

МЕДОВЫЕ СМЕСИ И ШАМПУНИ ДЛЯ ВОЛОС

Мед с различными компонентами успешно применяют для укрепления и улучшения роста волос. (Нумерация рецептов в выпусках идет сквозная, начиная с первого выпуска «Мед и лечение»).

52. Смесь для укрепления волос.

К 4 частям натертого на терке лука (кашице) хорошо перемешивая добавить 1 часть меда. Смесь втереть в кожу головы, оставить на 30 мин, покрыв голову резиновой шапочкой или полиэтиленовым пакетом, а затем смыть теплой водой. Если волосы очень сухие, то к смеси добавить немного оливкового масла, втереть в корни волос за 1 ч до мытья головы. Затем волосы вымыть с мылом или шампунем.

54. Медовый шампунь для смягчения волос. 30 г аптечной ромашки залить 100 г крутого кипятка и настоять в течение 1 ч, процедить и добавить 1 дес. ложку меда. Предварительно вымытые (сухие волосы можно вымыть мылом «Лесная нимфа») и слегка вытертые полотенцем волосы обильно смочить этим раствором. Через 30—40 мин волосы промыть теплой водой без мыла. Очень сухие волосы обрабатывать так не чаще раза в 10—12 дней, жирные — раз в 6-7 дней.

54. Смесь для обесцвеченных, пересушенных солнцем волос. 1 ст. ложку меда, 1 ч. ложку касторового масла, 1 ч. ложку сока алоэ смешайте и за 30-40 мин до мытья го-

ловы вотрите в волосы. После этого вымойте голову, ополосните волосы отваром или настоем ромашки, крапивы, а затем чистой водой. Такие процедуры надо делать один-два раза в неделю до тех пор, пока волосы не станут упругими и эластичными. Эти маски для волос рекомендуется делать и после химической завивки.

ПИТАТЕЛЬНЫЕ КРЕМЫ ДЛЯ КОЖИ ЛИЦА И РУК НА ОСНОВЕ МЕДА

Ценность меда для косметических кремов, помимо фитогормональных и биоактивизирующих факторов, в первую очередь в его смягчающих свойствах и способности вызывать путем осмоса увеличенный поток крови к кожной ткани, улучшая ее питание. Кремы наносятся на предварительно очищенную кожу лица путем простого умывания или с помощью специальных веществ. Кремы, содержащие мед, не рекомендуются тем, у кого на лице расширенные капилляры.

55. Растереть 1 ст. ложку сливочного масла с 1 ч. ложкой меда и 1 ст. ложкой кашицы из плодов рябины (можно яблока, груши, сливы, айвы, хурмы). Крем хорошо питает кожу, делает ее нежной и эластичной.

56. К 100 г меда добавить 100 г миндального масла, хорошо смешать, наносить на вымытую поверхность кожи тонким слоем.

57. Смешать 3 ст. ложки глицерина, 1 ч. ложку нашатырного спирта, 4 ч. ложку меда с 0,5 стакана воды до получения однородной массы. Перед употреблением взбалтывать. Хорошо смягчает кожу рук, делает ее нежной и приятной, устраняет сухость и шелушение.

58. К 100 г меда добавить 100 г миндального масла и 1 г салициловой кислоты. Смесь наносить на кожу лица и рук тонким слоем. Применять против шелушения и угрей на коже.

59. Обветренные губы рекомендуется смазывать медом (через 20 мин губы вытереть).

РЕКОМЕНДУЕТ НАРОДНАЯ МЕДИЦИНА

Издревле широко использует мед и другие продукты пчеловодства для косметических целей народная медицина. Предлагаем Вам наиболее популярные рецепты.

ОЧИЩАЮЩИЕ И ПИТАТЕЛЬНЫЕ КРЕМЫ С ПРИМЕНЕНИЕМ ПЧЕЛИНОГО ВОСКА

Пчелиный воск содержит значительное количество витамина А, необходимого для нормального развития клеток покровного эпителия кожи, хорошо всасывается кожей и придает ей гладкий и нежный вид. Кремы и маски с применением воска готовятся следующим образом: все компоненты нагревать на слабом огне в глиняной посуде до полного растворения воска, перемешивая, охладить. Применять можно утром и вечером, избыток снимать салфеткой.

60. Очищающий крем: 6 г воска, 0,5 г буры, 27,5 г персикового масла, 16 г воды.

61. Питательный крем: 3 г воска, 6 г спермацета, 24 г персикового масла, 4 г глицерина.

