

# *Гастрит*



# *Понятие*

Гастрит – это воспалительное заболевание слизистой оболочки желудка.

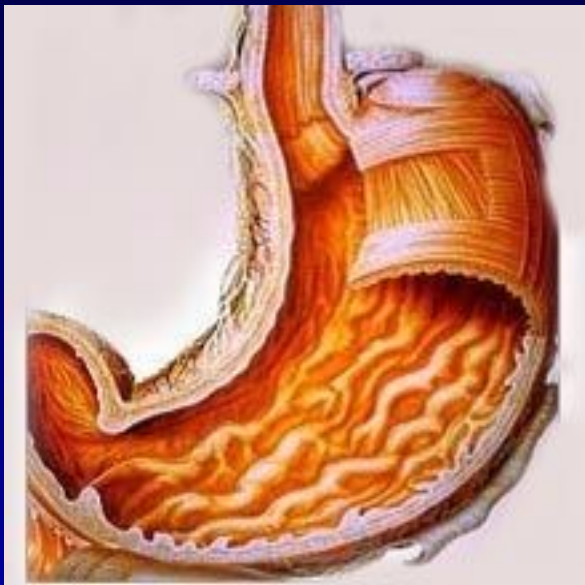


# *Причины*

Причины заболевания гастритом – это неправильное питание, воздействие алкоголя, никотина, пищевые отравления и так далее. В других случаях причиной может стать волнение, горе, длительное эмоциональное напряжение, неразумное употребление некоторых лекарств, обладающих раздражающим действием.

# Виды

Гастрит может быть  
острым и хроническим.



# *Симптомы*

Симптомы при остром гастрите – это боли под ложечкой, тошнота, рвота, головная боль и головокружение; при хроническом гастрите - это чувство тяжести в животе, изжога, отрыжка, боли в области сердца.

# **Противопоказано!**

Не употреблять ничего жирного, соленого, острого, спиртного. Есть меньше сладкого, как можно больше вареной красной свеклы, квашеной капусты (главным образом ее сок) и гречневой каши.



# ***Благоприятно!***

Пить больше чая, особенно зеленого, только не во время еды, так как желудочный сок будет разбавляться, и процесс переваривания пищи растянется.



# Способы лечения

Гастрит лечат яблоками, но только зеленых сортов. Очистить 2 яблока от кожуры, удалить сердцевину, натереть на мелкой терке и съесть утром. Но учтите, что до и после приема яблок нельзя ничего есть и пить от 4 до 5 часов. Продолжительность лечения и дозировки: первый месяц есть яблоки ежедневно, второй – 2 – 3 раза в неделю, третий – 1 раз в неделю. При таком лечении противопоказано употреблять жирную, соленую и острую пищу, свежий хлеб, пряности, пить молоко, крепкий чай.





# ***Народная медицина***

А также при лечении гастрита можно использовать и народные средства. Например:

- 1 столовую ложку измельченных листьев салата посевного (латука) заварить стаканом кипятка, настоять 1 – 2 часа и процедить. Пить по 0,5 стакана 2 раза в день или по 1 стакану на ночь при хроническом гастрите.
- При хроническом гастрите, язвенной болезни ежедневно съедать, натошак до 8 граммов прополиса, тщательно пережёвывая. Курс лечения месяц. При появлении аллергической реакции лечение прекратить.
- Или можно 3 столовые ложки ягод облепихи залить 500 граммами воды, прокипятить под крышкой, процедить, добавить по вкусу мед. Принимать по 2 – 3 стакана в день перед едой.

Народная медицина - это  
мудрость веков в простых  
рецептах!

