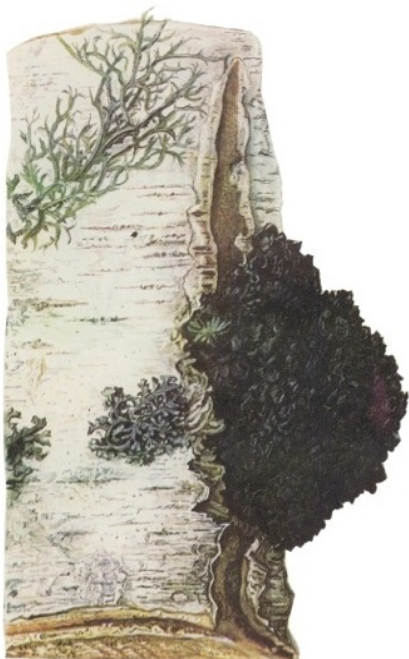


## ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СУСТАВОВ



### Припарки из листьев березы

Листья березы - эффективное противовоспалительное и обезболивающее средство. Свежие листья допустимо использовать как припарки.

Для этого их ошпаривают кипятком, отряхивают и затем прикладывают к пораженному месту, закрепляя пластырем. Припарка ставится на 2-3 ч.

### Ванны с хвойным экстрактом

Великолепным противовоспалительным и болеутоляющим средством являются сидячие и ножные ванны с хвойным экстрактом, который можно купить в аптеке или приготовить самостоятельно.

250 г сосновых веток (желательно с молодыми шишками) заливают 1-1,5 л холодной воды и кипятят 25-30 мин, после чего настаивают приблизительно 0,5 суток в закупоренной емкости, поставленной в теплое место, пока отвар не приобретет густо-коричневый цвет. На полную ванну потребуется 1,5 кг сырья.

### Настой березового гриба

Несколько менее универсальным, нацеленным в большей степени на устранение боли считается настой чаги, или березового гриба, предварительно измельченного и высушенного.

1 часть чаги заливают 4 частями кипятка и настаивают в течение 2 суток, после чего процеживают и принимают готовый настой по 1/2 стак. 4-5 раз в день за 30 мин до еды. Они способствуют значительному уменьшению болей.

8 (34154) 3-14-71, 3-18-10, 3-16-55  
8 904 8359467 (Удмуртия)  
8 909 3081626 (Татарстан)  
427710, Удмуртия, п. Кизнер, ул. Советская, 7а.  
E-mail: [admin@rbvl.ru](mailto:admin@rbvl.ru)

**КИЗНЕР**

**БУЗ УР «РБМР МЗ УР»**



#### Настойка белой акации

1 ст. ложку цветков заливают 60 мл спирта и настаивают в теплом месте в течение недели. Настойкой растирают пораженные участки 4 раза в день.

#### Настойка черемухи обыкновенной

1 часть коры черемухи заливают 5 частями спирта и настаивают 6 дней или неделю. Настойкой растирают пораженные участки 4 раза в день.

Сильный воспалительный процесс снимает компресс из тертого хрена. Корень хрена натирают на терке и выкладывают на марлю, которую затем сворачивают и прикладывают к больному месту.

Смягчают проявления воспалительного процесса и способствуют восстановлению проводящих функций травмированных нервов всевозможные мази, в особенности из цветов ромашки аптечной и осины.

1 часть измельченных до состояния порошка высушенных цветов или почек смешивают с 4 частями сливочного масла или вазелина.



#### Настойка березовых почек

15 г березовых почек заливают 0,5 л спирта и настаивают в течение недели, ежедневно взбалтывая. Перед употреблением препарат процеживают. Это средство добавляют в чай или другой напиток по 20 капель, принимают 3 раза в день.



**ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ  
ПОСОВЕТУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ!**

8 (34154) 3-14-71, 3-18-10, 3-16-55

8 904 8359467 (Удмуртия)

8 909 3081626 (Татарстан)

427710, Удмуртия, п. Кизнер, ул. Советская,

7а. E-mail: admin@rbvl.ru

