

34530 • Připravit směs ze stejných dílů kořene hořce, drceňých jalovčinek, šalvěže a levandule. Půl sklenice nálevu na lačno vypít, půl sklenice vykloktat. Třikrát denně. (136 + 47 - 76)

3531 • Vezmeme po 10 g květu heřmánku a květu černého bezu, po 6 g listu podběle a listu jitrocele, 5 g natě třezalky a 3 g kořene omanu. Na celé množství nalít litr studené vody, nechat asi 5 hodin pod pokličkou stát a pak nechat přejít varem. Po čtvrt hodinovém vyluhování scedit a pít třikrát denně na lačno asi 120 ml. (136 + 47 - 80)

3532 • Při vředech v ústní dutině jsou vhodné výplachy a kloktání čajem z natě svízele syřišového. Jindy pomůže sníst (a dobře rozžvýkat) několik jalovčinek. Pokud je v nepořádku trávení, tak zpravidla pomůže během dne vypít několik doušků nálevu z pelyňku a ošetřovat ústní dutinu deodorantem. (123)

3533 • Vezmeme 200 g natě řepíku, po 100 g natě čubetu benedyktu a květu heřmánku, po 50 g natě tymiánu a kořene pampelišky s natí. Bylinářským způsobem připravíme čaj, který z termosky popijíme po douškách asi 3/4 l denně. Několikrát denně ústa vypláchneme a kloktáme koncentrovaným nálevem ze směsi 50 g listu máty peprné, 30 g oddenku puškvorce a 20 g anýzu. (136+47-27)

## UŠI

### Znění, hučení, zvonění a šum v uších

3534 • Při znění v uších 1. denně choditi ve vodě 2 až 4 minuty a potom se pohybovati v teplé světnici, není-li zima, venku. 2. ob noc s postele se úplně omýti vodou s octem. 3. dvakrát za týden přiložiti si plenu na hodinu. V tom se pokračuje 14 dní až tři neděle. Kdyby snad bylo ještě něčeho potřeba, tedy ob den choditi ve vodě a v týdnu jednou se omýti. (56)

3535 • Proti bolení a znění v uších radí Matthioli: „Šťáva z okurek pouští se do uší, přidada k tomu aneb octa aneb kadidla bílého, aneb mléka aneb růžového oleje/“ (74)

3536 • Matthioli: „Vezmi mízky řetkvvé, směs s olejem sladkých a hořkých mandlův, vína horkého málo a něco přidej kolokvintýdy a to pouštěj v uši po krůpiče, an i prostá mízka teplá k témuž účelu velmi užitečná jest.“ (74)

3537 • Trychtýřem vpouštět do uší páru z vařící se dobromysli. Také šťáva z bílého zelí smíchaná s medem a vkapávaná do ucha dovede často pomoci. (136 + 47 - 26)

3538 • Když má někdo hučení nebo červíky v uších, vezmi šťávu z babího hněvu a nakap ji do uší. Přejde to. (134)

3539 • Při bolestech nebo hučení v uších smíchejte stejným dílem šťávu listu jablečnicku s růžovým olejem a do ucha kápněte denně na noc 6 až 7 kapek. (132)

3540 • Při hučení v uších každou hodinu 4 až 8 kapek šťávy z kokošky. (132)

3541 • Při hučení uších vzít stejným dílem květ hlohu s listem, kořenem pampelišky s natí, kvetoucí nař nebo listí šalvěje, kvetoucí nař pryskyřníku prudkého. Na jednu koupel v trvání asi 8 minut brát jednu hrst směsi. Koupat nohy i ruce. (136+47-77)

3542 • Při hučení a šumu v uších se často osvědčil tzv. ušní balzám, což je olejový roztok kafru, smíchaný stejným dílem s octovým odvarem kožené černé čemeřice. Kafr se rozpouští v oleji v poměru 1:4, na přípravu odvaru se používá vinného octa. Kořen čemeřice je jedovatý! Do ucha se kape dvakrát denně 2 až 3 kapky. Užívat jen zevně. (136 + 47 - 83)

### Zánětlivá onemocnění uší

3543 • Osvědčilo se vlhké teplo, např. napařování nad heřmánkovými parami, event. s příměsí tymiánu, vést kornoutkem do ucha. V případě nutnosti výplachy nebo horké obklady s použitím heřmánku, měsíčku nebo listy ořešáku vlašského. Večer se doporučuje vkapávat do uší čerstvou šťávu z pastuší tobolky nebo horký puškvorcový nálev. Potom je vhodné zavést do ucha tampon, nasycený v lihovém roztoku (5% roztok

propolisu v 60% lihu) a ucho do rána držet v teple, ráno event. heřmánkový výplach. Pro nespecifikovanou podporu imunitního systému třikrát denně vypít sklenici odvaru ze stejných dílů listu jitrocele a kořene pampelišky a užívat včelí mateří kasičku např. ve směsi s medem 1:250 - tři polévkové lžíce denně. (136+47-80)

3544 • List máty peprné a mateřídoušky po 1 dílu, nař komonice lékařské 2 díly. Hrst bylin spařit na hadříku vařící vodou a udělat obklad na ucho tak, aby se zapař dostal dovnitř. (99)

3545 • Květ heřmánku, černého bezu, list šalvěje - vše jako u receptu číslo 3544. (99)

3546 • Šťávu z vařené cibule nakapat na noc do ucha a přiložit vatou. (99)

3547 • Horké obklady na uši. Denně 8 kapek šťávy z jitrocele do ucha. Zároveň horké koupele nohou, do nichž přidejte dvě hrsti popela a hrst soli. (132)

3548 • Ušní záněty začínající lze utlumit tak, že do zvukovodu opatrně vsuneme čerstvý pomačkaný list bazalky, rebříčku nebo vonné pelargonie. (136 + 47 - 119)

3549 • Proti začínajícím zánětům uší: ti, kteří mají možnost jít ráno do vinohradu, mohou použít starý recept abytyše Hildegardy. Ráno, kdy réva „pracuje“ opatrně odřízneme některou větvíčku a ihned po řezu upevnímu na kapající pahýl opatrně lékárenskou lahvičku a shromažďujeme do poledne - ne více! - vykapanou šťávu. Pokud je lahvička sterilní, vydrží v ní šťáva dosti dlouho. Prvním znakem rozkladu je zápach sirovodíku, ale i takové kapky lze ještě použít. Lahvičku tedy naplníme do 90% a zbytek dolijeme olivovým olejem. V čase potřeby lahvičku dobře potřepeme a trochu esence nakapeme na misku. Potom do toho namočíme prst a esenci roztíráme kolem ucha i ve zvukovodu. Dovnitř ucha však zásadně nic nekapeme. (136+47-38)

### Vnější zvukovod - zánět

3550 • Použijeme tampony nasycené 5% tinkturou z propolisu případně tinkturou měsíčkovou. V případě zánětu středouší je důležité, zda je neporušený bubínek. Pak by byla vhodná tinktura z máty peprné, která má znečistlivější účinky, k výplachům čaj z komonice lékařské. Dále lze použít třezalku, dvouzubec trojdílný, ale zejména vlašovičnick. (136+47-104)

### Při ztrátě sluchu

3551 • Obléci se do mokré košile na jeden a půl hodiny a na tutéž dobu přiložiti si plenu (šál) a po 3/4 hodině znova ji namočiti. Mezi touto jeden a půl hodinou ovinouti obě nohy od kotníků až přes lýtka ručníkem v teplé vodě namočeným (tedy ovinek na nohy na jeden a půl hodiny). S postele se plně umýti a bez osušení se zase do postele uložiti - zvláště dobře omýti zadní část hlavy a uší. Pak na dvě hodiny ovázati si přes uši a nejbližší okolí šátek v teplé vodě namočený - po každé půl hodině se znova namočí. Konečně vzíti ovinek na hlavu. Těchto pět prostředků má nemocný po delší čas užívat, denně nejméně jednoho. (56)



**Výtok z uší**

3552 • Denně 4 až 8 kapek šťávy z kostrounku (paznehtíku). Nakapte do zevního zvukovodu. (132)

**Střední ucho, zánět, zápal**

3553 • Při chronickém zánětu středního ucha si napařujte hlavu parou vycházející z nádoby, kde se vaří 7 brambor, hrst špiček hlohového keře, tři oblázky a hrst ovsu. Vše možno použít třikrát za sebou vždy večer. V uchu nosíte rozcupované bílé hedvábné namočené ve šťávě aloe nebo mořské cibule, vyměňovat 1 až 2 krát denně. (132)

3554 • Při zápalu středního ucha vhodte do vařící vody hrst pelyňku a napařte si choré ucho, před tím si připravte odvar ze směsi heřmánku a rebríčku a po napaření přikládejte na ucho tak vřelé, jak snesete. (132)

3555 • Při hnisavém zápalu středního ucha používáme ve formě odvaru nař bazalky pravé. Jednu polévkovou lžici drogy zalejeme 300 ml vřelé vody a vaříme 1 minutu. Odvar necháme vyluhovat 30 minut a po přecezení používáme k vyplachování. (301)

3556 • Při zánětu středního ucha pomáhá šťáva z netřesku skalního,, do které se namočí tampon a vsune do ucha. (132)

**Bolesti v uších**

3557 • V lehčích případech zcela postačí strčit do ucha kousek pomačkaného listu pelargonie nejvoňavější tak, aby pustil šťávu. Ucho zahřívát např. spaním na termoformu. Ráno list vyjmout a ucho vypláchnout teplým heřmánkovým nálevem. (136 + 47- 005)

3558 • Dobře zázátkovanou láhev s olivovým olejem zápeci do ječného nebo pšeničného chleba a po vychladnutí již z chleba opět vyjmout. Mezitím se připraví čerstvý list netřesku střešního, naklepe se paličkou na maso, vloží se na lněný hadřík a pokape uvedeným olejem. Pak se ještě jednou netřesk naklepe, přihřeje nad ohněm a do bolavého ucha se vkápne 5 kapek netřeskové šťávy ve směsi s olejem a ucho se dobře zaváže, aby bylo v teple. To se provádí pět večerů. Ráno je vždy potřeba ucho opatrně vyčistit. V případě potřeby je možno léčbu o další 3 dny prodloužit. (136 + 47 - 80)

3559 • Aplikujeme nápačky z odvaru majoránky. Podáváme před spaním. Pomůže také, vložíme-li do zevního zvukovodu vatou, na kterou jsme nakapali několik kapek oleje máty peprné. (132)

3560 • Do skleněné nádoby dát 9 g včelí mateří kasičky a 250 g medu. Vše dobře promíchat dřevěnou kopistí. Nádoba se potom zabalí do mokrého černého plátna a uschová se v chladnu. Užívá se ráno a večer na lačno po jedné čajové lžici směsi tak, že se nechá asi jednu minutu pod jazykem a teprve potom se spolkne. U vleklých případů je možno provádět tuto léčbu tak dlouho, dokud se nespočítá šest takto připravených dávek. Ráno, asi půl hodiny po užití shora popsané medové směsi se mají užívat tři polévkové lžice čerstvě připravené šťávy ze směsi jednoho dílu listů jitrocele kopinatého, jednoho dílu jitrocele většího a dvou dílů listů potočnice lékařské. Při přípravě šťávy se nemá pokud možno používat kovové nářadí. V chladném ročním období, kdy není možno připravovat čerstvou šťávu lze namísto toho vypít

šťálek koncentrovaného odvaru z uvedeně směsi. (136 + 47-80)

3561 • Kombinovaná léčba: čaj na pití ze stejných dílů bazalky, proskurníku, heřmánku, květů hluchavky, listů šalvěje a listů vlašského ořešáku - z termosky asi půl litru čaje denně, po doušcích. Současně je vhodné přiložit na bolavé ucho bazalkové nebo rozmarýnové obklady. Někdy pomohou kašovitě obklady z drcených horkých brambor. Denně je třeba alespoň několik minut chodit bos po orosené trávě nebo aspoň ve vaně, ve studené vodě. (136+47-003)

3562 • Bolesti ucha z prochlazení: připravíme směs stejných dílů popence, šalvěje a rebríčku. Z těchto rostlin se udělá teplý nálev a v tom se vymývají uši. Je možné také doporučit následující proceduru: napřed do uší nakapeme mateřídouškový olej, pak namočíme vatou do kapek ze švédských bylinek a ucho natíráme. Mateřídouškový olej se nahřeje tak, že se čajová lžička nejprve ponoří do horké vody a pak se na ni nakapou jedna až dvě kapky oleje. (123)

**UŠTKNUTÍ**

3563 • Matthioli: „V víně aneb v polévce z masa přijatý (kosa- tec) hryzení a svírání v životě ukrocuje, v octě přijatý od hadův uštknutí pomáhá, pro kteroužto jeho moc onen Andromachus s rozličným jiným lékařstvím také tohoto kořenu do svého dryáku přidával a přimíšoval." (74)

3564 • „Rebríček uvařený ve víně odolává veškerým zlým uštknutím s kousnutím zmijí a hadů, když s z něj pije a když se jím vymyjí rány a ováží se ... je třeba se pokaždé pořádně napít, ulehnout, přikrýt se a pak se potit. Takto užívaný vysává a zahání všeliký jed pocením." (134)

viz také:

Uhrovitost

2424 až 2430, 3567, 3768

Úplavice

2815, 3469

Ústa

0001, 0002, 0003, 0028, 0029, 0031, 0478, 0474, 0475, 0476, 0477, 0760, 0768, 0837, 1035, 1121, 1125, 1369, 1370, 1398, 1798, 1805, 1859, 2801, 2802, 3518, 3915

Uši

3730

Uštknutí

0385, 2299

Uzly dnave

0223

Úžeh

3861



**VLASY****Vlasová kosmetika**

3565 • Na ošetření vlasů se používá odvar z 1000 g nasekaných kopřiv, vařených půl hodiny v půl litru vody a 0,1 litru octa. Vlasy se oplachují vychladlým roztokem. (132)

3566 • Výluh na vlasy: 50 g sušeného květu lípy vyluhujeme v teplé vodě 30 minut. Výluh scedíme do lázně. (303)

3567 • K mytí vlasů a omývání mastné uhrovité pleti: 10 g petrklíče na jeden litr vařící vody, která se pak přidá do koupele. (303)

3568 • Péče o vlasy a pokožku hlavy: olej z lopuchového kořene. Přípravuje se z jemně nakrájených čerstvých dvouletých kořenů tak, že je v oleji naložené necháme 6 týdnů na slunném místě a pak ve vodní lázni nahřejeme a vylisujeme. Po důkladném umytí vlasů a následném vtírání puškvorcové tinktury za několik hodin provedeme masáž lopuchovým olejem. Podporuje vzrůst vlasů, dává vlasům zdravý lesk, předchází rozštěpování vlasů. (126)

3569 • Na posílení vlasové pokožky smícháme 50 g oddenku puškvorce a 50 g oddenku čekanky a čajovou lžičku této směsi dáme do šálku vody. Vaříme 5 až 10 minut a pak scedíme. Ráno a večer masírujete pokožku teplým čajem. (30)

**Vlasy mastné**

3570 • Připravte si směs z benzoového výtažku 20 g, březového dehtu 6 g, chloroformu 30g skočcového oleje 20 g a promasírujte si hlavu ráno a večer. (132)

**Plešatost - holohlavost**

3571 • Je-li ještě pomoc možná, pomůže vtírání cibulové šťávy. Jinak hleďte odstranit příčiny: zánět jater (nepijte pivo!), močovou kyselinu, zácpu. Také zlozvyk namočiti si hlavu vodou a pak jít s odkrytou hlavou ven. (132)

3572 • Vnější léčba: jedním ze způsobů je vtírání do kůže na hlavě (předtím rozčešeme vlasy) tinkturou z kopřivy a lichořeřišnice. Způsob přípravy tinktury: mladou kopřivu rozeleme na strojku na maso, lichořeřišnici taktéž, stejné množství obou bylin nasypeme do uzavíratelné láhve a zalejeme stejným množstvím lihu. Takto připravenou tinkturou postavíme na dva týdny na tmavé místo a potom pokaždé odlijeme tolik, kolik potřebujeme k provedení procedury. (99)

**K posílení vlasového růstu**

3573 • Připravíme tinkturu: jednu lžici řezaných listů a kořene kopřivy dvoudomé zalijeme třemi lžicemi destilátu a necháme stát v uzavřené sklenici 14 dní na slunci. Přefiltrujeme a zředíme ve čtvrt litru vody. Rostokem masírujeme pokožku. (40 + 45)

3574 \* Umývat hlavu odvarem oddenku puškvorce. (40 + 45)

3575 • Tinktura na růst vlasů: jednu lžici řezaných listů kopřivy dvoudomé, jednu lžici kořene lopuchu a jednu lžici lichořeřišnice, vše jemně nařezané vložíme do láhve, zalijeme čtvrt litrem

**V**

alkoholu a necháme tři týdny stát v teple, ale v temnu. Pak přefiltrujeme, poměříme množství tekutiny a zředíme stejným množstvím vody. Teplým roztokem masírujeme vlasovou pokožku. (301)

2576 • Hlava se omývá večer před spaním a ráno po vstávání silným odvarem z listu i kořene kopřivy dvoudomé. (301)

3577 • Smícháme 50 g listu břízy a 50 g natě kopřivy a tři čajové lžičky této směsi prelejeme půl litrem vroucí vody, 5 minut necháme vyluhovat a scedíme. Ráno a večer masírujeme vlasovou pokožku teplým čajem. (30)

3578 • Dvě čajové lžičky kořene lopuchu a květu měsíčku, 3 díly chmelu a 50 g směsi vaříme 10 minut ve 3/4 l vody, 10 minut necháme ustát, pak scedíme. Během dne vypijte dva šálky teplého čaje. Navíc masírujte lopuchovým čajem 2 až 3 krát denně vlasovou pokožku, kterou poté ošetřete lopuchovým olejem. (30)

3579 • Vezmeme po 4 dílech kořene lopuchu a květu měsíčku, 3 díly chmelu a 50 g směsi vaříme 10 minut ve 3/4 litru vody, 10 minut necháme ustát, pak scedíme, doplníme destilovanou vodou na 1 litr a používáme k mytí hlavy a masáží vlasových kořínek, nejlépe dvakrát týdně. (136 + 47-129)

3580 • Podpora růstu vlasů, tlumení tvorby lupů: vezmeme stejné díly kopřivových listů, listů vlašského ořešáku, březového listí a natě vlašovičnicku, připravíme asi litr odvaru. Polovinu užijeme na mytí hlavy s pomocí jemného žlutkového šamponu, druhou polovinou čaje vlasy proplachujeme. Vlasy lépe rostou, tlumí se tvorba lupů, vlasy nabývají pěkný matový lesk. (136 + 47-129)

**Vlasová pokožka nemocná**

3581 • Přelete tři čajové lžičky natě přesličky rolní půl litrem vroucí vody, nechte vyluhovat 5 minut a scedte. Ráno a večer umyjte a masírujte pokožku teplým čajem. (30)

**Vlasy řídké**

3582 • Pořídte si březový líh (25 g březových lístečků jarních nechte 14 dní táhnouti na slunci v 75 g 90% lihu a přefiltrujte), který však používejte jen zředěný (tři lžice lihu do čtvrt litru dešťové vody) a vymývejte si jím častěji hlavu. (132).

**Vlas v žaludku**

3583 • Spolknete-li náhodou vlas, chlup nebo pod., zajezte ihned čerstvým syrovým nakládaným zelím, pak vám neškodí. (132)

**Vypadávání vlasů**

3584 • Přidejte jemně řezané sušené listy kopřivy dvoudomé do roztoku půl litru vody a půl litru octa a nechte vařit půl hodiny. Tímto čajem si před spaním umyjte hlavu. (23)

3585 • Vymýváme pokožku odvarem z violky trojbarevné. (40 + 45)

3586 • Stejným dílem naložit listy buxusu, plody lichořeřišnice, větší kořeny kopřivy, kořeny lopu-

chu a přidáním rozmarýny. Louhovat jeden měsíc v jednom litru 40% kořalky. Po zředění vodou používat na masáž vlasové pokožky. (126)

3587 • Třikrát týdně umýt hlavu v odvaru puškvorce a kořene lopuchu 1:1. V těžších případech ještě přidat stejný díl chmelových šištic. (136 + 47-88)

3588 • Dvě lžičky violky trojbarevné se zalijí půl litrem studené vody a přivedou k varu na dobu 10 minut. Tento odvar pak slouží k omývání pokožky hlavy při padání vlasů. (306)

3589 • Dvě hrsti směsi listů a event. i semen lichořeřišnice větší, 10 listů kopřivy a 3 listy zimostrázu (krušpánku) vyluhovat 14 dní v jednom litru koncentrovaného lihu, pak scedit, podle možnosti parfumovat novými silicemi a používat k masáži vlasových kořínků. (136)

3590 • Proti vypadávání a pro zlepšení růstu vlasů: 100 g semen nebo listů lichořeřišnice větší, 100 g listů kopřivy, 100 g listů zimostrázu vždy zeleného a 50 g listů pelargonie nejvoňavější se po dva týdny maceruje v 600 ml 40 až 60 % etanolu. Používají se zásadně čerstvé listy. Po scezení se výtažek ředí destilovanou vodou na celkový objem asi 700 ml. Po umytí hlavy kvalitním žlutkovým šamponem se tinktura vtírá k vlasovým kořínkům. (136 + 47 - 29)

3591 • Proti vypadávání a na podporu růstu vlasů: po umytí hlavy šetrným žlutkovým šamponem použijeme mast připravenou tak, že 20 g kořene lopuchu vyvaříme v 250 ml vody tak dlouho, až zbude cca 100 ml zahuštěného výtažku. Ten smícháme se 100 g vepřového sádla, v nádobce dobře utěsníme a postavíme na několik dní na teplé místo. Mast můžeme parfumovat oblíbenou vůní. Do vlasů, ke kořínkům vtíráme jen minimální množství mastičky a provádíme intenzivní masáž. (136 + 47-48)

3592 • Při vypadávání vlasů pomáhá kopřiva dvoudomá. Odvar připravujeme ze dvou polévkových lžic drogy a 500mi vřelé vody, vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat jednu hodinu a scedíme. Na umývání a masírování pokožky užíváme ve směsi s octem. (91)

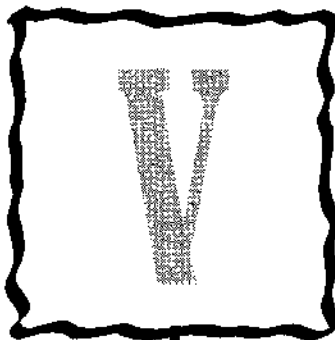
3593 • Záněty vlasových kořínků: do 100 g březové vody 20 kapek propolisové tinktury, používat po koupeli, mírně vtírat. Nemýt vlasy častěji než jednou týdně - včetně vtírání. (99)

3594 • Pokožku vymýváme odvarem z kvetoucí natě violky trojbarevné. (40 + 45)

3595 • Rozpusťte ve vodní lázni 25 g kakaového másla a 12 g oleje mandlového, načež do vychládající masti vetřete 2 g práškového taninu a 1,5 g práškového chininu, které jste před tím utřeli v 5 g kolínské vodičky. Do hotové masti rozeťřete 12 kapek peruánského balzámu. Vtírejte na noc a převázte si hlavu. (132)

3596 • Do 30 g práškového tamaryšku smíchejte 60 g oleje a 40 g dobrého čerstvého másla a rozpusťte zvolna ve vodní lázni. (132)

3597 • 1 g březového dehtu, 50 g hovězího morku, 250 g ricinového oleje a 13 g taninu utřete pečlivě na hustou směs. Vtírejte do vlasů třikrát denně. (132)



3598 • Rozpusťte na mírném ohni 60 g hovězího morku a pak do něj zamíchejte 10 g chininové kůry a taninu a po 1 g oleje bergamotového, levandulového, hořkomandlového. Promíchejte, nechte vychladnout a mažte si denně na noc. (132)

3599 • Při slézání vlasů, je-li hlava příliš suchá, utřete 35 g morku a 1,5 g výtažku chininové kůry a dvěma kapkám růžového oleje. Vytřete vždy na noc touto mastí hlavu a ráno důkladně pročešte. (132)

3600 • Pro předcházení tvoreni pleše, proti vypadávání vlasů a k podpoře vzrůstu vlasů pomáhá mast z vlašských ořechů. Přípravuje se ze zelených, jemně nastrouhaných vlašských ořechů s měkkými jádry, nasbíraných v červenci. Vtírá se večer do pokožky hlavy a vlasů. (126)

3601 • 20 g kořene lopuchu, 20 g květu heřmánku, 20 g listu ořešáku, 10 g listu kopřivy, 20 g kořene kopřivy. Tři polévkové lžice směsi se zalijí jedním litrem vody a zahřívají ve vodní lázni půl hodiny, pak se scedí a užívá se k potírání pokožky. (126)

3602 • Jednu čajovou lžičku natě přesličky vaříme 5 minut, dvacet minut necháme vyluhovat, scedíme a pak vtíráme do vlasové pokožky. (126)

3603 • Jednu čajovou lžičku kopřivy vaříme 5 minut, dvacet minut necháme vyluhovat, scedíme a pak vtíráme do vlasové pokožky ráno a večer. (126)

3604 • Nastrouhaný kořen lopuchu vložíme do oleje s následným vyluhováním na slunném místě po dobu tří týdnů. Získáme olej, který pak vtíráme do vlasové pokožky. (126)

3605 • Proti vypadávání vlasů a proti lupům slouží tinktura, která se připraví z jednoho dílu listů a tří dílů alkoholu. Necháme 14 dní na světle v uzavřené láhvi. Po slití smíchají se tři lžice tinktury do čtvrt litru vody, vtírá se malé množství dvakrát denně do vlasové pokožky. (132)

3606 • Pomáhá prostředek připravený z 13 g květů levandule obecné ve 100g lihu. (132)

3607 • Do 250 ml Alpy se dají dvě hrsti drobně řezaných kořenů lopuchu a jednu hrst stejně upravených kořenů kopřivy. Po týdenním vyluhování za občasného protřepání se výtažek scedí a doplní do 500mi destilovanou vodou. Může se též přidat malé množství oblíbeného parfému. Po každém umytí hlavy se provádí intenzivní masáž vlasových kořínků. (136)

3608 • Kořínky kopřivy svařte ve vodě a odvar vtírejte do pokožky na hlavě (působí nejlépe čerstvý). (132)

3609 • Jedna lžice sušené natě plicníku lékařského a jedna lžice natě přesličky - směs prelejeme půl litrem vařící vody, necháme pod pokličkou stát, precedíme a používáme jako prostředek proti vypadávání vlasů. (14)

3610 • Pokožku vymýváme odvarem připraveným ze dvou lžic sušené řezané natě violky trojbarevné na čtvrt litru vody. (14)

3611 • 75 g tolánského balzámu, 15 g kafru rozpuštěného ve 125 g lihu, 10 g lanolínu, 50 g kokosového oleje a 50 h hovězího morku smíchejte na řídkou mast a vtírejte. Na noc převázat. (132)

## VODNATELNOST

3612 • Spařte na špičku nože prášku z kořene chebdí vařící vodou na jeden koflík a pijte přes den horkou spárku po lžičkách. Léčení urychlíte, budete-li pít tuto jeden den a druhý den rovněž čaj z vývaru kořínku babího hněvu a kůry krušínové stejným dílem. (132)

3613 • Pijte denně dva koflíky teplé spárky z listů tužebníku, každou půlhodinu jednu lžičku. (132)

3614 • Likér proti vodnatelnosti: nechtě macerovat 14 dní trochu válečkem roztloučených jasanových semínek v litru dobrého vína, scedte a přelejte do láhve. Užívejte ráno kalíšek na lačný žaludek a večer před spaním, mírně zahřátý. (132)

3615 • Likér proti vodnatelnosti: nechtě táhnout v litru vína neb kořalky hrst rozemletého kořínku pupavy bílé a sice 5 dní, pak scedte. Denně dvakrát po 10 až 15 kapkách ve lžici teplé vody. (132)

3616 • Při vodnatelnosti, ale i dně, revmatických onemocněních, zánětu ledvin a zánětu cest močových pomůže čaj podporující vylučování moči. Připravíme ho tak, že prelejeme čtyři čajové lžičky sušeného řezaného listu břízy bělokoré dvěma sklenicemi vroucí vody a necháme vyloužit. Do každé sklenice této denní dávky čaje navíc přidáme na špičku nože hydroxidu sodného. (23)

3617 • Při vodnatelnosti, revmatismu, ledvinových chorobách a chorobách močového měchýře připravíme čaj: 4 lžičky řezaných sušených listů břízy bradavičnaté nasypeme do čtvrt litru vody a necháme přejít varem. Na 15 minut odstavíme, precedíme a pijeme teplý ráno a večer po jednom šálku. (14)

3618 • Při vodnatelnosti a revmatismu připravíme likér: hrst čerstvě nebo lehce spařených sušených kořínků jehlice trnité svaříme v jednom litru červeného vína a přefiltrujeme. Užíváme denně na lačno a večer před spaním jednu skleničku - nebo pijeme šálek kontryhelového čaje smíchaný se šálkem čaje z přesličky. (14)

3619 • Připravíme směs z jednoho dílu natě benedyktu a dále po jednom dílu listu ostružiníku, natě meduňky a listu máty peprné. Půl lžičky směsi nasypeme do šálku, přelijeme vařící vodou a necháme 10 minut louhovat. Pijeme vlažný před spaním. (14)

3620 • Užívejte se souhlasem lékaře: směs vše po 20 g: plod jalovce, květ hlohu, nať pelyňku pravého a přesličky rolní. Čajovou lžičku směsi přelejte šálkem vroucí vody, nechtě 5 minut vyluhovat a scedte. Pijí se denně tři šálky teplého čaje. (30)

3621 • Stejnou hmotnost kořene pampelišky, oddenku přesličky, kořene libečku a kořene jehlice. Jedna kávová lžička nadrobno pokrájené směsi se spaří čtvrt litrem vařící vody a nechá 10 minut stát. Pak se precedí a pije dva koTíky denně. (301)

3622 • Čaj z listů břízy pomáhá nejen při vodnatelnosti, ale i revmatismu, dně a zadržování moče. Jednu vrchovatou čajovou lžičku listů přelejte jedním šálkem vařící vody a za

10 minut scedte. Čaj pijeme přiměřeně teplý, neslazený, 2 až 3 šálky denně. (126)

3623 • 20 g kopřivové natě, 20 g pampeliškovo-kořene s natí, 5 g březového listí, 5 g šípkových semen smícháme a dvě čajové lžičky použijeme na šálek čaje. Směs přelijeme vařící vodou, 15 minut necháme stát, scedíme. Pijeme třikrát denně šálek po dobu šesti týdnů. (126)

3624 • Proti vodnatelnosti list břízový: do jednoho litru přefiltrované březové šťávy naložte 100 g cukru, 50 g medu, 4 g kyseliny vinné a 2 g mandlového mléka. Nechtě několik dní táhnout, přefiltrujte. Brát denně odlivku na lačný žaludek. (126)

3625 • Chceme-li mírně a šetrně odvodnit tělo a pročistit krev, doporučuje se jehlice trnitá, která se od pradávna k tomuto účelu používala. (134)

3626 » Denně jedno hořejší polévání a polévání kolenou, v týdnu třikrát krátký ovinek (plátno se složí 4 až 6 násobně) najeden a půl hodiny. Každé noci úplné omytí těla s postele a bez osušení rychle zas do postele. Toto léčení má trvat tři neděle. (56)

3627 • Jednu lžičku řezané sušené natě s květem tužebníku jilmového vložíme do šálku a zalijeme studenou vodou. Necháme 10 hodin stát. Popijíme vlažný jeden šálek denně. (40 + 45)

3628 • Očištěný křen rozkrájíme na kolečka, rozložíme na žíněné sítko a posypeme cukrem. Vytékající šťávu zachycujeme a užíváme denně jednu lžičku. (40 + 45)

3629 • Jeden šálek čaje z kontryhelu smísíme s jedním šálkem z přesličky. (40 + 45)

3630 • Smíchejte stejným dílem nať pelyňkovou a přesličkovou, spařte je horkou vodou, nechtě 10 minut táhnout a pak v ní vyvařte puškvorcový kořínek stejným dílem, až změkne, scedte a pijte přes den každou hodinu lžící přihřátého. (132)

3631 • 30 g fazolových lusků, 20 g jehlice trnité, 40 g bezového kořene, 10 g břízového listu. Třikrát denně půl šálku vlažného odvaru po jídle. Nápařky z odvaru přesličky. (132)

3632 • Čaj křišťálový: namíchejte do litru destilované vody 70 g čištěného a prosetého vinného kaménku a 140 g práškového cukru, povarte 5 minut, nechtě vychladnout a opatrně slejte, sedlinu vylejte, nechte 1 až 2 dny ustát, pak přefiltrujte. Používá se s malinovou šťávou po dvou hodinách. (132)

3633 • Likér březový: do litru březové šťávy naložte 100 g cukru, 50 g medu a 4 g kyseliny vinné a 2 g mandlového mléka. Nechtě několik dní táhnout a přefiltrujte. Denně na lačno odlivku. (132)

3634 • Pečujte zvlášť pečlivě, abyste měli v pořádku moč a stolici - pijte tudíž podle potřeby buď močopudné nebo projímající čaje. Máte-li je v pořádku, pijte po každém jídle sklenku čaje z kapradí samčího a sice odvar dvou hrstí ve 4 až 5 litrech vody, neškodí přikápnout trochu dobrého vína. (132)

3635 • Polejte čerstvé kořínky z mořské cibule vařícím pivem, sceďte a vypijte najednou teplé - dvakrát denně. (132)

3636 • Nechte v půl litru dobrého, nejlépe černého sladkého piva táhnout dvě hodiny 10 až 20 g kořínku vlašovičnicku na drobno posekaného a po scezení vypijte najednou. (132)

3637 • Užívejte jen se souhlasem lékaře: smíchejte po 25 g listu břízy, fazolové lusky bez semen, natě kopřivy, krušinky a přesličky rolní. Tři čajové lžičky této směsi do tří šálků vody, nechte vařit 5 až 10 minut a pak sceďte. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30).

