

Эта общеизвестная и ароматная приправа имеет обширное применение в народной медицине.



- При болезнях сердца рекомендуется ежедневно, на завтрак, съесть кусочек хлеба, намазанный смесью сырого меда и корицы. Такой завтрак снизит уровень холестерина в артериях и предохранит человека от инфаркта, если инфаркт уже был – служит профилактикой его повтора. Регулярное употребление смеси меда и корицы укрепляет сердечную мышцу и улучшает дыхание.

- При физической слабости и утомляемости ежедневно принимают полстоловой ложки смеси меда и корицы, в пропорции 1:1.

- При артрите ежедневно утром и вечером, принимают чашку теплой воды с 2 чайными ложками меда и 1 чайной ложкой корицы. Излечивается даже хронический артрит при регулярном приеме.

- При повышенном холестерине 2 столовые ложки меда и 3 чайные ложки корицы смешивают с 2-мя чашками воды и принимают 3 раза в день.

- Для повышения иммунитета ежедневно принимают смесь меда и корицы.

- При воспалении мочевого пузыря, принимают 2 столовые ложки меда, 1 чайную ложку корицы, растворенные в стакане теплой воды.

- При выпадении волос смазывают корни из пасты, приготовленной из разогретого оливкового масла, 1 столовой ложки меда, 1 чайной ложки корицы за 15 минут до мытья головы. Затем промывают теплой водой.

- При появлении прыщей, смазывают пастой из 3 столовых ложек меда и чайной ложки корицы, на ночь. В течение двух недель прыщи проходят полностью.
- При кожных инфекциях, поражения кожи ежедневно смазывают смесью корицы и меда, в соотношении 1:1.
- При укусах насекомых, смесь 1 части меда, 2 частей воды и чайной ложечки корицы, медленно втирают в зудящие участки кожи. Боль уменьшается в течение 1-2 минут.
- При несварении желудка, на 2 столовые ложки меда посыпают пудру из корицы и принимают перед едой. Это снижает кислотность и помогает переваривать самую тяжелую пищу.
- При потере слуха, ежедневно принимают мед с корицей, смешанные в равных пропорциях.
- При простуде, принимают 1 столовую ложку меда с  $\frac{1}{4}$  чайной ложки корицы 3 раза в день. Излечивается хронический кашель, освобождаются носовые проходы.
  
- Для долгожития, регулярно пьют чай с медом и корицей. При этом 1 чайную ложку корицы, заваривают 3 стаканами кипятка и после охлаждения добавляют 4 чайные ложки меда. Пьют по  $\frac{1}{4}$  чашки 3-4 раза в день. Такой чай сохраняет кожу свежей и мягкой, задерживает процесс старения.
- Для похудения, вечером заваривают 1 чайную ложку корицы кипятком, настаивают в течение получаса, затем добавляют 2 чайные ложки сырого меда. Половину настоя выпивают на ночь. Оставшийся настой ставят в холодильник и выпивают утром натощак.

Шульженко Н.В.