

## **Способ применения Алтея лекарственного(корни):**

**Общий рецепт:** 1 столовую ложку измельчённого корня залить 200 мл кипятка, варить на водяной бане 15 минут, настоять 20 минут, процедить, принимать тёплым по 1 столовой ложке через каждые 2 часа.

**Чай:** 2 чайные ложки нарезанного корня залить 1/4 литра холодной кипячёной воды, настоять 30 минут, периодически помешивая. Затем тщательно взболтать, процедить. Готовый чай немного подогреть, пить мелкими глотками, медленно.

## **Алтей лекарственный применяется:**

- **при хроническом бронхите, трахеите, ларингите, бронхиальной астме, забивающем (лающем) кашле, ангине, гриппе:** 1 столовую ложку измельчённого корня залить 1 стаканом холодной кипячёной воды, настоять 1 час, процедить, принимать по 1 столовой ложке каждые 2 часа;

- **при воспалении верхних дыхательных путей:** 1 столовую ложку корня залить 500 мл холодной кипячёной воды, настоять в термосе 1 сутки, процедить, принимать по 1 десертной ложке 4-5 раз в день;

- **при воспалении лёгких, язвенной болезни желудка, гастрите, энтероколите, коликах, желтухе, воспалении мочевого пузыря, диарее:** 1 чайную ложку измельчённого корня залить 200 мл кипятка, варить на медленном огне 15 минут, настоять 15 минут, процедить, долить кипячёной воды до первоначального объёма, принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды, можно добавить мёд по вкусу;

- **при заболеваниях суставов:** 4 чайные ложки измельчённых корней залить 2 стаканами холодной кипячёной воды, настоять 8 часов, процедить, принимать по 1/2 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды;

- **при аденоме предстательной железы, простатите, затруднённом мочеиспускании, камнях в мочевом пузыре:** 1 столовую ложку с горкой измельчённых корней залить 1/2 стакана кипячёной воды комнатной температуры, настоять 1 час, процедить, принимать по 1 столовой ложке через каждые 2 часа;

- **при хроническом тонзиллите, ангине и других воспалительных процессах рта и глотки:** 2 столовые ложки измельчённых корней залить 300 мл кипятка, настоять 8 часов в термосе, процедить, полоскать горло тёплым настоем 3-5 раз в день;

- при конъюнктивите, ячмене, блефарите, травмах, ожогах, ушибах, миозите, радикулите, фурункулёзе, дерматомикозе, аллергическом дерматозе, различных гнойничковых болезнях кожи: 3 чайные ложки корня залить 1 стаканом холодной кипячёной воды, настоять 8 часов в термосе, процедить, затем нагреть до 37-42°C, сделать марлевый тампон, обильно смочить его в настое, прикладывать на 20-50 минут 2-3 раза в день;

- при воспалении, раздражении, чрезмерной сухости, шелушении лица, чрезмерной потливости и опрелости кожи: 1 чайную ложку измельчённых корней залить 1 стаканом холодной кипячёной воды, настоять 30 минут, процедить, умываться 2 раза в день: утром и вечером.

**Противопоказания:** запор, беременность, нарушения дыхательной функции лёгких.