3638 • Užívejte jen se souhlasem lékaře: smíchejte po 20 g natě kopřivy, třezalky a přesličky rolní, list břízy, květ bezu chebdi a kořen puškvorce. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Nechte vařit 5 až 10 minut a sceďte. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

3639 • 30 g fazolových lusků, 20 g jehlice, 30 g bezového kořene a 10 g listu břízy. Třikrát denně půl šálku vlažného odvaru vždy po jídle. Napárky z odvaru přesličky. (132)

3640 • Nejlépe pomůže tzv. harlémský olej, který dostanete v lékárně. Nebo původní „roztocký čaj“: 20 g kořene chebdi, 20 g jalovčinek, 20 g kozí brady, 20 g přesličky, 10 g rozmarýnu a 10 g třezalky. (132)

#### Vodnatelnost hrudníku

3641 • Svařte si se stejným dílem mladé konečky chřestu, cukr a vodu na hustou kasičku a užívejte denně tři lžice. (132)

#### Vodnatelnost kloubů

3642 • Nejlepším lékem je silnější odvar z kořínků a natě tužebníku obecného. Kořínky vaří se vždy krátce, jen do prvního vykypení, jinak z nich unikne drahocenná léčivá kyselina salicylová, kterou v hojně míře obsahují. (132)

#### Vodnatelnost nohou

3643 • Pijte denně ráno na lačný žaludek koflík teplého odvaru listnatce, dodržujte však alespoň čtyři neděle. (132)

#### Vodnatelnost břišní

3644 • Snězte ráno na lačný žaludek praženky, do nichž jste zavařili 20 řesetlákových sušených bobulí. (132)

## VŘEDY

### Vřed bércový

3645 • Při začínajícím vředu bércovém nutno odpočívat s nohama šikmo vzhůru. Večer před spaním mazat nohy. Do půl litru vody dát 1 až 2 polévkové lžice vinného nebo jablečného octa. Nohy umýt mýdlem, pak octovou vodou a nakonec vtírat měsíčkovou mast. Ráno na lačno užívat měsíčkovou tinkturu, jednu čajovou lžičku do sklenice vody nebo čaje. Pokud se začne noha již otevírat, vezmeme čerstvý kapustový nebo bílý zelný list, dobře jej opeřeme, válečkem rozdrtíme žilnatinu, aby pustil šťávu a vložíme jej asi na dvě hodiny do sluneční-

cového nebo olivového oleje. Pak jej přiložíme na bércový vřed a nepříliš těsně přivážeme. (136 + 47-37)

3646 • Doporučuje se koupel nohou v koncentrovaném odvaru řepíku, k tomu svařit strouhaný čerstvý kostival s máslem na vláčnou kasičku a přiložit na noc do rány. Ráno nohu opět vykoupat v řepíkovém odvaru, ovázat dvěma vrstvami sterilní gázy a na to přiklopit kousek houby na mytí, 4 cm tlustý a velký tak, aby na každou stranu mírně převyšoval rozměr rány. Přes houbu středním tahem převázat obinadlo. K tomu pít libovolné krev čistící čaje, např. z 200 g březového listu, 100 g kořene pampelišky s natí a kořene lopuchu a po 50 g oddenku pýru a natě tymiánu. Půl až tři čtvrtě litru čaje připraveného bylinářským způsobem se pije z termosky, denně po douškách. (136 + 47 - 27)

3647 • Na ránu nakapat 2 až 3 kapky propolisové tinktury jen na noc po dobu nejdéle 5 dnů, nechat zaschnout, pak zabalit. V krajním případě opakovat jen jednou za 14 dní. (99)

3648 • K léčení bércových vředů zevně se používá zlatobýlu obecného. K tomuto účelu se připravuje odvar ze stejného množství drogy a vody, při čemž var má trvat asi tři minuty. (002 + 006)

3649 • Pít čaje, které čistí krev, nejlépe ze směsi: kopřiva, zlatobýl, vřes, kůra kaštanu, kořen lopuchu, kořen pampelišky, kořen čekanky, oddenek pýru, senné lusky, truskavec, výhonky černého bezu, maceška. Vařit běžným způsobem tři minuty a pít 2 až 3 šálky denně. Tento čaj působí i na cévy. (126)

3650 • Obklady: jitrocelové listy, sléz okrouhlitý. Omývat odvarem z podražce křovištního, případně aplikovat mast z propolisu. (126)

3651 • Bércové vředy - u otevřených ran můžete užít heřmánkové koupele. 100 g heřmánku a jeden šálek vody, zhotovíme nálev, který po vystydnutí použijeme jako obklad. Poté použijeme k léčení tuto směs: kostival kořen 60 g, měsíček 20 g a šalvěj 20 g. Z jedné polévkové lžice směsi a šálku vody připravíme odvar k obkladům a omývání. (126)

3652 • Přes den aplikovat (event. jako terapii na vystřídání) tlakový obvaz s hubkou: ránu ovázat po předchozím vymytí řepíkovým nálevem, na to přiložit asi 3 cm tlustou hubku poněkud větších rozměrů než je vlastní vřed (rána) a znovu převázat. (136)

3653 • Obklady na noc (při nesnášenlivosti přes den) ze sterilního materiálu, máčené v krátkodobě vařeném odvaru z natě sadce konopáče. Při zavírání rány nespěchat, vkládat do rány gázu, namočenou v odvaru. Současně je nutná pitná kúra: z natě sadce konopáče připravit 200ml nálevu a stejné množství krátkodobě vařeného odvaru, smíchat a vypít ráno na lačno a dvě hodiny po večeri. Na hořkou chuť čaje si nemocný rychle zvykne. Vnitřní léčba je nutná i při periodickém otvírání rány na jaře a na podzim, event. při doléčování, aby zmizela fialová barva nohy. Při této léčbě, která je velmi efektivní je vhodné neléčiti se současně jinými prostředky, zejména ne mastmi. Léčba zabírá u většiny nemocných velmi dobře, ale poměrně pomalu, proto je nutná vytrvalost. (136 + 47 - 94)'



3654 • Smícháme 30 g listu kopřivy dvou-  
domé a po 10 g natě třezalky tečkované, pře-  
sličky rolní a rdesna ptačího - truskavce.  
Nálev: pije se jeden šálek denně. (78 + 66)

3655 • Smícháme po 25 g: list smetanky  
lékařské, máty peprné a kopřivy dvoudomé,  
květ lípy a nať meduňky lékařské. Nálev:  
polévková lžice směsi na 200ml vody. Pijí se  
dva šálky denně. (78 + 66)

3656 • Z natě řepíku lékařského připravíme  
nálev, který používáme k obkladům. (78 + 66)

3657 • Z květů měsíčku lékařského připravíme nálev, který  
používáme k obkladům. (78 + 66)

3658 • 15 g přesličky rolní vložíme do čtvrt litru studené  
vody na dvě hodiny, pak 15 minut povaríme a scedíme. Pou-  
žíváme vlažné na obklady. (78 + 66)

3659 • Kávovou lžičku drceného nebo nakrájeného kořene  
kostivalu lékařského macerovat ve čtvrt litru studené vody  
dvě hodiny, pak přivést k varu ale nevařit. Nechat vyluhovat  
10 minut a scedit. Používá se vlažné jako koupel. (78 + 66)

3660 • Vnitřně v několika dílčích dávkách užívat denně  
100 kapek tinktury ze strouhaných kaštanů a dále pít po  
doušcích denně 1/2 až 3/4 litru „krev čistícího“ čaje, např. ze  
směsi řepíku, rdesna ptačího, kopřivy, violky trojbarevné  
a květu černého bezu. (136)

3661 • V dietě omezit purinové látky (káva, kakao), vůbec  
přísun bílkovin (maso), ale i bílou mouku a výrobky z ní,  
vajínka, sádlo, cukr, hořčici, ocet, konzervy všeho druhu,  
salámy, uzeniny, kouření, alkohol. (136 + 47 - 31)

3662 • 30 g natě přesličky rolní dáme do půl litru studené  
vody a necháme macerovat dvě hodiny. Pak 15 minut pova-  
říme a 15 minut vyluhujeme. Používá se k omývání nebo  
k obkladům. (78 + 66)

3663 • Polévkovou lžici kořene kostivalu lékařského na  
šálek vody. Je vhodný k obkladům i omývání - také na kůži  
spálenou sluncem. (78 + 66)

3664 • V mírnějších případech se užívá jako obkladu červený  
vinný odvar z lískové kůry - 800 g kůry na jeden litr červe-  
ného vína. Vařit tak dlouho, až zbude něco přes polovinu.  
Použit se může též kostival, resp. kasička z kostivalu, sva-  
řená s trochou másla. (136 + 47-18 podle 204)

3665 • Při vředu bércovém a k uvolnění svalových bolestí  
namáhaných nohou vyluhujeme 100 g řezaného kořene kos-  
tivalu lékařského přes noc v půl litru vlažné vody. Pak výluh  
scedíme a postižená místa omýváme nebo nálevem nasytíme  
gázový polštářek, který na nemocné místo přiložíme  
a necháme působit asi půl hodiny. Výluhu používáme také  
k výplachům dutiny ústní při paradontoze a zánětech. (310)

3666 • Vaří se 3/4 kg čerstvé a mladé lískové kůry přibližně  
v 1,5 litru červeného vína tak dlouho, až se množ-  
ství zredukuje na polovinu. Tento vinný odvar se  
potom používá k obkladům. (136 + 47 - 204)

\*3667 • Vezmi 50 g kořene lopuchu, 40 g natě pře-  
sličky, po 30 g natě komonice a marinky, dree-  
ných jalovčinek a listu šalvěje a konečně po  
20 g natě zeměžluče a květu divizny. Do šálku  
vařící vody dáme jednu čajovou lžičku směsi,

jednu minutu povaríme a pět minut nechá-  
me ustát, pak scedíme a pijeme neslazené  
jednu hodinu před jídlem. (136 + 47 - 57)

3668 • Vezmi 100 g přesličky, po 50 g řepíku,  
pelyňku pravého a květů měsíčku, dvě polév-  
kové lžice směsi se dají do půl litru studené  
vody a povaří 2 minuty, asi čtvrt hodiny se  
nechá vyluhovat. Po scezení použít k obkla-  
dům na jednu a půl hodiny. (136 + 47-57)

3669 • Denně před spaním pouštět na nohy  
studenou vodu ze sprchy od spodu až ke kyčlím a zpět, po  
dobu 1,5 minuty na každou nohu. Bez osušení nohy zabalit  
a jít spát. Do vředu žádné masti, v případě nutnosti ošetřo-  
vat čajovým máslem, případně mastí připravenou vyluhová-  
ním květů měsíčku v másle - ne v sádle. (136 + 47 - 57)

#### Vřed žaludeční a dvanácterníkový

3670 • Na otevřené žaludeční vředy: dobře usušený kořen  
nátržníku rozkrájíme na drobno, dáme do láhve, nalijeme na  
to čistý líh (96%), zazátkujeme a láhví denně několikrát  
zatřepeme. Už po 4 dnech můžeme používat a to před obě-  
dem na lžici vody 8 až 15 kapek. Při úplavici 3 až 5 krát denně  
10 až 15 kapek této třešti. (126)

3671 • Tři čajové lžičky listu vachty přelijeme půl litrem  
vroucí vody, 5 minut necháme vyluhovat a scedíme. Během  
dne vypijte 3 šálky teplého čaje. (30)

3672 • Vřed žaludeční spojený se zácpou: smícháme  
10 g plodu kmínu, po 15 g kůry krušínové a kořene reveně  
a po 20 g listu máty peprné, natě vlašovičnicku a květu heř-  
mánku. Tři čajové lžičky této směsi do tří šálků vody. Nechtě  
vařit 5 až 10 minut a pak scedte. Denně vypijte 3 šálky tep-  
lého čaje. (30)

3673 • Vřed žaludeční spojený s křečemi: smíchejte po  
10 g plod kmínu a fenyklu, 20 g listu máty peprné a po  
30 g natě vlašovičnicku a květu heřmánku. Čajovou lžičku  
této směsi na šálek vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Denně  
vypijte 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

3674 • Žaludeční a dvanácterníkový vřed vyléčíte zaručeně,  
když přikládáte denně na noc na žaludek hodně horké senné  
strusky, spařené v páře nad hrncem, druhý den pak na bři-  
cho a tak střídavě 14 dní. (132)

3675 • Pijte, nejméně dva měsíce a sice dvakrát denně ráno  
na lačný žaludek a večer po večeri odvar z jitrocele (omyté  
bylinky s kořínkem), ale zároveň dodržujte mléčnou dietu.  
(132)

3676 • 5g květu lípového, 10g majoránky, 10g měsíčku,  
25g listu rozmarýny, 25g kořene lopuchu, 15g přesličky,  
10g kozlíku lékařského. Pijeme půl šálku teplého nálevu po  
jídle. (132)

3677 • 1 díl truskavce, 1 díl měsíčku, 2 díly kostivalu - dobře  
smícháme a jednu lžičku směsi spaříme čtvrt litrem vařící  
vody. Pijeme teplý po malých doušcích třikrát  
denně po jídle. (303)

3678 • Pijte dvakrát denně po koflíku teplý vývar  
z rozdrcených semínek lopuchových. (132)

3679 • Smícháme 20 g kůry krušiny olšové,  
20 g natě zeměžluče okolíkaté a 20 g kokošky pas-  
tuší tobolky. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně.

Čaj se užívá týden, pak je nutné pít na týden přerušit nebo nahradit jiným čajem. (78 + 66)

3680 • Ze zázvorovníku lékařského se používá oloupaný oddenek. Již odedávna je zázvor velice oblíbený žaludeční prostředek o němž se věří, že příznivě ovlivňuje i žaludeční vředy. (134)

3681 • Smícháme 30 g kůry krušiny olšové, 30 g natě zeměžluče okolíkaté, 15 g kořene smetanky lékařské a 15 g květu heřmánku lékařského. Odvar: polévková lžice směsi na 200 ml vody, povařit 5 až 7 minut. Pije se třikrát denně šálek čaje. (78 + 66)

3682 • Smícháme 25 g kořene proskurníku lékařského, 25 g plodu fenyklu obecného, 25 g kořene lékořice lysé a 25 g květu heřmánku lékařského. Odvar: dvě kávové lžičky směsi na 200 ml vody, povařit dvacet minut, vyluhovat dvacet minut. Pije se šálek čaje před spaním. (78 + 66)

3683 • Smícháme 25 g kořene proskurníku lékařského, 25 g lišejníku islandského a 5 g semena lnu setého. Odvar: dvě polévkové lžice směsi se přelijí 300 až 400 ml studené vody a nechají hodinu vyluhovat. Pak se 5 minut povaří a scedí. Tato dávka se pije během dne po doušcích. (78 + 66)

3684 • Smícháme 25 g listu jitrocele kopinatého, 25 g kořene proskurníku lékařského a 25 g semena lnu setého. Macerát: polévková lžice směsi se zaleje 200 ml studeného heřmánkového nálevu a nechá vyluhovat 30 minut. Pijí se 2 až 3 šálky denně. (78 + 66)

3685 • Smícháme 30 g listu jitrocele kopinatého, 25 g listu proskurníku lékařského a 20 g kořene lékořice lysé. Odvar: polévková lžice směsi na 200 ml vody. Pijí se dva až tři šálky denně, nejlépe půl hodiny před jídlem. (78 + 66)

3686 • Vzít 30 g islandského lišejníku, po 20 g kořene proskurníku, kořene lékořice a kořene kostivalu a 10 g natě vlašovičnicku. Jednu polévkovou lžici směsi brát na sklenici odvaru, vařit jen jednu minutu, čtvrt hodiny ponechat ustát, scedit a podávat dvakrát denně. (136 + 47 -95)

3687 • Dva díly natě meduňky, po jednom dílu natě dobromysli, natě mochny husí a květu měsíčku, půl dílu hořce (kořen). Podávat 2 až 3 krát denně šálek nálevu. (119)

3688 • 5 g květu lípy, 10 g majoránky, 15 g měsíčku, 25 g listu rozmarýny, 25 g kořene lopuchu, 15 g přesličky, 10 g kozlíku. Pije se půl šálku teplého čaje po jídle. (132)

3689 • Časně ráno vypít na lačno asi 300 až 350 ml koncentrovaného nálevu heřmánku, po doušcích. Na přípravu vzít dvě polévkové lžice heřmánku, případně i více. Po vypití ulehnout na 10 minut na záda, potom ležet 10 minut na pravém, 10 minut na levém boku a konečně 10 minut na břiše. Potom je třeba zůstat ještě na lůžku nejméně 20 minut s teplým až horkým heřmánkovým obkladem na nadbřišku, pak vstát a lehce, dietně posnídat. Provádět 7 až 10 dní i v případech, že stav se mezitím upravil. V těžších případech možno aplikovat nálev i po obědě a po večeři (nejdříve hodinu po jídle), ale již bez obrácení. (136+47-133)

3690 • Smícháme 30 g natě rdesna ptačího -truskavce, 20 g květu měsíčku lékařského, 15 g květu heřmánku pravého a 10 g kořene kos-

tivalu lékařského. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

3691 • Smícháme - vše po 20 g - nať třezačky tečkované, list jitrocele kopinatého, list máty,peprné a květ heřmánku lékařského. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

3692 • Smícháme po 20 g list máty peprné, nať meduňky lékařské a květ heřmánku lékařského. Nálev: pije se třikrát denně šálek čaje. (78 + 66)

3693 • Smícháme po 20 g nať přesličky rolní a pelyňku pravého a kůru dubu. Nálev: pije se šálek čaje třikrát denně před jídlem. (78 + 66)

3694 • Smícháme 15 g kořene smetanky lékařské, 10 g květu levandule lékařské, 10 g květu heřmánku lékařského a 10 g natě meduňky lékařské. Nálev: polévková lžice směsi na 200 ml vody. Pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

3695 • Smícháme po 25 g nať mochny husí, kořen mochny nátržníku a květ heřmánku lékařského. Nálev: pije se ráno a večer šálek čaje, vždy na lačno. (78 + 66)

3696 • Smícháme 20 g listu vrbovky úzkolisté, květu lípy, plodu fenyklu obecného a květu heřmánku lékařského. Nálev: dvě kávové lžičky této směsi na 200 ml vody, vyluhovat 30 minut. Pijeme šálek čaje dva až třikrát denně. (78 + 66)

3697 • Smícháme 30 g kořene mochny nátržníku, 30 g kořene smetanky lékařské a 30 g kořene proskurníku lékařského. Odvar: pijí se denně dva až tři šálky. (78 + 66)

3698 • Smícháme po 20 g list jitrocele kopinatého, nať přesličky rolní a nať meduňky lékařské. Odvar: pijí se tři až čtyři šálky denně. (78 + 66)

3699 • Smícháme 50 g květu heřmánku lékařského, 25 g listů máty peprné a 25 g natě meduňky lékařské. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

3700 • Vezmeme po 20 g třezačky, rebříčku, lněného semena, kořene lékořice a kořene kostivalu. Jinou směsí může být směs 40 g kostivalu, stejné množství kořene proskurníku, 20 g květu měsíčku a 20 g kořene lékořice. Připravíme 3/4 litru bylinářského čaje a popijíme z termosky po doušcích během dne. (136 + 47 - 124)

3701 • Ráno vypít na lačno čtvrt litru nálevu z heřmánku, během dne užívat 4 krát denně 6 kapek rulíku zlomocného (ne více, rulík je jed!). Odpoledne a večer pijeme sklenici jednu minutu vařeného odvaru ze směsi 30 g islandského lišejníku, po 20 g kořene proskurníku, kořene lékořice a kořene kostivalu, 10 g natě vlašovičnicku. Pokud onemocnění vyžaduje dlouhodobé podávání čaje, po měsíci vyřadíme kostival a nahradíme jej lněným semínkem. (136+47-95)

3702 • Stejným dílem smícháme kořen mochny nátržníku, kořen proskurníku, kořen omanu, list meduňky, jarní hnědé výhonky borovice, nať pelyňku a nať třezačky. Jednu polévkovou lžici směsi vařit ve čtvrt litru vody 3 minuty a dvacet minut nechat vyluhovat. Pít tři až čtyřikrát denně po jídle. (126)

3703 • Smícháme 20 g kořene proskurníku, 20 g kořene lékořice, 20 g kořene omanu

a 10 g kořene kostivalu, jednu polévkovou lžici směsi vařit 3 minuty ve čtvrt litru vody, 20 minut nechat vyluhovat. Pít třikrát denně po jídle. (126)

3704 • Jedním z nejuznávanějších prostředků k léčení vředu žaludku a dvanácterníku je šťáva z bílého zelí. Připraví se tak, že se jedna velká hlava nakrouhá, pak rozmixuje, šťáva se vymačká a uloží do ledničky v teplotě 5 °C. Pak se užívá jedno až dvě deci a to pětkrát denně. Šťávu je možno doplnit další a to z celeru v množství půl deci. Zelná šťáva je také vhodným podpurným prostředkem při anémii a cukrovce, má však jednu nevýhodu: ne všichni ji dobře snášejí. (328)

3705 • 100 g suchých šípků přelijeme třetinou litru studené vody, krátce povaríme a pod pokličkou necháme vyluhovat přes noc. Ráno znovu krátce povaríme a necháme opět vyluhovat. Na odpoledne si připravíme 300 g tekutého škrobu, např. Maizena. Šípkový čaj precedíme přes plátno, přidáme jej do škrobu a přidáme asi 100 g medu, vše rozmícháme. Získáme nápoj asi na 3 dávky. Každou dávku pak doplníme 2 až 3 tabletami Pangaminu - pivovarskými kvasnicemi. Alternativou může být nápoj citrusový nebo pomerančový připravený podle stejného schématu, případně i nápoj z jiného ovoce. Tyto nápoje se podávají v šestidenních kúrách. Žaludek je vhodno na noc zahřívát např. termoforem. (136 + 47-88)

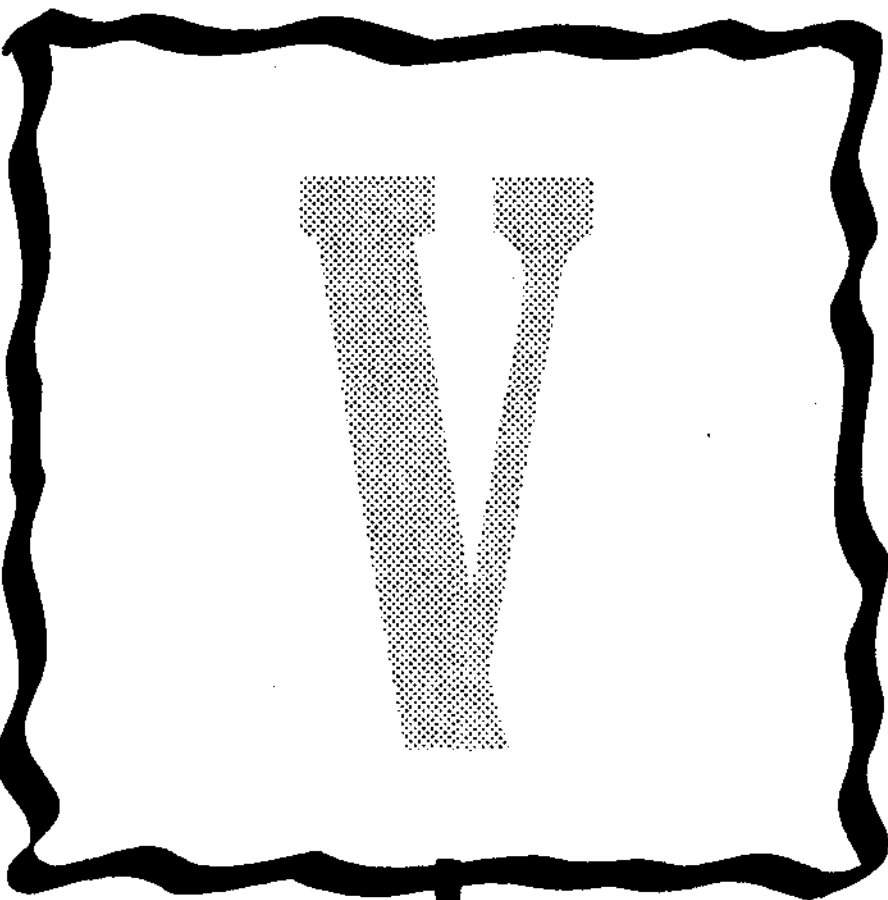
3706 • Víno z nadutě: 4 až 5 listů nadutě (bryophyllum) se na drobno poseká a vloží do jednoho litru bílého vína. Uloží se na jeden měsíc do temna a chladna a pak se užívá ráno na lačno malá lžička. (126)

3707 • Při vředové Chorobě žaludku a dvanácterníku se doporučuje „thé anulcini“: 25 g natě řepíku, 20 g natě slézu, po 15 g natě meduňky a lnice květele, po 10 g květu měsíčku a natě mochny husí a 5 g natě dobromysli. Připravíme 3/4 až jeden litr bylinářského čaje a podáváme z termosky po doušcích během dne. Při větších potížích a bolestech přidáme krátce po skončení varu jednu čajovou lžičku kořene kostivalu - jen výjimečně nebo krátkodobě. Čaj má vynikající účinnost. (136 + 47-27)

3708 • Smícháme 15g květu heřmánku, po 10 g listu ostružiny a máty peprné, plodu fenyklu, natě třezalky a rebríčku, 5 g natě řepíku a 15 g kořene pampelišky. Jednu polévkovou lžici směsi spaříme ve čtvrt litru vařící vody, necháme 20 minut vyluhovat. Pije se 3 krát denně po jídle. (126)

3709 • Při žaludečních vředech s krvácením a bolestmi a při zánětu tenkého a tlustého střeva: do 600 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce nať přesličky, třezalky, kokošky pastuší tobolky, rdesna pepřníku a kořene kostivalu a vaříme 3 minuty. Odstavíme z tepelného zdroje a k odvaru přidáme jednu čajovou lžičku květu heřmánku, natě nebo listu máty peprné a listu meduňky. Necháme vyluhovat 65 minut, precedíme a výtažek užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

3710 • Při žaludečních vředech a chronickém zánětu žaludeční sliznice: do 500 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce tyto drogy: květ heřmánku, list máty peprné, nať bazalky a třezalky a kořen kostivalu. Vaříme 3 minuty, vyluhovat necháme 30 minut. Precedíme a zapař užíváme třikrát denně 120 ml před jídlem. Stejně množství zapař můžeme užít i v noci -večer před spaním.a ráno před vstáváním. (91)



3711 • Při žaludečních vředech a zánětu žaludeční sliznice smícháme 200 g květu heřmánku, po 60 g plod kopru, list máty peprné, nať vlašovičnicku a kořen kostivalu a lékořice, po 50 g květ měsíčku a kořen dříví. Dále jako recept, č. 3710. (91)

3712 • Smícháme 200 g květu heřmánku, 100 g natě rdesna a po 50 g nať ožanky kalamandry, vlašovičnicku, listu máty peprné a meduňky, kořen kostivalu a lékořice a květ měsíčku. Dále jako recept č. 3710. (91)

3713 • Smícháme 200 g květu heřmánku, 100 g natě-rdesna a po 50 g natě ožanky kalamandry, list máty peprné a meduňky, natě vlašovičnicku, květ měsíčku a kořen lékořice. Dále jako recept č. 3710. (91)

3714 • Smícháme 200 g květu heřmánku, 100 g rdesna a po 50 g kořen lékořice, nať vlašovičnicku, květ měsíčku, list máty peprné a plod kopru. Dále jako recept č. 3710. (91)

3715 • Při žaludečních vředech - i jako regulátor dýchání se používá vnitřně jako odvar z rozchodníku prudkého a to z jedné polévkové lžice drogy a 300 ml vřelé vody. Vaříme 15 minut, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Odvar užíváme třikrát denně 80 ml před jídlem. (91)

3716 • Při žaludečních vředech pomáhá míchaný čaj: 100 g kostivalu, 50g měsíčku a 50 g truskavce ptačího. Vrchovatou čajovou lžičku směsi na čtvrt litru vody spaříme a necháme vyluhovat 3 minuty. Denně pijeme tři až čtyři šálky po doušcích. (123)

3717 • Při léčení žaludečních vředů, dvanácterníku vypijeme na lačno ráno 1 dl teplého mléka, do něhož jsme přidali jednu lžičku propolisové tinktury. (99)

3718 » Dvakrát denně vzít na lačno 75 až 80 ml čerstvě připravené šťávy ze syrových brambor. Doba léčby je dva až tři týdny. (136 + 47-13)

3719 • Při vředech žaludečních a dvanácterníkových, provázených krvácením a bolestmi smícháme po 30 g nať třezalky, kokošky pastuší tobolky a rdesna, kořene kostivalu a květu měsíčku a po 30 g natě přesličky, květu heřmánku a listu máty peprné a meduňky. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice této směsi, vaříme 3 minuty, necháme 60 minut vyluhovat a scedíme. Odvar užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

3720 • Při žaludečních vředech a při jaterních a žlučnickových onemocněních se doporučuje jako léčivá bylina čekanka. Užívá se kořen ve formě záparu ze dvou čajových lžiček nadrobno pořezaných kořenů a 200 ml vřelé vody (dávka na jeden den) nebo jako odvar z natě - dvě polévkové lžice pomleté natě zalejeme 400 ml vřelé vody, vaříme 5 minut a necháme vyluhovat 30 minut. Precezený odvar užíváme třikrát denně 80 ml před jídlem (91)

#### Vředy střevní

3721 • Jako čaj osvědčila se směs ze šťavnatých vršků mladých kopřiv, z květů sluněčka zahradního, lněného semena, lopuchu a žanyklu po stejném váhovém díle smíchaných. 20g této směsi povaří se 5 minut v půl litru mléka, scedí se a po celý den po doušku popijí. (107)





3722 • Doporučuje se čaj z diviznového květu 10 g, islandského mechu 10 g, kořene kostivalu 10 g, lněného semena 10 g, kořene lopuchu 15 g, natě patáčku 20 g, podběle natě 20 g, ptačince 20 g a truskavce 20 g. Použije se 15 g směsi na jeden litr čaje. Užívá se po dvou hodinách po malém doušku tak dlouho, pokud příznaky/trvají. (107)

#### Vředy a křečové žíly

3723 • Pomohou obklady z čajového výluhu.

