

Всё ли Вам известно о капусте? (Часть 2)

Капуста издавна использовалась с лечебной целью.

Древние римляне считали, что капуста придаёт крепость организму и устойчивость против различных заболеваний, устраняет бессонницу и успокаивает головные боли. Все её виды являются прекрасными поставщиками витаминов.

Измельчённая сырая и кислая капуста значительно повышает аппетит, усиливает секрецию желудка, регулирует работу кишечника и тем самым улучшает процесс пищеварения.

Капусту употребляют как легкое слабительное при запорах и мочегонное при водянке и подагре.

А если у вас заболела голова, возьмите листья свежей капусты и приложите их ко лбу и вискам.

Точно также рекомендуется поступать, чтобы унять боль при ожогах, ушибах, наружных воспалениях. Капусту рекомендуют употреблять при ожирении и сахарном диабете.

Капуста способствует выведению из организма холестерина, что весьма важно для профилактики атеросклероза.

Но наиболее ценным является **капустный сок**.

По новейшим данным, капустный сок является отличным средством лечения язвенной болезни желудка и кишечника.

Сок свежей капусты способствует рубцеванию (заживлению) язвы желудка и двенадцатиперстной кишки.

Он благотворно действует на обмен веществ и нервную систему.

У свежего сока капусты обнаружены противокашлевое и отхаркивающее свойства.

Свежий капустный сок с сахаром хорошо действует при кашле («разбивает» мокроты, «прогоняет хрипоту»); обладает антисептическим и противовоспалительным свойствами.

Прокипячённый с сахаром, он используется для отрезвления после опьянения.

Его пьют при различных болезнях селезёнки, желтухе, а вместе с отваром семян капусты – при бессоннице.

Сок, разведённый водой, полезен для полосканий при воспалении горла.

Приготовить свежий сок капусты нетрудно: нужно измельчить и истолочь свежую капусту в неокисляющей посуде, а затем отжать сок через чистую марлю. Не стоит готовить сок больше чем на 1-2 дня, при более длительном хранении он становится несвежим и приобретает неприятный запах. Хранить свежий сок следует в прохладном месте.

Принимать при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки по стакану 4 раза в день за 45 минут до еды. Курс лечения – 40 дней.

Капуста широко применяется и как **наружное средство**.

Измельчённые листья свежей капусты, смешанные с яичным белком, прикладываются к гнойным ранам, хроническим язвам и запущенным ожогам, это способствует их более быстрому излечению.

Сырые листья, приложенные к больным местам, «унимают подагрическую боль и колотье в боку».

Сваренные в молоке, а затем смешанные с отрубями листья употребляют в качестве припарок при «золотухе» или мокнущей экземе.

Многократное наружное употребление сырого сока капусты действует на бородавки.

Семена обладают противоглистным действием.

Квашеная капуста также целебна, она способствует подавлению гнилостных микроорганизмов за счёт кислот, в основном, молочной и уксусной, образующихся в результате молочно-кислого брожения. Кислая капуста служит отличным профилактическим средством от цинги, а также наилучшим средством против хронической диспепсии.

Будьте здоровы, и пусть в этом вам помогут плоды земли.

Автор - **Олег Дубовецкий**

[Источник](#)