



Здоровье

КАШЕЛЬ



Кашель – проявление многих заболеваний. Кашель может появиться при простуде, бронхите, трахеите, плеврите, пневмонии и других легочных заболеваниях.

Лечить нужно прежде всего основное заболевание, но одновременно можно облегчить его протекание, применяя средства от кашля.

Измельчить 500 г очищенного репчатого лука, добавить 2 столовые ложки меда, 400 г сахарного песка и варить на слабом огне в 1 л воды 3 часа. Затем охладить, процедить. Хранить в плотно закрытой посуде в холодильнике. Принимать смесь теплой по 1 столовой ложке 4-6 раз в день при сильном кашле.

От кашля полезно есть лук, поджаренный на сливочном масле и смешанный с медом.

При сильном кашле взять бутылку, наполнить ее кашицей из лука, закрыть. Всю бутылку обмазать тестом и поставить в

духовку. Как только запечется корочка, духовку отключить, подождать, пока остынет, потом снять тесто и бутылку открыть. Этим средством можно лечить даже грудных детей, давая им 0,5 чайной ложки средства при гриппе и кашле, взрослым давать по 2 столовые ложки 3-4 раза в день после еды.

Растереть крупную луковицу в кашицу и смешать с 2 столовыми ложками гусиного жира. Втирать перед сном смесь в грудь и шею, завязать теплым платком. Утром необходимо съесть 1 столовую ложку этой смеси. Лечение проводить в течение нескольких дней.

Намазать грудную клетку смесью равных количеств меда и растопленного нутряного козьего жира и втереть в кожу, обернуть компрессной бумагой и поверх бумаги обвязать старым пуховым платком.

Взять 10 головок лука и 1

головку чеснока, мелко нарезать и варить в непастеризованном молоке до тех пор, пока лук и чеснок не станут мягкими. Добавить немного сока из свежей травы (или отвара) будры плющевидной и меда, размешать. Пить по 1 столовой ложке через 1 час в течение всего дня. Эта смесь способствует отхаркиванию мокроты, смягчает кашель.

Отрезать белую часть с корнями от двух растений лука-порея, измельчить, добавить 0,5 стакана сахарного песка, 1 стакан воды, варить на слабом огне в закрытой посуде, пока сироп не загустеет, процедить. Принимать по 1 столовой ложке каждые 1,5 часа.

Белую часть с корнями одного растения лука-порея нарезать, отварить в 1 стакане молока, настоять, укутав на 4 часа, процедить и пить по 1 столовой ложке каждые 1,5-2 часа при кашле.

Вдыхать под одеялом в течение 15 минут аромат свежей луковицы. Ребенку положить блюдце с измельченным луком на ночь возле кровати.

Лук – лекарство от старости

Мы склонны винить в своих неудачах и болезнях кого угодно, только не самих себя. Так уж устроен человек. Некоторые люди отклонения в здоровье списывают на возраст. Так думают многие пожилые люди. Но от этих мыслей здоровье вовсе не улучшается. Этот рецепт совсем простой.

Кашицу 2-3 луковиц репчатого лука залить 300 мл. чуть теплой кипяченой воды, настоять в плотно закрытой посуде 7-8 часов, процедить.

Принимать по полстакана три раза в день за 20 минут до еды. Для улучшения вкуса можно добавить немного меда.

Что это даст? Улучшается пищеварение, выводятся шлаки из организма, очищаются сосуды, и склероз уже не так страшен. Мало того, такая луковая терапия укрепляет иммунитет, и ни простуды, ни грипп вам уже просто не грозят, инфекция не выдерживает луковой атаки. Если кого-то смущает за-



пах лука, так от него легко избавиться, если пожевать одно ядро грецкого ореха, который сам обладает антисклеротическими свойствами. Будьте здоровы!

Рубрику подготовила Р. Ахматукаева



Это интересно

Мобильники – на помойку!

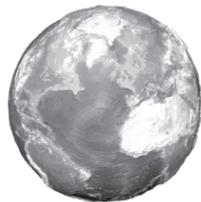
Уж сколько раз твердили миру, что все хорошо в меру... Но, что называется, воз и ныне там: современный человек не умеет контролировать свои при-



страстия, отчего сам в первую очередь и страдает. Мобильные телефоны, конечно, вещь нужная и полезная, но надо уделять им немного времени, а для долговременных и несрочных разговоров использовать обычный аппарат. Почему? На этот вопрос отвечает Уильям Стюарт, профессор шотланд-

ского университета Тэйсид. «Злоупотребляющим мобильным и сотовым телефонами вскоре придется столкнуться с расстройствами нервной системы разной степени тяжести, – комментирует Стюарт. – Кроме того, от наличия в доме такого мобильного монстра в первую очередь страдают дети! Их развивающийся организм очень тонко реагирует на присутствие в среде неблагоприятных излучений. Мобильный телефон может вызвать биологическую перестройку вашего организма, в том числе и сбой биологических часов, которые привычны для вашего тела. Протеины изменяют свою структуру, а последствия таких изменений еще до конца не изучены».

Вперед, на завоевание планет!



Если мы продолжим потреблять природные ресурсы с той же скоростью, то к 2050 году с нашими аппетитами придется колонизировать еще две аналогичные планеты.