Tři vrchovaté čajové lžičky pitulníku žlutého na půl litru vody, spaříme, krátce vyluhujeme. Výluhem namočíme hadr a používáme jako teplý obklad. (123)

3724 • Obklady: tři vrchovaté čajové lžičky pitulníku žlutého a lžičku listů podbělových spaříme, 5 minut vyluhujeme, výluhem navlhčíme bílé plátno a použijeme jako teplý obklad. (301)

#### Vřed skrofulózní

3725 • Pomáhají obklady z rozmačkaných čerstvých listů podbělových na kaši, kterou nanese na příslušné místo. (332)

3726 • Obklady: čerstvé listy podběle léčivého rozmačkáme na kaši a přiložíme. (303)

#### Vřed mokvavý\*

3727 • List slézu a proskurníku lékařského po 10 g, nať komonice lékařské a lněné semeno po 20 g - dvě minuty vařit v jedné a půl sklenici vody - na obklady. (132)

3728 • Pomáhá Frančova mast: zinkovou mast z lékární smícháme se sádlem a bramborovým škrobem na pastovitou konzistenci. Pasta se vtírá přímo do afekce, může, ale nemusí se převazovat. Místo hotové zinkové masti lze při přípravě použít práškový kysličník zinečnatý. (136 + 47 - 27)

#### Vřed na nohách

3729 • Staré a páchnoucí vředy vyléčíte zaručeně., budete-li je vymývatí třikrát denně teplým odvarem heřmánkovým a po usušení zasypávat dřevěným uhlím. (132)

#### Vřed v uchu

3730 • Vyvaríte v dřevěném oleji tři stroužky česneku a tři žížaly, precedte a vkápněte si třikrát denně do ucha po třech kapkách - teplé. (132)

#### Vřed v nervových zauzleních

3731 • Obklad: semena lnu rozvaříme na kaši, kterou pak rozetřeme na plátno potřebné velikosti. Přikládáme teplé obklady, denně vyměňujeme. (301)

3732 • Dvě lžičky sušené řezané natě violky trojbarevné na čtvrt litru vody. Připravíme buď jako studený nálev nebo přelijeme vařící vodou a necháme vychladnout. Popijíme dva šálky denně. Dětem ředíme na polovinu. Používáme vždy jen krátkodobě. (40 + 45)

3733 • Přikládejte na postižená místa buď čerstvou naklepanou, nebo v oleji vyvařenou nať třezalkovou. (132)

#### Vřed peptický

3734 • Med prokazatelně podporuje hojení peptického vředu. Osvědčilo se podávání teplého medového roztoku: jedna polévková lžice medu se rozpustí v přiměřeném množství teplé, prevarené vody (asi 1 šálek) a zvolna se vypije. Aplikace se provádí 1,5 hodiny před snídaní, 1,5 hodiny před obědem a 2 hodiny před večeří. Strava musí být přirozeně nedráždivá, dietní. (136 + 47 - 43)

3735 • Vřed peptický, vředová choroba žaludku a dvanáctníku: 100 g kořene kostivalu, po 50 g natě rdesna ptačího a květu měsíčku. Jednu lžičku směsi na sklenici nálevu - užít 4 krát denně. (136 + 47 - 135)

3736 • Osvědčilo se přidávat do všech čajových směsí na léčbu peptického vředu strouhaný, nejlépe čerstvý kostival. Přidává se do odvaru nebo nálevu tehdy, až jeho teplota poněkud poklesne a ponechá se déle vyluhovat. (136)

#### Vřed hnisající

3737 • Základní procedura: vařenou cibuli rozetřít na čistý hadřík a přikládat na hnisající vřed. Vyměňovat každých pět až šest hodin, smývat Azulenem nebo záparem z třezalky. (99)

3738 • Obklad ze lněného semena: na talířek položíme hadřík o mnoho větší než hnisající vřed, nasypeme vrstvu mletého lněného semena, zalejeme vařící vodou a po vychladnutí složíme hadřík a přikládáme na postižené místo. (99)

3739 • List slézu a proskurníku lékařského po 10 g, nať komonice lékařské a lněné semeno po 20 g. Dvě lžičky směsi vařit v jedné a půl sklenici vody. Na obklady. (132)

#### Vřed žíravý

3740 • Mast proti žíravým vředům - lupus: smíchejte jemně rozsekanou nebo rozemletou nať jitrocelovou, pelyňkovou, přesličkovou po jednom dílu a čtyři díly natě ptačincové a tolik glycerínu, aby vznikla hustší mast. Přikládejte natřenou na plátno vždy na noc. (132)

#### Vředy - nežity

3741 • Matthioli: „Suchý kořen kosatce na prach ztlučený, na vředy a na místa bolavá posypaná, je hojí, vyčišťuje je, zvláště kdyby jej s medem smísil a přikládal.“ (74)

3742 • Matthioli: „Vino, v kterémž tamaryšek vařen jest ... vředy vlhké i také spáleniny mocně vysušuje.“ (74)

3743 • Matthioli: „Zelené žaludy (dubové) rozetřené ... přikládají se také užitečně a slaným sádlem na vředy nezhojitelné.“ (74)

3744 • Matthioli: „Přidává se třevdava do traňkův ranních a do těch, kteréž se dávají proti rozjídavým vředům.“ (74)

3745 • Čerstvý sporýš trochu pomačkáme, aby pustil šťávu. Sušenou drogu spráškuje, dáme do čistého malého váčku, krátce povaríme, vodu vytlačíme a přiložíme pytlíček - nebo čerstvou vymačkanou bylinu na hnisavé ložisko nežity. Ponecháme do přirozeného uschnutí, potom postup opakujeme. (136 + 47 - 38 podle 39)



**Vřed kožní**

3746 • Používáme především obklady z vařené cibule. Obklad vyměňujeme po několika hodinách a smýváme záparem z bylin, které mají dezinfekční účinky. (99)

**VŠI**

3747 • Když zjistíte vši na hlavě a na ohanbí, vymažte postižená místa důkladně anýzovým olejem. (132)

**VYČERPANOST**

3748 • Pijte přes den po lžičkách spárku teplou z natě černobýlové. (132)

3749 • Likér pro vysílené: do půl litru dobrého bílého vína nechte macerovat 30 g kořínků angelikových, po smíchání a přefiltrování vmíchejte několik rozemletých kardamonek. Pije se dvakrát denně po vinné skleničce. (132)

**VYKLOUBENINY**

3750 • Vyklobeniny, ale i sněti, pálivé rány, odřeniny nohou: léčíme obklady z čerstvých listů devětsilu lékařského. Listy dobře umyjeme, rozmělníme na vale válečkem na nudle a přiložíme na postižené místo, které pak ovážeme plátnem, vatou a ručníkem. Přes den opakujeme vícekrát nebo dáme na noc a necháme do rána. (303)

3751 • Dobrá rada: dejte si z opatrnosti nejdříve zrentgenovat, jen tak máte jistotu, jedná-li se o vykloubeninu nebo zlomeninu. Vnitřně pomáhá čaj ze směsi brotanu (dřevinky) Černobýlu, topolového listí, třezalky, tymiánu. Čaj zabrání zanícení. (132)

**Vymknutiny**

3752 • Vymknutiny přijdou samy k sobě, přikládáte-li na ně čerstvou nať celerovou a petrželovou, rozmačkanou válečkem. (132)

3753 • Na zanícené vymknutiny si rozetřete mastný jíl s listím jitrocelovým (čerstvým nebo napařeným) a přikládejte na postižené místo. Obnovujte 2 až 4 krát denně. (132)

**Vyvrkliny**

3754 • Svařte pšeničné otruby a octem tak silným, jak možno na hustou kasičku, natřete na plátno a přikládejte na postižené místo tak horké, jak snesete. (132)

3755 • Vyvrkliny - stržené maso: nechte táhnout několik dní v žitné kořalce obyčejnou smůlu, scedte a natřete na silnější plátno nebo tenké ohebné kůže a přiložte ze dvou stran. (132)

3756 • Při vyvrklinách a zlomeninách podle dr. Haas-Basela: nechte několik týdnů macerovat ve 3/4 l lihu 50 g prhových, 25 g heřmánkových a měsíčkových květů a přefiltrujte. Vtírá se přímo. Po vetření se doporučuje ještě přiložit obklad namočený do téhož a jen trochu přezdímaný na postižené místo. (132)

**Výrony, podvrtnutí**

3757 • Léčí se fixací postiženého údu ve vodorovné, poněkud zvednuté poloze a studenými

obklady, měněnými po dvou hodinách. Když hojení poněkud pokročí doporučují se střídavé (horké - studené) lázně a jemné masáže postižené končetiny či kloubu olivovým olejem. Jestliže je bolest velmi silná, je třeba ponořit postiženou končetinu do silně osolené vody, teplé asi 45 °C, potom následuje studené polévání a přiložené studené naplatí ze strouhané cibule se solí v poměru 3:1, případně teplého obkladu z otrub, spařených vroucím vínem, event. z náplasti ze 2 až 3 krajíčků chleba bez kůrky, který se propracuje s octem na husté těsto, přiložit a převázat. Po sejmutí obvazů se provádí lehká masáž opět nejlépe olivovým či slunečnicovým olejem (136+47-19)

**VYRÁŽKY**

3758 • Při vyrážkách a lišejích připravíme odvar: jeden díl drobně řezaných a sušených fazolových lusků zalijeme čtyřmi díly studené vody a necháme přes noc stát. Ráno 15 minut vaříme, vychladlé precedíme a pijeme 3 až 4 šálky denně, vždy před jídlem. (40 + 45)

3759 • Na vyrážky, ekzémy a lišeje se používá koupel připravená z osmi lžic natě kakostu smrdutého (čapí nůsek), která se 10 minut vaří a nechá čtvrt hodiny vyluhovat. Používá se vlažná. (306)

3760 • Kořen kuklíku vyloužíme v Alpě a vodičkou natíráme několik dní příslušné místo. (86)

3761 • 25 g mladých výhonků borovice, 25 g listí ořešáku, 25 g rebríčku, 25 g plodu jalovce, 25 g marinky vonné, 25 g jahodníku, 25 ostružiníku, 25 g trnky, 30 g lopuchu, 40 g třezalky, 40 g listu jitrocele, 40 g listu kopřivy, 50 g petrklíče, 100 g řepíku - vše smícháme s jednou polévkovou lžící směsi spaříme čtvrt litrem vody, dvacet minut vyluhujeme a pijeme třikrát denně před jídlem. (301)

3762 • Vyrážky, ekzémy, akné, při kožních poruchách vznikajících na základě přecitlivělosti organismu: jednou nebo dvakrát týdně provést koupel z ovesné slámy nebo tzv. sených trusek, tedy plev, které zůstanou na půdě po odklizení slámy. Asi půl až 1 kg slámy nebo strusek povařit delší dobu v několika litrech vody a odvar přes síto vlít do vany s příjemně teplou vodou o teplotě kolem 37 °C. Doba koupele má být asi 10 minut, případně o chvíli delší - nemocný má být v koupeli zcela ponořen a má si mýt bez namydlení tvář a krk. Po koupeli se nemocný neutírá, ale zabalí se do prostěradla a na půl hodiny ulehne do vyhřáté postele. (136+47-120)

3763 • Při lehkých kožních vyrážkách: 40 g listu ořešáku královského použijeme na půl litru vody, doba vyluhování 15 minut. Používáme k obkladům nebo omývání. (78 + 66)

**Vyrážky a strupovitost malých dětí**

3764 • 80 g macešky, 50 g kořene lékořice, 20 g fenyklu. Připravít 250 ml nálevu, vyluhovat v uzavřené nádobě asi dvacet minut, přidat trochu mléka, pít z termosky po doušcích během dne. Vhodné pro děti od tří let, menším zhruba poloviční dávku. (136)

**Vyrážky suché**

3765 • Čaj z pýru plazivého. (132)

**Vyrážky úporné**

3766 • Čaj z artyčoku připravíme tak, že jednu polévkovou lžičku listu byliny krátce povaríme, dvacet minut vyluhujeme a pijeme před jídlem. Též je možno aplikovat lihový výtažek. (132)

**Vyrážky kožní**

3767 • Smícháme 20 g macešky, 10 g země-dýmu lékařského, 10 g jalovcového dřeva, 10 g kořene lopuchu, 5 g kořene sarsap., 10 g kořene sladkého dřeva, 20 g rozrazilu a 5 g měsíčku. Pije se třikrát denně šálek silného odvaru vždy po jídle. (132)

**Vyrážky hnisavé**

3768 • Vyrážky hnisavé, při uhrách, při pocení nohou: připravíme přísadu do koupelí a na omývání ze 100g listů ořešáku královského na plnou koupel, po omytí jedna vrchovatá lžička čajová na čtvrt litru vody. Pro silnější výluh dáme dvojnásobné množství listů. (123)

**Vyrážky mokravé**

3769 • Na mokravé vyrážky, lišeje a nehojící se rány je vhodná tato koupel: osm lžic řezané sušené kvetoucí natě kakostu smrdutého vaříme na mírném ohni 10 minut v jednom litru vody, necháme 15 minut stát, precedíme a použijeme vlažný. (14)

3770 • Čaj z medvědího česneku - možno použít i obyčejný česnek kuchyňský (do polévky, k salátům). (132)

viz také

Vaječníky

4153, 4154, 4155, 4156, 4157, 4158

Varlata

3173

Větry

9689, 1743, 1747, 1754, 1757, 1758, 2498

Vitiligo

0994, 0995

Vlasy

0279, 1362, 1363, 1994

Vodnatelnost

0611, 2022, 2081, 2085, 3025, 2044, 3617

Vousy

1345

Vrásky •

1576, 1757, 1796, 2396, 2405, 2431, 2432, 2433, 2434

Vředy

0229, 0682, 0683, 0684, 0685, 0685, 0687, 0688, 0689, 0690, 0691, 1003, 1004, 1035, 1701, 2295 až 2510, 2859, 2861, 2872, 2875, 2891, 3173, 3182, 3312, 3313, 3314, 3315, 3327, 3328, 3329, 3330, 3331, 3332, 3333, 4184

Vyčerpanost

1055, 1991, 1192, 1993, 1994

Vykloubeniny

0903

Vyrážky

0135, 0279, 0770, 1122, 1342, 2430, 2876, 2881, 2890

**ZÁCPA****Projímadla**

3771 • 1 lžička semena anýzu, dvě lžičky kůry krušiny, plodu řešetláku a kořene lékořice a tři lžičky listu senný. Dvě lžičky této směsi na čtvrt litru vody, 20 minut nechat vařit. Pijí se 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

3772 • Jednu lžičku semena lnu setého zalít šálkem vřelé vody. Pije se vlažný čaj tři až šestkrát denně. (40 + 45)

3773 • 100g semen lnu setého rozemeleme na masovém strojku a svaříme s jedním litrem vody. Užíváme vlažný čaj po lžičkách několikrát denně. (40 + 45)

3774 • Tři lžičky rozmačkaných plodů řešetláku počistivého na půl litru vody. Povaří se, nechá se ustát a po přecezení se osladí medem. Užívá se po lžičkách jeden šálek denně. (40 + 45)

3775 • Zralé plody řešetláku počistivého rozdrtit, nechat trochu zkvasit a vylisovat. Na půl kg šťávy přidat 1 kg cukru, na špičku nože kyseliny citrónové a 10 minut povařit. Chladnou šťávu nalít do malých skleniček. Užívat jednu až dvě lžice denně, děti polovic. (40 + 45)

3776 • Likér projímací trnkový - nejlepší ze všech prostředků. Čtvrt litru rozmělněných trnkových semínek nechť vykvasiti měsíc v litru lihu a 3/4 kg práškového cukru, přefiltrujte. Denně k ránu při vymočení odlivku. (132)

3777 • Zácpu odstraní, pijete-li odvar z kmínu nebo užijete-li denně ráno na lačný žaludek lžici pravého lesního medu včelího. (132)

3778 • Kdo trpí chronickou zácpou a chce si bez bolesti upravit stolicí, nechť pije v noci, když se probudí, denně půl litru studeného polevu z locikové natě a květů slézu okrouhlolistého. (132)

3779 • Proti zácpě, k omlazení, zkrášlení pleti a posílení srdce a nervů: zemědým jest onou tajenou bylinou, kterou moudří otcové Rosenkruciáni a po nich zejména proslulý hrabě Saint-Germain a jeho slavný žák hrabě Cagliostro doporučovali jako eminentní projímadlo. Polev z květů a natě pít pravidelně delší dobu. (132)

3780 • Kořen omanu, lékořice, andělíky lékařské, mydlice, květ levandule, oddenek kozlíku, kůra krušiny olšové. Ze směsi připravit odvar. (99)

3781 • Mleté lněné semeno (1 lžice medu + 3 lžice semena). Užívat dvě lžice denně s mlékem nebo čajem. (99)

3782 • Sušené švestky 10g denně, v kompotu, se zelím, s fazolí apod. (99)

3783 • Byliny odstraňující příznaky zácpy: 30g kůry krušiny olšové, 20g oddenku reveně, 15g listu proskurníku (ibišek), 10g anýzu, 10g kořene lékořice, 30g kořene andělíky. Ze směsi připravíme odvar. (99)

3784 • Nař rebříčku, macešky, benedyktu, květ heřmánku, kořen bedrníku, kůra krušiny olšové, list máty. Připravíme odvar. (99)

3785 • Smícháme 30 g kůry krušiny olšové, 30 g listu kopřivy dvoudomé a 5 g natě rebríčku obecného. Nálev: polévková lžíce směsi na šálek vody, nechat 20 až 30 minut ustát. Na noc pít půl šálku čaje. (78 + 66)

3786 • Smícháme 30 g kůry krušiny olšové, 10 g natě rebríčku obecného, 10 g listu vachty trojlisté a 5 g plodu kmínu kořeného. Odvar: polévková lžíce směsi na šálek vody, povařit 10 minut. Užívá se půl až jeden šálek denně. (78 + 66)

3787 • Smícháme po 20 g kůru řešetláku počistivého a krušiny olšové, 20 g kořene lékořice lysé a 10 g plodu bedrníku anýzu. Odvar: polévková lžíce směsi na šálek vody. Vaří se 10 minut. Užívá se šálek denně na noc. (78 + 66)

3788 • Připravíme odvar z jedné až dvou polévkových lžic semena lnu setého na šálek vody, povařit 5 minut. Užíváme během dne, každé dvě hodiny půl šálku. (78 + 66)

3789 • Výtažek z natě bazalky obecné v lihu, smíšený se stolním olejem na polovic je znamenitým projímadlem a současně čistí střeva. Dávka podle povahy zácpy, bere se před spaním. Zaručeně a stále prospívá. Organismus si nikdy na ni nezvykne jako u jiných projímadel. (132)

3790 • Stolicí si upravíme „fíkovou kúrou“: Vložte 4 až 8 omytých fíků do půl litru vlažné vody a nechte je přes noc táhnouti. Ráno na lačný žaludek fíky snězte a zapijte vodou, v níž ležely. Kúru zesílíte ještě když fíky rozkrájíte a místo vody necháte 24 hodin táhnouti v olivovém oleji. Jakmile máte stolicí pravidelnou (denně alespoň jednou ráno), kúru přerušte. (132)

3791 • Smícháme 60 g listu kassie úzkolisté, 20 g kořene lékořice lysé, 20 g plodu fenyklu obecného a 10 g plodu bedrníku anýzu. Nálev: užívá se šálek čaje večer před spaním. (78 + 66)

3792 • Smícháme po 20 g: kúru krušiny olšové, natě rebríčku obecného, kořen pýru plazivého a list kassie úzkolisté. Nálev: pije se šálek čaje na noc po doušcích. (78 + 66)

3793 • Smícháme po 50 g kořene lékořice lysé a natě třešňáky tečkované a 25 g listu kassie úzkolisté. Nálev: polévková lžíce směsi na šálek vody. Pije se šálek čaje večer. (78 + 66)

3794 • Smícháme 25 g kůry krušiny olšové a 30 g listu máty peprné. Nálev: polévková lžíce této směsi na šálek vody. Pije se večer 1 až 2 šálky. (78 + 66)

3795 • Smícháme 30 g listu máty peprné, 30 g listu kassie úzkolisté, 20 g kořene čekanky obecné a 20 g plodu bedrníku anýzu. Nálev: polévková lžíce směsi na šálek vody. Čaj se pije večer po doušcích. (78 + 66)

3796 • Dvě polévkové lžíce semena lnu setého se večer přelijí sklenkou studené vody a ráno se procezený macerát vypije. Je možno také polknout semena celá. Účinek nastává asi za dva dny. (3290)

3797 • Užijte čaj - macerát: přidejte půl čajové lžičky květu bezu černého do jednoho šálku studené vody a nechte-přes noc vyluhovat. Ráno macerát přihřejte a vypijte. (23)

3798 • Smícháme po 20 g listu senný, květu bezu černého a kořene lékořice a kúry krušiny olšové, dále

po 10 g plodu anýzu a fenyklu. Čajová lžička této směsi na šálek vody. Vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Ráno a večer vypijte šálek teplého čaje. (30)

3799 • Smícháme po 30 g kůry krušiny olšové a květu trnky a 100 g kořene reveně. Jednu čajovou lžičku této směsi na šálek vody. Vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Ráno a večer vypijte jeden šálek teplého čaje. (30)

3800 • Smícháme 25 kořene čekanky obecné, 20 g listu kassie úzkolisté, 20 g plodu řešetláku počistivého, 20 g kůry krušiny olšové a 10 g kořene lékořice lysé. Odvar: polévková lžíce směsi na šálek vody, povařit 10 minut. Pije se šálek na noc. (78 + 66)

3801 • Pomáhá krušina olšová. Jednu čajovou lžičku pokrájené kůry zalejeme jedním šálkem studené vody a necháme 12 hodin stát nebo kúru za studena přelijeme a krátce povaríme. (126)

3802 • Pomáhá fíková pasta: 100 g fíků, 100 g hrozinek, 20 g listu senný, 10 g krušiny olšové a 30 g lněného semena. Vše pomeleme na masovém mlýnku a připravíme váleček pasty, ze které ukrajujeme kousky podle potřeby. (136+47-138)

3803 • Vezmeme několik lžic čerstvě připraveného pšeničného šrotu, jednu cibuli a dva nebo tři stroužky česneku, vše povaríme v přiměřeném množství vody. Do uvařené polévky přidáme čerstvě sekanou petrželku a jednu polévkovou lžici olivového oleje. V tvrdošijných případech můžeme i přidat trochu lněného semena. (136 + 47 - 138)

3804 • Pomáhá kompot připravený rozmočením sušených švestek. (136 + 47-138)

3805 • V bílém víně macerujeme bazalku v poměru 1 :5. Po době asi jednoho týdne získáme bazalkové víno, které je třeba smíchat s olivovým olejem v poměru 30 ml vína na 20 ml oleje. Podáváme jednou, v těžších případech dvakrát denně. (136 + 47-36)

3806 • Smícháme 30 g listu senný, 20 g plodu fenyklu, 10 g plodu anýzu a 20 g kořene lékořice. Jedna čajová lžíce této směsi na jeden šálek vody. Vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Během dne vypijte 1 až 2 šálky teplého čaje. (30)

3807 • Dvě vrchovaté lžíce plodu řešetláku počistivého se zalijí čtvrt litrem studené vody. Přivést k varu (nevařit!), nechat 5 minut přikryté vyluhovat, scedit a večer před spaním vypít jeden šálek - anebo půl hodiny před spaním žvýkat 10 bobulí. (126)

3808 • Doc. Příhoda doporučuje při zácpě následující směs: 20 g krušiny olšové kůry, 10 g pomerančové kůry, 5 g listů rebríčku a 5 g plodu kmínu. Vrchovatá polévková lžíce směsi se 5 minut vaří v půl litru vody, po desetiminutovém stání se scedí a pije se po šálku vždy navečer. (106 + 009)

3809 \* Nálev z celé byliny ptačince obecného je prvotřídním, mírným, bezbolestným projímadlem. (132)

3810 • Čaj (odvar): 100g semen lnu užitkového rozemeleme a svaříme s jedním litrem vroucí vody. Užíváme vlažný po lžičkách, několikrát denně jako spolehlivý prostředek proti zácpě. Ke stejným účelům můžeme použít semeno



vcelku - jednu lžičku zapijeme vodou na lačno, případně před každým jídlem (330)

3811 • Dvě lžičky řezané kvetoucí natě kasto smrdutého na čtvrt litru vody. Povaríme 3 až 5 minut, necháme 15 minut stát a precedíme. Pijeme dva šálky denně. (14)

3812 • Kdo trpí zácpou, užijte ráno od snídaně až k poledni každé půl hodiny lžiči čerstvé vody. Touto malou dávkou dosáhneš lepšího účinku, než kdybys půl žejdlíku nebo ještě více vody vypil najednou. Bude-li ti libo, můžeš odpůldne zase každé půl hodiny neb až za jednu hodinu užít po lžiči vody. (56)

3813 • The z bezového květu chladí, rozpouští a odnímá vnitřní horkost. 3 až 4 zrnka aloe do něho vmíchána poskytnou nám lék počišťující, chladící, rozpouštěcí a vyměšující. 6 až 8 lístků bezových, zelených na jaře a v létě na thé svařených, ochlazují rovněž. Ráno pijeme půl a večer též půl koflíku takového thé. Těmito léčivými bylinkami nemá žádná lékárníčka opovrhovati, jelikož je Bůh, nejvyšší lékař a lékárník pro všechny lidi nechal růst zdarma. (56)

3814 • Fíková klobása: umyjeme půl kg fíků, semeleme je na masovém mlýnku, přidáme 5 g moučky z listu senná vše smícháme v těsto. Potom z těsta zformujeme klobásu, zabalíme do folie a uložíme do chladničky. Ráno se jí na lačno kousek ve velikosti lískového oříšku, děti pouze třetinu a to tak dlouho, dokud nenastane normální trávení. (123)

3815 • Smícháme po 10 g kořene bertram, natě bazalky, jablečnicku, řeřichy potochní, světlíku a zeměžluče, semena fenyklu, kůry krušínové a květu trnky plané, 30 g jahodového listu, 25 g natě rebríčku růžového, 30 g řepíku lékařského a 15 g natě zeměžluče. Pijeme ze směsi čaj po doušcích během dne. (107)

3816 • Projímavý prášek z bílých růží připravíme z 50 g mletého cukru, do něho vmícháme po 20 práškovaných květů bílých růží a listu senný a po 10 g rovněž práškovaného semena fenyklu a práškované síry. Podávat třikrát denně půl čajové lžičky prášku, zapít vodou. V případě velmi úporné zácpy se osvědčilo přidat do směsi ještě 10 g práškované kůry krušínové. (136 + 47-95)

3817 • Kurelův prášek proti zácpě: 50 g mletého cukru, do toho pomlet po 20 g listu senný, kořene sladkého dřeva (lékořice) a po 10 g čisté síry (z lékárny) a fenyklu. Užívat třikrát denně půl čajové lžičky. (136)

3818 • 48 g mletého cukru, 20 g listu senný, 20 g kořene lékořice, 10 g síry a 2 g fenyklu. Dokonale promíchat, užívat podle potřeby dva až čtyřikrát denně půl čajové lžičky. (136)

3819 • Smícháme 40 g listu senný, 25 g květu bezu černého a po 15 g plodu anýzu a fenyklu. Podává se podle potřeby formou nálevu. (136)

3820 • „Zázračné projímadlo Saint Germaina“: anýz, fenykl, lékořice a list senný smícháme stejným dílem, jednu lžičku směsi spaříme ve čtvrt litru vařící vody a necháme 15 minut vyluhovat. Pijeme na noc po malých doušcích příjemně teplých. (303)

3821 • Každé ráno sníst na lačno dvě jablka, upečená v mírně vyhřáté troubě, bez cukru a tuku. Do diety zařadit alespoň 100 g ovesných vloček

denně a výrobky z otrub, jako např. Grahamsův chléb apod. (136 + 47 - 51)

3822 • Smícháme 100 g krušínové kůry a po 50 g květu heřmánku, natě přesličky a kořene pampelišky a lopuchu. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě až tři polévkové lžičky této směsi, vaříme 3 minuty a necháme 30 minut vyluhovat, pak sceďme. Užíváme tři až čtyřikrát denně 80 až 120 ml odvaru každé tři hodiny. (91)

3823 • Některým nemocným stačí k odstranění zácpy výtazek ze sennových lusků, který si připravíme takto: podle povahy nemocného se dá 10 až 15 sennových lusků do osminy litru studené vody, něčím zatíží, aby nevyplavaly na povrch a tak nechají loužit nejméně osm hodin. Obvykle to uděláme ráno a loužíme do večera. Půl hodiny před večerí vylouženinu vypijeme. Nedělá břišní koliky. (107)

### Mírné projímadlo

3824 • Po 80 g rozmarýnu a šípku, 60 g květů chrpy, po 50 g květů černého bezu, přesličky, březového listu, natě průtržníku lysého a jalovčinek a po 40 g natě zlatobýlu a natě violky trojbarevné. Chrupu lze nahradit kopřivami. Jednu polévkovou lžičku směsi vařit dvě minuty ve čtvrt litru vody, pít třikrát denně asi 20 minut před jídlem. (136 + 47-11)

3825 • Růžový med: do širokohrdlé nádoby dát 10 hrstí sušených okvětních lístků temně rudých růží, přelit dvěma litry vroucí vody a ponechat 12 hodin na okraji plotny, potom precedit přes lněné plátno, vmíchat 1,5 kg medu, krátce povařit, sebrat pěnu a znovu precedit. Používá se ke kloktání při bolení v krku a vnitřně jako mírné projímadlo. (136 + 47-77)

3826 • Smíchejte si prášek rozemletého reveňového kořene 3 až 4 g s medem na řidší kasičku a užijte ráno na lačný žaludek. (132)

3827 • Mírné projímadlo, zároveň krev čistící: spařte směs ze 7 g trnkových květů a 3 g světlíku čtvrt litrem vody, sceďte a vypijte ráno na lačno. (132)

3828 • Velmi mírné projímadlo: květ divizny velkokvěté smícháme s listem v poměru 1,5:2,0 - podán formou nálevu. (136 + 47-125)

3829 • Nálev připravený v poměru 2 g lnice květele na 0,2 litru vařící vody, před pitím nechat dvacet minut odstát. (305)

3830 • Odvar se připraví tak, že se 15 gramů usušených květů trnky (slivoň trnka) vaří dvě minuty ve čtvrt litru vody, nechá se 10 minut ustát a precedí se. Tato porce se pije ráno a večer. (118)

### Zácpa chronická

3831 • Velmi dobře pomáhá kúra z lněného semena. První tři dny sníst 6 lžic semena — může být jemně namleté. Další dny po dobu až jednoho měsíce udržovací dávka 2 lžice denně. Působí regenerativně na střevní sliznici. (126)

3832 • Zácpa chronická - odtučnění: po 10 g plodu fenyklu, kořene jehlice trnité, květu slézu maurského a levandule a listů medvědice léčivé, 5 g listu senný, po 20 g kůry krušiny olšové



a kořene reveně dlanité a 10 g květu růže. Jednu polévkovou lžici směsi spaříme čtvrt litrem vařící vody, necháme dvacet minut vyluhovat, pijeme před spaním. (126)

3833 • Smícháme 10 g oddenku pýru, plodu kmínu, černého bezu, kořene pampelišky a listu senný, 20 g listu máty a 30 g kůry krušiny olšové. Jednu polévkovou lžici této směsi zalijeme čtvrt litrem studené vody a ohříváme dvacet minut bez varu. Pije se třikrát denně po 50 ml. (126)

#### Zácpa s křečí

3834 • 40 g kůry krušiny olšové, 20 g listu ořešáku vlašského, 10 g kořene lékořice, 10 g plodu fenyklu, 10 g kořene proskurníku, 10 g lněného semena. Jednu čajovou lžičku směsi vaříme 5 minut, pak necháme 20 minut vyluhovat. Pijeme ráno a večer šálek teplého čaje. (126)

