



4 сентября

«Всю свою жизнь В.Н. Дмитриев посвятил служению Ялте. Он исследовал климат Южного берега, основал метеорологическую станцию, первый в России ввёл в 1875 г. в практику лечение виноградом».

«Путеводитель по Крыму», 1914 г.

Ампелотерапия.

ЛЕЧЕНИЕ ВИНОГРАДОМ



30 сентября

Как правильно провести курс виноградного лечения

Виноград созревает с начала августа до 1 ноября. Для лечебных целей отбирают только совершенно зрелый виноград. Так что если хотите действительно им пролечиться, берите отпуск в соответствующее время.

Начинать следует с малых доз (300 г), постепенно увеличивая их до 2 кг в сутки.

Съедайте виноград в 3 приёма: половину утром натощак, четверть – за час или 2 до обеда и оставшуюся четверть – за час до ужина. Лучше есть его прямо на месте, максимально используя замечательные лечебные свойства.

При этом исключите жирную пищу, спиртные напитки, квас, пиво, минеральную воду, консервы, воздержитесь от кисломолочных продуктов, сырого молока, слишком большого количества сырых фруктов. Результаты Вы почувствуете уже через 2 недели.



внимание!

Курс не должен превышать четырёх недель. Также помните, что виноградные кислоты разрушают зубы, и поэтому после винограда их лучше почистить.

Виноградное лечение противопоказано при сахарном диабете, язвах полости рта, ожирении и при всех острых заболеваниях. Но немного спелых ягод не повредит никому. А тем, кто страдает гастритом и язвой желудка, ягоды лучше заменить свежевыжатым соком. В этом случае можно начинать с двух стаканов сока и постепенно увеличивать дозировку до пяти. Стакан виноградного сока содержит суточную норму витамина В. Виноградный сок благоприятно воздействует на структуру волос, ногтей, а также помогает бороться с депрессией.

«Виноград и вино – продукт местности».
Князь Лев Сергеевич Голицын

целебный словарь



Ампелотерапия (от греческого «ampelos» и «therapeia» – лечение) – использование винограда для лечения различных заболеваний.

24 октября

Виноградная косметика

Смочите соком винограда марлю и наложите на лицо и шею на 20-25 минут.

Затем смойте тёплой водой и смажьте питательным кремом.

Мякоть и сок винограда придадут коже мягкость, эластичность и свежесть.



любопытно!

⚙ Ещё пять с половиной тысяч лет назад о винограде знали, что он «порождает хорошую кровь», очищает её, исправляет «нарушенное равновесие материй».

⚙ Виноград – неперменный атрибут Крыма. Один из главных сезонов, собиравший в своё время наибольший съезд публики, именно так и назывался – «виноградный». Длительное время едва ли не основным занятием курортников было именно поглощение целебного винограда и вина. Южное солнце, воздух, в котором переплелись морская свежесть и запахи горных растений, дарят крымскому винограду сладость и неповторимый аромат.



⚙ Зачинателем ампелотерапии был замечательный ялтинский врач Владимир Дмитриев, опубликовавший в 1878 г. книгу «Лечение виноградом в Ялте и на Южном берегу Крыма». Его горячо поддержали корифеи отечественной медицины.

⚙ Во Франции в годы Второй мировой войны была создана Федерация виноградного лечения. Она пропагандировала виноград как уникальное средство, выводящее из организма токсины.