62. Крем для жирной кожи: 5 г воска, 5 г нашатырного спирта, 7,5 г воды.

МЕДОВЫЕ МАСКИ ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ, СМЯГЧЕНИЯ, ПИТАНИЯ И ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ МОРЩИН КОЖИ ЛИЦА

Медовые маски готовятся из натурального меда с добавлением других веществ (яичного желтка, глицерина, сока лимона и др.). Все маски накладываются на предварительно вымытую или очищенную специальными веществами кожу. Медовые маски рекомендуется применять 1-2 раза в неделю в течение 1-1,5 месяцев, спустя 2-3 месяца курс желательно повторить. Ма-

ски по рецептам 63—69 наносятся на кожу лица на 10-15 мин, а по рецептам 70—73 — на 20-30 мин, смывать маску теплой водой.

63. Тщательно перемешать 1 часть кашицы одной из свежих трав (листья одуванчика, арники, ромашки, мяты, крапивы, шалфея, подорожника размятые в ступке с добавлением кипяченой воды) или сока винограда с 1 частью меда. Применять при сухой, стареющей коже.

64. В полстакана кипятка всыпать горсть липового цвета, накрыть стакан блюдцем и настоять 15 мин, добавив немного (на кончике чайной ложечки) меда. Маска очищает кожу, делает ее более упругой и нежной, предотвращает старение. Оставшийся отвар можно сохранить в холодильнике до утра следующего дня и повторить процедуру. Результат заметен уже через 4-5 дней.

65. К 100 г меда (если мед закристаллизовался, то его слегка разогреть) добавить 25 г спирта и 25 г воды, размешать до однородной массы. Очищает и смягчает кожу, оказывает дезинфицирующее действие.

66. Тщательно перемешать до получения однородной массы 90 г яичной муки, 35 г меда, белок 1 яйца. Рекомендуется для предупреждения морщин при сухой и нормальной коже.

67. К 1 желтку добавить 1 ст. ложку меда и тщательно перемешать. Маску накладывать на кожу лица перед утренним туалетом. Предупреждает появление морщин на лице при сухой коже.

68. 2 ст. ложки муки, белок 1 яйца, 1 ч. ложку меда тщательно перемешать до получения однородной

тестообразной массы. Рекомендуется для предупреждения морщин при сухой и нормальной коже.

69. 100 г меда смешать с соком 1 лимона. Рекомендуется при сухой и нормальной коже.

70. 1 желток, 1 ст. ложка сметаны или растительного масла и 1 ст. ложка меда смешиваются и растираются в однородную массу. Смесь ватным тампоном послойно наносится на лицо и шею (при подсыхании первого слоя наносится второй, а затем третий). Через 20-25 мин осторожно снимается ватным тампоном. Смягчающая для нормальной, сухой и увядающей кожи лица и шеи.

71. Смешать 1 ч. ложку глицерина, 1 ч. ложку меда, 2 ч. ложки воды и, растирая до получения однородной массы, постепенно добавить 1 ч. ложку пшеничной муки. Смягчающая маска для нормальной, сухой и увядающей кожи лица и шеи.

72. Оказывает прекрасное действие при увядающей коже маска: 1 ч. ложка меда, 1 желток, 1 ч. ложка растительного масла, 1 ч. ложка сока рябины.

73. 2 ст. ложки творога растереть с 1 ст. ложкой молока и 1 ч. ложкой меда. Маска делает кожу мягкой, бархатистой, хорошо очищает ее.

МАСКИ НА ОСНОВЕ ПЧЕЛИНОГО ВОСКА ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ И УДАЛЕНИЯ МОРЩИН

О том, как приготавливаются смеси с соком смотрите выше. Маски можно накладывать утром и вечером на 15-20 мин, они не только предохраняют лицо от морщин, но и устраняют уже появившиеся морщины. Очищают лицо мягкой тряпочкой.

74. 50 г воска, 70 г меда, сок 1 луковицы белой лилии.

75. 30 г воска, 30 г меда, 30 г сока лука, 30 г сока луковицы белой лилии.

76. 10 г воска, 10 г персикового масла, 10 г ланолина, 50 г вазелина, 0,5 г сернокислого цинка, 1 г азотнокислого висмута, 8 г окиси цинка.



МЕДОВЫЕ СОСТАВЫ ДЛЯ ПРОТИРАНИЯ КОЖИ И ПРИЕМА ВАНН

Применение меда для умывания и различных ванн очень благотворно влияет на кожу лица и тела. После таких процедур кожа становится мягкой, бархатистой, мед хорошо питает ее.