#### Zácpa spojená s nadýmáním

3835 • Smíchejte po 10 g plodu kmínu a oplodí pomeranče a 100 g kůry krušiny olšové. Dvě čajové lžičky této směsi na dva šálky vody. Vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Denně vypijte 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

#### Zácpa spojená se zduřením jater

3836 • Smícháme 10 g plodů hřebíčku, 20 g plodů anýzu, 30 g kůry krušiny a 40 g listů máty peprné. Dejte lžičku této směsi do šálu vody, nechtě 5 až 10 minut vařit a pak scedte. Denně večer vypijte jeden šálek teplého čaje. (30)

3837 • Smícháme po 10 g květu máku vlčího, hluchavky bílé a plodů kmínu, po 20 g květu rmence sličného a trnky a 100 g kůry krušiny olšové. Dvě čajové lžičky této směsi do dvou šálků vody. Nechtě vařit 5 až 10 minut a scedte. Denně vypijte dva - tři šálky teplého čaje. (30)

3838 • Zácpa jaterní se odstraňuje salátem z čerstvých lístků čekanky obecné. (132)

#### Zácpa střev

3839 • Střevní projímadlo - likér dříšťálový: 30 g polosušných, přepraných a rozdrcených dříšťálek naložte do litru dobrého červeného vína, nechtě několik dní táhnout a prefiltrujte. Denně k ránu odlivku z počátku menší, pak denně větší. Působí lépe než všechny umělé projímací prášky. (132)

3840 • Pijte ráno na lačný žaludek a večer před spaním koflík spárky z rozrazilového listí, špetku na koflík, nesladký. (132)

#### Zácpa tvrdošijná

3841 • Smíchejte stejným dílem nař a neroztlučená lněná semínka, načež ráno na lačný žaludek vypijte sklenici horké spárky. (132)

3842 • Ráno na lačný žaludek větší koflík černé studené kávy silně slazené, přičemž si čistým flanellem profrotýrujte silně krajinu břišní nejdříve jenom nad pupkem, pak stejně dlouho pod pupkem. (132)

3843 • Kůru krušiny obecné sloupáváme koncem května a její odvar jest vděčným a zaručeným

projímacím prostředkem i při tvrdošijné zácpě. Výtečně prospívá též při chorobách jater, žluči, vodnatelnosti. Užívá se každé dvě hodiny jedna polévková lžice. Bere se 20 g na půl litru a vaří se půl hodiny. (132)

#### Zácpa spastická

3844 • Nař rebríčku, macešky, čubetu benedyktu, květ heřmánku, list senný, kůra krušiny olšové a list máty peprné - vše po 30 g. Večer vypít horký odvar z této směsi. (126)

#### Zácpa spojená s bolestmi žaludku

3845 • Smíchejte 20 g květu bezu černého, 30 g plodu řešetláku počistivého a 100 g kůry krušiny olšové. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Nechat vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Během dne vypijte 3 šálky teplého čaje. (30)

3846 • Při zácpě a žaludečních křečích smíchejte stejným dílem nař červince a trnkové květy a přidejte špetku pelyňku. Spařit jednu lžici směsi čtvrt litrem vřelé vody, pít denně 2 až 3 koflíky. (132)

#### Zácpa při návalech krve do hlavy - zácpa při otylosti

3847 • Vhodte do půl litru vařící vody 20 g hořké soli, odstavte, nechtě vystydnout a vmíchejte tam 35g medu. Pijte podle libosti, až vás projme. Při zácpě otlých dětí dostačí namazati na kus chleba med v tomto roztoku vymáčený. (132)

#### Zácpa sleziny a žloutenky

3848 • Při zácpě sleziny, jater i žloutence koná divy odvar z kořene čekanky obecné. Vylučuje všechny nečistoty z těla močem, jest mírným projímadlem, působí tudíž dobře i při vnitřních hemoroidech. Kdo má starosti a často se zlobí, měl by jej stále pít. Působí blahodárně i na žluč. (132)

3849 • Při zácpě sleziny a při žloutence pomáhá odvar z rozdrcených semen oříčku obecného 10 g na půl litru vody, smíchaný se šálkem čekankového čaje. (132)

#### Regulátor stolice

3850 • Dobře působí med. Slabě projímá, ale při průjmech „desinfikuje“ stolicí a tím vlastně mírně staví. (136+47-117)

3851 • Dobrým regulátorem stolice je oddenek reveně. Dávka na špičku kulatého nože práškového kořene mírně staví, jedna čajová lžička pak již působí projímací. (136)

#### Mírné projímadlo pro děti

3852 • Elixír Dr Asmuse: do 10 dílů sirupu, 5 dílů cukru, 4 dílů destilované vody vetřete 10 dílů manny. Podle potřeby lžici. Působí jako mírné projímadlo a zároveň posiluje. (132)

#### Zácpa svízelná

3853 • Osvědčilo se použít rozdrcené jitrocelové semínko a to v dávce asi 10 g polknout na noc. Jitrocelová semínka mají silnější extorační účinek než semínka lnu. (311)

3854 \* 10 g rozdrcených jitrocelových semínek smícháme s 10 g oddenku reveně, rozdrťme na

prášek a použijeme na špičku nože po večeři. Zapít vodou. (301)

## ZÁDA

### Záda - bolesti

3855 • Použití sérii dvacetiminutových sedacích koupelí v příjemně teplém přesličkovém odvaru. Koupele se užívají zpočátku denně, později ob den, na doléčení pak 1 až 2 krát týdně. Podle potřeby se používá 6 až 16 koupelí v jedné sérii. Koupele uvolňují tlak ledvin a tím odstraňují některé typy bolestí v zádech, ale i některé typy neuróz, duševních depresí, zlepšují sexuální funkce. Obvykle se doporučuje koupel kombinovat s pitím čaje ze tří dílů kopřivy, dvou dílů přesličky, jednoho dílu rebríčku. Pít ráno a večer šálek, ve formě odvaru. (123)

3856 • Hrst Černobýlu a hrst třezalky macerovat v litru bílého vína typu ryzlink po dobu jednoho týdne, scedit a pít 2 až 3 krát denně po 0,05 l. K tomu masáže zad třezalkovým olejem. (136 + 47-89)

3857 • Bolesti zad jsou trojí:

1. náhlé (kašel, houser), 2. revmatické a 3. úporné a trvalé. Dejte si prozkoumat moč. Je-li v moči bílovina nebo cukr, máte zánět ledvin a bolesti vystřelují z ledvin. Revmatické bolesti v zádech vyléčíte nejlépe a rychle jehlicovým kořínkem. Pozor: kdo trpí zároveň srdeční vadou, nemá léčit revmatismus koupelemi. (132)

3858 • Celou páteř natlusto namažeme hnědou Indulonou. Pás vaty v potřebné délce navlhčíme slivovicí a přiložíme na pomazané místo. Potom vše přikryjeme igelitem, ten fixujeme leukopalstí a ještě přikryjeme ručníkem. Aby vše drželo, natáhneme si ještě nakonec těsné tričko. Zábál nesmí pálit, jen mírně hřát. Pokud pálí, je vrstva Indulony slabá. Při dobré snášenlivosti zábál ponecháme celou noc, ale napřed odzkoušíme hodinovou aplikaci reaktivitu naší pokožky. Pokud zábál pálí, raději ho odstraníme. Aplikujeme nejméně 8 dní, ale raději 10 až 14 dní. Vatu nevyměňujeme, poslouží po celou proceduru. Nejdříve použijeme sice slivovice, asi 1,5 dl, na celou páteř, pak již postačí menší množství. Není-li slivovice dostupná, je možno použít Alpy nebo lihu, denaturovaného benzinem. (136 + 47 - 218)

3859 • Cvičit: ihned po probuzení lehnout na zem, na záda. Zvednou kolmo pravou nohu a položit ji přes tělo na levou stranu, až se špička dotkne země. Potom totéž s levou nohou, každou procvičit osmkrát, lopatky pevně přitlačit k zemi. Vhodné je léčbu doplnit mírným užíváním sterilované šťávy černého bezu, denně 50 až 100 ml případně též s přísadkou malého množství alkoholu. (136 + 47 - 32)

3860 • Bolesti zad, ale i proti revmatismu, na prokrvení pokožky a k celkovému posílení nervů - mazání z máty peprné: 30 g suché natě a 20 g řezaného listu naložíme do půl litru kvalitního stolního oleje, po 14 dnech slijeme, prolisujeme a používáme k masáži. (14)

### Záda spálená sluncem

3861 • Natírejte citrónovou šťávou, která chladí a hojí. (132)

## ZÁDUCHA

3862 • 10 g diviznového květu, 20 g dubového mláží, 10 g islandského mechu, 10 g ibiškového

kořene, 10 g lopuchového kořene, 15 g patáčeků, 20 g plicniku, 20 g rebríčku a 20 g řepíku. Ze směsi připravit bylinářským způsobem čaj, popíjet během dne. Při záchvatu pít jitrocelovou šťávu. (107)

3863 • Smíchejte po 20 g listu šalvěže, podbělu a fialky vonné, květu bezu černého a natě bukvice lékařské, po 15 g plodu kmínu a fenyklu. Pět čajových lžic této směsi spařte ve čtvrt litru vařící vody, dvacet minut nechte vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

3864 • Smíchejte 10 g květu včelího máku a po 50 g květu a listu proskurníku lékařského a natě tymiánu. Jedna čajová lžička této směsi na čtvrt litru vařící vody, dvacet minut nechte vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

3865 • Smíchejte po 10 g listu rybízu černého, natě jitrocele kopinatého a kořene lékořice, po 15 g natě macešky trojbarvné a tymiánu a po 20 g listu kaštanovníku jedlého a natě rosnatky. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Nechte vařit 5 až 10 minut a potom scedte. Během dne vypijte 3 šálky teplého čaje. (30)

3866 • Smíchejte po 20 g list kaštanovníku jedlého, natě tymiánu a rosnatky a květu violky vonné. Jednu čajovou lžičku této směsi přidejte do šálku vody. Nechte vařit 5 až 10 minut a poté scedte. Třikrát denně vypijte po jednom šálku teplého čaje. (30)

3867 • Smíchejte 50 g kořene proskurníku lékařského a 50 g natě tymiánu. Tři čajové lžičky této směsi do tří šálků vody, nechat 5 až 10 minut vařit a scedit. Během dne vypijte po doušcích 3 šálky teplého čaje. (30)

3868 • Smíchejte po 20 g listu jitrocele kopinatého a podběle, květu bezu černého a natě violky vonné, po 15 g plodu kmínu a fenyklu. Jednu čajovou lžičku této směsi přelejte šálkem vroucí vody, nechte vyluhovat 5 minut a scedte. Denně vypijte 3 šálky teplého čaje. (30)

3869 • Spařte květy žlutého petrkliče usušené ve stínu a pijte menší šálek večer před spaním. (132)

3870 • Spařte 20 g jablečnicku litrem vody, nechte vystydnout a pijte dvě hodiny před vstáváním po vymočení. Dodržíte 14 dní, pak týden pauzu a je-li to nutné, opakovat. (132)

3871 • Z hodně horkého odvaru z lístků violky vonné slazeného medem pijte každou hodinu menší šálek. (132)

3872 • Užívejte denně v polévce na špičku nože rozstrouhaný muškátový oříšek. (132)

3873 • Pijte denně 2 až 4 menší koflíky vyvářky z omanového kořínku v kozím mléce - nesladit - a sice 30 g na litr mléka, vařit půl až tři čtvrtě hodiny. (132)

3874 • 25 g bedrníku, 20 g prvosenky, 25 g pence, 20 g máty peprné, 10 g lněné směno. Slabý teplý odvar z této směsi pijeme třikrát denně po jídle. (132)

3875 • 10 g krkavce vlašského, 20 g netíku, 20 g konopice, 10 g levandulových květů, 10 g máty peprné. Pijeme teplý nálev po jídle. (132)

**Záducha spojená se zánětem průdušek**

3876 • Vztít po 100 g listu jitrocele, kořene omanu a natě bazalky, dále po 50 g květu slézu, podbělu, hlohu a větviček jmelí. Do 400 ml vroucí vody se vhodí dvě polévkové lžíce směsi a povaří se tři minuty, potom se čaj nechá dvacet minut ustát a scedit se. Podává se nejméně třikrát denně 80 ml čaje, v těžších případech třikrát denně 150 ml. Do denní dávky se osvědčilo přidat 2 g chloridu amonného, dobře rozmíchat. (136 + 47-91)

**Záducha spojená s úporným kašlem**

3877 • Opatřte si tzv. kozí bobek: na každou denní dávku oloupejte 9 zrníček, rozmělněte na prášek a smíchejte se sirupem a užívejte po lžičkách přes dne. (132)

**Záducha srdeční**

3878 • Rozpusťte si 10 g kafrového oleje v 30 g kozlíkové tinktuře a užívejte po záchvatu ihned 25 kapek. (132)

3879 • Roztavte v kamenném hrnečku na mírném ohni 4 lžíce pravého včelího medu a 1 lžici smůly ze smrků. Když směs zchladne, užívejte přes den každou hodinu lžici. (132)

3880 • Odvar ze šípků - denně ráno šálek - vřelý - na lačný žaludek. Podporuje znamenitě každé jiné léčení záduchy. (132)

**ZADUMČIVOST**

3881 • Pijte ráno denně na lačno malý koflík svárky z drchničky, místo vody můžete raději použít víno. (132)

**ZÁŘENÍ UV**

3882 • Ochrana: smíchat nálev z pravého čaje a nálev heřmánkový v poměru 1,5:0,5. Před vystoupením na prudké slunko se nejprve omýt studenou vodou a potom uvedenou čajovou směsí. Neutírat! Pokud již došlo ke slunečním spáleninám, přikládat obklady z uvedené směsi. (136)

**ZÁŠKRT**

3883 • Oloupejte si několik čerstvých dobrých nehořkých vodnic, pokrájejte je na tenčí kolečka, obalte každé jednotlivě práškovým cukrem a dejte je do kamenného hrnce na 10 dní, pak protlačte sirup takto získaný přes plátno a přelejte do čistých sklenic. Užívejte podle potřeby větší lžící. (132)

**ZÁVRAŤ**

3884 • „Hrst muškátových oříšků nakrájej na osm dílů. Dej do skleničky a zalej růžovým octem tak, aby sahal až nad muškátový oříšek. Nech stát ocet s muškátovým oříškem 24 hodin a dobře skleničku uzavři. Po 24 hodinách vyndej muškátový oříšek a nastrouhej ho na talířku. Dobře zazátuj ocet ve skleničce a potři octem každé ráno spánky a pod nosem a sněž kousíček muškátového oříšku, který je naložený v octě. Je to prý osvědčené. Pochází od ženy Jakuba Meitingena.“ (134)

3885 • Rozkrájej dva muškátové oříšky nadrobno a zalej čtvrt litrem octa. Nech macerovat tři dny, pak slej a tekutinou potři spánky. Muškátový oříšek, který zůstal v tekutině vyjmi a kousíček ho sněž. (301)

**Závrat' původu nervového**

3886 • Smíchejte 25 g květu heřmánku lékařského a 25 g natě meduňky lékařské. Nálev: půl kávové lžičky na šálek vody. Pije se šálek čaje ráno a večer. (78 + 66)

**Závrat' a bolení hlavy**

3887 \* Závratě, při bolestech hlavy a při křečovitém kašli - použij tinkturu ze semen jírovce maďalu: jeden objemový díl drcených kaštanů na 10 dílů lihu nebo destilátu. Necháme 14 dní stát. Užíváme 2 až 3 krát denně pět kapek. (91)

3888 • Při závratí a bolení hlavy, bušení srdce se doporučuje saturejka horská a to ve formě záparu. Dvě polévkové lžíce jemně posekané saturejky zalejeme 400 ml vřelé vody a necháme 15 až 20 minut vyluhovat. Přecezený zapař užívat třikrát denně 100 až 120 ml před jídlem. (91)

3889 • Při závratí a bolení hlavy, bušení srdce se doporučuje směs stejných dílů saturejky a máty peprné. Zapař se pije třikrát denně před jídlem. (301)

**Závrat' a nespavost**

3890 • Vezmeme zrnka z bukvice lékařské, muškátový oříšek, koriandr, galgan, ochmet - od každého lot, ciběby, dlouhý pepř, zázvor. Item k tomu sušenou rozmarýnu - jeden lot a dobrý cukr - 6 lotu. Z těchto věcí udělej prášek a má se užívat ráno a večer, když se chce jít spát, takové množství, jak je asi velký lískový ořech. Je to účinné a dobré. (134)

3891 • Použijeme ve formě záparu mátu peprnou. Dvě čajové lžičky drogy zalijeme 200 ml vřelé vody, necháme vyluhovat dvacet minut a po přecezení užívat třikrát denně 200 ml po jídle. (91)

3892 • Smícháme stejným dílem mátu peprnou, saturejku horskou a rozmarýnu, ze směsi pořídíme zapař. Užíváme třikrát denně koflík po jídle. (301)

**Závrat' a oslabení paměti**

3893 • Při závratí, oslabení paměti, bez vysokého krevního tlaku: 30 g routy vonné, 30g natě mateřídoušky, 100 g natě třezalky. Čajovou lžičku této směsi přelejte šálkem vody vřelé, nechtě 5 minut vyluhovat a scedte. Denně vypijte šálek teplého čaje. (132)

3894 • Pijte častěji denně odvar (teplý) ze jmelí a třezalky, každou hodinu jednu lžici. (132)

3895 • Závratě, oslabení paměti a Zhoršování psychické koncentrace: smícháme 5 g květu prhy chlumní - arniky, 25 g natě rebríčku a 50 g natě třezalky. Čajovou lžičku této směsi přelejte šálkem vroucí vody, nechtě pět minut vyluhovat a scedit. Denně vypijte dva až tři šálky teplého čaje. (30)

**ZIMNICE**

3896 • Matthioli: „Proti zimnici třetího dne vař kůru krušinovou s šterbákem, čekankou, šťovíkem, volovým jazykem a s kořením vlašského kopru a užívej.“ (74)

3897 • Nať pelyňku a nať zeměžluče po jednom dílu, list vachty a květ slunečnice po dvou dílech, ze směsi připravíme zapař. (99)

3898 • Vrbová kůra, nať tužebníku jilmového a květ černého bezu po 20 g, list meduňky 30 g, ovoce maliníku 10 g - ze lžice bylin sklenici záparu, do toho vymačkat šťávu z půlky citronu a pít dvakrát denně. (99)

## ZUBY

### Bolesti zubů

3899 • Rozstrouhaný křen zalijeme octem 2 cm nad povrch a necháme 8 dní stát. Potom prolisujeme, slijeme do láhve a dobře uzavřeme. Použijeme k potírání. (40 + 45)

3900 • Bolesti odstraňuje kousek křenu volně položeného na chorý zub. (40 + 45)

3901 • Proti bolestem žvýká se oddenek puškvorce. (40 + 45)

3902 • Welsarová radí: „Vezmi starou násadu na koště, vraž ji špicí do ohně, až se opotí, potom ji prudce přilož ke žhavému širokému železu. Vydá kapičku vody. Tím naří bolavý zub, jednou nebo šestkrát. Má to ošklivou chuť.“ (134)

3903 • Nejlepší prostředek je vytrhnout zub. (Welsarová radí:) „Najdi černý koriandr, vyhrabej kořeny a na těch kořenech jsou malé kořínky, ty vezmi a přilož na zuby, kde bolí. Potom prý člověk usne a když se probudí, je prý po bolesti.“ (134)

3904 • Vezmi hrst saturejky, dobrý ocet, sůl a slupky ze dvou nebo tří pomerančů a dej všechno svařit na polovinu. Potom to za tepla užívej a přilož několik pomerančových slupek. (134)

3905 • Vezmi francouzské dřevo (guajakové dřevo), roztluč půl liberky, roztluč dva loty kořenů trahoku, vezmi roztlučený kořen majoránky - jeden lot, lístky červené růže, všechno stluč dohromady. Pak dej všechno do sklenice, potom přilej máz nejlepší pálenky, nech všechno uzavřené ustát a kloktej pak na té straně, kde tě to bolí. Vytáhne to vlhkost, posílí zuby i dásně a zapudí bolesti. (134)

3906 • Preplachuj dutinu ústní roztokem, který pořídíš svařením jalovcové kůry v octě. (301)

3907 • Rozpūlit velký stroužek česneku a položit na ohyb lokte (při bolesti zubu vpravo na pravý loket), spojit ruku ohnutím, aby česnek nevyklouzl a zanedlouho bolest zmizí, jen v ruce bude cítiti jisté pálení. Jde v podstatě o probuzení akupunkturního bodu. (136 + 47 - 204)

3908 • „Jahôdky (plody jalovce) vaří se ve víně červeném s růží a s myrtovým listem a tím preplachují se často ústa, když zuby bolejí.“ (74)

3909 • „Kůra jalovcová v cestě svařená proplakovaním úst bolest zubův zahání.“ (74)

3910 • „Proti bolení zubův vezmi kořene puškvorce a jalovcových zrn, svař to v vodě přilejíc málo octa a preplachuj tím ústa, ukrotit' bolest zubův.“ (74)



3911 • „Proti bolesti zubův: vezmi kořen diviznový a zkrájej drobně, vlož do octa, ať se v něm přes noc močí, potom povař trochu a ten ocet ber v ústa a drž na té straně, kdež tě bolí, a ven vyplívej, a to číň po několikrát, ukrotit se všechna bolest.“ (74)

3912 • „Jehličí borovicové rozetřené roznícení jakéžkoli ukrocuje, zvláště jestliže by to roznícení vokolo rány se přitrefilo. Item listí rozetřené a v octě svařené teplým proplakovaním bolest zubův odjímá a zprejšťení v ústech hojí.“ (74)

3913 • Welsarová radí: „Na bolení zubů - když pochází od krvácení vezmi rozdrčené boží dřevo - půl libry, dva loty kořene trahoku - roztlučeného, sladké marantové květy - jeden lot, trochu lístků rudých růží. Všecko dej do pořádné sklenice. Potom k tomu přidej máz nejlepší pálenky a kloktej s tím na té straně, která tě bolí. Vytáhne to zlou vlhkost, posílí zuby a dásně a zazené bolesti.“ (134)

3914 • Na otoky zubů, pohmožděny a špatně se hojící rány přikládáme obklady z jednoho dílu řepikového odvaru smíchaného s odvarem z jednoho dílu jitrocele. (40 + 45)

3915 • Bolesti zubů, při zánětu dásní a proti zápachu z úst: odvarem z máty peprné vyplachujeme ústa. (14)

3916 • Při bolení zubů pomáhá heřmánkový extrakt (heřmánek v lihu naložený). Několik kapek lihu pustí se na bavlnku, jež se přiloží na zub. Bolí-li několik zubů najednou, rozředíme extrakt vodou, pak vezmeme vodičku do úst, po nějakou dobu ji v ústech podržíme, pohybujeme hlavou, aby se všechny zuby dobře propláchly. Neustane-li bolení, vezmeme čerstvou vodičku znova. (56)

3917 • Lískový ořech pravého kafru rozpustit v troše žitné kořalky na mírném ohni ve vodní lázni, namočit do roztoku kousek vaty a strčit do vykotlaného zubu. Vyzkoušeno. (132)

3918 • Propečte na mírném ohni několik čerstvých stroučků česneku a rozmačkané je přiložte horké na tváře. (132)

3919 • Pomohou časté teplé výplachy úst macerátem z 20 g výtrusu plavuně, 10 g listu eukaliptu, 20 g celíku obecného, 20 g jestřábníku a 30 g pomerančové kůry. (132)

3920 • Zevně obklady z křenu na plátenku. Nato kloktejte teplým odvarem některé z těchto bylin: jitrocele, kozlíku, krevničku, máty, mochny, tužebníku. Nebo žvýkejte kořen pupavy. (132)

3921 • Čerstvou nať lžičnickovou přisolte a pokropte citro-nem, jezte denně dva talířky - přes den. Salát je velmi lahodný a upevňuje zuby. (132)

3922 • Welsarová radí: „Jak docílit vypadení bolavého zubu: vezmi arniku se šťávou z blínu, namaž tím zub a vypadne - bez starostí!“ (134)

3923 • Welsarová radí: „Aby v zubech umrtvili červíci, vezmi stonek nebo dřevo z rozmarýny a spal na uhlíky, roztluč všechno na prášek a zavaž do hedvábného hadříku a tři tím zuby.“ (134)

### Zuby - zánět

3924 • Rozdrťte válečkem oloupaný čerstvý kořen celeru, rozstrouhejte jej a nacpěte ho do úst,





aby byly plné, ponechte ho tam, až se ohřeje, vyplivněte a po půl hodině opakujte ráno a večer. (132)

### Zuby - viklání a kývání

3925 • Kloktejte čtyřikrát denně teplým odvarem orlíčkové natě. (132)

3926 • Vhodné je sníst denně jednu malou syrovou bramboru a dvě větší dobře požvýkat a vyplivovat. Brambory se mohou podávat strouhané. Stejně tak lze kousat a vyplivovat čerstvý kořen kostivalu. (136 + 47 - 210)

### Při extrakci zubů

3927 • Rána se po vícenásobném proplachování zahojí v průběhu jediného dne. Výplach: jedna čajová lžička květu divizny na čtvrt litru vody, spařit a nechat krátce vyluhovat. (301)

3928 \* Po vytržení zubu nebo po injekci bolesti odstraníte odvarem divizny a jitrocele. (132)

### Zuby vykotlané

3929 • Do vykotlaného zubu vkládáme kořen mochny husí na prášek rozemletý. Odvar pupavy bílé v octě vařený a v ústech držený. (132)

### Prořezávání zoubků u dětí

3930 • „Vezmi bílek a pořádně ho uslehej a přilej trochu vína a vody ze studně. Potom vezmi konopí a namoč ho tam a udělej z toho náplast a přilož dítěti na tvář a nech ji hodinu v klidu ležet. Potom ji zase sundej a přilož dítěti novou - jako před tím. Nedělej to dítěti moc často, aby to nebylo příliš silné. Dělej to tak dlouho, dokud nenastane zlepšení.“ (134)

### Zkažené zuby starých lidí

3931 • „Vezmi dost dubového listí, povař je ve vodě, až se svaří na dva prsty, umyj tím ráno a večer zuby a ponech chvíli v ústech. Zřejmě pak pocítíš, že jsou pevnější a čistší. Nestací to udělat jednou, ale třeba v jednom měsíci osrníš po sobě. Tak je to správné.“ (134)

### Zuby - kosmetika

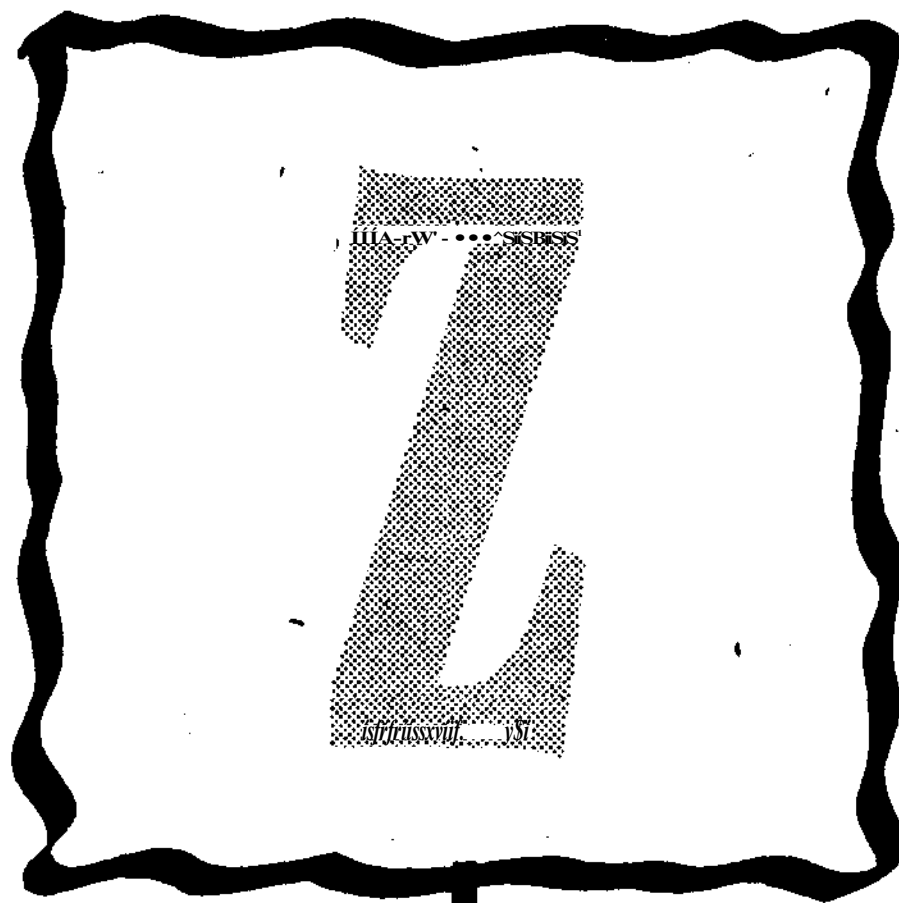
3932 • Aby zuby zbělaly, opatřte si dobré dřevěné uhlí, rozmělněte je na jemno, namočte kousek čistého hedvábí do vody, nasypete tento prášek a drhněte jím zuby. (132)

3933 • Chceme-li žluté zuby zběliti, spalte stejné množství čočky a skořápek od ořechů na prášek a zuby si jím na sucho vytírejte. (132)

3934 • Jak udržet zuby zdravé a pěkné: „Vezmi dubové listí - vložené do čerstvé vody - a tím si každé ráno a na noc pořádně pročisti zuby! Totéž udělej s červenými slupkami pomerančů, které se z nich okrájejí. Když s tím často přetíráme zuby, uchováme je krásné a zdravé.“ (134)

### ZVRACENÍ

3935 • 15 g natě zeměžluče, 20 g natě mateřídoušky, 20 g listu máty, 20 g natě meduňky,



20 g kmínu. Ze směsi připravit zapar a pít dvakrát denně před jídlem. (39)

3936 • Při úporném zvracení: 30 g puklérky islandské, 500 g vody - vyvařit do poloviny, med 30g. Pít každé půl hodiny lžící odvaru. (39)

### ŽÁHA

#### Pálení záhy

3937 • Vložte si do úst 3 až 4 ovesná zrna a pomalu žvýkejte. (132)

3938 • Denně třikrát půl šálku čaje ze směsi fenyklu a zeměžluče. (132)

3939 • Ze syrového bramboru se vytlačí šťáva, ta se rozředí dvoj- či trojnásobným množstvím teplé vody, dobře promíchá - lék je hotov. Třikrát denně podává se před jídlem šálek takto připravené šťávy - důležité je, aby byla vždycky čerstvá. (136+47-138)

3940 • Prostředků na pálení záhy je více. Rozhodně však není dobrá jedlá soda, která sice velmi rychle zazené potíže, ale naleptává sliznici žaludku. Jeden z mnoha receptů doporučuje oloupat citron a sníst ho i s dužinou. Dalším prostředkem je kořen hořce žlutého. Podává se jemně rozemletý, třikrát denně na špičku nože, půl hodiny před jídlem, nejvýše 14 dní, (301)

3941 • Dva až třikrát denně půl sklenice šťávy ze syrových brambor nebo šťávy z pomerančů, z citronů, ze syrového nebo kysaného zelí nebo z jablek - vždy před jídlem. (99)

3942 • Nať zeměžluče, list jitrocele, listvachty, kořen hořce, pomerančová kůra - vše rozmělnit na prášek a užívat třikrát denně necelé půl lžičky. (99)

#### Pálení záhy a střevní plynatost

3943 • Jedna polévková lžice sušených bobulí jalovce obecného se zalije sklenicí studené vody a nechá vyluhovat přes noc. Pije se po douškách přes den jedna sklenice. (301)

#### Pálení záhy a poruchy jater a trávení

3944 • Pomáhá stavět kyselý. Čaj se připraví tak, že jedna polévková lžice listů šťavele kyselého se zaleje půl litrem vřelé vody a krátce vyluhuje. Čaj se pije studený, dva šálky denně. (123)

