

Рецепт № 1

Необходимо взять: по 1 столовой ложке ягод черники и ежевики.

Перемешать и залить 0,5 л воды. Прокипятить на слабом огне 15 минут, остудить и добавить 1 столовую ложку меда. Пить нужно по 1 стакану 4 раза в день.

Рецепт № 2

Необходимо взять: по 25 г травы грыжника голого, петрушки, по 20 г листьев ольхи серой и зверобоя, 10 г шишек хмеля.

Все нужно измельчить и перемешать. Взять 2 столовые ложки готового сбора и залить в термосе 0,5 л кипятка. Дать настояться в течение часа и процедить. Пить нужно по полстакана с добавлением 2 чайных ложек меда 2 раза в день.