77. 1 ст. ложку меда развести в 2 стаканах теплой воды, раствором на ночь протирать (умывать) лицо 5-7 мин.

78. Смешайте цельное молоко с медом и вылейте эту смесь в ванну с горячей водой. После такой ванны сухая кожа станет нежной и шелковистой.

Сухую кожу лица также полезно протирать смесью меда и молока.

ПРИМЕНЕНИЕ ПРОДУКТОВ ПЧЕЛОВОДСТВА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ КОЖИ

Народная медицина с давних пор пользуется медом и другими продуктами пчеловодства при некоторых заболеваниях кожи. Так, для лечения нарывов прикладывают мед, смешанный с мукой, успешно применяют медовые мази при лечении туберкулеза кожи, чешуйчатых кожных сыпях, угрях и других заболеваниях.

79. При лечении угрей используются огуречный сок и мед: 3 ст. ложки измельченных огурцов заливают стаканом крутого кипятка и настаи-



Следите за выпусками фирмы «Восток»

вадет 2-3 ч, процеживают, отжимают осадок и к настою добавляют 1 ч. ложку меда, размешивая до полного растворения. Ватным тампоном смочить лицо и подождать высыхания смеси, спустя 30-40 мин лицо вымыть прохладной водой. Можно этим составом протирать лицо после умывания.

80. При угревой сыпи и себорейном дерматите используется настой шалфея с медом: 1 ст. ложку листьев шалфея залить 1-1,5 стаканами кипятка, настоять под крышкой 30-40 мин (в т.ч. 5 мин на очень слабом огне), процедить и к стакану настоя добавить 0,5 ч. ложки меда, хорошо размешивая. Теплым настоем делать примочки 2-3 раза в день.

81. Для лечения угревой сыпи, жирной кожи в стакан теплой воды добавить 1 ч. ложку меда и 1 ч. ложку настоя календулы, перемешать раствор. Применять в виде примочек.

Для лечения экземы, флегмонозных угрей, болезненных мозолей см. рецепт 6 в первом выпуске «Мед и лечение».

82. Для лечения мокнущей экземы рук используют прополис и кору дуба: к стакану отвара дубовой коры, приготовленного из расчета 1 часть коры на 5 частей воды, добавляют 1 ч. ложку спиртовой (30-40%) настойки прополиса. Эту смесь наносят на кожу.

83. При тепловости ног делают ножные ванночки из отвара дубовой коры (1 часть коры на 10 частей воды) с добавлением к 1 л отвара 10 г спиртовой настойки прополиса. Температура ванночки не более +38°C, продолжительность—20 мин.

84. Рецепт 82 используют и для лечения жирной себореи, но добавляется при этом к стакану отвара дубовой коры с прополисом еще и 1 ч. ложка меда. Смесью протирают кожу лица или втирают в корни волос при жирной себорее волосистой части головы.

85. Экземе ушей, зуд в ушах у больных, склонных к аллергическим реакциям на антибиотики и другие лекарственные препараты, можно лечить смесью настойки прополиса и настоя рецции орехов: 10 г измельченной скорлупы незрелого грецкого ореха 4-5 дней настаивать в 100 г этилового спирта (70°), настой процедить и добавить в него равное количество настойки прополиса. Протирать смесью зудящую кожу наружных слуховых проходов, а при экземе — на 30-40 мин 2-3 раза в день вставлять в уши марлевые турундочки (жгутики), смоченные смесью. Обычно лечение продолжается не более 7-10 дней.

86. Для удаления мозолей и ороговелостей применяют прополис в чистом виде: предварительно делают теплую ванночку (10-15 мин), после чего кожу протирают, накла-

дывают на мозоль тонким слоем разогретый кусочек прополиса и фиксируют бинтом на 5 дней. Процедуру повторяют 3 раза. После снятия повязки и ванны размягченную мозоль удаляют механически.

87. При трещинах грудных сосков у кормящих женщин эффективна прополисная мазь: расплавить 100 г вазелина или животного жира, довести до кипения, снять с огня и охладить до 50—60°C, добавить 10 г размельченного прополиса, снова нагреть до 70—80°C при непрерывном помешивании в течение 8—10 мин. Посуда при этом должна быть плотно закрыта. Смесь фильтруют в горячем виде через марлю и охлаждают при постоянном помешивании. Остывшая мазь готова к употреблению. Хранят прополисную мазь в плотно закрывающейся посуде в темном, сухом и прохладном месте.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кузьмина К.А. Лечение пчелиным медом и ядом. Из-во Саратовского университета, 1988 г.
2. Френкель М.М. И пчелы лечат. М.: Медицина, 1988 г.
3. Рыбальченко А.Н. Загадка пчелиного роя. Ураджай, 1983.
4. Продукты пчеловодства—лицо, здоровье, красота. Бухарест, из-во Ампондия, 1982.