Всемирный фонд дикой природы (WWF), проанализировав динамику потребления природных ресурсов с 1970 по 1995 годы, объявил, что за 25 лет мы выкачали треть природных ресурсов Земли, и через 50 лет наша планета будет полностью опустошена.

В доказательство серьезности ситуации Фонд приводит следующие цифры: запасы тре-

ски в Атлантике сократились с 264 тыс. тонн до 60 тыс. тонн. Площадь лесов уменьшилась на 12%. Популяция африканских слонов – вдвое. А птиц в Великобритании теперь на 90% меньше, чем 25 лет назад.

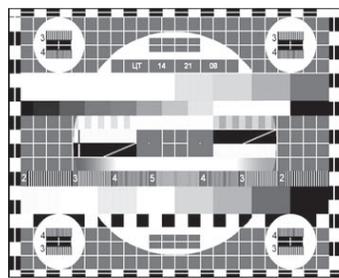
Таким образом, у нас два вывода: либо колонизировать космос, либо радикальным образом сократить наши аппетиты. В первую очередь, это касается развитых стран, особенно США, где уровень потребления и степень загрязнения окружающей среды – самые большие в мире.

Подготовила У. ЗАКРИЕВА



Программа передач

ГТРК «Вайнах» с 14 по 20.02.2011 г.



Телевидение

14 февраля, понедельник
7.07, 7.35, 8.07, 8.35 - Вести утро
11.30, 14.30, 16.30, 20.30 – Вести. Чеченская Республика
21.00 – Человек, дорога, автомобиль
21.50 - Время здоровья
22.20 – Смайл.ру

15 февраля, вторник
7.07, 7.35, 8.07, 8.35 - Вести утро
11.30, 14.30, 16.30, 20.30 – Вести. Чеченская Республика
21.00 – Дежурная часть
21.20 – Час юриста
22.10 – Я талант
22.30 – Вестник муфтията

16 февраля, среда
7.07, 7.35, 8.07, 8.35 - Вести утро
11.30, 14.30, 16.30, 20.30 – Вести. Чеченская Республика
21.00 – Я и моя мама
21.50 – Вестник образования
22.10 – Поколение
22.30 - Профессия

17 февраля, четверг
7.07, 7.35, 8.07, 8.35 - Вести утро
11.30, 14.30, 16.30, 20.30 – Вести. Чеченская Республика
21.00 – ТК «Путь»
22.20 – Этюды жизни

18 февраля, пятница
7.07, 7.35, 8.07, 8.35 - Вести утро
11.30, 14.30, 20.30 - Вести. Чеченская Республика
16.30 – Вести. Северный Кавказ
19.20 – ПРО-спорт
19.40 – Сельская жизнь

19 февраля, суббота
16.10 - Смайл.ру
17.00 – Вести недели

20 февраля, воскресенье
10.20 – Вести недели



Радио

14 февраля, понедельник
7.10, 12.10, 13.10, 16.10, 18.10, 20.33 - «Вести ЧР»
7.18 - «Утро на радио Вайнах»
12.18 - «Свободный микрофон»
13.18 - «Веселая волна»
16.18 - «Тема дня»
18.18 - «Язык богатство народа»
18.34 - «Криминальная хроника»
18.47 - «Жизнь детей»
20.41 - «Свет ислама»

15 февраля, вторник
7.10, 12.10, 13.10, 16.10, 18.10, 20.33 - «Вести ЧР»
7.18 - «Утро на радио «Вайнах»

2.18 - «Свободный микрофон»
13.18 - «Веселая волна»
16.18 - «Тема дня»
18.18 - «Семья»
18.33 - «Здоровье»
18.48 - Литературное чтение»
20.41 - «Свет ислама»

16 февраля, среда
7.10, 12.10, 13.10, 16.10, 18.10, 20.33 - «Вести ЧР»
7.18 - «Утро на радио «Вайнах»
12.18 - «Свободный микрофон»
13.18 - «Веселая волна»
16.18 - «Тема дня»
18.18 - «Закон и право»
18.32 - «Обзор прессы»
18.45 - «Мой малыш»
20.41 - «На волне радиостанции»

17 февраля, четверг
7.10, 12.10, 13.10, 16.10, 18.10, 20.33 - «Вести ЧР»
7.18 - «Утро на радио «Вайнах»
12.18 - «Свободный микрофон»
13.18 - «Веселая волна»
16.18 - «Тема дня»
18.18 - «Ясин»
18.31 - «В ночь на пятницу»
18.51 - Назманаш
20.41 - «На волне радиостанции»

18 февраля, пятница
7.10, 12.10, 13.10, 16.10, 18.10, 20.33 - «Вести ЧР»
7.18 - «Утро на радио «Вайнах»
12.18 - «Свободный микрофон»
13.18 - «Назманаш»
16.18 - «Мы и время»
16.48 - «Тема дня»
18.18 - «Парламентский вестник»
18.32 - «Свет ислама»
18.52 - Назманаш
20.41 - «На волне радиостанции»

19 февраля, суббота
10.10, 12.10 - «Вести ЧР»
10.18 - «Созидание»
12.18 - «Культура и жизнь»

20 февраля, воскресенье
10.10, 12.10 - «Итоги недели»
10.20 - «Даймохк»
10.33 - «Жизнь замечательных людей»
12.20 - «Аграрная панорама»
12.33 - Концерт «Тем, кто дружит с песней»

В программе возможны изменения