



Роза Канина ДООЕЛ Ресен ул. Никола Карев бр. 55 Ресен 7310 Македонија

Тревар Науме Петковски контакт 070 39 39 66; 047 452

843; [petkovskinaume@hotmail.com](mailto:petkovskinaume@hotmail.com); [www.alternativnamedicina.com.mk](http://www.alternativnamedicina.com.mk); [www.rozakanina.bizland.com](http://www.rozakanina.bizland.com);

## УПАТСТВО ЗА БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ И НИВНО КОРИСТЕЊЕ И ИСХРАНА

Ресен, 22/02/2012 год.

# Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

## Содржина

-----	3
УПАТСТВО ЗА БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ И НИВНО КОРИСТЕЊЕ И ИСХРАНА	-----3
БОЛЕСТИ –ЧАЕВИ–ИСХРАНА	-----3
1. ДЕБЕЛИНА-како појава и болест	-----3
Прочитај ги правилата за однесување и почитувај ги истите (види прилог)	-----3
1.2. КОИ ЧАЕВИ ТРЕБА ДА СЕ ЗЕМААТ И НА КОЈ НАЧИН	-----3
2. БОЛЕСТИ НА УРИНАРНИТЕ ПАТИШТА, БУБРЕЗИ, БЕШИКА, ПРОСТАТА	-----5
6. БОЛЕСТИ НА ЖЕНСКИТЕ ПОЛОВИ ОРГАНИ (ЈАЈНИЦИ, ЈАЈЦЕВОДИ, МАТКА, ДОЈКА)	---9
- ЦИН -1 (ДИСПЛАЗИЈА, КАЛЦИФИКАТИ), ЦИН – 2 (раничка на грличот или дното на матката) ЦИН -3 (ту – ца ) – МИОМ (НА МАТКА), ту - МАМАЕ, МАСТОЦИТОЗИ, ФИБРОАДЕНОМИ и сл.	-----10
7.2. ИСХРАНА	-----11
8. БОЛЕСТИ НА ЦРНИОТ ДРОБ, ЖОЛЧКА, СЛЕЗИНКА, ПАНКРЕАС	-----11
9. ЗАМАСТУВАЊА, ХОЛЕСТЕРОЛ И ТРИГЛЕЦИРИДИ	-----12
9.1. КОИ ЧАЕВИ СЕ ЗЕМААТ И НА КОЈ НАЧИН	-----13
10. ШЕКЕРНА БОЛЕСТ ДИЈАБЕТ—1, ДИЈАБЕТ—2	-----13
10.3. ДИЈАБЕТИЧАРИ КОИ ПРИМААТ *ИНСУЛИН*	-----14
11. БОЛЕСТИ НА ЖЕЛУДЕЧНО, ЦРЕВНИ ОРГАНИ	-----15
11.2. ИСХРАНА	-----15
12. ГАСТРИТ, ЧИР НА ДВАНАЕСЕТ - ПАЛАЧНО ЦРЕВО И ЖЕЛУДНИК, ХЕЛИКО БАКТЕР	-----15
	-----15
13. БОЛЕСТИ НА БЕЛОДРОБНИТЕ ОРГАНИ	-----16
13.2. ИСХРАНА	-----16
14. ЧАЕВИ ЗА ЛЕКУВАЊЕ НА ЗАБОЛУВАЊА НА КРВНИТЕ САДОВИ	-----16
15. КОЖНИ БОЛЕСТИ	-----17
16. ПОТЕШКИ БОЛЕСТИ, ПОСТОПЕРАТИВНИ И ПОСТХЕМО	-----17
16.1. ИСХРАНА	-----17
НЕ СМЕЕ ДА СЕ ЈАДЕ	-----17
МОЖЕ ДА СЕ ЈАДЕ	-----18
БЕЛИ СМРТИ СЕ	-----18
ПОСЕБНИ РЕЦЕПТИ	-----19
МАСТИ, МЕЛЕМИ, ОБЛОЗИ	-----20
ПРАВИЛА НА ОДНЕСУВАЊЕ за време на терапиите со чаеви и исхрана	-----20
ДИЈАБЕТИЧАРИ КОИ ПРИМААТ *ИНСУЛИН*	-----21



## УПАТСТВО ЗА БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ И НИВНО КОРИСТЕЊЕ И ИСХРАНА

### БОЛЕСТИ -ЧАЕВИ—ИСХРАНА

#### 1. ДЕБЕЛИНА-како појава и болест

1.1. ДЕБЕЛИНАТА – се третира како појава поради лошите навики и зависноста од храна а како болест поради разни пореметувања на системите, посебно хормоналниот систем, неисправност на метаболизмот, недобро варење на храната, неможност за лачење на соодветни ензими, мрзливи црева, диспепсии, тромост, може да е последица на разни други болести и пореметувања, комбинирањата на храната, непочитување на правилата за јадење, непочитување на исхраната по крвните групи, јадење ноќе после 19,00 часот и други проблеми. ДЕБЕЛИНАТА е основен предуслов за појава на разни заболувања и болести. Една кинеска пословица вели „ние сме она, што јадеме“ не треба да се држите за правилото „живеам за да јадам“ туку треба обратно „јадам за да живеам“ Јадењето е втор по ред „ризик“ фактор за болестите барем на него може се делува, да се контролира и да не се дозволи „организмот“ да ВЕ контролира и завладува, туку обратно, Вие треба да раководите со организмот и да го терате да ве слуша и почитува.

#### Прочитај ги правилата за однесување и почитувај ги истите (види прилог)

- Не смее да се јаде никогаш после 19.00 часот,
- да не се комбинираат јадењата (гарнири),
- салатата се јаде секогаш 20 минути пред главното јадење,
- да се јаде онолку колку што се троши,
- и секогаш пред да седнете да јадете напијте се 200-400 мл. чај за да се пресекува јадењето.