#### Pálení záhy - zánět žaludku

3945 • Při překyselení žaludku, zánětu žaludku a pálení záhy se doporučuje večer dát do hrnce 10 g islandského lišejníku a 200 g medu, přelít dvěma litry vody. Ráno směs vařit tak dlouho, až zbude jeden litr odvaru. Ihned potom scedit a užít na lačno dvě polévkové lžice a potom každou hodinu jednu polévkovou lžici až do využívání. Uchovávat v chladnu. (136 + 47 - 80)

### ŽALUDEK

#### Nemocný žaludek

3946 • „Dobry prášek: vezmi pocukrovaný anýz, pocukrovaný kmín, pocukrovaný fenykl - každého dva loty. Sladké dřevo nakrájené na drobno,



půl druhu lotu muškátového oříšku, dva loty *zázvoru*, galgánu, puškvorce - od každého po lotu, skořici dva loty. To všechno smíchej a nařež na hrubo, před tím ale dobře promíchej." (134)

3947 • Při onemocnění žaludku smícháme po 60 g květu heřmánku, natě jitrocele a dobromysli a po 40 g natě ožanky kalaman-dry a vlaštovičníku. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Odvar užíváme šestkrát denně 80ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

3948 • Smícháme 100 g natě třezalky a netíku a po 60 g listu máty peprné a meduňky a plodu kopru. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, vaříme 3 minuty a necháme 30 minut vyluhovat, pak scedíme a užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

3949 • Smícháme 50 g semena lnu, po 150g květu heřmánku a listu máty peprné a 80g natě jitrocele. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, vaříme 3 minuty, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Odvar užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

3950 • Při žaludečních a střevních onemocněních se doporučuje pýr plazivý ve formě odvaru. Dvě polévkové lžíce drogy zalejeme 600 ml vřelé vody, vaříme 10 minut, necháme vyluhovat 30 minut a přecezený odvar užíváme třikrát denně 150ml před jídlem. (91)

3951 • Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce směsi bylin tvořené 100 g květu heřmánku, 100 g listu meduňky a 50 g listu máty peprné. Necháme vyluhovat 30 minut, pak scedíme. Užíváme 4 krát denně 150ml 20 minut před jídlem a večer před spaním. (91)

### Žaludeční potíže

3952 • Žaludeční elixír Paracelsův: vezmi 4 loty aloe, 2 loty potaše a půl kventlíku šafránu. Vše dej do džbánku, přelej čtyři čtvrtinky lihu a nech stát v teple než se aloe rozpustí. Kdyby bylo příliš husté, přidej ještě trochu lihu. Užívat 30 až 60 kapek. (132)

3953 • Stálým sezením nebo zvedáním těžkých břemen často žaludek opuchne a bolí. Nemocný ztratí chuť k jídlu a nápadně hubne. Chorobu tuto léčíme teplými obklady v horké citrónové nebo octové vodě namočenými a vyždímanými (poměr 1 až 3 citrony na 1 litr vody nebo 1/8 až 1/4 litru octa na 1 litr vody), nebo namáčené v horkém odvaru hořkých bylin např. pelyňku, přesličky, zeměžluče atp.) poměr 50 g směsi na jeden litr vody, 30 minut vařit). Obklady se mění po 30 minutách 3 až 5 krát po sobě za dne a večer. Po sejmutí posledního obkladu přiloží se na žaludek flanel, aby se teplota udržela, ostatní se pak řídí podle stavu choroby. K tomu se pije čaj z dubového mláží, v dubnu před rašením listu nařezaného z pařezových výhonků. Mláží se nakrátko zastříhá a usuší, 20 g tohoto mláží se spaří litrem vody, 12 hodin močí, pak 30 minut vaří, ocedí a schladlé po malém doušku užívá. (107)

3954 • Dvě lžičky řezaného sušeného kořene omanu pravého na čtvrt litru vody, 5 minut mírně vaříme, 15 minut necháme pařit. Přece-

díme a popjíjme vlažný velkými doušky 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

3955 • Zeměžluč hořká je podpůrným prostředkem při žaludečních potížích. Žaludeční čaj připravíme smícháním jednoho dílu máty, jednoho dílu skořice a dvou dílů zeměžluče. Jedna čajová lžička směsi na šálek je možno přisladit medem, neboť čaj je poměrně hořký. Pije se maximálně dvakrát až třikrát denně. (318)

3956 • Žaludeční likér - jako lék - připravený takto: smícháme 60 g zeměžluče, 35 g plodů jalovce, 35 g oddenku reveně, 20 g natě rebríčku, 10 g oddenku puškvorce a 5 g natě pelyňku pravého. Směs zalijte jedním litrem 80% lihu a nechte stát dva dny. Po dvou dnech rozpusťte 300 g cukru ve 4 dl vody, smíchejte s bylinami v lihu a nechte stát další 4 týdny. Směs je nutné občas protřepat. Po čtyřech týdnech ji přefiltrujte a uložte do lahví. Užívejte nejlépe vždy před jídlem 2 až 3krát denně po 2 cl, tedy v malém panáčku. (318)

3957 • Úspěšný Žaludeční čaj: 30 g oddenku puškvorce, 10 g květu heřmánku, log plodu kmínu, 40g listů máty peprné, 10 g pelyňku absint. Dvě lžíce směsi na čtvrt litru vody. Přelijeme vařící vodou a necháme 15 minut stát. Pijí se 1 až 2 šálky denně. (40 + 45)

3958 • Žaludeční čaj: 60 g natě zeměžluče, 25 g natě máty peprné, 215 g skořicové kůry. Dále jako recept č. 3957. (40 + 45)

3959 • Salát při všech žaludečních potížích: svařte si ve slané vodě čerstvé mladé listy andělikové, posekejte na drobno ve vodě, v níž se vařily, jako špenát a sněžte půlku před obědem a půlku po obědě. (132)

3960 • Likér Žaludeční zv. „Bonekamp“: do půl litru zředěného 60% lihu nechte táhnout 14 dní 60g lékořice, 50 g kořínků hořcových, po 30 g pelyňové a zeměžlučové natě, 20 g galganového kořínku, 15 g reveňového kořínku a 10 g choroše modřínového. Do litru této směsi přimíchejte po sfiltrování 1 gram silice anýzové a 0,5g silice fenýklové. Denně na lačno odlivku. (132)

3961 • Jednu až dvě čajové lžičky heřmánkových květů přelít jedním šálkem horké vody a po deseti minutách odcedit, heřmánkový čaj máme pít více teplý, ale ne horký. (132)

3962 • Likér Žaludeční lékárenský hořký: do čtyř litrů 95% lihu a čtyř litrů destilované vody nechte týden táhnout 120 g pomerančové kůry, 80 g sušených borůvek, 20 g zeměžluče, 15 g puškvorcového kořínku, dejte 125g práškového cukru a doplňte libovolným množstvím destilované vody. Pít denně na lačno odlivku. (132)

3963 • Vyvařte hrst angelikových kořínků, nejlépe rozemletých ve spárce z pelyňkových natí až změknou a pijte teplý procezený odvar ráno koflík na lačno, v poledne po obědě za půl hodiny a večer před spaním půl koflíku. (132)

3964 • Pijte odvar z řimbaby denně jeden šálek po douškách na lačný žaludek. Obkládejte žaludek teplou prevarenou natí majoránkovou. Přepařte bylinu „tučný mužik“, usmažte ji s kouskem másla a vajíčkem a sněžte ráno na místo snídaně. (132)

3965 • Likér francouzský Žaludeční „Vespetro“: 10g šafránu, po 2g semínek angelikových,

anýzu obyčejného, anýzu hvězdičkovitého, fenyklu, kmínu a koriandru, 90% alkoholu, 300 g cukru, 450 g destilované nebo dešťové vody, semena rozdrťte v hmoždíři, smíchejte se šafránem a nechte vše macerovat 12 hodin v alkoholu. Přefiltrujte, pak smíchejte s vodou, v níž jste rozpustili cukr, nechte dva dny táhnout, přefiltrujte. Místo alkoholu můžete také použít žitnou kořalku. Denně na lačno odlivku. (132)

3966 • Doporučuje se čaj z listů jahodníku, který připravíme tak, že jeden díl listů jahodníku se smísí s jedním dílem sušených listů maliníku a jedním dílem sušených listů ostružiníku. Před smícháním je vhodné jednotlivé listy nastříhat jako čtverečky o straně asi 6 mm. Polévková lžice této směsi se přelije čtvrtlitrem vroucí vody. Po dvacetiminutovém vyluhování v uzavřené nádobě za občasných promíchání se přefiltruje. (136 + 47 - 42)

3967 • Připravíme žaludeční sirup: 100 g sušených bobulí jalovce obecného dáme do 400 g vody a necháme vařit tak dlouho, až změknu. Potom scedit a spolu s cukrem odpařit do sirupového stavu. Užívá se třikrát denně po jedné čajové lžičce před jídlem. (23)

3968 • Obvyklou formou připravit nálev ze směsi dvou dílů třezalky, dvou dílů dobromysli, jednoho dílu kořene pampelišky a ten spojit v poměru 1:1 s nálevem připraveným z pravého čaje. (136)

3969 • Z aloe arborescens, starší tří let se ulámou listy a smíchají se ve váhovém množství vždy jedna ku jedné s jedním dílem červeného vína a jedním dílem medu, vše se rozmixuje, nechá tři až pět dnů ustát v tmavé nebo neprůhledné láhvi a uloží v chladnu a temnu. Užíváme hodinu před jídlem třikrát denně jednu kávovou lžičku. Pomáhá také při potížích dvanácterníku, střev, podporuje celkový stav organismu, pomáhá při revmatických potížích a bolestech. (46)

3970 • Při žaludečních potížích, bolestech, pálení záhy a plynatosti: 40 g andělíky, 25 g máty peprné, 10 g vachty a 10 g kostivalu. Po obědě a večeri pijeme vždy Jálek silného a teplého odvaru. Pomohou také teplé obklady z odvaru listů čekanky. (132)

3971 • Při vleklých žaludečních potížích přelejte tři čajové lžičky natě zeměžluče půl litrem vroucí vody, nechte vyluhovat 5 minut a scedte. Denně vypijte na lačný žaludek šálek teplého čaje. (30)

3972 • Při žaludečních potížích, nechutenství, střevní kolice, žlučnickových potížích užívejte zapař připravený ze dvou čajových lžiček řezaných listů máty peprné na půl litru vody. Pije se neslazený ve třech dávkách během dne. (23)

3973 • Při žaludečních potížích, nadýmání, střevních katarrech, průjmech a gynekologických potížích se připravuje čaj jako zapar z heřmánkového květu. Obvyklé dávkování je polévková lžice, u dětí pak čajová lžička na šálek. Doporučená jednotlivá dávka na 100 ml záparu je 1,5g heřmánkového květu. (106 + 009)

3974 • Při špatném trávení smíchejte stejné díly natě zeměžluče, květu rebríčku a listu máty peprné. Jednu lžičku směsi spařit čtvrt litrem vařící vody. Vyluhovat dvě hodiny, pít dvakrát denně před jídlem. (126)

Z

3975 • Žaludek „zkažený“ - jedna polévková lžice zapráškováná natě ožanky kalamandry, jedna polévková lžice strouhaného křenu, dvě polévkové lžice medu - nechat 48 hodin vyluhovat v „pleskačce“ (asi 200 až 250 ml) domácí rakije a potom scedit. V čase potřeby podat jednu polévkovou lžici, nejvíce 5 až 6 lžic denně. (136 + 47-75)

#### Potíže žaludeční a střevní

3976 • Smícháme 25 g listu kopřivy dvoudomé, 15 g kořene andělíky lékařské, 15 g kořene nebo natě čekanky obecné, 5 g listu pelyňku pravého. Odvar: doba varu 1 minutu, vyluhovat 5 minut. Pije se ráno a večer půl šálku čaje. (78 + 66)

3977 \*-Při žaludečních a střevních bolestech je třeba rozemnout listy libečku lékařského a několik kapek silice dát na kostku cukru a požit. (317)

3978 • Pomáhá rebríček. Čaj připravíme tak, že jednu čajovou lžičku rozřezaného rebríčku prelejeme horkou vodou a po 15 minutách odcedíme. Čaj pijeme teplý, tři šálky denně. (126)

#### Potíže žaludeční a žlučnickové

3979 • Jednu lžičku nakrájené natě pelyňku přelit jedním šálkem vařící vody a po 10 minutách scedit. Užívat třikrát denně jeden šálek po jídle velmi teplý nebo pouze podle potřeby vypít 1 šálek čaje. (126)

#### Katar žaludku

3980 • Léčí čerstvá hlíza celeru nakrájená nebo rozstrouhaná jako křen. (40 + 45)

3981 • Namíchejte; do lžice dobrého přeškvářeného másla lžici medu a užívejte horkou, jak snesete. (132)

3982 • Při žaludečním kataru, neuróze a nechutenství vezmeme hrst rozmačkaných čerstvých listů meduňky lékařské, kterou zalijeme jedním litrem vína. Za tři dny procedíme a extrakt uchováme v uzavřené láhvi. Užíváme každé dvě hodiny jednu lžici. (40 + 45)

3983 • Při žaludečním kataru, žaludečních křečích, kataru průdušek, nervové slabosti, migréně, závratích, plynatosti: dvě lžičky řezané sušené natě mateřídoušky obecné a půl lžičky semena anýzu na čtvrt litru vína. Necháme přejít varu a 15 minut ustát. Pijeme teplý, sladíme medem. (40 + 45)

3984 • Kořen kostivalu, andělíky, slézu, oddenek kozlíku, nať benedyktu, třezalky, mochny nátržníku - spařit, připravit odvar. Jinak též možno - mimo třezalku - byliny rozmělnit na prášek a takto užívat. (99)

3985 • Kůra kaliny, kořen lékořice, slézu, libečku lékařského po jednom dílu, lněné semeno dva díly. Užívat jednotlivě nebo dohromady jako společnou směs, rozmělnit na prášek. (99)

3986 • Nať mochny nátržníku, třezalky, tymiánu, kořen andělíky, oddenek kozlíku, oddenek puškvorce. Z uvedených bylin pořídíme odvar. (99)

3987 • Při vleklém žaludečním kataru: kořen omanu, kostivalu, nať pelyňku, přesličky, zeměž-

203

luče, řepíku a oddenek ostřice. Z uvedených bylin pořídíme odvar. (99)

3988 • Oddenek kozlíku, kořen proskurníku, nař benedyktu, nař třezalky a mochny nátržníku - z uvedených bylin připravíme odvar, pijeme před jídlem. (99)

3989 • Připravíme směs po 5 g kořene kozlíku, hořce a puškvorce, po 10 g listu vachty, natě zeměžluče a plodu kmínu, anýzu a fenyklu, 10 g květu heřmánku, 15 g listu máty peprné a 20 g květu rebríčku. Jednu polévkovou lžici směsi spaříme ve čtvrt litru vařící vody, 10 minut vyluhujeme. Pije se dvakrát denně po jídle. (126)

3990 • Pro posílení žaludku, při žaludečním kataru a křečích připravíme tinkturu: jedna lžice drceného kořene hořce žlutého se zalije 2 dl čistého lihu, koňakem nebo jiným destilátem, dobře uzavře a nechá 14 dní stát. Užívá se třikrát denně 10 až 20 kapek na lžičku vody vždy půl hodiny před jídlem. (40 + 45)

#### Katar žaludku a střev

3991 • V případě jednoduchého střevního a žaludečního kataru pomůže tato směs: kořen kozlíku, dubová kůra, kořen proskurníku, borůvka brusnice, heřmánek, vše po 20 g. Pije se třikrát denně 1 šálek výluhu z jedné polévkové lžice směsi na jeden šálek vody. Současně se postit - nejíst! (126)

3992 • Pomáhá andělíka lékařská. Prášek z drceného kořene andělíky přesejeme přes jemné sítko a pak prášek užíváme dvakrát denně na špičku kulatého nože půl hodiny před hlavním jídlem. (14)

3993 • Vezmeme drcený kořen andělíky lékařské. Drť pokud možno utlučeme na jemno v hmoždíř, a pak ještě přesijeme přes jemné sítko abychom dosáhli zcela jemného prášku, který bereme před každým hlavním jídlem na špičku kulatého nože. (301)

3994 • Při žaludečním a střevním kataru, onemocnění žlučníku a ledvin a při odtučňovací kúře připravíme hustý odvar z ovesných vloček takto: tři hrsti propláchnutých ovesných vloček vaříme půl hodiny v litru vody. Uvařené vločky prolisujeme přes sítko. Při přísné dietě podáváme odvar neslaný. (40 + 45)

#### Žaludeční neuróza

3995 • Dva díly natě meduňky, po jednom dílu natě dobromysli, natě mochny husí a květu měsíčku, půl dílu kořene hořce. Podává se 2 až 3 krát denně šálek nálevu. (136+47-119)

3996 • 25 g listu meduňky, 50 g natě mořeny, 50 g natě třezalky. Z uvedených bylin připravíme aromatický čaj s uklidňujícím účinkem. (99)

3997 • Vzít stejné díly islandského lišejníku, natě meduňky lékařské a květu heřmánku, jednu polévkovou lžici směsi zalít sklenicí vařící vody, ještě dvě minuty povařit a po chvíli scedit. Podávat dvakrát nebo i třikrát denně po jedné sklenici na lačno. Heřmánek lze nahradit mateřídouškou nebo dobromyslí, islandský lišejník nahradit nelze. (136 + 47-90)

3998 • Smícháme 30 g natě meduňky lékařské, 20 g natě lnice květel, 20 g lišejníku islandského a 10 g hlochu obecného. Nálev: pijí se dva šálky denně. (78 + 66)

3999 • Smícháme 25 g natě mateřídoušky obecné, 25 g natě dobromysli obecné, 25 g tymiánu obecného a 25 g heřmánku lékařského. Nálev: tři polévkové lžice směsi na litr vody. Uvedené množství se pije během dne místo vody nebo jiných tekutin. (78 + 66)

4000 • Matthioli: „(Pelyněk) v víně vařený a pitý každý den způsobuje život od porušení krve, i od zimnice zachovává. Bolení žaludku od povětrnosti šípku přijatý ukládá, žloutenici uzdravuje, čmejrů vyvodí.“ (74)

4001 • Zeměžluč, rozmarýn a *rozrazil* smícháme stejným dílem, přelijeme tři čajové lžičky směsi půl litrem vřelé vody, necháme 5 minut vyluhovat, scedíme. (303)

4002 • V případě alergické dispepcie: kořen bedrníku, lékořice, omanu, nař jablečnicku, komonice lékařské a máty. Vše rozmělnit na prášek a užívat třikrát denně necelé půl lžičky. (99)

4003 • V případě alergické dispepcie: 25 g natě zeměžluče, 25 g natě třezalky, 10 g listu vachty, 15 g oddenku kozlíku, 15 g kořene angeliky, 10 g oddenku puškvorce - připravit ze směsi těchto bylin odvar. (99)

4004 • V případě přecitlivělosti žaludku: nař třezalky, bazalky, řepíku, květ levandule, trnovníku akátu. Ze směsi bylin připravit odvar. (99)

4005 • K posílení žaludku: Iněné semeno, semeno pískavice řecké seno, kořen proskurníku, květ vřesu a levandule. Ze směsi bylin připravit odvar. (99)

4006 • Smícháme po 25 g natě rozrazilu lékařského, rozmarýny a zeměžluče. Tři čajové lžičky této směsi se přelijí půl litrem vroucí vody, nechá se 5 minut vyluhovat a pak se scedí. Během dne vypijte 3 šálky teplého čaje. (30)

4007 • V případě zvracení, které je neurotického původu: kořen andělíky lékařské, lékořice, nař třezalky, list meduňky. Připravíme odvar, pijeme dva až třikrát denně sklenici. (14)

#### Rozšíření žaludku

4008 • Připravte si z trnek, zbavených zralých jader a rozinek a stejným dílem cukru řidší sirup a užívejte jej lžici ráno na lačno, večer bezprostředně před spaním. (132)

#### Ochabnutí žaludku

4009 • 200 g plodů jeřabiny a po 20 g natě přesličky, rdesna ptačího, listu šalvěje, kořene čekanky a kořene kostivalu. Tři lžičky bylin na dvě až tři sklenice vody, odstavit na 10, hodin, zavařit a nechat vyluhovat. Vypít v průběhu dne. (99)

4010 • Oddenek pýru a kozlíku, kořen slézu a andělíky, list maliníku, plody šípku. Smíchat tři lžice bylin na 3/4 l vody, nechat odstát 10 hodin, potom povařit a nechat vyluhovat. Vypít v průběhu dne. (99)



### Tlak v žaludku

4011 • Smícháme po 25 g kořene hořce žlutého a čekanky, natě třezalky, majoránky, rebríčku a pelyňku pravého. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Během dne vypijte 3 šálky teplého čaje. (30)

### Bolesti žaludku

4012 • Vypijeme 1 dl teplé vody, do které jsme přidali jednu kávovou lžičku tinktury propolisové. Bolest přejde v krátkém intervalu. (99)

### Žaludeční horečka

4013 • Likér skořicový: díl sesekané natě benedyktové polejte pěti díly vařící vody, spařte, nechte 5 až 6 hodin táhnout, přefiltrujte a smíchejte se stejným dílem lihu. Několik lžic srazí horečku téměř okamžitě. (132)

### Žaludeční a střevní kolika

4014 • Pomůže podávání po jídle šálku teplého odvaru z 10 g anýzu, 20 g prhy, 15 g lipového květu, 20 g melisy, 20 g máty peprné, 15 g zeměžluče. (132)

4015 • Užívá se nálev připravený z jedné polévkové lžice rebríčku na šálek vody. Pije se neslazený půl hodiny před jídlem. (331)

4016 • Při žaludečních a střevních kolikách, při vodnatelnosti svařte dvě čajové lžičky březové stavy z břízy bělokoré a třetiny litru bílého vína. Toto množství po doušcích vypijte. (23)

4017 • Při Žaludeční a střevní kolice, bolestech hlavy a nervové slabosti použijte karmelitské kapky: půl kg řezané sušené meduňkové natě, 20 g citrónové kůry, 10 g skořice, 10 g muškátového oříšku promícháme a zalijeme jedním litrem koňaku, necháme několik dní stát, precedíme a slijeme do dobře uzavíratelné láhve. Užíváme dvě až čtyři lžičky denně. (14)

### Pokles žaludku

4018 • Pokles žaludku může vzniknout z mnoha příčin, např. jako následek hladovění, chorobné nechuti k jídlu, vyčerpání po nemoci apod. Je třeba odstranit každou zjištěnou příčinu. Pomáhá zapař z květů levandule, květů trnky, natě třezalky, natě řepíku a natě bazalky. Stejně složení (bez třezalky) rozmělněné na prášek třikrát denně necelé půl lžičky. (99)

4019 • Květ levandule, trnky, nať třezalky, řepíku, bazalky. Pořídíme zapař. Ve stejném množství - bez třezalky - můžeme také rozmělnit na prášek a užívat třikrát denně necelé půl lžičky. (99)

### Žaludeční nevolnost

4020 • Při Žaludeční nevolnosti spojené s vrhnutím se utluče v hmoždíři po 3 g anýzu, fenyklu, kmínu, jalovce, kopru, koriandru a kozlíkového kořene. Směs se povaří ve 125, ml vody 3 minuty. Po vychladnutí se precedí a obvykle užívá asi 1/8 až 1/4 litru denně po maličkém doušku před a po jídle po šest neděl, až všechny příznaky choroby zmizí. (107)



4021 • Při Žaludeční nevolnosti, žaludečních křečích, nechutenství, střevní kolice, plynatosti, poruchách trávení, střevním a žaludečním kataru, Žaludeční neuróze, zvracení, proti bolestem hlavy: jednu lžičku řezaných listů a kvetoucích vrcholků máty peprné vložíme do šálku a zalijeme vroucí vodou. Přikryjeme a necháme vychladnout. Popijíme přes den 1 až 2 šálky (40 + 45)

4022 • Dvě lžice koriandru spaříme čtvrt litrem vroucí vody, po desetiminutovém vyluhování scedíme a odvar pijeme jednu lžici (neslazený) před každým hlavním jídlem. (301)

4023 • Při Žaludeční nevolnosti - nespavosti: dvě lžice drcečných nažek kopru vonného přelej čtvrt litrem vařící vody a nech 10 minut pařit. Při Žaludeční nevolnosti pít vlažný, při nespavosti jeden šálek před spaním. (301)

### Zánět žaludku

4024 • Anglický lékař dr. Darwent doporučuje při zánětu žaludku a při zažívacích potížích způsobených kvašením nebo přebytečnou kyselostí tento postup: po 15 g zeměžluče, pelyňku, malinového listí, kořene pampelišky a heřmánku, 8g zázvoru. Požaduje-li se projímavý efekt, přidá se ještě 8 g listů senný. Pije se 100 ml (děti jen 50 ml) odvaru na lačno. (136 + 47-67)

4025 • 100 g cukrové řepy - listů (jen listy chefnicky neošetřované) se svaří ve dvou litrech vody tak dlouho, až zbude 1/2 až 3/4 litru odvaru. Vždy před dietním jídlem vypít slenci vlažného odvaru. (136 + 47 - 18 podle 204)

4026 • Použije se listů cukrové řepy tak, že 100 g suchých nebo asi 300 g čerstvých listů se vaří ve dvou litrech vody tak dlouho, až zbude přibližně půl litru. Před každým jídlem se vypije šálek odvaru a potíže brzy zmizí. (136 + 47 - 204)

4027 • Směs stejných dílů kopřivy, heřmánku, jitrocele, zeměžluče a rebríčku. Denně pít asi 3/4 litru čaje z termosky. Čaj připravujeme obvyklým bylinářským způsobem. (136+47-003)

4028 • 50 g natě ožanky kalamandry, 20 g natě meduňky a 5 g listu máty peprné přelijeme 150 g vínovice a po třech dnech vmícháme bez cezení 200 g medu. Uschováme v chladu a podáváme čtyřikrát denně jednu čajovou lžičku směsi, vložit na plastické nebo nerezavé sítko, přelít trochou destilované vody a lžičkou přepasírovat. (136+47-209)

4029 • Pijte přes den po lžičkách vývar z jader kdoulových - 5 jader na osminu litru vody. (132)

4030 • Smícháme 30 g listu vachty trojlisté a 30 g natě pelyňku pravého. Nálev: pije se několikrát denně po šálku čaje. (78 + 66)

4031 • Smícháme 50 g natě zeměžluče okolíkaté, 50 g listu máty peprné, 10 g kořene andělíky lékařské a 10 g kořene bedrníku obecného. Nálev: pije se několikrát denně po šálku čaje. (78 + 66)

4032 • Smícháme 50 g zeměžluče okolíkaté (nať), 25 g hrubě drcené kůry skořicovníku cejlonského a 25 g listu máty peprné. Nálev: pije se několikrát denně po šálku čaje. (78 + 66)



4033 • Smícháme 30g kořene puškvorce obecného, 10g květu heřmánku lékařského, 10g plodu kmínu kořeného a 10g listu máty peprné. Nálev: pije se několikrát denně po šálku čaje. (78 + 66)

4034 • Smícháme 30g listu podběle, 20g natě konopice lékařské a 20g květu slézu lesního. Nálev: pije se třikrát denně šálek. (78 + 66)

4035 • Smícháme 30g natě rebríčku obecného, 25g květu heřmánku lékařského, 25g listu máty peprné a 10g natě pelyňku pravého. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

4036 • Připravíme nálev z květu slézu lesního a **pijeme** ráno a večer po šálku. (78 + 66)

4037 • Smícháme 20g natě pelyňku pravého a 20g natě zeměžluče okolíkaté. Nálev: dvě kávové lžičky na 200 ml vody. Pije se 2 až 3 krát denně půl šálku čaje. (78 + 66)

4038 • Smícháme 30g kořene andělky lékařské a 30g listu jahodníku obecného. Nálev: pijí se dva až tři šálky denně, vždy po jídle. (78 + 66)

4039 • Smícháme 30g natě benedyktu lékařského, 25g natě pelyňku pravého a 25g natě meduňky lékařské. Nálev: pijí se 3 šálky denně. (78 + 66)

4040 • Smícháme 30g květu heřmánku lékařského a 10g kořene mochny nátržníku. Macerát: polévková lžice směsi na 200 ml vody, nechá se macerovat asi 12 hodin. Před podáním se ohřeje, ale nevaří. Pije se šálek čaje ráno a večer. (78 + 66)

4041 • Smícháme po 20g natě pelyňku pravého, rebríčku obecného a máty peprné, 10g kořene libečku lékařského, 10g natě třezalky tečkované, 10g plodu fenýklu obecného a 10g kořene lékořice lysé. Nálev: dvě kávové lžičky na 200 ml vody. Pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

4042 • Lidový žaludeční likér: půl kg nezralých plodů vlašského ořechu se rozkrájí a zalije litrem dobré pálenky. Po třech týdnech se scedí a přidá se podle chuti cukr. Užívá se malá sklenka před jídlem pro dobré trávení. (78 + 66)

4043 • Chronický zánět žaludku a jeho překyselení: vzít po 100g heřmánku a dobromyslí a dále po 50g listů jitrocele, květu měsíčku, semen kopru, listů máty kadeřavé a listů meduňky. Dvě polévkové lžice směsi se přelijí 600 ml vřelé vody, čaj se nechá 30 minut ustát, potom se scedí do termosky a podává se čtyřikrát denně po 150ml asi 20 minut před jídlem, resp. před spaním. (136 + 47 - 91)

### Žaludeční křeče

4044 • Likér skořicový: 450g skořice, 45g puškvorce, 45g obyčejné pomerančové kůry sestrouhejte do litru lepšího vína, povarte čtvrt hodiny, přefiltrujte do menších lahví. Denně ráno na lačno a večer před spaním po odlivce. (132)

4045 • Připravíme likér: do 20 dílů dobré žitné kořalky naložte díl muškátových květů, nechte několik dní táhnout a přefiltrujte. Hned po záchvatu polévkovou lžicí a pak ještě druhou ráno na lačno. (132)

Z

4046 • Při žaludečních a střevních křečích připravíme odvar z polévkové lžice čerstvě roztlučených fenýklových semen, které se zalijí čtvrt litrem vařící vody. Odvar nesmí vřít, ponechá se jen pět minut na horké plotně, aby se semena dobře vyluhovala. Sladíme medem. (132)

4047 • Žaludeční křeče vznikají poruchou žaludeční blány. Příčinou bývá nesprávná životospráva a nachlazení. Léčí se dietou, sluncem, horkými obaly a bylinnými čaji.

