

Отит.

Вату пропитать соком лука и вставить в ухо.

Растяжение

Натертый лук смешать с сахаром и приложить к больному месту.

Перебинтовать.

Раны

Заварить шелуху и промывать рану.

Аллергия

Есть побольше лука.

При зубной боли

Кусочек лука завернуть в ткань и положить в противоположное ухо.

Грипп

Натертую луковицу смешать с медом и есть по столовой ложке три раза в день.

Лук смешать с сахаром и пить сок.

Ангина

Смешать сок лимона, лука и воду.

Полоскать горло.

Натереть яблоко, лук, смешать с медом.

Принимать по 1, 5 ст. ложке.

Насморк

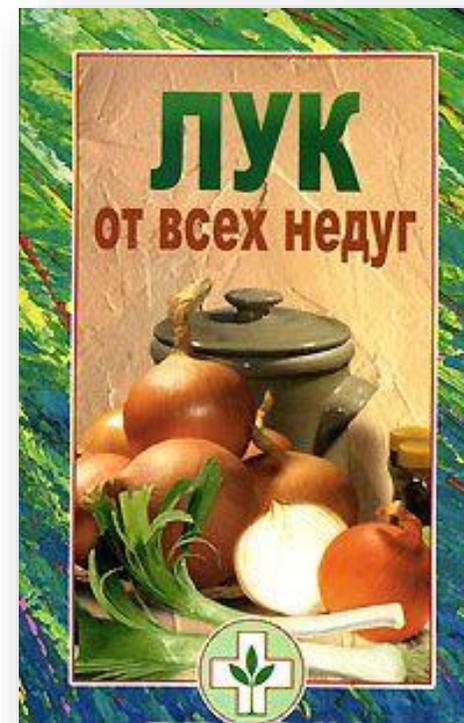
Закапывать сок лука в нос.



Полезные советы.



- ✓ При резании лука нож рекомендуется ополаскивать холодной водой, чтобы глаза не слезились;
- ✓ Начатая луковица остаётся свежей, если положить её срезом на тарелочку, посыпанную солью;
- ✓ Резать лук лучше всего на пластмассовой дощечке, так как она не впитывает сока;



г. Сасово, Рязанской области

МБДОУДС №8

Составитель:

Воспитатель 1 кв. категории

Кичапина

Наталья

Дмитриевна

***Полезные и целебные
свойства лука***

Сасово 2017

ЛУК



Лук издавна заслужил в народе славу отличного овоща и целебного средства чуть ли не от всех болезней. Не зря говорят: «Лук от семи недуг». Его рекомендуют для повышения аппетита, а ещё считают, что обилие лука в пище придаёт людям силу и храбрость. В луке содержатся углеводы, белки, жиры, соли калия, фосфора, железа. Есть витамин С особенно в зелёных перьях.



Применение в медицине.

В медицине известен со времён Гиппократ. Лечебные свойства лука признавали все народы. Римляне считали, что сила и мужество солдат увеличиваются при употреблении лука, поэтому он входил в военный рацион. В Египте луку воздавали почести как божеству. При Гиппократе лук прописывали больным ревматизмом, подагрой, а также от ожирения.

Луковый сок полезен при загрязнённых ранах, смазывать глаза выжатым соком лука с мёдом полезно от бельма...

Луковый сок помогает от ангины. Съедобный лук вследствие своей горечи укрепляет слабый желудок и возбуждает аппетит».

Лук является хорошим витаминным средством, особенно рекомендуемым в зимне-весенний период, но используемым круглый год. Значительное количество минеральных солей в луке при его использовании в пищу способствует

нормализации водно-солевого обмена в организме, а своеобразный запах и острый вкус возбуждают аппетит.

Лук широко используется в современной медицине. Из лука репчатого получены препараты «Аллилчеп» и «Аллилглицер». «Аллилчеп», оказывающие противомикробное действие, возбуждает моторику кишечника, используется как при поносах, так и колитах с склонностью к запорам, при атонии кишечника, атеросклерозе и склеротической форме гипертонии. «Аллилглицер» рекомендуется для лечения трихомонадного колпита в виде тампонов.



Лук является популярным косметическим средством во многих странах мира. Соком лука рекомендуют смазывать волосистую часть головы при себорее, гнездовой плешивости, для укрепления корней волос. При этом волосы становятся шелковистыми, мягкими и блестящими, а кожа не шелушится, не образуется перхоть. В средние века приписывали луковиче чудесное свойство: предохранять воинов от стрел и ударов мечей и алебард. Рыцари, закованные в стальные латы, носили на

груди талисман- обыкновенную луковичу. Поэтому один вид лука так и назвали: » Лук победный».

Разные виды дикого лука растут у нас на полях и в лесах. Но культурный лук происходит из Западной Азии. Возделывание лука началось в древние времена в Китае, а затем в Индии и Египте. В армиях древней Греции и Рима добавляли в пищу солдатам большое количество лука, полагая, что лук возбуждает силу, энергию и храбрость.

В средние века врачи утверждали, что даже запах лука предохраняет от заболевания. Российские ученые установили, что от летучих веществ, выделяемых луком, гибнут гнилостные и болезнетворные бактерии, простейшие животные- амёба и инфузории- и даже лягушки и крысы. Достаточно в течение трех минут пожевать лук, чтобы убить во рту все бактерии. Сочные чешуйки луковичи содержат 6% сахара. Поджаренный лук, когда жгучие вещества улетучатся, становится сладким и румяным. При поджаривании эту румяность придает луку содержащийся в нем сахар. Широко используйте лук в питании детей!