#### 1.2. КОИ ЧАЕВИ ТРЕБА ДА СЕ ЗЕМААТ И НА КОЈ НАЧИН

##### 1.2.1. ЧАЕВИ

1.2.2. Чај за слабеење - во 1,5 литар вода се ставаа 3 супени лажици од чајот, да зоврие се покрива со капак и се остава да излади најмалку 2 сата. Се процедува и се пие наместо вода преку цел ден. Се пие најмалку 3 литра а може и до 5 литра. Задолжително се пие 200-400 мл .пред да се седне да се јаде

1.2.3. Чај 3/1 една супена лажица се попарува во врела вода 0,5 литра, се остава покриено да се излади и се процедува. Се пие 5 пати на ден на празен стомак по 100 мл.

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

1.2.4. Во комбинација со чаевите се зема и Преспанска горчица на празен stomак 3 пати по 10 мл. од шишето.

Со помош на чаевите се врши целосна детоксикација на организмот, ослободување од отровите „шлаката“ слуз, се овозможува целосна размена на течностите од клетките, хормонално се средува организмот и се врши целосно чистење и „перење на организмот“. Се средува процесот на варење на храната, се добива уредна и редовна столица и слично. Се решаваат сите помали здравствени тегоби и проблеми.

Оние кои сакаат побрзо да слабеат се врши „чистење“ на цревата (тенки и дебело) чија должина е скоро 20 метри а на следниов начин – сабајле на гладно се зема 1 литар (купена вода) чиста, обична во која се става сок од 3 исцедени лимони и 2 кафени лажички морска крупна сол. Тоа се пие за време од пола сат (4 чаши од по 250 мл.). Не треба да се оди никаде се седе дома 2-3 сата. Ова може да се прави 3 дена со ред или пак 5 дена или повремено по желба.

### 1.3. ИСХРАНА

#### 1.3.1. Не смее да се јаде

- „млеко (пресно)“ сирење и кашкавал од овци и крави, бело брашно, шеќер, сокови, густы, газирани или домашни, јајца, марагарин, мајонез, павлаки, Ајвар, месо и месни производи, конзервирана храна, банана, портокал, компир, чоколада, чипси и сл.

#### 1.3.2. Може да се јаде

- „ржен или интегрален леб (по малку), козјо сирење до сто грама денот, кисело млеко и јогурт помалку мастен, ориз, боранија, грашак, леќа, граф, од зеленчук се и од овоштие се. Може кога ви се пријадува да се грицкаат - бадем, лешник, орев, кикири ама непечени. Може да се користат и мусли со јогурт. Денот треба да се зема 3-4 пати сезонска салата, 20 минути пред јадење. После 19,00 час не смее да се јаде освен, салата или овоштие.

1.4. Терапијата трае најмалку 42 дена. А по потреба се продолжува се до саканата тежина. Истиот систем на исхрана се задржува и после терапијата.

За 42 дена се ослабнува од 15-20 килограми, без никаква штета по здравјето. Се ослободувате од масните наслаги, се олеснува организмот, се губи депресијата, се решаваат скоро сите помали здравствени проблеми, организмот се подмладува а метаболизмот се враќа за 5 до 10 години наназад.

Види ги правилата за однесување и почитувај ги.

# Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

Срамота е заради \*јадење\* да сте дебели и грди , и да се лутите на секој штом ќе ви спомне за дебелината, вината секогаш е во Вас, недозволувајте „организмот“ да прави од Вас тој што сака.

## 2. БОЛЕСТИ НА УРИНАРНИТЕ ПАТИШТА, БУБРЕЗИ, БЕШИКА, ПРОСТАТА

### 2.1. Воспаленија на бубрези, уретри, бешика, простата

Спаѓаат во групата на полесни заболувања на органите за мокрење, честа причина се незначайни настинки и достудувања, посебно во нозете, прелади, одредени лекаства, некои јадења, алкохол - предозираност, бактерии, вируси и други причини. Може да се акутни, кои ако не се решат соодветно и навреме стануваат хронични заболувања и доведуваат до потешки болести и пореметувања. Често пати се јавува резистентност на одредени лекаства после нивна подолга примена.

### 2.2. КОИ ЧАЕВИ ТРЕБА ДА СЕ ЗЕМААТ И НА КОЈ НАЧИН

2.2.1. Чај за уринарни патишта - бубрези, во 1,5 литри вода што вари се ставаат 3 супени лажици од чајот. Садот се покрива и се остава да излади 3 часа. Се процедува и се пие место вода преку цел ден. Подобрo е да се зема на гладно. Се пие од најмалку 1,5 литар до 5 литра на ден, за да се врши перење на организмот и уринарните патишта.

2.2.2. Преспанска горчица - се пие три пати на ден по 5-8 мл. 20 минути пред јадење.

2.2.3. Медовина - се зема 3 пати на ден на гладно по едно кафено лажиче (после горчицата).

2.2.4. Доколку проблемот е хроничен се зема и чај број 3/1—1 супена лажица се попарува со 0,5 литри врела вода се остава да отстои 2 сати и се пие на гладно 3 пати по 150 мл.

### 2.3. ИСХРАНА

#### ЗАБРАНЕТО Е ДА СЕ ЈАДЕ

- млеко и сирење, бело брашно, шеќер (газирано, густо, домашни сокови) јајца, ајвар, павлаки, мајонез, павлака, луто, пресолено, месо и месни производи, спанаќ, банана, граф, црн патлиџан, кафе, чоколада.

Се користи вегетаријанска исхрана (види прилог) од зеленчукот да се избегнуваат оние растенија кои имаат високи количини на оксалати (доколку составот на каменчињата се оксалатни).

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

**3.1. Галози во бубрези, песок во бубрези, камен во бубрези, уретри, бешика, бактериолошки проблеми (ешерихија цоли, кандида, клепсиела и други бактерии ,оток на тестиси)**

### 3.1.1 КОИ ЧАЕВИ СЕ ЗЕМААТ И КАКО

3.1.2. Чај за бубрези - 3 супени лажици од чајот се попаруваат со 1,5 литар врела вода, се покрива со капак и се остава да излади 3 часа. Се процедува и се пие преку цел ден наместо вода. Се пие од најмалку 1,5 литар до 5 литри на ден.