Když nás přepadnou křeče, ihned balíme žaludeční krajinu do horkých obalů z citrónové nebo octové vody nebo z odvaru léčivých bylin. Jako čaje užíváme: 15g kořene angeliky, 10g heřmánku, 10g kořene kozlíku, 15g máty peprné, 20g mochny husí, 10g routy zahradní, 20g rebríčku různového, 15g řepíku a 20g tymiánu. (107)

4048 • Připravíme směs po 15g plodu kopru a fenýklu, květu heřmánku a listu máty peprné, po 10g plodu koriandru, kůry krušiny olšové a natě rebríčku a 5g natě zeměžluče a listu meduňky. Jedna polévková lžice směsi se spají ve čtvrt litru vařící vody, jednu hodinu se nechá vyluhovat, pak se přecedí. Pít neslazený před jídlem dvakrát denně. (126)

4049 • Při žaludečních křečích, střevní kolice, migréně, nechutenství, nespavosti, nadýmání připravíme čaj z řezané sušené natě meduňky lékařské a to tak, že dvě lžičky natě přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme přikryté stát. Po 15 minutách slijeme. Pijeme vlažné. (40 + 45)

4050 • Při žaludečních křečích spojených se silným nadýmáním smícháme 10g plodu anýzu, 10g plodu fenýklu a 10g plodu kmínu a 50g listu máty peprné. Jednu čajovou lžičku této směsi na šálek vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Denně vypijte tři šály teplého čaje. (30)

4051 • Při žaludečních křečích, migréně, nadýmání a bolestech hlavy připravíme čaj ze dvou lžiček suché drcené natě majoránky, které přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 15 minut stát. Pije se jeden šálek denně. (40 + 45)

4052 • Při žaludečních křečích, nadýmání, žaludečním a střevním kataru, při bolestivé menstruaci, při ledvinových kamenech, zastydlé rýmě a zánětu nosních dutin, při zánětu nervů a pro posílení nervové soustavy: dvě kávové lžičky květu heřmánku pravého přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 15 minut pod pokličkou pařit. Pije se teplý čaj. (40 + 45)

4053 • Při žaludečních křečích, nervových a menstruačních potížích používáme 3 až 4 krát denně extrakt z meduňky lékařské a to vždy po 20 až 30 kapkách do sklenice vody nebo na cukr. Děti jenom 15 kapek. Extrakt připravíme takto: 1 čajová lžička čerstvě nařezané meduňky, 3 čajové lžičky alkoholu, 3 čajové lžičky vody. Na teplém místě nechat dva dny louhovat, potom přefiltrovat. (126)

### Zánět žaludeční sliznice

4054 • Americký recept nálevu: jedna lžička semena lnu setého se zalije šálkem vroucí vody. Čaj se pije vlažný 3 až 6 krát denně. (40 + 45)

4055 • Připravíme odvar: 100g semen lnu setého rozemeleme na masovém strojku a svaříme s jedním litrem vody. Užívá se vlažný po lžičkách několikrát denně. (40 + 45)

206

4056 • Zánět žaludeční sliznice spojený s poruchou jater: smícháme 10 g kořene lékořice lysé, 20 g plodu fenyklu a 100 g listu meduňky lékařské. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Denně vypijte 3 šálky teplého čaje. (30)

4057 • Zánět žaludeční sliznice spojený s bolestmi: pořídíme směs z bylin. 2 g květu smilu písečného, po 5 g kořene kozlíku lékařského a hořce žlutého, po 10 g oddeku puškvorce, natě zeměžluče, plod kmínu, anýzu a fenyklu, 15 g listu máty peprné a 20 g natě rebríčku. Dvě čajové lžičky této směsi na dva šálky vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Vypijte denně jeden šálek teplého čaje půl hodiny před každým hlavním jídlem. (30)

4058 • Zánět žaludeční sliznice spojený s poruchou jater: 50 g černého čínského čaje, 50 g natě zeměžluče, 50 g natě Černobylu - připravit obvyklým způsobem čajový nápoj a pít po doušcích během dne na žízeň. Absolutní hladovka alespoň 24 hodin. (136 + 47 - 133)

#### Akutní zánět žaludeční sliznice

4059 • Čtyři čajové lžičky květu heřmánku zalejeme 400 ml vřelé vody, vaříme jednu minutu, necháme dvacet minut vyluhovat, precedíme a užíváme třikrát denně 120 ml před jídlem. (91)

4060 • Do 600 ml vřelé vody dáme tři čajové lžičky květu heřmánku a po dvou čajových lžičkách listu meduňky a máty peprné. Vaříme jednu minutu, necháme vyluhovat dvacet minut, scedíme a užíváme 120 ml denně před jídlem. (91)

4061 • Do 600 ml vřelé vody dáme dvě čajové lžičky lněného semena a vaříme 5 minut. Potom přidáme 4 čajové lžičky květu heřmánku a po jedné čajové lžičce listu máty peprné a meduňky. Necháme vyluhovat 30 minut a scedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

4062 • Akutní zánět žaludeční sliznice provázený nechutenstvím u dětí: do 300 ml vřelé vody dáme po jedné lžičce natě kopřivy, listu máty peprné a květu heřmánku, necháme 15 minut vyluhovat, precedíme a užíváme 30 až 80 ml (podle věku) třikrát denně. (91)

4063 • Akutní zánět žaludeční sliznice s poruchami trávení a nechutenstvím: do 250 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce list máty peprné, květ heřmánku, plod kopru a nať kopřivy. V prvních dnech léčení necháme vyluhovat 15 minut, po 6 až 7 dnech léčení vyluhujeme 30 minut, precedíme a užíváme denně 80 ml 10 minut před jídlem. (91)

4064 • Akutní zánět žaludeční sliznice s poruchami trávení a sníženým obsahem kyseliny: smícháme po jedné čajové lžičce nať kopřivy, třezalky a list máty peprné a postupujeme jako u receptu č. 4063. (91)

#### Chronicky zánět žaludeční sliznice

4065 • Při chronickém zánětu žaludeční sliznice se sníženou kyselostí smícháme po 50 g natě zeměžluče a jablečnicku, 100 g natě třezalky a po 60 g nať jitrocele, plodu kopru a květu měsíčku. Do 600 ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžíce této směsi, necháme 30 minut vyluhovat a sce-

díme. Užíváme čtyřikrát denně 150 ml 20 minut před jídlem a večer před spaním. (91)

4066 \* Smícháme 40 g natě řepíku, po 70 g natě jitrocele, listu máty peprné a květu měsíčku a po 50 g nať vlašovičnicku a plod fenyklu. Dále jako recept č. 4065. (91)

4067 • Chronický zánět žaludeční sliznice se zácpou: do 400 ml vřelé vody dáme dvě čajové lžičky plodu kopru, květu heřmánku a kůry krušínové, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Užíváme, třikrát denně 120 ml po jídle. Množství kůry krušínové můžeme zvyšovat o jednu až dvě čajové lžičky, dokud zácpa nepovolí. (91)

4068 • Chronický zánět žaludeční sliznice provázený průjmem a vylučováním slizu a krve: do 700 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce tyto drogy: semeno lnu, květ měsíčku, nať řepíku, pastuší tobolky a rdesna peprníku. Při nedostatečném účinku je možno zvýšit o jednu, dvě až tři čajové lžičky. Vaříme 10 minut a precedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml odvaru 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

4069 • Do 700 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce tyto drogy: květ heřmánku, list máty peprné a meduňky, nať řepíku, třezalky a rdesna peprníku. Při nedostatečném účinku přidáme jednu až tři čajové lžičky rdesna peprníku. Vaříme 10 minut, necháme vyluhovat 1 až 2 hodiny. Precedíme a užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. Vhodnější je, když meduňku a mátu přidáme až po odstavení z tepelného zdroje. (91)

4070 • Při chronickém zánětu žaludeční sliznice provázeným zvýšeným obsahem kyselin a bolestmi: do 400 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce květ heřmánku, nať třezalky, kořen kostivalu a list máty peprné. Vaříme dvacet minut, scedíme a užijeme na třikrát. Užíváme i v noci, při probuzení, pokud se nemocný v noci nebudí, odvar užije večer před spaním a ráno při vstávání. (91)

4071 • Při chronickém zánětu žaludeční sliznice, žlučnickových onemocněních a snížené kyselosti: do 400 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce květ heřmánku, nať kopřivy a řepíku, plod fenyklu a list máty peprné. Vaříme dvacet minut, scedíme a užíváme na třikrát, také v noci při probuzení nebo večer před spaním a ráno při vstávání. (91)

4072 • Chronický zánět žaludeční sliznice se zácpou: do 400 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce květu heřmánku, natě třezalky, listu máty peprné a meduňky a kůry krušínové. Vaříme 3 minuty a precedíme. Odvar užíváme třikrát denně 80 ml 10 minut před jídlem. (91)

4073 • Chronický zánět žaludeční sliznice spojený se zácpou: do 450 ml vřelé vody dáme po jedné lžičce list máty peprné, květ heřmánku, nať třezalky, list meduňky a krušínové kůry. Vaříme 3 minuty a scedíme, užíváme třikrát denně 100 ml 20 minut před jídlem. (91)

4074 • Chronický zánět žaludeční sliznice spojený se zácpou se úspěšně léčí semenám lnu, které užíváme ráno a večer po jídle jednu polévkovou lžici s teplou vodou. Pročišťující účinek lněného semena není způsobený zesílením peristaltiky střev, ale napučením semena a mechanickým vytlačováním výkalů. Proto semeno účinkuje pomalu - až po několika dnech. Účinek je podmíněný množstvím lněného semena, které



je zapotřebí užívat delší čas (několik týdnů až měsíců). Když se projeví účinek, je možné dávku snížit. (91)

4075 • Při chronickém zánětu žaludeční sliznice a žlučnickových chorobách se sníženým obsahem kyselin: do 400 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce květ heřmánku a měsíčku, natě kopřivy, listu máty peprné a meduňky a kořene pampelišky. Vaříme 3 minuty, scedíme a užíváme třikrát denně 120 ml 15 minut před jídlem. Množství natě kopřivy můžeme zvýšit na dvojnásobek. (91)

4076 • Při chronickém zánětu žaludeční sliznice se sníženým obsahem kyselin: do 600ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce natě kopřivy, pampelišky a řepiku, květ měsíčku a list máty peprné a dvě čajové lžičky květu heřmánkového. Vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat 20 minut a scedíme. Užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

4077 • Do 400 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce plodu fenyklu, kopru, koriandru, květu heřmánku, listu meduňky a natě kopřivy. Necháme dvacet minut vyluhovat, pak scedíme a užíváme denně 120 ml. (91)

4078 • Při chronickém zánětu žaludeční sliznice, žaludeční neuróze a nervové kolitidě: do 600 ml vřelé vody dáme dvě čajové lžičky květu heřmánku a po jedné čajové lžičce listu máty peprné a meduňky, šištic chmelu a kořene kozlíku. Vaříme jednu minutu. Necháme vyluhovat 60 minut a scedíme. Odvar užíváme šestkrát denně 80 ml 15 minut před jídlem. Po dobu léčení nesmíme konzumovat kyselé a čerstvé mléko, sodové nápoje a dráždivé potraviny. (91)

### Překyselení žaludku

4079 • Stejně díly květu lípy, lněného semena, kořenu lékořice, kořenu puškvorce, listu máty a plodu fenyklu smíchat a jednu polévkovou lžici směsi spařit čtvrt litrem vody, nechat dvacet minut vyluhovat a pít dvakrát denně, po jídle. (126)

4080 • Překyselení žaludku je příznakem nadměrného požití alkoholu, celkově nadměrného množství kyselin v organismu vznikajících z přemíry kyselinotvorných jídel a tedy špatné látkové výměny, poměrně často je to také příznak špatného vylučování žluče. Pomáhají:

1. 40 g natě jablečnicku a po 10 g natě majoránky, rebríčku, zeměžluče a oddenku puškvorce, kopr. Vše smícháme a připravíme odvar. (99)

4081 • 2. Smícháme po stejných dílech lipový květ, lněné semeno, kořen lékořice, kořen andělíky lékařské, oddenek puškvorce a list máty. Ze směsi připravíme odvar. (99)

4082 • 3. Smícháme 10 g listu šalvěje, 15 g listu podbělu, 60 g pukléžky islandské, 20 g kořene kostivalu, 14 g natě rebríčku. Vše smícháme, ze směsi připravíme odvar. (99)

4083 • 4. smícháme 20 g natě rebríčku, 40 g natě zeměžluče, 10 g plodu kmínu, 10 g oddenku puškvorce, 50 g kořene hořce, 20 g kůry krušiny olšové. Užíváme na lačno a před obědem půl sklenice odvaru. (99)

4084 • Připravte si večer před spaním alespoň dvě hodiny předem rozmočené ovesné vločky, nastrojujte několik čerstvých jablek i se slupkou,

přislaďte medem a trochou citrónové šťávy - místo večere. (132)

4085 • Likér bylinný hořký: do 1,5 litru červeného vína nechťe táhnout celý týden na slunci po dvou dílech jemně nasekané pomerančové kůry a heřmánového květu a po jednom dílu hořkého jetele, pelyňku a zeměžluče. Přefiltrujte. Nepostradatelný pro starší pány, trpící překrvením. (132)

4086 • Smícháme 30 g kořene lékořice lysé, 15 g lišejníku islandského a 15 g semena piskavice řeckého sena. Nálev: pijí se 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

4087 • Smícháme 20 g kořene andělíky lékařské a 10 g květu levandule lékařské. Nálev: pijí se 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

4088 • Smícháme 20 g květu prhy horské (arnyka), 20 g květu heřmánku lékařského a 20 g natě rebríčku obecného. Nálev: pijí se 3 šálky denně. (78 + 66)

4089 • Smícháme 20 g natě tymiánu obecného, 20 g listu šalvěje lékařské, 10 g natě benedyktu lékařského a 10 g natě rebríčku obecného. Nálev: pije se šálek čaje třikrát denně po jídle. (78 + 66)

4090 • Smícháme 20 g plodu fenyklu obecného, 20 g květu heřmánku lékařského, 20 g listu máty peprné a 10 g lipového květu. Nálev: pije se po šálku čaje 2 až 3 krát denně. (78 + 66)

4091 • Smícháme 15 g kořene lékořice lysé a 15 g kořene omanu pravého. Nálev: dvě kávové lžičky směsi na 200 ml vody. Pijí se 4 šálky denně. (78 + 66)

4092 • Smícháme 20 g natě mochny husí, 20 g listu jitrocele kopinatého, 20 g natě rdesna ptačího truskavce a 10 g kořene puškvorce obecného. Nálev: dvě kávové lžičky na 200 ml vody. Pije se šálek třikrát denně před jídlem. (78 + 66)

4093 • Smícháme 25 g květu heřmánku lékařského a 25 g natě dobromysli obecné. Nálev: pijí se tři šálky denně. (78 + 66)

4094 • Smícháme 25 g natě rebríčku obecného, 25 g natě třezalky tečkované a 15 g semena lnu setého! Odvar: kávová lžička směsi se nechá povařit 5 až 7 minut, vyluhovat 10 minut, scedit. Pije se šálek čaje 2 až 3 krát denně. (78 + 66)

4095 • Smícháme 25 g květu heřmánku lékařského, 20 g natě třezalky tečkované, 20 g listu máty peprné a 10 g kořene lékořice lysé. Odvar: polévková lžice směsi na půl litru vody, povaří se dvacet minut a scedí. Popijí se během dne. (78 + 66)

4096 • Smícháme 20 g listu vachty trojlisté, 15 g plodu fenyklu obecného a 15 g natě rebríčku obecného. Nálev: dvě polévkové lžice směsi se přelijí dvěma šálky vroucí vody a nechají se dvě hodiny vyluhovat. Užívá se čtvrt šálku čaje 4 až 6 krát denně. (78 + 66)

4097 • Při zvýšeném obsahu žaludečních kyselin a žaludečním kataru pomáhá natě zeměžluče. Zapař připravíme z jedné polévkové lžice drogy dobře pořezané, kterou zalijeme 400 ml vřelé vody a necháme 15 minut vyluhovat. Scezený zapař pijeme na třikrát, vždy před jídlem. (91)



**Nedostatek žaludeční kyseliny**

4098 • Smícháme 25 g květu heřmánku lékařského a 25 g listu šalvěje lékařské. Nálev: dvě kávové lžičky na 200 ml vody. Doba vyluhování 30 minut. Teplý čaj se užívá třikrát denně. (78 + 66)

4099 • Smícháme 30 g kořene čekanky obecné, 25 g natě třezalky tečkované a 25 g natě zeměžluče okolíkaté. Odvar: 4 polévkové lžíce směsi se povaří 5 minut v litru vody a pak scedí. Teplý odvar se užívá čtyřikrát denně hodinu před jídlem, a to jeden šálek čaje. (78 + 66)

4100 • Smícháme 25 g listu vachty trojlisté a 25g natě rebříčku obecného. Odvar: polévková lžíce směsi na 200 ml vody, doba varu 5 minut. Doba vyluhování 15 až 20 minut. Čaj se pije teplý, třikrát denně před jídlem. (78 + 66)

**Nedostatek žaludečních šťáv**

4101 • Nať zeměžluče, kořen andělíky, list máty. Připravíme zapar z jedné lžíce bylin na sklenici vody. Pijeme po skleničce před každým jídlem. (99)

4102 • Květ černého bezu, nať pelyňku, kořen andělíky, list šalvěje a kořen hořce. Vše rozmělnit na prášek a užívat půl lžičky před každým jídlem. (99)

4103 • Oddenek puškvorce, kmín, koriandr, kořen andělíky a nať zeměžluče. Užívat třikrát denně necelé půl lžičky těchto bylin rozmělněných na prášek. (99)

4104 • Květ černého bezu, list vachty, nať benedyktu, nať macešky, komonice, tymiánu. Vše rozmělnit na prášek a užívat třikrát denně necelé půl lžičky. (99)

4105 • Smíchejte po 40 g nať benedyktu lékařského, pelyňku pravého a zeměžluče. Jednu čajovou lžičku této směsi přelejte šálkem vroucí vody, nechte 5 minut vyluhovat a scedte. Denně vypijte 2 až 3 šálky čerstvě připraveného čaje. (30)

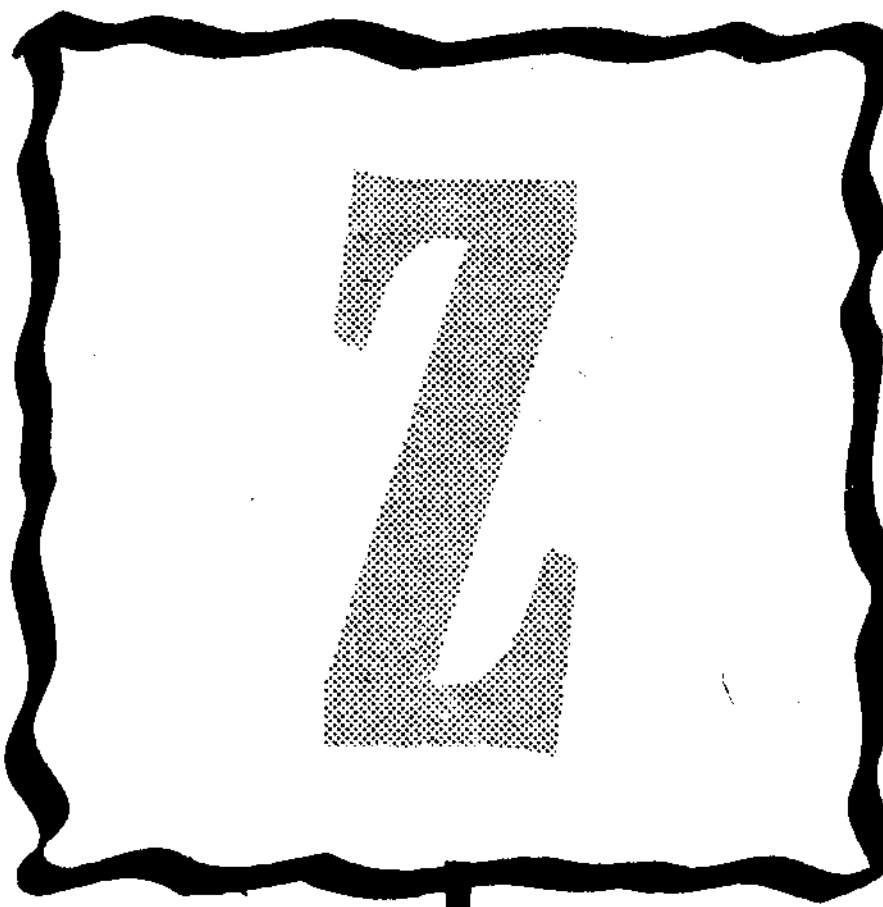
4106 • Smíchejte po 20 g oplodí pomeranče, list vachty, nať pelyňku pravého, benedyktu lékařského a zeměžluče. Jednu čajovou lžičku této směsi přelejte šálkem vroucí vody, nechte 5 minut vyluhovat, scedte. Denně vypijte 2 až 3 šálky čerstvě uvařeného čaje. (30)

4107 • Žaludeční šťávy - povzbuzení: připravíme čaj ze směsi 15 g hořce žlutého, 15 g vachty, 15 g puškvorce, 15 g pomerančové kůry, 20 g zeměžluče a 20 g pelyňku. Vše smícháme a tři čajové lžičky směsi vaříme 7 minut ve třech šálkách vody. (301)

4108 • Povzbuzení sekrece žaludečních šťáv: smíchejte 15 g oddenku puškvorce, 15 g listu vachty, 15 g kořene hořce žlutého, 15 g oplodí pomeranče, 20 g natě zeměžluče a 20 g natě pelyňku pravého. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Během dne vypijte 3 šálky teplého čaje. (30)

**Přecitlivělost žaludku**

4109 • List máty, podbělu, vachty, nať jablečnicku, konopice lékařské, mochny nátržníku, kořen andělíky. Připravít odvar, pít po doušcích 2 až 3 krát denně jednu sklenici. (99)



4110 • Lněné semeno, semeno pískavice řeckého sena, kořen slézu, kořen hořce, plody anýzu. Vše rozmělnit na prášek a užívat 4 až 5 krát denně lžičku prášku s medem. (99)

**Žaludek - nedostatek kyseliny solné**

4111 • Smíchejte 5g kůry skořicovníku cejlonského, 10 g oddenku puškvorce, 10 g listu vachty, 20g oplodí pomeranče, 20 g natě zeměžluče a 20 g natě pelyňku pravého. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Denně vypijte 3 šálky teplého čaje. (30)

**Poruchy žaludku a střev**

4112 • Léčí se kořenem puškvorce. Čaj z oddenku puškvorce připravíme studenou cestou a to tak, že jednu zarovnanou čajovou lžičku kořene na noc zalijeme čtvrt litrem vody, ráno pak trochu zahřejeme a scedíme. Před použitím se čaj ohřeje ve vodní lázni. (123)

4113 • Přelejte 1 čajovou lžičku sušené řezané natě zeměžluče lékařské dvěma sklenicemi vroucí vody a nechte 10 minut vyluhovat. Denně vypijte jednu sklenici čaje neslazeného nebo slazeného umělým sladidlem, a to nejlépe půl hodiny před hlavním jídlem. (23)

**Žaludek pokažený užíváním léků**

4114 • Spařte krátce vařící vodou natlučená semínka čubetová (lžičku na koflík) a popijte denně na lačno jeden koflík. (132)

**Žaludeční choroby s plynatostí**

4115 • Nechte macerovat tři týdny v jednom litru žitné kořalky po 75g semínek anýzových, celerových, fenyklových, koprových, koriandrových a mrkvových, dobře rozemletých na slunci nebo dvakrát tak dlouho ve stínu, pak do nich po scezení namíchejte tolik práškového kandizovaného cukru, až vznikne vláčný sirup, který si napřed svařte s trochou vody a lihu. (132)

**K pročištění žaludku**

4116 • K pročištění žaludku, jater a krve připravíme pálenku podle rakouské bylinářky Marie Treben: asi 20 zelených ořechů rozčtvrtíme a nasypeme do láhve se širokým hrdlem. Zalijeme litrem rezné tak, aby byla dva až tři prsty nad ořechy. Dobře uzavřenou láhev postavíme na 14 dní až 4 týdny na slunce nebo na teplé místo. Pak scedíme do lahví. Podle potřeby užíváme jednu kávovou lžičku. (123)

**Posílení žaludku**

4117 • Půl lžičky drceného suchého kořene hořce žlutého zalijeme dvěma sklenkami studené vody a necháme přes noc stát. Pije se chladný, půl hodiny před jídlem. (40 + 45)

4118 • Jednu lžičku drceného suchého kořene hořce žlutého zalijeme dvěma dl lihu, koňaku nebo jiného destilátu. Dobře uzavřeme a necháme 14 dní stát. Užívá se třikrát denně 10 až 20 kapek na lžici vody, vždy půl hodiny před jídlem. (40 + 45)

4119 • Posílení žaludku, povzbuzení chutě k jídlu - připravíme čaj z jedné lžičky drceného



suchého kořene hořce žlutého na půl litru vody. Čtvrt hodiny povaríme, necháme ustát a precedíme. Pije se chladný, několik doušek půl hodiny před jídlem. (40 + 45)

### Nadýmání žaludku

4120 • Kdo má slabý žaludek a požívá hodně moučných, škrobnatých a sladkých pokrmů, tomu se tyto v žaludku špatně zpracují a proto kvasí, tvoří mnoho plynů a působí nemocnému nepříjemné potíže. Léčí se dietou. Žádné buchty, koláče, kynuté knedle, kvašené zelí, kapustu, sladké hrušky, fíky, hrozinky, cukroví, čerstvý měkký chléb apod. Z vodoléčby používáme teplých obkladů kolem pasu, které měníme každé půl hodiny, a to z citrónové nebo octové vody potud, pokud je to nemocnému příjemné. Jinak hned ustaneme. Přitom provádíme tření těla citrónovou vodou. Dobře léčí větrový čaj ze směsi anýzu, fenyklu, kmínu, jalovce a puškvorce po 10 g, heřmánku 20 g a máty peprné 35 g. 10 g této směsi bere se na 3/4 l čaje. Po každém jídle vypít 1/16 až 1/8 litru. (107)

4121 • Při zdvihání žaludku smícháme po 25 g kůru dubovou, list topolu a máty peprné a nařvlastovičnicku. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vaří se 5 až 10 minut a pak scedí. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

### Žaludeční krvácení

4122 • Smícháme po 25 g nařv kopřivy, rebríčku a kokošky pastuší tobolky, kůru dubovou, květ heřmánku a kořen hadího kořene. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Během dne vypijte 3 až 5 šálků teplého čaje. (30)

4123 • Užívejte každou půlhodinu studený odvar z pastuší tobolky svařený ve víně. (132)

### Nádor v žaludku

4124 • Natrhejte si čerstvý žabinec, udělejte si z odvaru nápařku na břicho a zbytek spařené natě (teplý) použijte k obložení břicha a sice vždy na noc. Léčbu urychlíte, budete-li píti současně třikrát denně po menším koflíku spářku z tétož. (132)

4125 • Nádor zmizí bez operace, budete-li píti třikrát denně větší koflík odvaru medvědice lékařské. (132)

## ŽENSKÉ NEMOCI

### Gynekologické problémy

4126 • Hrst čerstvého či dvě čajové lžičky sušeného rebríčku spařte vroucí vodou a nechte pod pokličkou dvacet minut louhovat. Pak precedte do sedací lázně, která by měla trvat dvacet minut. Provádět dvakrát týdně celkem šestkrát. (302)

4127 • Ženské nemoci všeho druhu léčí rebríček. Koupel připravíme z 50 až 75 g rebríčku, který se přeleje jedním litrem vařící vody a nechá odstát 20 minut. Odvar nalijeme do koupele. Kdo si chce svoji koupel ještě vylepšit, může přidat ke květu rebríčku květ heřmánku a listy, máty peprné. (126)

4128 • Nápařky při všech chorobách ženských rodidel pořídíte nejlépe z odvaru natlučených koprových semínek. Hodí se znamenitě i pro sedací koupel. (132)



4129 • Bečicovo „ženské thé“: vezmeme tři díly kontryhelu, dva díly rebríčku, kopřivy a heřmánku a po jednom dílu květů měsíčku, hluchavky a listu máty peprné. Připravíme půl až tři čtvrtě litru bylinářského čaje a pijeme po doušcích během dne po dobu nejméně tří týdnů. Čaj podporuje činnost srdce, posiluje nervy, zlepšuje činnost žláz s vnitřní sekrecí, pomáhá v klimakteriu, tlumí bolesti při menstruaci. (136 + 47 - 007)

4130 • Při onemocnění pohlavních orgánů ženy a při menstruačních potížích pomáhá čaj z pitulníku žlutého. Jedna vrchovatá čajová lžička na čtvrt litru vody, jen spaříme a krátce vyluhujeme. (132)

4131 • Sirup proti různým ženským potížím: z čerstvě natrhané mateřídoušky připravit pomletím 50 g šťávy, stejným způsobem pak 20 g šťávy z majoránky a 20 g šťávy z cibule. Uvedené šťávy smíchat do půl kg medu a užívat podle potřeby několik čajových lžic denně. Během léčby jsou žádoucí též vaginální výplachy heřmánkovým nálevem s malým přídavkem jedlé sody. (136 + 47 - 96)

### Klimakterické potíže

4132 • Návaly horka, náhlé pocení, celková slabost: půl kávové lžičky listu šalvěje na 200 ml vody. Pije se jeden šálek čaje denně, nejdéle 10 dní v měsíci. Čaj je možno aromatizovat špetkou badyánu. (78 + 66)

4133 • Smícháme po 25 g natě třezalky tečkované, rebríčku obecného a meduňky lékařské. Nálev: pijí se 1 až 2 šálky denně. (78 + 66)

4134 • Smícháme 30 g listu ořechu královského, 10 g listu šalvěje lékařské a 10 g yzopu lékařského. Nálev: polévková lžíce směsi na 200 ml vody. Pije se šálek před spaním. (78 + 66)

4135 • 25 g listu šalvěje lékařské zalijeme čtvrt litrem destilátu, pak v uzavřené láhvi macerujeme deset dnů, scedíme. V době potřeby se užívá 30 kapek třikrát denně na lžici vody. (78 + 66)

4136 • Potíže lze utlumit čajem z 200 g listu kontryhelu, po 100 g listu kopřivy a listu šalvěje a po 50 g chmelu a tymiánu. Pokud se přidružuje krvácení, přidávat do směsi 100 g rebríčku, v případě přidružených zánětů pak 100 g květu měsíčku. Užívat 3/4 l bylinářského čaje z termosky po doušcích během dne. (136 + 47 - 27)

4137 • Připravíme čajovou směs: 100 g meduňky, po 50 g chmelu a třezalky, 40 g fenyklu, 40 g marinky vonné. Pít třikrát denně šálek nálevu nebo 0,5 l po doušcích během dne. (136 + 47 - 16)

4138 • 30 g srdečnicku, po 20 g máty, meduňky a kopřivy, 10 g anýzu. Pít podle potřeby 2 až 3krát denně sklenku nálevu. (136 + 47 - 94)

4139 • 50 g natě buřinky srdečnicku, po 30 g větviček jmelí a šištic chmelu, 20 g oddenku puškvorce, hlohového květu a listu routy vonné, 10 g květu heřmánku. Dvě čajové lžičky směsi přelít dvěma sklenicemi vřelé vody, vyluhovat jednu hodinu a pít čtyřikrát denně po půl sklenice, nejlépe z termosky v době mezi jídly. (136 + 47 - 90)



4140 • Návaly do hlavy při klimakteriu zamezíte snadno, budete-li píti několikrát denně šťávu z čerstvých zcezených okurek vytlačenou a sice tolik, kolik snesete. (132)

### Děloha - zánět, vyhřev

4141 • Welserová radí: „Item vezmi slepičí kůži, ale z ní jenom to bílé, pečlivě oškrab a potom usuš. Pak to roztluč a proced' jemným sítkem. Vezmi půl polévkové lžice a malou lžičku jablečnicku - stejné množství - také natlučeného na prášek a smíchej všechno dohromady. Potom vezmi dobré rýnské víno - žejdlík, ale nejméně osminku, dej všechno do pánve a nech všechno dohromady vařit a natolik odpařit, aby ještě zbylo půldruhá osminky. Potom to vypij, je to prý na dělohu dobré.“ (134)

4142 • Postěte se vždy celé dopoledne a v poledne si namíchejte do polévky 20 g ricinového oleje. Dodržujte 14 dní. (132)

4143 • Prudký a vleklý zánět dělohy spojený s nedokrevností: namíchejte 10 g na prášek rozemleté natě mochnové a do 200 g obyčejného sirupu a užívejte 2 až 3 lžice denně. (132)

4144 • Při vyhřevu dělohy: vnitřně čtyři šálky čaje z kontryhelu - jednu vrchovatou naplněnou lžící kontryhelu dáme do čtvrt litru vody, jenom spaříme a necháme krátce vyluhovat. (123)

4145 • Při vyhřevu dělohy zevně - tinktura z pastuší tobolky: čerstvou kokošku - pastuší tobolku, tj. stonky, listy a květy i se šešulkami, nakrájíme na drobno a volně naplníme až po hrdlo láhve, vše zalijeme 38 až 40% reznou nebo ovocnou pálenkou (byliny musí být ponořené). Necháme stát 14 dní na slunku nebo v teple. (123)

4146 • Likér: nechtě macerovat 8 dní v litru bílého vína 180 g čerstvé natě pastuší tobolky velmi jemně pokrájené, slejte a užívejte řes den každou hodinu jednu lžící. (132)