Следите за выпусками фирмы «Восток»

В четвертом выпуске «Мед и кулинария» Вашему вниманию будет предложен целый ряд рецептов приготовления напитков, кондитерских изделий и прочих яств с использованием меда.

Весь комплект из 6 выпусков о меде и о продуктах пчеловодства Вы можете приобрести в фирме «ВОСТОК: товары — народу».

Для этого отправьте перевод на сумму 3 рубля по адресу: 678922, ЯАССР, г. Норингтон, отделение Промстройбанка, № 461167, ГКПФ «Восток: товары — народу».

Квитанцию об оплате, два конверта со своим подробным адресом Вы вкладываете в конверт и отправляете нам: 678922, ЯАССР, г. Норингтон, ул. Карла Маркса, д. 29, Фирма «Восток».

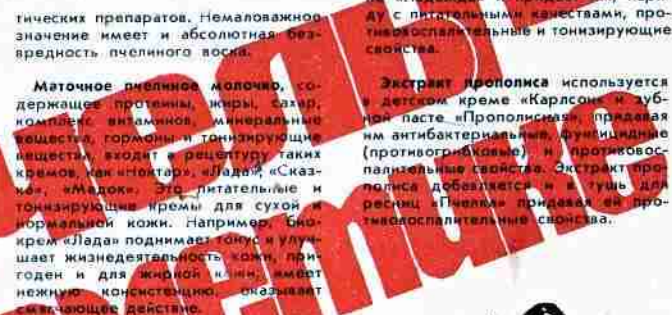
Путь в страну Здоровья



Первые шесть выпусков серии «ПУТЬ В СТРАНУ ЗДОРОВЬЯ»: «Мед и лечение» (2 выпуска), «Пчеловодство и продукты пчеловодства» (2 выпуска), «Мед и кулинария», «Сопутствующие продукты пчеловодства» (2 выпуска) собрали наиболее эффективные рецепты сохранения здоровья, выработанные на основе активного долголетия народной отечественной и зарубежной медициной, а также применение этих продуктов в кулинарии, косметике и быту.

ВЫПУСК ТРЕТИЙ

Наши выпуски: «Путь в страну здоровья», «Помогите себе», «Красота — в Ваших руках», «И в шутку и всерьез» и ряд других укажут Вам наиболее эффективные пути и способы сохранения здоровья и молодости, красоты и активного долголетия, раскроют загадки и возможности человека...



тических препаратов. Немаловажное значение имеет и абсолютная безвредность пчелиного воска.

Маточное пчелиное молоко, содержащее протеины, жиры, сахар, комплекс витаминов, минеральные вещества, гормоны и тонизирующие агенты, входит в состав таких кремов, как «Июль», «Ладья», «Сказка», «Мадок». Это питательные и тонизирующие кремы для сухой и нормальной кожи. Например, крем «Ладья» поднимает тонус и улучшает жизнедеятельность кожи, пригоден и для жирной кожи, имеет нежную консистенцию, оказывает смягчающее действие.

С добавлением биофилированного (сухого) маточного пчелиного молока выпускаются шампуни «Леди-инжир» и «Розовый жемчуг», мыло «Песня нимфы» обладающие тонким, нежным ароматом, а также кремы для мужчин «Чародейка», «Одиссей», «Консул» и «Спутник». Шампуни очень хороши для сухих волос, а мыло — для кожи рук, чувствительной к раздражениям. Мылом «Лесная нимфа» хорошо мыть сухие волосы.

Пчелиный мед содержит крем «Медовый», применяемый для сухой кожи и проведения косметического массажа.

Экстракт цветочной пыльцы, богатый аминокислотами, витаминами, протеинами, антибиотиками, содержится в креме «Нежность» и лосьоне «Недожда» и придает им, наряду с питательными веществами, противоспалительные и тонизирующие свойства.

Экстракт прополиса используется в детском креме «Карлсон» и зубной пасте «Прополисная», придает им антибактериальные, фунгицидные (противогрибковые) и противовоспалительные свойства. Экстракт прополиса добывается и в тушь для ресниц «Пчелка» придает ей противовоспалительные свойства.