3.1.3. Чај број 3/1. – (една) (1) супена лажица од чајот се попарува со 0,5 литри вода се остава да отстои покрито два сати се процедува и се пие 3 пати, на гладно по 150 мл.

3.1.4. Преспанска горчица - се пие на гладно 3 пати на ден по едно капаче од шишето.

3.1.5. Медовина - се зема 3 пати на ден по едно кафено лажиче на гладно (после горчицата).

## 3.2. ИСХРАНА

### 3.2.1. НЕ СМЕЕ ДА СЕ ЈАДЕ

- месо и месни производи, конзерви, конзервирана, храна, туршии, млеко, сирење и кашкавал, бело брашно и пецива, шеќер и сокови со шеќер, газирано, граф, спанаќ, компир, банана, црн патлиџан, луто, пресолени јадења, јајца, чоколадо, кафе и какао, круши.

### 3.2.2. МОЖЕ ДА СЕ ЈАДЕ

- интегрални или црни лебови, по 50 грама козјо сирење, кисело млеко, јогурт, боранија, грашак, леќа, ориз, зеленчук и овоштие. Да се зема дневно повеќе пати сезонски салати.

### 3.2.3. ЗАДОЛЖИТЕЛНО СЕ КОРИСТИ ВО ИСХРАНАТА

- кромид, праз, боранија, цвекло,

### 3.2.4. Препорачливо е:

- е (две) (2) добро измиени луспи од јајца се ставаат да отстојат 12 сати во сок од 3 - 4 лимони, се процедува и се меша со една супена лажица ладно цедено маслиново масло. Се пие на гладно барем 7 дена, после 7 пауза па пак 7 дена.
- Исто така се зема обичен темјан од црква, се толчи и се полнат 10 кожурци од некој (антибиотици), откако претходно ќе се истресе содржината од кожурците. 10 дена се зема по една капсула на гладно, 5 дена се прави пауза и уште еднаш 10 дена се

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

повторува. Да се користи повеќе пати и подолго време сок од лимон со супена лажица ладно цедено маслиново масло, се зема на гладно.

- Исто така се користи и 2 пати на ден Роватинекс 2 (пати) по едно апче на гладно. Овие -3-4 работи се земаат на гладно 10 дена, после се прави пауза пет дена и се повторува. Сето ова има функција на топење на камчињата. Корисно е да се внесува повеќе калциум за да се врзуваат оксалатите од камењчињата.
- Калциумот го има најповеќе во лушпите од јајца, цвеклото и кромидот, кисело млеко.

### Забелешка

Терапијата трае најмалку 42 дена а се продолжува доколку има потреба (после направена ехо-контрола) се додека се реши целосно проблемот. Лечењето на ваков начин, е нештетно, безболно и со него се остранува „рецидивноста“ од повторно создавање на камења.

## 4. ЦИСТИ, ПОЛИЦИСТИЧНОСТ, ТУМОРИ, АДЕНОКАРЦИНОМИ

Спаѓаат во групата на потешки заболувања и нивното лечење е подолготрајно. Доколку цистите се вродени тешко се лечат, доколку се настанати како болест се лечат успешно по пат на исцелување и зајакнување на имунитетот на организмот. Со помош на терапиите се врши целосна детоксикација на организмот и негово чистење, зајакнување на имунитетот, средување на системите а лечењето е преку исцелување, и нема ризик од „прскање“. Истото мора да биде поткрепено со исхраната. Кај туморите и аденокарциномите независно од тоа на кој орган се лоцирани, тоа се болести на цел организам и така мора да биде лечењето, односно лечењето треба да биде преку средување и чистење на организмот, негово зајакнување и тој да си го реши проблемот односно болеста.

### 4.1. КОИ ЧАЕВИ СЕ ЗЕМААТ И КАКО

4.1.1. Чај за мокрење – бубрези - во 1,5 литри вода што вари се ставаат 3 супени лажици од чајот, се покрива со капак и се остава да олади најмалку 3 сати. Се процедува и се пие преку цел ден наместо вода. Дневно се пие од најмалку 1,5 литар до 5 литра.

4.1.2. Чај број 3/1 - во 0,5 литри вода што врие се става една супена лажица од чајот, се покрива и се остава да излади 3 сати. Се процедува и се пие на гладно 5 пати по сто милилитри.

4.1.3. Преспанска горчица –се пие 5 пати на ден по 6 милилитри на гладно

4.1.4. Медовина –се зема 5 пати на ден по едно кафено лажиче

4.1.5. Сирутка од козјо млеко се зем,а 5 пати на ден по 100 милилитри/види прилог/

4.1.6. Бројсов сок се зема 5 пати на ден по 100 милилитри/види прилог/

## 4.2. ИСХРАНА

### НЕ СМЕЕ ДА СЕ ЈАДЕ

- млеко и сирења, кашкавал, ајвар, павлаки, мајонез, кечап, бело брашно и производи од него, шеќер, сокови, газирано, чипси, грицки, месо и месни производи, граф, спанак, банана, портокали, јајца, чоколада и какао

### МОЖЕ ДА СЕ ЈАДЕ

- козјо сирење до 50 грама, кисело кравјо млеко, ржен леб, боранија, грашак, леќа, помалку компир, ориз, зеленчук, посебно праз, кромид, лук, овоштие сезонско

Лечењето трае подолго време, се прават чести контроли.

## 5. ИНСУФИЦИЕНЦИИ, НЕФРОСКЛЕРОЗИ, ГЛОМЕРОНЕФРИТ, ТУМОРИ

Спаѓаат во групата на тешки бубрежни болести, каде се оштетува паренхимот на бубрезите, се намалува бубрежната функција и постапно истата откажува. Проблемот е во постојано труење на паренхимот на бубрезите кој процес постапно се шири и трајно ги оштетува бубрежните функции. Проблемот секогаш е во целосна затруеност на цел организам, затруена крв полна со отрови и штетни материи, кое најчесто се гледа преку високите седиментации, која знае да биде и троцифрена, висока уреа (отров) секогаш над 7, висока ацидум урикум (мочна киселина) поместени ензими и посебно трансминази и слично. Решението е во чистење на крвната слика од примеси и отрови, решавање на отровнта „уреа“ која трајно го труе паренхимското ткиво, за да може да се зачува здравиот дел на паренхимот со кој може да се врши бубрежната функција.

