

18-4467

Н.И. ДАНИКОВ

Врач-фитотерапевт

НА ДОМ НЕ ВЫДАЕТСЯ

ЗДОРОВЬЕ

ЦЕЛЕБНАЯ ЧЕРНИКА

18-04467

УНИКАЛЬНЫЕ
РЕЦЕПТЫ ДЛЯ
ЛЕЧЕНИЯ БОЛЕЗНЕЙ ГЛАЗ,
ПРОСТУДЫ, ЗАБОЛЕВАНИЙ
СУСТАВОВ, РАССТРОЙСТВ
ПИЩЕВАРЕНИЯ И
БОЛЕЕ 100 ДРУГИХ
ЗАБОЛЕВАНИЙ!

Н.И. ДАНИКОВ

Врач-фитотерапевт



ЦЕЛЕБНАЯ ЧЕРНИКА



МОСКВА
2018

УДК 615.89
ББК 53.59
Д18

В оформлении обложки использована фотография:
ILEISH ANNA / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

Даников, Николай Илларионович.
Д18 Целебная черника / Н. И. Даников. — Москва : Эксмо,
2018. — 224 с. — (Я привлекаю здоровье).

ISBN 978-5-04-093095-1

В данной книге излагается богатейший опыт современной народной медицины по применению в лечебных целях черники — растения, произрастающего практически в каждом лесу.

Черника и получаемые из нее препараты уникальны, ведь при употреблении их в пищу человек получает целый комплекс целебных биологически активных соединений. Они влияют на организм человека гораздо мягче, чем синтетические лекарства, лучше переносятся, а главное — эффективны при многих заболеваниях.

Внимание! Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом.

УДК 615.89
ББК 53.59

ISBN 978-5-04-093095-1

© Даников Н.И., 2018

© Оформление.

ООО «Издательство «Эксмо», 2018

Содержание

От автора.....	4
ЧЕРНИКА ОБЫКНОВЕННАЯ	5
Правила сбора и заготовок ягод.....	10
Химический состав и полезные свойства черники	11
Фармакологические эффекты черники	15
Общие показания к применению черники	18
ЧЕРНИЧНАЯ ТЕРАПИЯ ПРИ РАЗНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ	23
Свойства, польза и применение черничного сока	23
Свойства, польза и применение цветочной пыльцы черники	42
Свойства, польза и применение черничного порошка.....	43
Свойства, польза и применение побегов черники	44
Свойства, польза и применение листьев черники	47
Использование целебных свойств черники при различных заболеваниях.....	50
Применение черники в косметологии	93
Черничное масло и его лечебно-профилактические свойства	96
Эфирное масло семян черники	106
Черничный уксус	109
Готовые лекарственные формы черники	112
Использование целебных свойств черники в кулинарии	118
ЧЕРНИЧНЫЙ МЕД	140
Использование целебных свойств черничного меда при различных заболеваниях.....	140
Применение черничного меда в косметологии	207
ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ	218