

Πρακτικές Ιατρικές συμβουλές:

- Για χτύπημα στο κεφάλι βάζουμε βούτυρο όχι πάγο.
 - Βρεγμένη μπατονέτα με πιπέρι στο αυτί για τον πονόδοντο.
 - Σε ένα λίτρο βραστό νερό βάζουμε 10 φακελάκια τσάι μέντα το αφήνουμε στο ψυγείο και πίνουμε ένα σφηνάκι κάθε βράδυ πριν τον ύπνο για 1 εβδομάδα (SOS: μαύρα ούρα το πρωί) κάνει αποτοξίνωση στον οργανισμό.
 - Βρασμένη ρίγανη και κανέλα για τον πυρετό.
 - Βρασμένη ρίγανη για διάρροια και γαστρεντερολογικά.
 - Δυο τρία κρυσταλλάκια μαστίχα στο νερό για δυσπεψία, και ρίχνει την πίεση (130 ασθένειες).
 - Στο κρύωμα βάζουμε δίπλα στο κρεβάτι μας μια φέτα κρεμμύδι με κανέλα για να τραβάει τα μικρόβια (ιονιστής).
 - Όταν μαγειρεύουμε μοσχάρι, φακές ή σπανάκι ρίχνουμε σταγόνες πορτοκάλι για να αφομοιώνεται ο σίδηρος (όχι φέτα, όχι ξύδι).
 - Το κατακάθι του καφέ κάνει καλό reeling στο πρόσωπο και διώχνει την κυτταρίτιδα από το σώμα.
 - Σε ένα μπουκάλι βάζουμε χαμομήλι βρασμένο και μια κουταλιά σόδα για φαγούρες και εκζέματα και στην ευαίσθητη περιοχή.
 - Μαύρο τσάι κάνουμε ποδόλουτρο κάθε βράδυ για 20-30 μέρες για τους μύκητες του δέρματος.
 - Ποδόλουτρο με 1 κουταλιά σόδα 1 κουταλιά αλάτι χοντρό και 1 κουταλιά πράσινο σαπούνη για τους μύκητες των νυχιών.
 - Σε ελληνικό καφέ στάζουμε 10 σταγόνες λεμόνι για τις ημικρανίες και τον πονοκέφαλο.
 - Τσουκνίδα βρασμένη ρίχνει την πίεση.
 - Χυμό από λεμόνι σκέτο ρίχνει την πίεση.
 - Εχινάκια μέσα στο φαγητό σαν μπαχαρικό στο τέλος του βρασμού για να παίρνουμε βιταμίνη C (σαν 30 πορτοκάλια) και ενισχύει τον μεταβολισμό.
 - Ένα κομματάκι μαύρη σοκολάτα δίνει διαύγεια.
 - Πράσινο αλάτι με Κάλιο (με πράσινα γράμματα): δεν προκαλεί φούσκωμα, δεν ανεβάζει την πίεση
 - Ρόφημα κανέλας ενεργοποιεί τον μεταβολισμό.
 - Χυμός από ωμό λάχανο κοπανισμένο, για εντριβή σε μέση και αυχένα διώχνει τον πόνο.
 - **Χυμό από τρία λεμόνια και 1 κουταλιά μέλι** τα βάζουμε στο ψυγείο και πίνουμε 1 κουταλιά της σούπας κάθε πρωί για απόφραξη των αρτηριών.
 - **Όταν πέσει κάποιος κάτω** α) αν είναι με κλειστά μάτια είναι λιποθυμία και του σηκώνουμε τα πόδια σε ορθή γωνία για να πάει αίμα στο κεφάλι. b) Αν είναι με ανοιχτά μάτια είναι εγκεφαλικό χτυπάμε λίγο την μύτη για να βγει αίμα ή τρυπάμε με μια βελόνα ένα δάχτυλο του αριστερού χεριού εκτός από τον αντίχειρα (πάει κατευθείαν στην καρδιά).
 - Αν κάποιος έχει πόνους στο στήθος και χτυπάνε πίσω στην πλάτη και μουδιάζει το χέρι είναι καρδιά, βάζουμε μια ασπιρίνη κάτω από την γλώσσα.
 - Σε δηλητηρίαση από χλωρίνη ή χάπια δίνουμε στον παθόντα να πει ασπράδι αυγού, εγκλωβίζει τις ουσίες.
 - Αν βγάλει το παιδί κάτι στην μύτη του, βάζουμε να εισπνεύσει πιπέρι, φτερνίζεται και το βγάζει.
 - Ο καφές με το γάλα κάνει μούχλα στο στομάχι.
 - Ο νεσκαφέ είναι χημικό που γίνεται σαν κόλα στο στομάχι.
- Καψίματα.** Θυμηθείτε αυτή την θεραπεία η οποία διδάσκεται στους νέους πυροσβέστες: Πρώτα ψεκάστε κρύο νερό στην καμένη περιοχή μέχρι η θερμότητα να μειωθεί και το κάψιμο ιστού να σταματήσει. Κατόπιν, στην καμένη περιοχή απλώστε ασπράδια αυγού. Δεν αφήνει κανένα σημάδι, χάρη στο κολλαγόνο των ασπράδιων, ένα πλακούντα πλήρη σε βιταμίνες.
- Μια γυναίκα έκαψε ένα μεγάλο μέρος του χεριού της με βραστό νερό. Παρόλο τον πόνο έβαλε το χέρι της κάτω από κρύο νερό, χώρισε δύο ασπράδια, τα ανακάτεψε ελαφρά και βούτηξε το χέρι της στο μίγμα. Τα ασπράδια στεγνώσανε στο χέρι της και σχηματίσανε μια προστατευτική κρούστα. Αργότερα έμαθε ότι τα ασπράδια περιέχουν φυσικό κολλαγόνο και συνέχισε να εναποθέτει το χτυπημένο ασπράδι στην περιοχή. Μέχρι το απόγευμα δεν ένοιωθε πόνο και την επόμενη μέρα με δυσκολία μπορούσε να δει σημάδι καθώς το δέρμα αποκτούσε το κανονικό του χρώμα.