### 5.1. КОИ ЧАЕВИ СЕ ЗЕМААТ И КАКО

5.1.1. Чај за бубрези - во 1,5 литри вода што врие се ставаат три супени лажици од чајот, се покрива и се остава да отстои цела ноќ. Се процедува и се пие наместо вода преку цел ден, подобро е нагладно и распоредено на пример 10 пати по 100-150 мл. Дневно се пие од 700 до 1,5 литри.

5.1.2. Чај 3/1 една супена лажица се попарува со 0,5 литри врела вода се остава да отстои 12 сати се процедува и се пие на гладно 10 пати по 50 милилитри.

5.1.3. Преспанска горчица се зема 5 пати на ден на гладно по едно капаче од шишето.

5.1.4. Медовина се зема 3 пати по едно кафено лажиче.

5.1.5. Сирутка од козјо млеко се зема 5 пати по 60 мл. на гладно.



## 5.2. ИСХРАНА

### ЗАБРАНЕТО ДА СЕ ЈАДЕ

- млеко и сирења, павлаки, мајонез, маргарин, кечап, ајвар и туршии, месо и месни производи, бело брашно и производи од него, шеќер и се што содржи бел шеќер - сокови, газирани и густы, кисело, луто, сол, кафе, какао, чоколада, спанаќ, банана, компир и сл.

### МОЖЕ ДА СЕ ЈАДЕ

- кисело млеко кравјо, ржен леб, варена пшеница (се зема до 300 грама на ден) ориз, боранија, леќа, грашак, зеленчук и овоштие.

Препорачливо е да се зема днево праз - свеж, 100 до 200 грама и помалку боранија – бланширана (10 парчина)

Лечењето трае најмалку 42 дена по потреба се продолжува. Редовно се прават контроли на крвната слика од кој треба да се следат ензимите, трансаминазите (АЛКП, АЛТ, АСТ, ГГТ) и деградационите продукти, Креатинин, уреа, ац.урикум и посебно седиментацијата на крвта.

## 6. БОЛЕСТИ НА ЖЕНСКИТЕ ПОЛОВИ ОРГАНИ (ЈАЈНИЦИ, ЈАЈЦЕВОДИ, МАТКА, ДОЈКА)

6.1. Воспалителни процеси, нередовни и неуредни менструации, бело прање, бактериолошки проблеми (ешерихија коли, клепсиела, кандида и други бактерии) пост и предклимаксни тегоби.

Спаѓаат во групата на вообичаени проблеми кои се позачестени постојано присутни кај женскиот свет, се сметаат како болести кои спаѓаат во лесни заболувања кои прават нервози а често пати се поврзани со стресни ситуации, нервози, лесно преносливи, врзани со намалување на имунитетот и кои бараат секојдневно хигиенско одржување.

### 6.1.1. КОИ ЧАЕВИ СЕ ЗЕМААТ И КАКО

6.1.2. Чај за женски болести - 3 супени лажици од чајот се попаруваат со 1,5 литри врела вода се остава да отстои 3 сати се процедува и се пие преку цел ден место вода. Дневно треба да се испива од 1,5 до 3 литра.

6.1.3. Чај број 3/1 0 една супена лажица се попарува со 0,5 литра врела вода се остава да отстои 2 сати се процедува и се пие 5 пати по 100 милилитри, на гладно.

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

6.1.4. Преспанска горчица - се пие 5 пати по едно кафено лажиче на гладно.

6.1.5. Медовина се зема 5 пати по едно кафе лажиче на гладно.

### **КОРИСНО**

- е да се зема дополнително чај од невен или ајдучка трева (една супена лажича се попарува со 200 мл врела вода).

Подмивање се врши со (одвар) - чај жолт кантартион или од ајдучка трева. Вагинално се става кантарионово масло.

### 6.2. **ИСХРАНА**

#### **ЗАБРАНЕТО Е ДА СЕ ЈАДЕ**

- млеко и сирења, бело брашно, шеќер, густе и газирани сокови, ајвари, лутенки, мајонези, павлаки, кечап, меса и месни производи, јајца, банана, портокал и сл.

#### **МОЖЕ ДА СЕ ЈАДЕ**

- козјо сирење, кисело кравјо млеко, ржен леб, боранија, грашак, леќа, печурки, зеленчук се од овоштие.

#### **ПОСЕБНО КОРИСНО**

- е да се зема дневно повеќе пати сезонски салати, посебно зелка, брокула, карфиол, домати и сл.

Лечењето трае најмалку 28 дена (од менструација до менструација ) или 42 дена а се продолжува по потреба до целосно решавање на проблемот.

### 7.1. **ЦИСТИ НА ЈАЈНИЦИ, ПОЛИЦИСТИЧНОСТ, ХПВ ВИРУС (хуманпапиломавирус - ниско или високоризичен)**

**- ЦИН -1 (ДИСПЛАЗИЈА, КАЛЦИФИКАТИ), ЦИН - 2 (раничка на грличот или дното на матката) ЦИН -3 (ту - ца ) - МИОМ (НА МАТКА), ту - МАМАЕ, МАСТОЦИТОЗИ, ФИБРОАДЕНОМИ и сл.**

Спаѓаат во групата на потешки заболувања, директно поврани со имунитетот на организмот и хормонални пореметувања, кои треба сериозно да се сватат, затоа што нивното нелечење носи тешки последици.

### 7.1. **КОИ ЧАЕВИ ТРЕБА ДА СЕ ЗЕМААТ И НА КОЈ НАЧИН**

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

7.1.1. Чај за женски болести -3 супени лажици од чајот се попаруваат со 1,5 литар врела вода, се покрива, и да одстои 3 сати. Се пие преку цел ден наместо вода.