4147 • Smíchejte stejné díly kokošky pastuší tobolky a jablečnicku, dvě polévkové lžice směsi přelejte čtvrt litrem vřelé vody, nechtě 15 minut vyluhovat, scedie a pijte třikrát denně malý koflík teplého čaje. (301)

4148 • Welserová radí: „Když ženám poklesne děloha item vezmi nastříhanou vlnu a vosk; uhněť vosk na tenkou placičku a přidej na ni znovu vosk a udělej z toho kuličku, čím větší, tím lepší. Tu ať si žena vsune, a když bude chtít, ať k ní přidělá šňůrku, aby se dala vytáhnout, když je třeba.“ (134)

4149 • Welserová radí: „Trochu nastrouhaného libečku se vypije ve víně a na to se pije teplé víno. Do mísy dáme horký popel, na ten pak dáme hrst tlučeného kmínu a pokropíme silným dobrým vínem. To se má položit na místo, kde se dá nahmatat děloha a když to vychladne, musíme to zase ohřát. To musíme dělat, dokud bolesti nezmizí. (134)

### Zánět děložních přívěsků

4150 • Plody růže bez semen 200 g, květ tužebníku jilmového, květ sedmikrásek a nať kontryhelu po 20 g. Dvě lžice bylin zalít půl litrem vody, povařit a vypít během dne. (99)

4151 • K dlouhodobějšímu použití jako desinfekční prostředek: nať rdesna ptačího, přesličky,

květ rebríčku, měsíčku, bílé hluchavky a slézu. Dvě až pět lžiček na litr vody. Povařit a použít k vyplachování. (99)

4152 • Vnitřně: oranžové kvítky měsíčku lékařského zalít lihem tak, aby hladina byla asi 2 cm nad nimi, odstavit na tmavé místo na dva týdny, opět zalít 40% vodkou, odstavit na další dva týdny, obě tinktury slít dohromady a užívat denně 50 kapek. (99)

### Zánět vaječníků

4153 • Bolest i zánět postupně mizí při použití sedací koupele pozůstávající ze 100g natě rebríčku, kterou dáme na noc do studené vody a další den ohřejeme k varu a pak přilejeme do koupele. (303)

4154 • Stejný díl květu černého bezu, natě průtržníku lysého, květu heřmánku, kukuřičných čnělek a natě meduňky. Dále jako recept č. 4155. (136 + 47 - 73)

4155 • Stejný díl natě mateřídoušky, pastuší tobolky, listu ostružiníku, květu měsíčku, natě rebríčku a natě řepíku. 10 g směsi vaříme půl minuty v litru vody, necháme vyluhovat do vyhladnutí, scedíme a vmícháme šest lžic medu. Pít před jídlem a po jídle jedno deci, zbytek po doušcích během dne s malým přídavkem citrónové šťávy. Křížovou krajinu a podbřišek si necháme masírovat střídavě olivovým olejem a slivovicí. Čaj můžeme po týdnu střídat s čajem uvedeným pod č. 4154. (136 + 47 - 73)

4156 • Bolesti odstraní sedací koupele z rebríčku obecného. Na celkovou koupel potřebujeme 100 g bylinek. Rebríčkovou nať dáme na noc do studené vody, následující den zahřejeme k varu a nalejeme do koupele. (123)

4157 • Koupel při zánětu vaječníku: hrst rebríčku zalijeme dvěma litry studené vody, necháme 8 hodin stát a potom přivedeme do varu. Vlijeme do připravené lázně, která by měla být 38 °C teplá, a zůstaneme v ní po 30 minut alespoň dvakrát týdně. (14)

4158 • Při snížené činnosti vaječníku je osvědčeným prostředkem anýz vonný připravený ve formě záparu. Tři až šest čajových lžiček rozdrčených plodů zalijeme vřelou vodou a po hodinovém vyluhování scedíme. Užíváme 60 až 120 ml záparu třikrát denně po jídle. (91)

### Zánět pochvy

4159 • Při zánětu pochvy a děložního čípku: do prevarené vody dáme 10 kapek propolisu, výplach provádíme 5 až 8 krát - dvakrát denně. (99)

4160 • Květ bílého jetele po jednom dílu, list kopřivy a semeno pískavice řeckého sena po dvou dílech. Pořídít zapař. (99)

4161 • List šalvěje, nať mochny nátržníku, oddenek hadího kořene většího, oddenek mochny. Lžice bylin na sklenici odvaru, přidávat 1 až 2 lžice k vyluhování. (99)

4162 • K vyplachování vagíny: do 800ml vřelé vody dáme dvě polévkové lžice směsi bylin, pozůstávající z 80 g květů střemchy, 80 g natě řepíku, 80 g květu heřmánku a po 40 g natě bazalky, natě mateřídoušky a lnu. Vaříme 3 minuty, necháme vyluhovat 20 minut a scedíme. S odvarem provádíme



díme výplachy vagíny vždy večer před spáním. (91)

### Neplodnost obézních žen

4163 • Prelejeme tři čajové lžičky natě rozrazilu lékařského půl litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Denně vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

### Neschopnost donosit plod

4164 • Po 100 g třezalky, kopřivy, kontryhelu, 40 g květu bílé hluchavky, 30 g květu měsíčku, 20 g květu rebríčku. Užívat dvě čajové lžičky směsi na sklenici nálevu třikrát denně. V čase menstruace vynechat. Po využívání celé dávky 14 dní přestávka a pak opakovat. (136 + 47 - 37)

### Poševní výtok

4165 • Smícháme po 10 g nařebrané rebríčku, dubovou kůru a květ heřmánku a po 30 g kontryhelu, kopřivy a truskavce. Čajovou lžičku této směsi si dáme do šálku vody, vaříme 5 až 10 minut a scedíme. Vlažným čajem vyplachujeme pochvu. (30)

4166 • Smícháme 50 g květu heřmánku a 50 g natě mochny husí, jednu polévkovou lžici této směsi prelejeme litrem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a scedíme. Vlažným čajem několikrát denně vypláchněte pochvu. (30)

4167 • Smíchejte 20 g kořene kozlíku lékařského, 20 g listu meduňky, 30 g natě kontryhelu a 30 g květu hluchavky bílé. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Nechtě vařit 5 až 10 minut a pak scedte. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

4168 • Při poševním výtoku dívek přelejte polévkovou lžici květu heřmánku jedním litrem vroucí vody. Nechtě 5 minut vyluhovat a scedte. Vlažným čajem vyplachujte pochvu. (30)

## ŽÍLY

### Zánět žil

4169 • Při zánětu žil a křečových žilách: 200 g měsíčkové masti a 10 g propolisové tinktury. Mast připravíme takto: dvě dvouhrsti květu měsíčku zahradního, jedna kulička borové pryskyřice, dvě lžičky kafru, 100 g včelího vosku, jedna hrst heřmánkového květu. Sádlo rozpustíme ve vodní lázni, do něho presypeme řezané květy měsíčku a heřmánku a vaříme na mírném ohni asi 3 hodiny. Druhý den směs rozpustíme, precedíme, květy rozmixujeme a vlijeme zpět do masti. Potom vše přefiltrujeme přes gázu do sklenice a dáme mírně vařit do vodní lázně. Nakonec přidáme pryskyřici (zabalenu v gáze), kafra a včelí vosk a vaříme až do rozpuštění, po vychladnutí uskladníme v lednici. Při zánětu žil a křečových žilách se doporučuje potřít postižené místo vrstvou masti, překrýt papírovým ubrouskem, nato mikrotenovým sáčkem, převázat pružným obinadlem a nechat působit přes noc. Aplikujeme denně po dobu jednoho týdne. (14)

4170 • Alkoholové obklady: do alkoholu přidat několik kapek arnikové tinktury a při její nedostupnosti lze s výhodou též použít tinkturu připravenou z třezalky nebo z obyčejného rebríčku. Když přejdou největší bolesti a další příznaky akutního zánětu, osvědčilo se střídání kašovitých obkladů z jílu s obklady připravovanými z dobře naklepaného zelného nebo kapustového listu.

Tento list je možno též lehce namočit v teplém olivovém oleji. (136 + 47 - 138)

4171 • Při zánětu žil s tvořením krevních sraženin: flanelový hadřík namočíme do ricinového oleje, vymačkáme, aby olej netekl, přiložíme na postižené místo, na to dáme několikrát složené noviny a přes to nějakou látku. Utáhneme mírným tahem. Aplikujeme na noc. Lze použít i kašovitě obklady z kvetoucí natě měsíčku. Současně je vhodné vnitřní podávání čajů s protizánětlivým účinkem a s příměsí drog, které snižují schopnost krve srážet se. Takovými drogami jsou především nař marionice a nař marinky vonné. (136 + 47 - 119)

4172 • Vezmeme 200 g květu měsíčku, po 100 g natě brutnáku lékařského a natě marinky vonné a po 50 g natě rdesna ptačího truskavce a natě tymiánu. Připravíme 3/4 litru čaje a z termosky podáváme po doušcích během dne. (136+47-119)

4173 • Smícháme po 30 g květů prhy chlumní arniky, nař podbělu a květ měsíčku lékařského. Tři čajové lžičky této směsi prelejeme půl litrem vroucí vody, necháme vyluhovat 5 minut a pak scedíme. Denně vypijeme 3 šálky teplého čaje. (30)

4174 • Zánět žil lze v počátečním stadiu u dolních končetin účinně eliminovat častým podupáváním nohama při sezení na židli. Současně je nutno podávat potravu bohatou na vitamín E, např. pšeničné klíčky. (136 podle časopisu Zdravje, Slovinsko)

### Žíly naběhlé na lýtkách

4175 • Doporučuje se promasírování postiženého místa častěji denně arnikovým výtažkem a po osušení přiložíte na něj teplý plátek černého mýdla, přilepený na ovčí kůži. (132)

### Pro posílení žilního systému

4176 • 40 g kořene andělíky, 30 g krušínové kůry, 20 g komonice a 10 g kořene hořce. Pít 3 sklenice odvaru denně po dobu 3 týdnů, maximálně jednoho měsíce. (136 + 47 - 29)

### Žíly křečové

4177 • Z vodoléčby věnujeme zvláštní pozornost koupání nohou. Vyjma dny, kdy se koupeme ve vaně, koupeme nohy každého večera ve vlažném odvaru léčivých bylin. Po každé koupeli, 15 až 30 minut trvajících, nohy chladně opláchneme, osušíme a pak od kotníků nahoru čerstvým máslem lehce natřeme. Pak je čistým neškrobeným plátnem ovineme, přes to navlečeme punčochy a jdeme spát. Ráno po sejmutí obkladů nohy buď zavineme do fáčů nebo na ně oblékneme gumové punčochy, aby byly při práci utaheny. (107)

4178 • Jakmile se zanítí křečové žíly nebo počnou tvořiti uzly, ihned začneme každého dne zavinovat nohy do studených obkladů z tvarohu, z hlíny, nebo z léčivých rostlin, a to na obě nohy, i na zdravou. (107)

4179 • Obklady z hlíny: z hloubky 1 až 1,5 m někde v hlínku nebo cihelně, kde už nejsou zdraví škodlivé bakterie, nakopeme si mazlavého jílu. Jeden kg mladé dubové kůry nadrobno nařezané povaríme 1,5 hodiny ve třech litrech vody. V odvaru povaríme ještě 40 g mateřídoušky, 30 g nátržníku, 30 g kořene kostivalu, 30 g přesličky a 30 g šalvěje po 30 minut. Pak se



vše přecedí. Ze získaného odvaru a z jílu uděláme hladké těsto, které pak podobně jako tvaroh natřeme na plátno a na zanícená místa přiložíme a zavineme. Podle síly zánětu obklady měníme po čtvrt - půl - jedné i čtyř hodinách. Obklady se obnovují, dokud zánět nezmizí. Při slabším zánětu obklady ponecháváme na zánětlivém místě tak dlouho, až uschnou. (107)

4180 • Vnitřně léčíme směsí stejných dílů květu jírovce maďalu, nátržníku, přesličky a kořene kostivalu. Jedna lžice uvedené směsi spařená vřelou vodou se pak vyluhuje půl hodiny a po scezení popijí neslazené během dne. (301)

4181 • Z léčivých bylin se na obklady doporučuje směs natě Černobýlu, kostivalu, lopuchu, máty vodní, mochny husí, patáček a podbělu, po stejném váhovém díle smíchaných. (107)

4182 • Jablečný nebo vinný ocet ráno a večer neředěný vtírat do oblasti křečových žil. Vnitřně k tomu podáváme dvakrát denně dvě čajové lžičky octa ve sklenici vody. Během 4 až 6 týdnů dojde ke zlepšení. (136 + 47 - 39)

4183 • Vezmeme 100 g rebríčku a po 50 g květu jírovce maďalu, natě rdesna ptačího, natě jablečnicku, květu heřmánku a větviček jmelí. Jednu vrchovatou čajovou lžící směsi spaříme sklenicí vřelé vody, půl hodiny vyluhujeme, pak scedíme. Podáváme dvakrát nebo třikrát denně po jídle, neslazené. (136 + 47-111)

4184 • Při křečových žilách a bércových vředech se doporučuje mast, která má podobné účinky jako mast z měsíčku: jedna vrchovatá dvouhrst nadrobno nařezaných květů, listů a stonků řepíku lékařského na 250 g vepřového sádla. (123)

4185 • Vezmeme stejné díly květu jírovce maďalu, oddenku puškvorce, listu jitrocele, natě čubetu benedyktu a květu měsíčku. Pět čajových lžic směsi vaříme pět minut v půl litru vody, vyluhujeme půl hodiny. Odvar použijeme na přípravu obkladů, aplikovaných přes den asi na dvě hodiny a podruhé večer na noc. (136 + 47-111)

4186 • Zanedbají-li se křečové žíly, duří a praskají, takže jsou příčinou krvácení, ano i smrti, je nutno použít studené obklady z odvaru přesličkových kořínků, denně 3 šálky čaje ze směsi - mochny, přesličky a šalvěje. Při současných křečích čaj z kořenů krevníčku, vařených v mléce. (132)

4187 • Při křečových žilách na nohách povarte 1 kg nadrobno posekaných kořínků kapradí samčího, který nemá na rubu listu hnědých semenec, ve 4 až 6 litrech vody a připravte si nožní koupel, která má mít teplotu 28 °C. Můžete ho používat čtyřikrát. (132)

4188 • Pomocný význam mají v terapii následující procedury: oplachování postižených končetin proudem studené vody, pokud možno pravidelně. Často i v sedě prohýbat chodidla, v leže zdvihat nohy, odpočinout a znovu opakovat. (78 + 66)

4189 • Připravíme odvar ze dvou kávových lžiček drcené kůry jírovce maďalu, které povaríme půl hodiny ve čtvrt litru vody. Pije se během dne šálek po doušcích. (78 + 66)

4190 • Asi 50 g drceného kořene hořce žlutého přelijeme litrem 40% pálenky a necháme vyluhovat

10 dní za občasného protřepání. Výluh užíváme dva až třikrát denně po jedné kávové lžičce. (78 + 66)

4191 • Na postižená místa přikládáme obklady z přecezeného nálevu, připraveného z natě popence břečťanovitého. (78 + 66)

4192 • Z rozdrčených semen pískavice řeckého sena uděláme „kaši“ (prohřetením s vlažnou vodou), kterou nanese na postižené místo a zabalíme látkou. Mění se několikrát denně. (78 + 66)

4193 • Dvě polévkové lžice kořene kostivalu lékařského se deset minut povarí v půl litru vody. Po scezení a vychladnutí přikládáme obklady, které několikrát denně měníme. (78 + 66)

4194 • Při zánětu žil se mimo bylinnou léčbu v lidovém léčitelství osvědčilo namočit do oleje flanelový hadřík, vyždímat a přiložit na postižené místo. Převázat ještě gázou a plátnem. Několikrát denně měnit. Mimo to značně prospívá přikládání obkladů z poněkud rozředěného tvarohu. (78 + 66)

4195 • Při zánětu žil vzít 25 g vrbové kůry, po 15 g rdesna ptačího, natě rebríčku a natě routy vonné a 10 g drcených kaštanů bez hnědé kůry. Jednu polévkovou lžící směsi povarit ve sklenici vody, čtvrt hodiny ustát a podávat 2 až 3 krát denně. K tomu se připojuje zevně aplikace - běžným způsobem připravit odvar ze směsi 35 g kořene kostivalu a po 15 g kůry jírovce maďalu, proskurníku (může se použít list nebo kořen, případně směs obou) a heřmánku. Do odvaru se podle potřeby máčí obvazový materiál. (136 + 47 - 95)

4196 • Při zánětu křečových žil: 50 g kořene hořce rozdrtit na malé kdušky a přelit jedním litrem vodky 40%, nechat vyluhovat 10 dní za občasného protřepání, scedit a pít 2 až 3 krát denně po 0,02 l. Flanelový hadřík namočit do ricinového oleje, vyždímat, přiložit na nemocné místo, převázat papírem a ještě látkou. (136 + 47 - 31)

4197 • Jíst dostatek jablek, slunečnicová semena, nedopustit zácpu, častěji odpočívat s nohama nataženými a mírně zdviženými nahoru, dbát o hygienu nohou. (136 + 47-111)

4198 • Večer aplikovat půlhodinovou teplou koupel nohou v odvaru vrbové a dubové kůry v poměru 1: 1 až 1: 2. Po lázni odpočinek, přes den bandáže. Vnitřně popíjet čaj z květů měsíčku. (136+47-88)

4199 • Jako prevence proti křečovým žilám se doporučuje koupel, která se připraví tak, že do 4 litrů vařící vody se dá hrst dubové kůry (čestvé!), hrst přesličky, 100 g cibule, 3 lžice pelyňku. Vaří se 10 minut, slije se do kbelíku, dolije vodou, přidají se dvě lžice soli. Nohy koupáme 20 minut. (126)

4200 • Při zánětu žil a křečových žilách připravíme mast: do 200 g měsíčkové masti po rozpuštění ve vodní lázni přidáme 10 g propolisové tinktury a dobře promícháme. Zanícené místo potřít mastí na sílu nože, nato přiložit papírový ubrousek, přes to mikrotenový sáček a navrch zavázat pružným obinadlem. Nechat působit přes noc. Denně opakovat. Vyléčí se během týdne. (126)

4201 • Na zanícené křečové žíly: 1 litr slunečnicového oleje se zahřeje na 130 °C a vhodí se do něho 200 g měsíčkových květů a 100 g nastrou-

haných kaštanů (jírovec madál). Vaří se 15 minut, za dva dny se scedí. Používá se k lehkým masážím zanícených křečových žil - vždy směrem k srdci! (126)

4202 • Obklad: po dobu 5 dní se denně přikládají vždy na jednu hodinu obklady z kyselého zelí. Při této chorobě se kyselé zelí nesmí jíst, ani upravené, protože zelí rozšiřuje cévy. (126)

4203 • Křečové žíly, záněty vén, hemoroidy: jednu čajovou lžičku květu jírovce madálu spaříme čtvrt litrem vařící vody a necháme dvacet minut vyluhovat. Pije se jedenkrát denně po jídle. Z květu jírovce je možno také připravit výtažek: do jednoho litru 40% žitné se dá 250 g strouhaných plodů jírovce a nechá se tři týdny louhovat. Užívá se dvakrát 20 kapek. (126)

4204 • Po 20 g listu břízy, dubové kůry a plodu kaštanu, po 30 g kořene reveně a květu smilu písečného nebo natě třezalky, po 50 g natě pohanky a přesličky a 10 g kořene ostružiníku. Jedna polévková lžička této směsi se spaří čtvrt litrem vařící vody a dvacet minut se nechá vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

4205 • Pije se zapař z květů arniky a jeřabiny a z oddenku pýru. (99)

4206 • Pomáhá odvar z kůry kaštanovníku, kůry vrbové, natě rebríčku a natě routy. (99)

4207 • Vrbová kůra, dubová kůra ve stejném množství, tři hrsti vařit v 5 až 6 litrech vody a v získaném odvaru namáčet postižené končetiny. Lze dvakrát až třikrát ve stejném odvaru. (99)

## ŽLÁZY

4208 • Zatvrdliny žláz: v kamenném hrnci na mírném ohni rozpustíte 60 g nesoleného másla a 60 g jedlové pryskyřice a 15 g peruánského balzámu, dobře promíchejte a uschovejte do porcelánového kelímku. Vtírá se přímo a sice déle. (132)

4209 • Při zánětu žláz potřete si je denně častěji šťávou z čerstvé natě majoránkové. Přiložte si na ně obkladek ze silného odvaru čapího nůsku s vyvařenou natí, horký tak, jak snesete. (132)

4210 • Při zácpě žláz okružních smícháme 25 g jehlice, 5 g konitrudu, 25 g lomikamene, 15 g pýru a 30 g smetanky. Pijeme třikrát denně půl šálku teplého slabého odvaru vždy po jídle. (132)

## ŽLOUTENKA

4211 • Žloutenka se rychle vyléčí výluhem ve víně: 30 g vlašovičnicku i s kořenem se zalije půl litrem bílého vína a nechá se stát jednu až dvě hodiny, potom se vylišuje a užívá po doušcích. Vlaštovičnick však je jedovatá rostlina, proto bychom měli výluh užívat jen se souhlasem lékaře. (123)

4212 • Doporučují se tyto vodní prostředky: v týdně 2 až 3 krát krátký ovinek a omývání v noci s postele a hned zase do postele. Žlutá barva trvá po týdny, ale není nebezpečná. Jako nelze z látky všechnu barvu najednou odstranit, tak jest to i při žloutence. Přechází-li žlutá barva

pomalou v hnědou a přičernalou, ubývá-li pořade chuti k jídlu, je-li v kůži všeobecné kousání a pálení, je-li chřadnutí vždy větší, pak jest se obávat, že jsou játra silně nemocna. (56)

4213 • Doporučuje se denně 3 až 4 krát po 3 až 4 lžičkách pelyňkového thé nebo třikrát vždy na špičku nože pelyňkového prášku v 6 až 10 lžičkách teplé vody. (56)

4214 • Smícháme: 15 g listu máty peprné, 10 g květu rebríčku obecného, 15 g heřmánku lékařského, 10 g natě třezalky tečkované, 5 g kůry krušiny olšové a 5 g semena ostropeřce mariánského. Nálev: pije se půl šálku ráno na lačno a půl šálku večer před spaním. (78 + 66)

4215 • Smícháme 20 g natě třezalky tečkované, 15 g květu heřmánku lékařského, 15 g kořene lékořice lysé, 15 g kořene smetanky lékařské a 10 g květu smilu písečného. Nálev: dvě kávové lžičky směsi na 200 ml vody. Pijí se dva šálky denně, vždy před jídlem. (78 + 66)

4216 • Smícháme 15 g semena ostropeřce mariánského, 15 g kořene čekanky obecné, 5 g kůry krušiny olšové, 20 g listu máty peprné, 20 g květu měsíčku lékařského a 5 g květu heřmánku lékařského. Nálev: semena ostropeřce, kůra krušiny a kořen čekanky (1 kávová lžička směsi) se večer přelije dvěma šálky studené vody a nechá se přes noc vyluhovat. Druhý den ráno se k tomu přidá kávová lžička směsi z máty, měsíčku a heřmánku a nechá se 3 minuty přejít varem. Pak se dá na 5 minut ustát a scedí se. Pijí se dva šálky denně, vždy před jídlem. (78 + 66)

4217 • Kávová lžička rozdrcených semen ostropeřce mariánského na šálek vody. Pijí se dva až tři šálky denně. (78 + 66)

4218 • Smícháme 25 g natě routy, květu smilu písečného 100 g a 15 g listu máty. Připravíme zavař. (99)

4219 • Smícháme stejné díly natě pelyňku, vlašovičnicku většího, květu smilu písečného, kůry krušiny olšové, listu máty a kořene pampelišky. (99)

4220 • Smícháme po 15 g natě třezalky tečkované, rebríček obecný, natě přesličky rolní a kořen čekanky obecné a 10 g listu máty peprné. Nálev: pije se půl šálku ráno a půl šálku večer, vždy před jídlem. (78 + 66)

4221 • Likér: nechtě 14 dní táhnout v 1,5 litru dobré žitné kořalky po 20 g anýzových semen, kořínek omanový na drobno posekaný a natě pelyňkovou a zeměžlučovou, pak do ní přimíchejte 80 g velkých hrozeinek zbavených zrn a nechtě týden, pak scedte a užívejte denně na lačno odlivku. (132)

4222 • Svařte v půl litru vody 15 až 20 g hořce, vyvařte na polovic a vypijte vše, pokud možno najednou vždy ráno na lačno. (132)

4223 • Tři - čtyři lodyhy smilu písečného (česká protěž) nebo i protěže alpské i s květem svařte a pijte menší koflík denně. (132)

4224 • Vařte dva litry vody, do ní hodte hrst cukru, vařte tak dlouho, až vzkypí, potom si připravte celý citron rozřežte na tenká kolečka i s kůrou, po vzkypění odstavte, vhodte připravený citron a pijte teplé, co snesete. (132)

4225 • Snese-li nemocný olivový olej, nechť užívá denně ráno na lačno dvě lžičky kávové - nejlepší prostředek! (132)

4226 • Pijte ráno a večer před spaním koflík teplé spárky ze sušených listů rozrazilových - špetku na koflík, nesladit. (132)

4227 \* 25 g listů bolda, 20 g kořene sporýše, 5 g pelyňku, 45 g kořene čekanky. Pijeme třikrát denně šálek teplého odvaru po jídle. (132)

4228 • Likér Gagliostrův: 2 až 4 g sušeného listí ořechového na prášek rozemletého vsypte do sklenky dobrého vína a přihřejte. Tento likér je nutno připravit vždy čerstvý, podle návodu. Pije se sklenka večer a ráno na lačno, bez přefiltrování. (132)

4229 • Smícháme 5 g čertkusu, 25 g listy boldo, 20 g kořene sporýše, 5 g pelyňku a 45 g kořene čekanky. Pije se třikrát denně šálek teplého odvaru vždy po jídle. (132)

#### Při žloutence, chorobách jater a sleziny

4230 • Smícháme 50 g pampelišky, 25 g květů čekanky, 25 g marinky vonné, 50 g rozrazilu. Ze směsi připravíme (na čtvrt litru vody jednu vrchovatou čajovou lžičku) neslazený čaj, který pijeme po doušcích dva šálky denně. (123)

4231 • Výborné účinky má čajová směs z 50 g pampelišky, 25 g květů čekanky, 25 g marinky vonné, 50 g rozrazilu. Z dobře promíchané směsi použijeme jednu kávovou lžičku na čtvrt litru vody. Přes den je třeba vypít dva šálky neslazeného čaje po malých douškách. (303)

4232 • 50 g pampelišky, 25 g čekanky, 25 g marinky vonné, 50 g rozrazilu promícháme, jednu čajovou lžičku směsi spáříme čtvrt litrem vody a pijeme dva šálky denně. Nesladíme. (303)

4233 • Při žloutence, chorobách jaterních, nemocech slivky břišní, gynekologických chorobách a ke zvýšení sekrece žluče: 1 až 2 lžičky sušeného květu měsíčku zahradního přelijeme čtvrt litrem vařící vody a necháme 15 minut stát. Zevně užíváme k ošetření ran a bércových vředů, (14)

#### Na žloutenku a loupání

4234 • Čekanková voda, mátová voda, pět lotu šťávy na pročištění. Pro uvolnění hlenů bereme trnky povarené ve vodě. Z téhož se podává trunk. (134)

#### Proti žloutence u dětí

4325 • Welserová radí: „Vezmi vlaštovičník a polož ho dítěti do postýlky a dej mu vlaštovičník i do botiček a pověs mu kořeny na krk. Dávej mu i tři dny po sobě pít vodu z vlaštovičníku. Má to být dobrý, osvědčený prostředek.“ (134)

## ŽLUČ

4236 • Jsou čtyři postupující a související choroby žlučníku:

1. Když žluč špatně odměšuje, pak pomůže čaj z dříví, jmelí, vachty, od každého 7g, krušiny 20g a pampelišky 5g na litr. Pijí se dva šálky polevu denně.

