

## Описание сока алоэ

Сок алоэ – прекрасная биологически активная жидкость, которая традиционно применяется для лечения самых разных заболеваний, а также для укрепления иммунитета и повышения жизненного тонуса.

Для приготовления качественного сока алоэ используются только зрелые листья, достигшие возраста 3-х лет.

При этом сок алоэ сохраняет свои лечебные свойства только в свежем или замороженном виде. Пастеризованный сок, либо сок, содержащий добавки, теряет львиную долю своих целебных качеств.

Поэтому применяйте только свежавыжатый сок алоэ!

Именно такой сок можно купить на сайте [www.sok-aloe.ru](http://www.sok-aloe.ru)

## Правила применения сока

При применении сока алоэ необходимо соблюдать **простые правила**:

- обязательно проконсультируйтесь с врачом перед приемом сока внутрь;
- не принимайте сок алоэ внутрь в чистом виде, разбавляйте его в пропорции 50х50 с фруктовым соком или сладкой водой;
- убедитесь, что у вас нет аллергической или иной негативной реакции на сок алоэ;
- не применяйте сок алоэ, если он хранился больше 5 суток (хранение свыше 5 суток возможно только в замороженном состоянии);
- выбирайте только проверенные рецепты с соком алоэ.

Сок алоэ противопоказан при беременности, в период лактации, во время менструальных циклов, периоды обострения тяжелых заболеваний, болезнях печени и почек, индивидуальная непереносимость, аллергическая реакция.

## Рецепты

**Насморк:** Закапывайте каждые 2-3 часа в нос чистый сок (для усиления можно добавить 1/4 часть меда от объема сока алоэ). При лечении насморка у маленьких детей разбавьте сок с водой в пропорции 50х50.

**Боль в горле (ангина, простуда):** Добавьте к столовой ложке воды по 15 капель сока алоэ и сока лимона. Затем прополощите горло этим составом. Чем дольше будет длиться контакт с раздраженной слизистой и горлом - тем лучше. Процедуру повторяют по 10-15 раз в день.

**Гайморит:** Смешайте сок алоэ в равных пропорциях с медом и соком репчатого лука, добавьте к смеси немного морской соли и закапывайте 3-5 раз в сутки. Продолжительность лечения 2 недели.

**Гастрит с повышенной кислотностью:** две столовые ложки сока алоэ смешать с таким же количеством мёда, в полученную смесь добавить стакан картофельного сока. Принимают утром натощак по 50 гр.

**Гастрит с пониженной кислотностью:** Ложку мёда растворить в половине стакана воды, добавить две столовые ложки отвара из листьев малины, мяты перечной, шалфея, цветков ромашки, добавить ложку сока алоэ. Принимать перед едой по 0,5 стакана.

**При запорах:** смешайте ложку сока алоэ с таким же количеством любого сока или сладкой воды. Принимайте 4-5 раз в день. Важно помнить, что, когда вы прекратите использовать этот рецепт, желудок не сразу вернется в норму, на это потребуется некоторое время.

**При повышенной жирности кожи:** Смешайте в пропорции: сок - 70%, спирт - 30% и протирайте предварительно очищенную кожу лица. Если кожа чувствительная можно спирт заменить настойкой шалфея, подорожника или фруктовым соком

**При угревой сыпи:** Смешайте чистый сок алоэ со спиртовой настойкой календулы, пропитайте смесью тампон и положите его на скопления угрей на 10-15 минут. Повторять два-три раза в день.

**При молочнице:** развести сок алоэ на 30% водой (если появится сильное жжение, то долю воды можно увеличить или добавить немного оливкового масла). В полученном составе смочить обычный тампон и ввести во влагалище на 10-15 минут. Процедуру проводят дважды в день в течение 3-х недель. Также важно обрабатывать соком алоэ, смешанным с водой наружные половые органы. Для этих целей можно приготовить крем: к 1-й чайной ложке вазелина добавить 0,5 чайной ложки сока алоэ и тщательно перемешать. Этот крем прекрасно снимает зуд, покраснение и жжение.

**При половой слабости:** чистый сок алоэ наносится непосредственно на пенис и массирующими движениями втирается. Это помогает при небольших проблемах с эрекцией. Для более основательного лечения к 100 граммам сока алоэ добавляют 200 грамм лимонного сока, 8 столовых ложек меда и 500 грамм очищенных измельченных грецких орехов (перегородки ореха вынимать не нужно). Смесь тщательно перемешивается, принимается 3 раза в день по столовой ложке. Смесь хранить в холодильнике.

**Маска для волос:** 30 грамм сока алоэ смешать с 2-мя столовыми ложками меда, добавить 0,5 ст.ложки лукового сока, ампулу витамина Б-6 и яичный желток. Перемешать ингредиенты и нанести на волосы, после чего голову следует укутать полотенцем. Маска держится не более 30 минут, затем голову моют шампунем. Состав укрепляет и оздоравливает волосы и кожу головы.

**Укрепление сердечной мышцы:** Смешать столовую ложку сока алоэ с ложкой меда и чайной ложкой чесночного сока. Применяют по одному разу в день, курс 2 недели.

## **5 простых рецептов на каждый день для укрепления здоровья**

**Укрепление иммунитета:** В равных долях смешивают сок алоэ и мед, грецкие орехи и лимонный сок. Смесь настаивается в холодильнике 10 дней, после чего принимают по 1 чайной ложке натощак перед едой, запивая водой, чаем или соком.

**Улучшение аппетита:** В равной пропорции разбавить сок алоэ с водой, добавить треть объема лимонного сока. Принимать по 1 столовой ложке перед едой (дети - по 0,5 ложки).

**Для похудения:** делается смузи, которое состоит из 2 ст. ложек сока алоэ, 0,5 стакана воды, 200 грамм ананаса и большой огурец. Все взбивается в блендере, принимается вечером после ужина в течение 3 недель.

**Для повышения тонуса:** в стакан минеральной воды добавляют по чайной ложке яблочного уксуса и меда, одну столовую ложку сока алоэ две столовые ложки лимонного сока. Смесь принимают натощак по утрам.

**Для улучшения пищеварения:** смешать сок алоэ в равных пропорциях с медом, добавьте десять капель яблочного уксуса, принимать перед едой по столовой ложке в течение 2-х недель.