7.1.2. Чај број 3/1 -1 супена лажица се попарува со 0,7 литра врела вода. Се покрива, и да одстои 3 сата. Се процедува и се пие 7 пати по 100 мл на гладно.

7.1.3. Преспанска горчица – се зема на гладно 5 пати по едно капаче од шишето.

7.1.4. Медовина се зема 5 пати на ден по едно кафено лажиче на гладно.

7.1.5. Сирутка од козјо млеко – се зема 3 пати по 100 мл на гладно.

7.1.6. Бројсов сок –се зема 3 пати по 100мл. на гладно.

### 7.2. ИСХРАНА

#### **ЗАБРАНЕТО Е ДА СЕ ЈАДЕ**

- МЕСО И МЕСНИ ПРОИЗВОДИ, МЛЕКО И МЛЕЧНИ ПРОИЗВОДИ, ајвар, кисело, пресолено, павлаки, мајонези, маргарини, бело брашно, чекер. сокови, газирано и сл.
- Може да се јаде-кисело млеко, ржен леб, боранија, грашак, леќа, ориз, компир, зеленчук и овоштие, печурки

#### **ЗАДОЛЖИТЕЛНО СЕ ЗЕМА**

сезонски салати, посебно зелка, брокула, кромид, праз, лук.

Одмивања се вршат со кантарион или ајдучка трева (чаеви) или кантарион масло.

На дојката при мастоцитози, Ту, се ставаат облози 3 - 4 пати на ден од 3 белки од живо јајце измиксирано со супена лажица кисело млеко (се става на секакви евентуални отоци).

Терапиите трајат најмалку 42 дена, по потреба се продолжува. Задолжителни се редовни, лекарски контроли.

Вакви терапии се прават и пост - оперативни зафати, хемо-терапии и зрачења.

### **8. БОЛЕСТИ НА ЦРНИОТ ДРОБ, ЖОЛЧКА, СЛЕЗИНКА, ПАНКРЕАС**

- 8.1. АКУТНИ И ХРОНИЧНИ ВОСПАЛИТЕЛНИ ПРОЦЕСИ, некроза, жолтица, високи бели рубини, поместени трансминази (АЛКП, АЛТ, АСТ, ГГТ) амилази, липаза, алкохолна цироза, црна жолтица (пожолтеност на кожата и очите), асцит (вода во стомак, мс. промени, постоперативни последици, пост - хемотерапии, последици од зрачења, ту. и сл., акутен и хроничен панкреатит).

8.1. Црнодробниот систем е еден од најзначајните системи и секој проблем доколку не се реши, може да има тешки последици. Во организмот ништо не се случува без знаење или директно учество на црнодробниот систем. Поради тоа често има пореметувања на неговите функции, чие нерешавање може да има тешки последици. Али црнодробниот

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

систем има огромни можности за сопствено регенерирање ако се знае како да се постапува. Сите овие болести се и лесно и тешко решливи ако се знае како или ако не се знае.

### 8.1. КОИ ЧАЕВИ СЕ ЗЕМААТ И НА КОЈ НАЧИН

8.1.1. Чај за црн дроб - една супена лажица се попарува со 1 литар врела вода се остава да отстои 2 сата се процедува и се пие на гладно 5 пати по 200 мл.

8.1.2. Преспанска горчица - се зема 3 пати на ден по едно кафено лажиче на гладно.

8.1.3. Чај број 3/1 - една супена лажица се попарува со 0,5 литра вода да отстои 3 сати се процедува и се пие на гладно 5 пати по 100 мл.

8.1.4. Чај број 4/1 (Силимарин) семето се меле на машинче за кафе – едно кафе лажиче се вари со 150 мл вода. Се процедува и се пие 2 пати на ден на гладно. Талогот од првиот одвар може да се преварува уште еднаш.

8.1.5. Медовина - сезема 3 пати по кафено лажиче на гладно

#### **ЗАДОЛЖИТЕЛНО СЕ ЗЕМА:**

- Сирутка од козјо млеко 3 пати по 200 мл (за потешките болести).

- Бројсов сок - се зема три пати по 150 мл. на гладно

### 8.2. ИСХРАНА

#### **НЕ СМЕЕ ДА СЕ ЗЕМА**

- млеко, сирења и кашкавал, мајонез, павлака, кечап, ајвар, јајца, месо и месни производи, бело брашно и производи од него, шеќер, густе и газирани сокови, кафе, алкохол, вода од водовод, граф, црвен и букоска пипер.

#### **МОЖЕ ДА СЕ ЈАДЕ**

- кисело кравјо млеко, ржен леб, компир, ориз, боранија, леќа, брокула, зеленчук и овоштие освен јужно овоштие.

Терапијата трае најмалку 42 дена а по потреба се продолжува се до целосно решавање на проблемот.

При камен во жолчното кесе или каналот, треба да се зема сок од лимон помешан со ладно цедено маслиново масло - два пати на ден (пет дена се зема два не) и темјан ставен во кожурци (од апчиња празни) како кај бубрежни камења.

## 9. ЗАМАСТУВАЊА, ХОЛЕСТЕРОЛ И ТРИГЛЕЦИРИДИ

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

Замастувањата се најчеста појава кај сите возрасти, поради стресните ситуации кој ги имате на секој чекор и лошата модерна исхрана. Холестеролот и триглецеридите се најчеста причина за горе наведените болести а посебно за добивање изливи и инфаркти. Проблемот е во тоа што неможе навреме да се осетат, не даваат посебни симптоми или болка, и важи онаа народната „немаше ништо, ништо не го боли, а добил инфаркт или излив или починал“.

Холестеролот е збир од добриот (ХДЛ) и лошиот холестерол (ЛДЛ) чиј соодност е секогаш 3 према 1. Добриот холестерол го прави и самиот организам 1.000 мг за 24 сати, затоа што му е потребен на организмот за остварување на повеќе функции, додека лошиот холестерол и триглецеридите се врзани со исхраната. Триглецеридите округли масти од кој се создаваат „тромбите“ и се исклучиво поврзани со лошата и несоодветна исхрана. Триглецеридите се директна последица на јадењето млеко, мрснотии, сирења, павлаки, бело брашно и шеќер.