2. Zápal žlučníku: sedací koupele z senokvětů, vnitřně čaj z borovičných špiček.

3. Běhavka žlučová: čaj z břízových listů v mléce vyvařených, sedací koupele z odvaru ovesné slámy.

4. Zbytnění žlučníku: čaj z čekanky, pampelišky, pelyňku, vřesových kvítků a kořínků. Teprve když již choroba byla zanedbána tak dlouho, že postoupila až ke čtvrtému stadiu/vytvoří se v žlučníku žlučové kameny. (132)

#### Vylučování žluči

4237 • Smíchejte po 25 g kořen s natí pampelišky, kořen jehlice trnité, krušinou kůru a list máty peprné. Jednu čajovou lžičku této směsi na šálek vody. Nechte vařit 5 až 10 minut a pak scedte. Při křečích vypijte vícekrát denně po šálku teplého čaje. (30)

4238 • 20 g ostropestřce, 20 g máty peprné, 20 g pelyňku, 20 g benedyktu lékařského, 10 g kmínu, 20 g reveně. Vše smícháme. Tři lžičky této směsi vaříme ve 3/4 litru vody sedm minut, hned scedíme. Pijeme během dne 3 šálky teplého čaje. (303)

4239 • Dvě polévkové lžičky artyčoku kardového zalijí se horkou vodou. Pije se teplý čaj před jídlem. (330)

4240 • Smícháme 10 g kořene reveně, 10 g plodu kmínu a po 20 g nať benedyktu lékařského a pelyňku pravého, list máty peprné a plod ostrpestřce mariánského. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vařit 5 až 10 minut a scedit. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

4241 • Dvě čajové lžičky natě marinky vonné na šálek vody. Nechte vařit 5 až 10 minut, pak scedte. Během dne vypijte šálek teplého čaje. (30)

4242 • Čajovou lžičku kořene čekanky na šálek vody. Nechat vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Během dne vypijte po doušcích teplý čaj. (30)

4243 • Jednu čajovou lžičku listu máty peprné přelejte jedním šálkem vroucí vody. Nechte vyluhovat 5 minut a pak scedte. Vypijte denně vícekrát po jednom šálku teplého čaje. (30)

4244 • Nať komonice, květ lípy, květ rmenu po 1 dílu. Dvě lžičky směsi přelít čtvrt litrem vařící vody a nechat 15 minut pod pokličkou pařit. (40 + 45)

4245 • Po 5 g kořen reveně a plod kmínu, po 10 g naťčubetu benedyktu, pelyňku pravého, máty pepře a listu artyčoku, 30 g drceného semena ostropestřce. Jednu čajovou lžičku této směsi vaříme 3 minuty ve čtvrt litru vody, dvacet minut vyluhujeme. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

4246 • Jedna čajová lžička kořene a natě čekanky se vaří 5 minut ve čtvrt litru vody a dvacet minut vyluhuje. Po malých doušcích popíjet po celý den. (126)

4247 • Nať meduňky, řepíku, fenyklu, květ měsíčku, plod fenyklu. Vařit dvě až tři minuty v půl litru vody, luhovat, užívat třikrát denně před jídlem, kávová lžička každé drogy na půl litru vody je denní dávka. Provádí se 6 až 8 týdnů, po dvou týdnech možno opakovat. (50)

4248 • Smícháme 30 g natě třezalky tečkované, 30 g kořene omanu a 30 g listu boldovníku. Obvyklým způsobem připravíme odvar. (40 + 45)



4249 • Smícháme 20 g listu máty peprné, 15 g natě řepíku lékařského, 10 g kořene smetanky lékařské a 5 g kůry krušiny olšové. Nálev: pijí se dva šálky během dne. (78 + 66)

4250 • Smícháme po 10 g natě rebríčku obecného a meduňky lékařské, list máty peprné a květ heřmánku lékařského. Nálev: pijí se tři až čtyři šálky denně. (78 + 66)

4251 • Smícháme 15 g meduňky lékařské, 15 g listu máty peprné, 10 g kůry krušiny olšové a 10 g semena ostropestřce mariánského. Nálev: pije se třikrát denně šálek čaje půl hodiny před jídlem. (78 + 66)

4252 • Smícháme 25 g natě řepíku lékařského, 25 g kořene a natě smetanky lékařské, 20 g natě jablečnicku obecného, 10 g kořene reveně dlanité a 10 g květu heřmánku lékařského. Nálev: dvě kávové lžičky směsi na 200 ml vody. Pije se třikrát denně šálek čaje půl hodiny před jídlem. (78 + 66)

4253 • Smícháme 20 g kořene čekanky obecné a 20 g kořene s natí smetanky lékařské. Nálev: doba vyluhování 20 až 25 minut. Pijí se dva šálky čaje během dne. (78 + 66)

4254 • Smícháme 15 g listu máty peprné, 15 g natě jablečnicku obecného, 15 g natě řepíku lékařského a 5 g kořene reveně dlanité. Polévková lžice směsi se povaří minutu v půl litru vody, nechá chvíli ustát a pak se precedí. Čaj se pije po menších dávkách v průběhu dne. (78 + 66)

4255 • Jeden díl květů měsíčku lékařského se po dobu osmi dní maceruje v deseti dílech rezné nebo v jiném destilátu. Pak se scedí a uchovává v chladnu. V době potřeby se užívá jedenkrát denně kávová lžička tinktury v šálku vody. (78 + 66)

#### **Snížené vylučování žluče spolu s nedostatkem žaludeční kyseliny**

4256 • Smícháme 30 g kořene puškvorce obecného, 25 g plodu koriandru setého a 20 g natě zeměžluče okolíkaté. Nálev: pijí se tři šálky čaje denně. (78 + 66)

4257 • Smícháme 25 g kořene puškvorce obecného, 25 g kořene andělíky lékařské a 10 g listu vachty trojlisté. Nálev: pije se 4 až 5 krát denně po šálku čaje. (78 + 66)

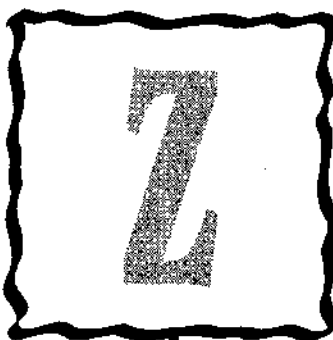
4258 • Smícháme 30 g kořene andělíky lékařské, 25 g natě rebríčku obecného a 20 g kmínu kořeného. Pijí se 3 až 4 šálky denně. (78 + 66)

4259 • Smícháme 20 g květu heřmánku lékařského, 20 g natě pelyňku pravého, 20 g listu máty peprné a 15 g listu šalvěje lékařské. Nálev: dvě kávové lžičky na 200 ml vody. Pije se třikrát denně po šálku teplého čaje. (78 + 66)

4260 • Smícháme 30 g natě mateřídoušky obecné, 15 g natě pelyňku pravého a 15 g natě zeměžluče okolíkaté. Odvar: pije se třikrát denně šálek čaje. (78 + 66)

#### **Výlev žluče do krve**

4261 • Nechtě vařit omanový kořínek ve vodě tak dlouho, až úplně změkne, precedte sítkem, rozemelte na kasičku a smíchejte se stejným množstvím čerstvého másla. Natřete na plátno a přidávejte přehřáté na krajinu žlučovou. Ne příliš přehřát! (132)



## **ŽLUČNÍK**

### **Onemocnění žlučníku**

4262 • Do 250ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce natě kopřivy, list máty peprné, kořen pampelišky a dřišťálu. Vaříme 3 minuty, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Odvar užíváme třikrát denně 120 ml po jídle. Čas léčení je 2 až 3 měsíce. Po jednoměsíční přestávce se léčení opakuje až čtyřikrát do úplného vyléčení. (91)

4263 • Do 600 ml vřelé vody dáme po jedné kávové lžičce plod koriandru a kopru, list meduňky, kořen pampelišky a dřišťálu, semeno lnu a kůru krušiny olšové, vaříme 3 minuty a 30 minut necháme vyluhovat, pak scedíme a užíváme třikrát denně před jídlem. Pokud má nemocný bolesti, je vhodné užít odvar po jídle. Při nedostatečném pročišťujícím účinku množství kůry krušinové zvyšujeme o jednu až dvě čajové lžičky. Období léčení trvá 2 až 3 měsíce. (91)

4264 • Do 500ml vřelé vody dáme jednu čajovou lžičku kopru, fenyklu, kořen dřišťálu a kůry krušinové a dvě čajové lžičky máty peprné. Vaříme 3 minuty a necháme 30 minut vyluhovat, pak scedíme a užíváme třikrát denně 150ml před jídlem. Léčení trvá 2 až 3 měsíce. (91)

4265 • Do 500ml vřelé vody dáme jednu čajovou lžičku listu meduňky, natě řepíku a kopřivy, měsíčku a plodu kopru. Vaříme 3 minuty, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Užíváme třikrát denně 150ml před jídlem. (91)

4266 • Do 400 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce plod hlohu a fenyklu, natě jmelí, kořen kozlíku, list meduňky a šišťice chmelu. Vaříme 3 minuty, necháme 30 minut vyluhovat a scedíme. Užíváme třikrát denně 120ml po jídle. (91)

4267 • Pacienti mají na jaře a na podzim šest až osm týdnů provádět kúru s ostropestřcem. Protože ostropestřec je současně také výborný prostředek na játra a žlučník, je rnožno kúru provádět míchaným čajem: pampeliškový kořen s natí, plody ostropestřce (stejným dílem). Jednu vrchovatou čajovou lžičku směsi přelít jedním, šálkem vody, ohřát do varu, 20 minut nechat stát, pak scedit. Pít 3 šálky denně po dobu 4 až 8 týdnů. (99)

4268 • Smícháme 15 g kořene reveně, 15 g natě vlastovičnicku, 15 g listu vachty, 15 g kořene hořce žlutého, 20 g kořene pampelišky a 20 g listu máty peprné. Jednu čajovou lžičku této směsi na šálek vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Vypijte jeden šálek teplého čaje vždy před jídlem. (30)

4269 • Při žlučnickových a žaludečních potížích smícháme 30 g natě zeřnědýmu, 30 g natě rebríčku, 35 g oddenku pýru a 10 g kůry krušiny olšové. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody, vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Denně vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

4270 • Žlučník - stimulace činnosti: po 10 g natě jablečnicku a listu meduňky a po 20 g listu máty peprné, natě zeměžluče a natě pelyňku. Jednu polévkovou lžici směsi spařit čtvrt litrem vroucí vody, nechat dvacet minut vyluhovat a pít 30 minut před jídlem. (126)

4271 • Žlučník - k povzbuzení činnosti, ale i jako prostředek při žaludeční slabosti a trávicích potí-





žích, nechutenství, žaludečním kataru, při dráždění k dávení: připravíme čaj ze dvou lžiček řezaných sušených listů vachty trojlísté na čtvrt litru vody. Necháme přejít varem a na 15 minut odstavíme. Užíváme chladný, po lžičkách, 1 až 2 šálky ob den. (14)

4272 • Onemocnění žlučníku s bolestmi žaludku: smícháme 20 g listu máty peprné, 10 g natě pelyňku pravého, 10 g květu smilu písečného, 10 g kůry krušiny olšové, 10 g kořene pampelišky a 40 g oddenku kurkumy. Dvě čajové lžičky této směsi na dva šálky vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Ráno a večer vypijte šálek teplého čaje. (30)

4273 • Choroby žlučníku a jater, zažívací potíže: 50 g kořene omanu pravého naložíme do půl litru koňaku nebo jiného destilátu na dobu 14 dní. Užíváme 10 až 20 kapek třikrát denně. (40 + 45)

4274 • Zlučník - potíže, při chorobách močového měchýře a při žloutence: čaj připravíme z jedné lžičky řezaného kořene čekanky obecné na čtvrt litru vody. Nechá se přejít varem, 10 minut odstavit a scedit. Pije se chladný ráno a večer jeden šálek. (40 + 45)

4275 • Při onemocnění žlučníku a ledvin, při žaludečním kataru, při střevním kataru a při odtučňovací kúře: tři hrsti propláchnutých ovesných vloček vaříme půl hodiny v litru vody, propasírujeme a podáváme nemocnému. (14)

#### Zlučník - křeče

4276 • Čaj připravíme z mochny husí nebo z mochny stříbrné. Jednu čajovou lžičku drogy vaříme dvě minuty ve čtvrt litru vody, necháme dvacet minut vyluhovat a pijeme dvakrát denně před jídlem. (126)

#### Zlučník - bolesti

4277 • Smícháme 40 g kořene čekanky a po 20 g plod jalovce, kořen pampelišky a nař zemědýmu. Dvě čajové lžičky této směsi na dva šálky vody, vaří se 5 až 10 minut a pak se scedí. Vypijte denně šálek teplého čaje půl hodiny před každým hlavním jídlem. (30)

4278 • 20 g natě máty peprné a 10 g natě vlašovičnicku. Čajovou lžičku směsi spaříme ve čtvrt litru vody (vařící) a necháme dvacet minut vyluhovat. Pijeme ráno a večer šálek teplého čaje před jídlem. (30)

4279 • 50 g natě vlašovičnicku a 50 g listu máty peprné smícháme a jednu čajovou lžičku této směsi přelijeme šálkem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a pak scedíme. Ráno a večer vypijte šálek teplého čaje. (30)

#### Zlučník - poruchy

4280 • Smícháme 10 g kořene angeliky, 10 g listu břízy, 10 g květu chrpy, 20 g natě jehlice trnité, 10 g květu hluchavky bílé, 15 g listu máty peprné, 20 g listu medvědice lékařské, 15 g natě pastuší tobolky, 20 g natě rebríčku růžového, 20 g natě řepíku lékařského, 15 g natě truskavce a 15 g natě třezalky. Bylinářským způsobem připravíme čaj, popijíme po doušcích během dne. (107)

4281 • Smícháme 10 g květu bezu černého, 10 g listu břízy, 10 g natě drchničky, 30 g natě jeh-

lice trnité, 20 g květu kozí brady luční, 15g libečku-celé rostliny, 15g listu medvědice, 15 g listu i květu plicníku, 20 g natě rebríčku růžového, 15 g natě řepíku lékařského, 15 g natě truskavce a 15 g natě třezalky. Bylinářským způsobem připravíme čaj, který popijíme po doušcích během dne. (107)

4282 • 50 g šišťice chmelu, 25 g listů máty 20 g natě čekanky. Jednu polévkovou lžičku směsi spařit čtvrt litrem vařící vody, 20 minut vyluhovat, pít třikrát denně po jídle. (126)

4283 • 9 dílů tužebníku jilmového, 12 dílů truskavce, 6 dílů máty peprné. Bylinářským způsobem připravíme čaj, pijeme 3 šálky denně po dobu 10 týdnů. (333)

4284 • Po 5 g kořene reveně dlanité, listu vlašovičnicku a listu máty peprné, po 10 g kořene hořce a kořene s listem pampelišky a 25 g listu vachty třílísté. Jednu čajovou lžičku směsi vaříme ve čtvrt litru vody 5 minut, 20 minut necháme vyluhovat. Půl hodiny před jídlem vypít jeden šálek teplého čaje. (126)

4285 • Smícháme 20 g květu smilu písečného, 10 g listu kopřivy dvoudomé, 10 g listu šalvěje lékařské, 10 g listu máty peprné. Nálev: pije se půl šálku ráno a půl šálku večer, vždy 15 minut před jídlem. (78 + 66)

4286 • Smícháme 15 g natě třezalky tečkované, 10 g listu pelyňku pravého, 10 g kořene smetanky lékařské, 5 g kořene kozlíku lékařského a 5 g šišťice chmele obecného. Nálev: pije se po šálku ráno a večer vždy 15 až 20 minut před jídlem. (78 + 66)

4287 • Čaj připravený ze tří větviček pelyňku, které se přelijí čtvrt litrem vařící vody. Po 10 minutách odstavení se čaj pije po doušcích. Může se trošku přisladit medem. (64)

4288 • Smícháme po 25 g kořen čekanky a nař přesličky rolní, rebríčku a třezalky. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Vaří se 5 až 10 minut, pak se scedí. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

#### Zlučník - zánět

4289 • Vezmeme 30 g třezalky, po 20 g listu máty peprné a natě pelyňku a po 15 g kořene kozlíku a šišťice chmelu. Tři čajové lžičky směsi spaříme sklenicí vřelé vody, vyluhujeme 30 minut, scedíme, podáváme 2 až 3 krát denně. (136+47-13)

4290 • Do obvyklého bylinného čaje po dobu 21 dnů deset až patnáct kapek propolisové tinktury dvakrát - ráno a večer. Jen v krajním případě léčbu opakovat jedenkrát po ISdenní přestávce. (99)

#### Zánět žlučníku a žlučnickových cest

4291 • Smícháme po 10 g nař rdesna ptačího truskavce, květ smilu písečného, list máty peprné a šalvěje lékařské a kůru krušiny olšové. Nálev: pije se dvakrát denně půl šálku čaje 15 minut před jídlem. (78 + 66)

4292 \* Smícháme 20 g květu smilu písečného a po 10 g list kopřivy dvoudomé šalvěje lékařské

a máty peprné. Nálev: pije se půl šálku ráno a půl šálku večer, vždy 15 minut před jídlem. (78 + 66)

4293 • Smícháme 15 g natě třezalky tečkované, 10 g listu pelyňku pravého, 10 g kořene smetanky lékařské, 5 g kořene kozlíku lékařského a 5 g šišťice chmele obecného. Nálev: pije se po šálku čaje ráno a večer, vždy 15 až 20 minut před jídlem. (78 + 66)

4294 • Smícháme 10 g natě rdesna ptačího truskavce, 10 g smilu písečného, 10 g listu máty peprné, 10 g listu šalvěže lékařské a 10 g kůry krušiny olšové, po 20 g plod šípku, kořen pampelišky a kořen omanu. Tři polévkové lžičce směsi se povaří 7 minut v jednom litru vody, scedí a nechá 10 minut vyluhovat. Pijí se denně tři šálky teplého čaje před jídlem. (301)

#### Zánět žlučníku a jater

4295 • Do 600 ml vřelé vody dáme po jedné čajové lžičce těchto drog: květ heřmánku a měsíčku, list meduňky a máty peprné, kořen pampelišky a omanu, kůru krušinovou a plod šípku. Vaříme tři minuty a necháme hodinu vyluhovat, pak scedíme a užíváme šestkrát denně 80 ml, 15 minut před jídlem a 30 minut po jídle. (91)

#### Podpora funkce žlučníku a žaludku

4296 • Smícháme 15 g listu máty peprné, 10 g jablečnicku obecného, 10 g natě dobromysli obecné, 10 g listu pelyňku pravého a 5 g natě meduňky lékařské. Nálev: pije se šálek čaje půl hodiny před jídlem, třikrát denně. (78 + 66)

#### Žlučník - kolika

4297 • Obklad: dvě hrsti natě přesličky rolní dáme do síta, které položíme na hrnek s vřelou vodou. Přikryjeme pokličkou a necháme propařit. Když jsou byliny vláčné, dáme je do plátěnka nebo mulu a obklad přiložíme na oblast žlučníku. Teple přebalíme a pacienta uložíme na lůžko. Byliny se nechají působit minimálně půl hodiny, raději však déle. Když obklad odstraníme, potřeme pokožku mastným krémem. (78 + 66)

4298 • Smícháme 20 g natě meduňky lékařské, 10 g listu máty peprné, 10 g kozlíku lékařského a 10 g listu pelyňku pravého. Nálev: pije se šálek čaje v době potřeby. (78 + 66)

4229 \* Připravte nálev z natě meduňky lékařské a pijte šálek čaje v době potřeby. (78 + 66)

4300 • Smícháme po 10 g list máty peprné, květ heřmánku lékařského a šišťice chmele obecného. Nálev: pijí se v době potřeby dva šálky čaje denně. (78 + 66)

4301 • Smícháme po 30 g natě mochny husí, natě vlašovičnicku a list meduňky a 100 g listu máty peprné. Jednu čajovou lžičku této směsi přetřeme šálkem vroucí vody, necháme 5 minut vyluhovat a pak scedíme. Pijí se denně 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

4302 • 30 g mochny husí, 10 g natě vlašovičnicku, 10 g natě meduňky a 10 g natě máty. Jednu čajovou lžičku směsi spaříme ve čtvrt litru vařící vody, vyluhovat jen 5 minut. Pijeme 2 až 3 krát denně před jídlem. (126)

4303 • Jednu čajovou lžičku natě mochny husí přelejte šálkem teplého čaje, nechte 5 minut vyluhovat a scedte. Denně vypijte 2 až 3 šálky teplého čaje. (30)

#### ŽLUČNÍKOVÉ KAMENY

4304 • Smícháme po 10 g natě rdesna ptačího truskavce, natě přesličky rolní a květ heřmánku lékařského a po 5 g list kopřivy dvoudomé a list máty peprné. Nálev: pije se tři krát denně půl šálku čaje dvacet minut před jídlem. (78 + 66)

4305 • Smícháme po 10 g natě rebríčku obecného, list máty peprné, kořen smetanky lékařské, kůru krušiny olšové a semeno ostropestřce mariánského. Odvar: pijí se dva šálky denně před jídlem. (78 + 66)

4306 • Smícháme po 10 g květ smilu písečného, list máty peprné, natě rebríčku obecného a list pelyňku pravého a po 5 g kůru krušiny olšové a semeno fenýklu obecného. Odvar: pijí se dva šálky denně vždy 15 minut před jídlem. (78 + 66)

4307 • Smícháme 10 g listu šalvěže lékařské, 5 g plodu kmínu obecného, 5 g listu máty peprné, 5 g kořene andělíky lékařské, 5 g kůry krušiny olšové a 5 g listu kassie úzkolisté. Odvar: pije se šálek čaje před spaním. (78 + 66)

4308 • 5 g natě čekanky, 5 g kořene revene dlanité, 5 g kůry krušiny, 5 g kůry dřišťálu a 20 g kořene a listu pampelišky. Jednu čajovou lžičku směsi vaříme 5 minut ve čtvrt litru vody, dvacet minut necháme vyluhovat. Pije se třikrát denně před jídlem. (126)

4309 • Nakapejte 8 kapek oleje z máty peprné do mléka a vypijte dvakrát denně. Za 14 hodin potom vypijte lžici olivového oleje. (132-)

4310 • Kde nic jiného nepomůže, je znamenité pití odvaru ze stejného dílu truskavce a třezalky. (132)

4311 • Od žlučových kaménků si můžete pomoci, pokud jsou čerstvé a to pitím čaje z kořínků kopřivy (kopřiva menší je vydatnější), ale jen v mléce vařených, nebo odvaru břechťanových listů ve víně (ne ve vodě!). (132)

4312 • Šestitýdenní kúra se šťávou z černé ředkve dosud pomohla pokaždé, nešlo-li o řídký případ s nerozpustnými kameny. Ředkev se odstředí v domácí odstředivce a začíná se ráno se 100 g šťávy a dávka se pomalu v průběhu tří dnů zvyšuje až na 400g, potom se opět tři týdny dávka snižuje až na 100 g šťávy. Při zánětu žaludku nebo střev není používání této kůry dovoleno! (123)

4313 • Žlučníkové kameny odstraní i čajová směs ze stejných dílů bedrníku, brečtanu popínavého, chmele obecného, řepíku lékařského, máty peprné a pelyňku pravého. Tři polévkové lžičce směsi se za studena vyluhují v jednom litru jablečného vína, potom se vše zahřeje do varu, odstává a nechá tři minuty vyluhovat. Před den pak užíváme devětkrát jednu polévkovou lžičku, tekutina se užívá teplá, proto ji dáme do termosky. Vzhledem k toxicidě brečtanu se doporučuje tato kúra po předchozím souhlasu lékaře. (123)

4314 • Smícháme 10 g natě řepíku lékařského a 10 g natě meduňky lékařské, 10 g listu máty peprné a 10 g kůry krušinové. Nálev: pijí se dva šálky denně 15 minut před jídlem. (78 + 66)

4315 • Smícháme po 10 g list šalvěže lékařské, list máty peprné, kůru krušiny olšové, kořen andělíky lékařské a plod kmínu kořeného. Odvar: pije se šálek čaje večer před spaním. (78 + 66)

4316 • Lázeň: list borůvky, fazolové lusky, pýr, nař třežalky, list kopřivy, máta - po 10 g na jednu lázeň, krátce povařit a scedit do vany. Můžeme opakovat každý den, zvláště u obezity. V lázni je třeba vydržeti alespoň půl hodiny. (99)

4317 • Léčivé bylinné prostředky: 20 g květu smilu písečného, 15 g listu vachty, 50 g listu máty, 25 g koriandru. Připravit zapař, pije se před jídlem. (99)

4318 • 10 g kůry krušiny olšové, 20 g listu máty, 15 g koriandru, 15 g natě vlašovičnicku většího, SOgtřežalky a 10 g natě routy. Ze směsi pořídit odvar. (99)

4319 • Smícháme po 10 g květ prhy chlumní arniky a oddelek kosatce a po 20 g list vachty a máty peprné a kořen pampelišky a čekanky. Tři čajové lžičky této směsi na tři šálky vody. Vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Během dne vypijte tři šálky teplého čaje. (30)

4320 • Smícháme 2 g natě drchničky a 6 g natě zemědělymu a dále po 15 g nař řepíku lékařského, jablečnicku a rebríčku, kořen pampelišky lékařské a puškvorce a list máty peprné. Čtyři čajové lžičky této směsi na čtyři šálky vody - vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Během dne vypijte čtyři šálky teplého čaje. (30)

4321 • Smícháme 10 g kořene reveně, 15 g listu vachty, 15 g kořene hořce žlutého a po 20 g natě vlašovičnicku, kořene pampelišky lékařské a listu máty peprné. Dvě čajové lžičky této směsi na dva šálky vody, vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Vypijte dvakrát denně šálek teplého čaje vždy půl hodiny před hlavním jídlem. (30)

4322 • Smícháme 10 g kořene reveně, 20 g natě jablečnicku, 20 g natě řepíku lékařského a 50 g listu máty peprné. Čajovou lžičku této směsi na šálek vody, nechat 5 až 10 minut vařit a pak scedit. Vypijte denně šálek teplého čaje vždy půl hodiny před jídlem. (30)

4323 • Žlučové kameny rozpouští dobře buď hojně a časté požívání citronů ftebo pomerančů a sice dvakrát denně šťávu z půl citronu v troše vody nebo studeného čaje, neb hojně a časté požívání melounů. Citron se dá vhodně nahradit jalbkem požívaným současně s kyselou okurkou nebo trochou kyselého zelí, (132)

4324 • Pijte vždy s týdenní přestávkou nejméně dva měsíce teplý odvar z třežalky, ráno na lačno, pak týden vynechat. (132)

4325 • Kameny žlučové (ale i všechny ostatní) vypudíte zaručeně, selhaly-li u vás všechny jiné prostředky, budete-li jísti denně na lačno hořké mandle. (132)

4326 • Užívejte denně ráno na lačno lžící olivového oleje, do nějž namícháte šťávu z citronu. Po čtrnácti dnech můžete užívat již jen půl lžice. (132)

4327 • 20 g prhy, 15 g vachty, 20 g máty peprné, 10 g pelyňku, 25 g rebríčku, 20 g černohlávku. Ze

směsi připravíme odvar, pijeme třikrát denně šálek po jídle. (132)

4328 • 30 g chrastavce, 20 g jehlice, 20 g řepíku, 20 g černohlávku, 10 g jablečnicku. Třikrát denně šálek horkého odvaru vždy po jídle. Pije se s citronem. Horké obklady z vlašovičnicku na žlučník před spaním. (132)

4329 • Rovné díly chmele, bedrníku, břechťanu, řepíku, máty peprné a pelyňku smícháme. Tři polévkové lžíce této směsi se za studena vyluhují v jednom litru jablečného vína, potom se vše zahřeje do varu, odstaví a nechá 3 minuty vyluhovat. Přes den užíváme 9 krát jednu polévkovou lžící vlažné tekutiny. (303)

#### Žlučníkové kameny - stimulace funkce žlučníku

4330 • Po 10 g list máty peprné, nař pelyňku, květ smilu písečného, kůra krušiny olšové a kořen pampelišky a 40 g kořene mořeny barvířské. Jednu polévkovou lžící směsi vaříme 2 minuty ve čtvrt litru vody, 20 minut vyluhujeme. Pije se dva až třikrát denně před jídlem. (126)

#### Žlučníkové kameny - pokus o narušení jejich soudržnosti

4331 •

1. po tři dny vypít ráno na lačno 250 až 300 ml odvaru z kořene čekanky.
2. další čtyři dny užívat čtyřikrát denně 30 kapek tinktury z kořene nátržníku do sklenice destilované vody.
3. Kručina německá (náhradou krušinka barvířská), pokud možno celá čerstvá rostlina i s kořenem. Další čtyři dny (při aplikaci pouze sušené natě 5 až 6 dnů) tři polévkové lžíce drobně krájené krušinky a dvě lžíce medu a tři polévkové lžíce bílého vína typu ryzlink, vařit 5 minut v půl litru vody, scedit a vypít sice pomalu, ale najednou. Před použitím nejméně tři hodiny nejíst, nepít, nekouřit. Po vypití ulehnout na pravý bok (žlučník) nebo na záda (ledviny), ramena dolů, kyčle výš, na 30 až 40 minut. S týdenní přestávkou lze kůru několikrát opakovat. Kúra kaménky nevyhání, ale částečně narušuje a tím zlepšuje subjektivní stav nemocných. (136+47-79)

#### Žlučníkové kameny spojené s tuhou stolicí

4332 • Smícháme po 10 g kořen reveně a kůru krušinovou, po 20 g kořen pampelišky a kůru kořene dřišťálu a 40 g oddenku kurkumy. Jednu čajovou lžičku této směsi na šálek vody. Vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Denně večer vypijte šálek teplého čaje. (30)

#### Křeče od žlučových kamenů

4333 • Léčí čaj připravený z 25 dílů řepíku, 25 dílů jablečnicku, 15 dílů reveně a 15 dílů kořene omanu. Lžičku smíchaného čaje spařit na čtvrt litru vařící vody, nechat stát 6 minut. Nevařit - jinak škodlivé. Vlažný čaj se může trochu osladit medem. Pije se půl hodiny před snídaní na lačno a večer před spaním. Vždy upravit čerstvé, ohřívání škodí! Při silných a častých záchvatech se pije celých šest týdnů, potom se tři týdny vynechají a čaj se pije opět tři týdny. Potom se vynechá 14 dní. Tento systém: 3 týdny pít a 14 dní vynechat se opakuje až do úplného uzdravení. (126)



**Žlučnickové kameny a koliky**

4334 • Odstraní čajová směs ze stejných dílů bedrníku, brečtanu popínavého (pouze pod lékařským dohledem), chmelu obecného, řepíku lékařského, máty peprné a pelyňku pravého. Tři polévkové lžíce smění se za studena vyluhují v jednom litru jablečného vína, potom se vše zahřeje do varu, odstaví a nechá tři minuty vyluhovat. Přes den pak užíváme asi devětkrát jednu polévkovou lžici, tekutina se užívá teplá, proto ji dáme do termosky. (123)

4335 • Při kolikách v souvislosti se žlučovými kameny připravíme čaj ze stejných dílů kořene omanu, kořene andělíky, kořene lopuchu a kořene reveně. Polévkovou lžici na čtvrt litru vařící vody, jakmile se dosáhne varu, ihned odstavit a scedit. Pije se teplý odvar po doušcích v průběhu dne. (301)

**Žlučnickové kameny a jaterní potíže**

4336 • Při žlučových kamenech a onemocnění jater spojené s nadýmáním, tuhou stolicí a bolestmi žaludku smícháme 10 g plodu fenýklu a 10 g plodu kmínu, dále po 20 g kůru krušinovou, list máty peprné a nať rebríčku a zeměžluče. Jednu čajovou lžičku této směsi na šálek vody, vařit 5 až 10 minut a pak scedit. Vypijte denně po jídle šálek teplého čaje. (30)

4337 • Při žlučnickových kamenech a jaterních potížích s nadýmáním, při potížích se zácpou a bolestech žaludku smícháme po 50 g plod fenýklu a kmínu, po 20 g kůry krušiny olšové a nať zeměžluče, 10 g listu máty peprné a 30 g květu rebríčku. Jednu čajovou lžičku smění vaříme 3 minuty ve čtvrt litru vody a dvacet minut vyluhujeme. Pije se jedenkrát denně po hlavním jídle. (126)

**Žlučnickový písek**

4338 • Rozpouští nejlép šťáva z pomerančů. (132)

**Žlučovody**

4339 • Při zánětu žlučovodů vyvařte v litru vody 40 g hrubě rozmělněného bukového listí na jednu třetinu a vypijte celou dávku ráno na lačno. (132)

4340 • Kořínky pampeliškové (výhradně na podzim sesbírané - jiné neúčinkují) nadrobno sekané naložte a sice 100 g kořínků do 18 g 90% lihu, 15 g glycerinu a 17 g vody destilované a ponechte je tam, nescezujtef Užívejte dvě lžíce po obědě. (132)

4341 • Zánět žlučovodů se současným zánětem močového měchýře: vařte půl hodiny 50 g přesličkové natě a 50 g květů bílého jetele v půl litru vody a pijte teplý odvar dva koflíky denně. (132)

4342 • Žlučotok: smíchejte stejným dílem listí pelyňkové a zeměžlučové květy, spařte je horkou vodou a pak v nich vyvařte stejný díl angelíkových kořínků, až změkne. Denně pít koflík po lžičkách. (132)

viz také:

Zácpa

0204, 0328, 0678, 0832, 1021, 1209, 1413, 1469, 1613, 1766, 1850, 1854, 1855, 1859, 1973, 2048, 2049, 2324, 2829, 2960, 2963, 3353, 3412, 3427, 3437, 4067, 4072, 4073, 4074, 4332, 4333

Záda

0606, 0608, 0857, 0898, 0899, 0900, 0901, 3055, 3056

Záducha

0424, 0425, 0626, 1827

Zákal šedý

2229 až 2222

Zákal zelený

2182, 2183, 2223, 2224

Závratě

0400, 1938, 1939, 1940, 1946, 2355, 3211, 3983

Zažívám

0458, 0459, 1196, 1595, 3019, 3405, 3412, 3413, 3414, 3424, 325, 4273

Zimnice

0658

Zlomeniny

2263

Zvracení

0230, 2324, 4021

Zuby

0688, 1126, 1369, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2381, 3485, 3524, 3529

Žáha

1854, 3412, 3940

Žaludek

0230, 0391, 0392, 0396, 0397, 0445, 0467, 0664, 0665, 0666, 0965, 1137, 1134, 1027, 1421, 1533, 1625, 1749, 1751, 1756, 1768, 1845, 1847, 1848, 1849, 1850, 1851, 1852, 1853, 1854, 1855, 1856, 1857, 1927, 2048, 2049, 2060, 2064, 2508, 2510, 2525, 2803, 2804, 3153, 3213, 3264, 3265, 3286, 3298, 3302, 3304, 3307, 3319, 3320, 3322, 3348, 3352, 3354, 3417, 3419, 3423, 3424, 3469, 3483, 367Q až 3720, 3845, 3846, 3945, 4021, 4052, 4269, 4272, 4275, 4296

Ženské choroby

0394, 1688, 3973

Žíly křečové

0314, 0334, 0561, 0609, 0682, 0683, 0684, 0685, 0686, 0687, 0688, 0689, 0690, 0691, 0900, 1406, 2853, 2863, 2871, 3723, 3724

Žlázy

1127, 1190

Žloutenka

0627, 0631, 0650, 0682, 0683, 0684, 0685, 0686, 0687, 0688, 0689, 0690, 0691, 1656, 3848, 3849, 4274

Žluč

4233

Žlučnick

0230, 0631, 0667, 0668, 0669, 0670, 0671, 0672, 0993, 1015, 1247, 1575, 1-656, 1845, 1847, 2828, 2965, 3307, 3421, 3431, 3720, 3972, 3979, 3994, 4071, 5075

Žlučové kaménky

0631, 0650, 0682, 0683, 0684, 0685, 0686, 0687, 0688, 0689, 0690, 0691, 0766, 1278, 1311, 1312, 1313, 1314, 1315, 1316, 1317, 1318, 1598, 2653, 2764

Žlutočok

4342

Žlučovod

0230, 0631, 0642, 1026