



«Горе ты, мое луковое!..» — говорят ласково о каком-нибудь непутевом человеке, чаще о ребенке, совершившем какой-то неразумный поступок. Почему? Видимо потому, что чистка лука связана со слезами, а слезы — признак горя. А еще загадка есть: «...Кто его раздевает, тот слезы проливает»...

А «раздевая» лук, мы снимаем его «верхнюю одежду» — кожуру, называемую луковая шелуха. А дальше? Она отправляется в мусорное ведро. И напрасно! В луковой шелухе полезных веществ гораздо больше, чем в самом луке.

Чем богата луковая шелуха?

- витаминами – С, Е, группы В, рутин, каротин, кверцетин
- микроэлементами – калий, железо, фосфор

- фитонцидами и флавоноидами
- органическими кислотами

Полезные свойства луковой шелухи

Качественное содержание обеспечивает полезные свойства и обладает следующими эффектами

- антиоксидантный
- иммуностимулирующий
- антиокислительный (действует, как антиоксидант)
- противовоспалительный
- вяжущий
- снижает холестерин
- улучшает микрофлору кишечника

В официальной медицине применяются такие препараты, основанные на луковой шелухе, как «Аллилчеп» (при атеросклерозе) и «Аллилглицер» (при вагинальном трихомонадозе)

Мы же поговорим о **народных средствах** на основе луковой шелухи.

Применение луковой шелухи

Чаще всего используются отвар и настой. Но возможно приготовление и применение спиртовой настойки, экстракта, мази, масла.

1. Отвар. Взять 1 часть луковой шелухи, добавить 10 частей воды, после 15 минут кипячения, процедить
2. Настой. Залить 2 столовых ложки шелухи двумя стаканами кипятка. Настаивать восемь часов, затем процедить
3. Спиртовая настойка. Залить 1 часть измельченной шелухи семью частями водки. Дать постоять пару недель, после чего процедить. Темное, прохладное место подойдет для хранения
4. Экстракт. Выпарить половину объема приготовленного настоя или отвара
5. Масло. Мелко измельченную шелуху залить растительным маслом и держать недели три в темноте, периодически встряхивать. Затем процедить и хранить в

Лечебные свойства луковой шелухи

Автор: ekaterina

08.10.2020 01:07 - Обновлено 11.10.2020 14:26

холодильнике.

6. Мазь. Измельчить луковую шелуху и тщательно перемешать с вазелином или кремом в соотношении 1 часть шелухи на 3 части крема (или 2 : 3). Хранить надо в холодильнике

Лечение луковой шелухой

Насморк.

Паровая ингаляция раствором: 4 столовых ложки измельченной шелухи залить 1,5 литрами кипящей воды, остудить примерно до 70° и дышать 5 минут.

Урологические заболевания (цистит, пиелонефрит)

Приготовить настой: три чайные ложки измельченного сырья залить двумя стаканами кипятка, настаивать полчаса. По 1 ст. л. 3-4 раза в день.

Простатит, аденома предстательной железы

3 столовых ложки измельченного сырья залить 0,5 л воды и прокипятить 4-5 минут. 1 час настаивать, потом процедить. Внутрь 3 р. в день по полстакана (курс – 2 недели) Повторить курс после двухнедельного перерыва.

Болезненные месячные

Очистить полтора килограмма лука. Полученную шелуху измельчить и залить тремя литрами воды. Кипятить до получения ярко красного цвета воды. После того, как остынет — процедить. По полстакана натощак (утром и вечером).

Лечебные свойства луковой шелухи

Автор: ekaterina

08.10.2020 01:07 - Обновлено 11.10.2020 14:26

Стоматит

Три чайных ложки шелухи залить полулитром воды, довести до кипения, но не кипятить. Настаивать около восьми часов, полоскать рот каждые 2 часа.

Варикоз

Показаны ванны с отваром из луковой шелухи; после ванны забинтуйте ноги эластичным бинтом (не туго). Ванны можно комбинировать с приемом настойки – по 20 кап. три раза в день натошак. Курс 10 дней.