### 9.1. КОИ ЧАЕВИ СЕ ЗЕМААТ И НА КОЈ НАЧИН

9.1.1. Преспанска горчица - се пие на гладно 3 пати по 15 мл (супена лажица).

9.1.2. Чај број 3/1 - една супена лажица се попарува со 0,5 литри врела вода, да отстои 2 сата се процедува и се пие 5 пати по 100 мл. на гладно.

9.1.3. Чај за мокрење (диуретик) 1,5 литар вода се вари заедно со 3 супени лажици од чајот, да зоврие се остава да отстои 2 сата и се пие преку цел ден наместо вода.

### 9.2. ИСХРАНА

#### **НЕ СМЕЕ ДА СЕ ЈАДЕ**

- бело брашно, шеќер, газирани и густы сокови, ајвар, павлака мајонез, сирење и млеко, месо и месни производи.

#### **МОЖЕ ДА СЕ ЈАДЕ**

- се јаде ржен леб, кисело млеко махунарки, ориз, луто, зеленчук.

Терапијата трае 15 дена , а чаевите се допиваат додека ги има.

## 10. ШЕКЕРНА БОЛЕСТ ДИЈАБЕТ—1, ДИЈАБЕТ—2

Шеќерната болест е болест на современиот свет, последица на современото живење, пропратена со секојдневни стресни ситуации и нервози, неправилна исхрана, брза и некавалитетна исхрана полна со адитиви и конзерванси и хемикалии. Проблемот е во бета

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

клетките на главата на панкреасот, кои лачат или премалку или премногу инсулин. Кај дијабет -1 (кој може да се има до 35 годишна возраст) има изумреност на бета клетките, кој не регенерираат, али со правилна исхрана и чаевите можно е да се створат нови клетки, затоа што панкреасот расте до 25 -30 годишна возраст.

### 10.1. КОИ ЧАЕВИ СЕ ЗЕМААТ И НАКОЈ НАЧИН

10.1.1. Чај ЗА МОКРЕЊЕ (бубрези) 3 супени лажици се попаруваат со 1,5 литар вода, се остава да отстои 3 сати, се процедува и се пие преку цел ден место вода.

10.1.2. Чај за дијабет - 2 супени лажици се попаруваат со 1 литер врела вода, да отстои 2 сати се процедува и се пие 5 пати по 200 мл.

10.1.3. Чај 3/1 - една супена лажица се попарува со 0,5 литри врела вода, да отстои 2 сати се процедува и се пие на гладно 5 пати по 100 мл.

10.1.4. Преспанска горчица - се пие на гладно 3 пати по едно капаче од шишето.

### 10.2. ИСХРАНА

- се користи исхраната препишана од лекарите, само не се зема бело брашно.

Намалувањето на ИНСУЛИНОТ оди по програмата дадена во прилогот(види прилог)

### 10.3. ДИЈАБЕТИЧАРИ КОИ ПРИМААТ \*ИНСУЛИН\*

Првите 7 дена се зема и терапијата со чаевите и исхраната и одредениот инсулин.

Шестиот ден се кине 2 единици, седмиот две единици и осмиот ден две единици а чаевите се земаат редовно. Следните пет -7 дена се зема инсулиноот без оние 6 единици и чаевите. Потоа постапката се повторува.Три дена се кинат по две единици а 7 дена се оди со „затекнатите” единици и чаевите. Се така додека се дојде до нула инсулин. Потоа се продолжува со чаевите 14-21 ден да се стабилизираат „бета” клетките и панкреасот (главата) и да се нормализира лачењето на инсулиноот.

Постојано се мери шеќерот и се договара и консултира со Треварот.

Целта на овие правила оние што имаат потреба самостојно да си ги решаваат проблемите, а секогаш е дозволена консултација со треварот.

## 11. БОЛЕСТИ НА ЖЕЛУДЕЧНО, ЦРЕВНИ ОРГАНИ

11.1. Болести - диспепсија, тромост, недоброварење, воспаленија, запек, дијареи, акутен и хроничен колит, улцерации, улцерозен колит, полипи, нодули, аденокарцином, ту и сл.

### 11.1.1. КОИ ЧАЕВИ СЕ ЗЕМААТ И НА КОЈ НАЧИН

11.1.2. Чај за црнодробни болести - 1 супена лажица се попарува со 0,5 литри врела вода се остава да отстои 2 сати се процедува и се пие 5 по 100 мл, на гладно.

11.1.3. Чај број 3/1 - една супена лажица се попарува со 0,5 литра врела вода се остава да отстои 1 сат се процедува и се пие на гладно 5 по 100 мл.

11.1.4. Преспанска горчица - се пие 3 пати по една супена лажица на гладно.

11.1.5. Медовина - се зема 3 пати по едно кафе - лажиче на гладно.

## 11.2. ИСХРАНА

### НЕ СМЕЕ ДА СЕ ЈАДЕ

- млеко и сирења, бело брашно, шеќер и сокови, свинско, јунешко месо, месни производи, конзервирани, ајвар, павлака, кечап, граф и сл.

### МОЖЕ ДА СЕ ЈАДЕ

- кисело млеко, компир, ориз, боранија, леќа, зеленчук и овошtie.

Кај улцерации, улцерозен колит, аденокарциноми, нодули, задолжително се зема пшенична каша, сирутка од козјо млеко и бројсов сок од сите три 5 пати по 100 мл.

Лечењето трае најмалку 42 дена по потреба до целосно решавање на проблемот.

## 12. ГАСТРИТ, ЧИР НА ДВАНАЕСЕТ - ПАЛАЧНО ЦРЕВО И ЖЕЛУДНИК, ХЕЛИКО БАКТЕР

### 12.1. Кои чаеви се земаат и како

12.1.1. Преспанска горчица - се зема 5 пати на ден, на гладно по 8 мл.

