**Чудо природы: чеснок обыкновенный**

Чеснок знаком всем. Но многие ли знают о нем всё? Чеснок, конечно, великий кулинар. Многие блюда без него не обходятся, а иные - приобретают совершенно другой вкус. Но все-таки более всего чеснок ценится за его целебные свойства. Недаром он занесен в календарь ЮНЕСКО как важнейший продукт для здоровья человека.

Уникальные свойства чеснока объясняются в первую очередь хорошим сочетанием в нем органических веществ, обладающих лечебным действием, а также содержанием ряда полезных макро- и микроэлементов.

По данным официальной и народной медицины, чеснок помогает при 94 болезнях. А "лекарство" из чеснока может приготовить каждый. Например, при только начинающемся насморке очень полезно: съесть дольку чеснока; подышать парами чеснока; вложить в обе ноздри смазанные толченым чесноком тампоны (предварительно хорошенько смазать ноздри вазелином).

А вот средство для лечения хронического бронхита: 50 г чеснока с кроющими чешуями темно-фиолетового цвета очистить, измельчить, добавить 100 г 1%-го яблочного уксуса и прокипятить смесь в течение 10 минут на сильном огне, чтобы упарить на треть. Получится примерно 100 г лекарства. Принимать два раза в день (утром и вечером) после еды. Курс лечения - 15 дней.

Смесь золы чеснока с растительным маслом излечивает гнойные раны - этот способ лечения рекомендовал еще Гиппократ.

С помощью чеснока можно избавиться от глистов, если принимать по 10-15 капель свежеприготовленного сока чеснока натощак.

Чеснок против мозолей: нарезать зубчики чеснока тонкими пластинами и при помощи пластыря закрепить их на мозоли, оставив на ночь. Лечение проводят ежедневно до полного исчезновения мозолей.

Избежать кариеса можно и без жвачки "Орбит". Поможет ежедневное полоскание рта настоем чеснока.

Для выведения из организма тяжелых металлов можно использовать смесь карболонга (активированного угля с добавками) с кашицей чеснока. Жители крупных городов могут использовать этот препарат в качестве профилактического средства от отравления выхлопными газами автотранспорта и выбросов промышленных предприятий.

Людям, постоянно работающим с приборами, испускающими ионизирующее излучение (ксероксы, компьютеры, рентгеновские установки, ядерные реакторы и т. д.), полезно регулярно употреблять в пищу чеснок, чесночное масло, чесночные таблетки, чесночное вино.

При упадке сил рекомендуется принимать перед едой по 1 ст. ложке чеснока, сваренного с медом.

Заядлым курильщикам, желающим бросить курить, можно посоветовать следующее средство: приготовить смесь из сухого чеснока и лобелии в соотношении 1:1, набить этой смесью папиросы и курить их для ослабления зависимости от никотина.

При всем при этом есть маленькое "но". Не всем нравится запах чеснока. Но и от него есть средство: чтобы устранить запах чеснока изо рта, можно пожевать корень петрушки или прополоскать рот натуральным коровьим молоком.

**Список литературы**

Для подготовки данной работы были использованы материалы с сайта <http://www.ecolife.org.ua./>