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

12.1.2. Чај број 3/1 - една супена со 300 мл. врела вода се попарува да отстои 2 сати и се пие на гладно 5 пати по 60 мл.

### 12.2. ИСХРАНА

#### **НЕ СМЕЕ ДА СЕ ЈАДЕ**

- Не смее да се зема млеко, сирење, бело брашно и шеќер

Терапијата трае најмалку 21 ден, попотреба до 42 дена.

### 13. БОЛЕСТИ НА БЕЛОДРОБНИТЕ ОРГАНИ

13.1. Болести - исфрлање на шлајм, акутен и хроничен бронхит, бронхијална астма, други болести.

#### 13.1. КОИ ЧАЕВИ СЕ ЗЕМААТ И НАКОЈ НАЧИН

13.1.1. Чај – диуретик (за мокрење) - 2 супени лажици од чајот се попаруваат со 1 литар вода, да отстои 2 сата се процедува и се пие преку цел ден наместо вода.

13.1.2. Преспанска горчица - се зема 4 пати на ден по 15 мл, на гладно.

13.1.3. Медовина - се зема 4 пати на ден по едно кафено лажиче на гладно.

#### 13.2. ИСХРАНА

- се зема вегетаријанска исхрана –види прилог

Корисно е да се зема следново - 1 кгр чист дабов или мед од костен, се меша.

### 14. ЧАЕВИ ЗА ЛЕКУВАЊЕ НА ЗАБОЛУВАЊА НА КРВНИТЕ САДОВИ

БОЛЕСТИ - прочистување на крвните садови од наслаги, нечистотии, холестерол, закрчувања, калцификати, венопатии (тромбоза, тромбофлебити, црвен ветар, капилоропатии, хемороиди (шулјеви, мајасол) гангренозни состојби и др.

#### 14.1.1. КОИ ЧАЕВИ СЕ ЗЕМААТ И КАКО



## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

14.1.1. Чај за црнодробни болести - 2 супени лажици се попаруваат со 1,5 литар врела вода, се остава да отстои 2 сата, се процедува и се пие 5 - 6 пати по 200-250 милилитри, на гладно.

14.1.2. Чај број 3/1 - 1 супена лажица се попарува со 0,5 литра врела вода, се остава да отстои 1 сат, се процедува и се пие 5 пати по 100 милилитра на празен стомак.

14.1.3. Преспанска горчица – чемер - се зема на празен стомак 5 пати по 10 милилитри.

14.1.3. Медовина се зема 2 пати по едно кафе лажиче.

Терапијата трае најмалку 42 дена по потреба се до целосно решавање на проблемот. Се користи Преспанската горчица повеќе време, месеци за целосно решавање на проблемот.

### 14.2. ИСХРАНА

- се користи вегетаријанска исхрана – види прилог

Кај замастувањата - холестерол, триглецериди се користи Преспанската горчица и чај број 3/1.

## 15. КОЖНИ БОЛЕСТИ

Кожни појави и заболувања, псоријази, екземи, мајасол, лишаеви, осипи, косопас, косопад, ноктопас, ноктопад /

Се решаваат во посебни постапки, во договарање со треварот, види веб-страницата Упатство за лекување на кожни заболувања.

## 16. ПОТЕШКИ БОЛЕСТИ, ПОСТОПЕРАТИВНИ И ПОСТХЕМО

третмани, се решаваат по посебни постапки во договор со треварот.

### 16.1. ИСХРАНА - системи на исхрана

16.1.5. Исхрана по крвните групи – види веб страница.

16.1.6. Вообичаен систем на исхрана

## НЕ СМЕЕ ДА СЕ ЈАДЕ

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

- месо и месни производи, конзервирано - чадено, млеко и млечни производи од овци и крави, мајонези, маргарини, павлаки, кечап, ајвар, лутенки, јајца, прекисело, пресолено, бело брашно и производи од него, шеќер, густе и газирани сокови, кисела вода, алкохол, многу кафе, цигари и слично.

### МОЖЕ ДА СЕ ЈАДЕ

- ржен, црн или дома месен леб од брашно тип 85 интегрални тестенини, ориз, компир, махунарки (боранија, грашак, леќа,) грав (да се фрлаат првите две води) зеленчук све (сезонски) овоштие се освен банана и портокал. дозволено е два пати неделно помалку бело пилешко месо и два пати морска риба (се јаде без кожата).

16.1.7. **НОРМАЛЕН СИСТЕМ НА ИСХРАНА** - се јаде од се помалку само без „прејадување“.

16.1.8. **СИСТЕМ НА ИСХРАНА „ВЕЛИГДЕНСКИ“ ПОСТ** - не се зема ништо од животинско потекло. Се готви без зејтин, исто не се зема ни шеќер. (прилично добар систем за ослабнување и целосна детоксикација на организмот).

16.1.9. **СИСТЕМ НА ВЕГЕТАРИЈАНСКА ИСХРАНА** - не се зема ништо од животинско потекло (јајца, млеко и млечни производи, месо и месни производи ајвар, шеќер, бело брашно, ситна сол, вода од водовод,

- СЕ ЈАДЕ ориз, компир, махунарки, многу зеленчук, многу салати (сезонски зеленчук и овоштие освен банана и портокал).

**БЕЛИ СМРТИ СЕ** - бело брашно, пресно млеко и сирење, шеќер, ситна сол и вода од водовод. Во сите системи за исхрана треба да се исклучат.

Најдобро е околу исхраната да се контактира со треварот доколку нешто не е јасно.

## ПОСЕБНИ РЕЦЕПТИ

1. **БРОЈСОВ СОК** - се зема 300 грама цвекло, 300 грама морков, китка магдонос, корен или китка лисја од пашканат, 2-3 лимона, 500 грама јаболка. Сето тоа се меле на соковник, а добиениот сок се разредува со чиста флаширана вода (сооднос (1 единица сок, плус 2 единици чиста флаширана вода. Се пие 2-3 пати на ден по 150 до 200 милиметри на празен желудник. Го подобрува имунитетот и серумското железо.
2. **ПШЕНИЧНА КАША** - пола килограм пшеница (се купува од пазар -непакована) се чисти, мие и се вари со вода се додека зрната испукаат. Се тропцка со рака заедно со водата во која се варела, и се процедува низ газа со стегање. Добиената каша се раствара со чиста флаширана вода (однос 1 каша, 3 вода). Се пие на гладно 2 до 3 пати по 150 милиметри. Се користи кај стомачни болести (акутен и хроничен колитис, улцерозен колитис ,улцерации).
3. **МАЈОНЕЗ ОД ЛУК** 300 грама козјо сирење, една киска магдонос, 100 грама излупен лук, 50 грама орев 100 грама ладно цедено маслиново масло. Сето тоа се блендира или миксира. Се користи како намаз за јадење, се користи за уредна и редовна столица, има јаки антибактериски и антисептички својства.
4. **ЕДНО ЖИВО ЈАЈЦЕ** (домашно) се миксира со сто грама јогурт, се пие нагладно - за имунитет. Се користи за анемичност, слаб имунитет.
5. **МАСЛИНОВО ЛАДНО ЦЕДЕНО МАСЛО** 1 супена лажица се меша со сок од 1 исцеден лимон (се користи при камења во бубрези и жолчка).

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

Овие посебни рецепти може да ги користи секој болен и здрав човек по сопствена оценка или по препорака од треварот.

### МАСТИ, МЕЛЕМИ, ОБЛОЗИ

- за надворешни рани, болка, оток се користи кантариново масло или маст, од кантарион, невен, чичак.

- кај кожни болести, при чешливост, сврбеж, се мачка со сок од исцеден лимон, сода бикарбона растворена со малку вода.

- при отоци (од гихт-водена болест) и други отоци, хематоми, отоци од „зрачење“, болка, се користи облога од 3 белки од живи јајца измиксирани со една супена лажица кисело млеко. Се мачка со раце или се става облога со газа. Се држи 20 минути. Се прават повеќе третмани по потреба.

- кај фистула со цистични творевини, се става 50 грама јунешко, живо месо малку истолчено, на отворот на фистулата за да го исцели гнојот, повеќе пати се додека месото побелува, потоа се става кантарион за да затвори фистулата.

### ПРАВИЛА НА ОДНЕСУВАЊЕ за време на терапиите со чаеви и исхрана

1. Првин за себе и сопствениот живот и здравје, после за другите (деца, маж и т.н.) еден е животот, посебно за оние кој добиваат втор или трет живот.

2. Према 24 часовниот биоритам, време за јадење е од 11,00 до 20,00 часот, време за варење на храната е од 20,00 до 04,00 сатот (варење, ресорпција), време за чистење на организмот е од 04,00 до 11,00 сатот. Првиот сон е секогаш од 23,00 до 24,00 и тогаш треба да се заспива, тогаш одмара срцето, ако тоа се прескокне не е добро.

3. Не треба да се јаде основна храна пред 11,00 и после 20,00 сатот.

4. Да не се мешаат јадењата (да се прават гарнири). Јадењата се земаат поединечно, пример се јаде само компир, или само ориз. Салатите секогаш се земаат 30 минути пред основното јадење исто и овоштието.

5. Се готви си о маслиново масло, морска сол и чиста вода (флаширана).

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

6. Се јаде онолку колку што се троши, другото е беспотребно оптоварување на организмот и органите.
7. Се јаде повеќе пати на ден, се поткаснува на секој три сати, а не еднаш да се јаде во денот и да се „прејадува“.
8. Задолжително се физички активности, колку што се може, посебно пешачење.
9. Да не се спие после јадење и никако денски, денско спиење е болест.
11. Ментални филмови и медитации се прават во темна соба, легнат на плеќи со спуштени раце и малку подраширени нозе, се медитира најмалку пет минути или пак во природа на мирни и осамени места.
11. Да не се спие со главата свртен кон запад (врвот на главата).
12. Во куќата во која живеете во стварите не смее да се чува \*нафталин\* туст \*тост\* средство против молци, поради неговите постојани зрачења со патогени зраци и штетни дејства.
13. Дишењето треба да биде правилно и длабоко и да се настојува да се дише чист воздух, поради неговото основно значење, затоа што тоа е основот на животот, организмот 80% е зависен од кислородот.
14. Болеста не треба да се крие од никого, така се олеснува проблемот а можноста за решенија на тој начин се зголемува.
15. Болестите се сите исти, се умира и се преживува од се и од ништо, зависи од тоа кој како се однесува и како ги користи природните закони. Природата е моќна работа, многу е милостива и дарежлива ако се почитуваат нејзините правила, а немилосрдна е кога не се почитува, и ако се спротиставувате на нејзините закони.

### ДИЈАБЕТИЧАРИ КОИ ПРИМААТ \*ИНСУЛИН\*

Првите 7 дена се зема и терапијата со чаевите и исхраната и одредениот инсулин.

Шестиот ден се кине 2 единици, седмиот две единици и осмиот ден две единици а чаевите се земаат редовно. Следните пет -7 дена се зема инсулинот без оние 6 единици и чаевите. Потоа постапката се повторува. Три дена се кинат по две единици а 7 дена се оди со „затекнатите“ единици и чаевите. Се така додека се дојде до нула инсулин. Потоа се продолжува со чаевите 14-21 ден да се

## Упатство за БОЛЕСТИ, ЧАЕВИ, ИСХРАНА

---

стабилизираат „бета“ клетките и панкреасот (главата) и да се нормализира лачењето на инсулинот.

Постојано се мери шеќерот и се договара и консултира со Треварот.

Целта на овие правила оние што имаат потреба самостојно да си ги решаваат проблемите, а секогаш е дозволена консултација со треварот.

Контакт:

Тревар            Науме            Петковски,            Ресен            047            452  
843; [petkovskinaume@hotmail.com](mailto:petkovskinaume@hotmail.com); [www.alternativnamedicina.com.mk](http://www.alternativnamedicina.com.mk); 070 39 39  
66;