

Лягушка в молоке

Помните, как в детстве заботливые бабушки нас предостерегали: «Не бери в руки лягушек, а то бородавки появятся». И это не из-за какой-то неприязни к этим милым созданиям природы. Просто, так говорят, и давно, хотя воочию, наверно, никто этого не видел.

Действительно, сегодня ученые находят в кожной слизи лягушек все больше и больше различных биологически активных веществ. Одни способны вызвать сильное раздражение кожи, а при попадании в кровь, временный паралич, и даже смерть, другие – помогают залечить порезы и раны, снять боль или приступ стенокардии.

Чего стоит один древний, весьма эффективный способ длительного хранения свежего молока на Руси – в кринку с парным молоком клали живую лягушку, так сказать, немного поплавать. Квакшам, именно этих древесных лягушек чаще всего использовали, эта процедура была по вкусу; то ли они омолаживались в молоке, то ли напивались им, достоверно не известно. Да и молоку от такого соседства с земноводным, как утверждают дошедшие до нас летописи и предания, было от этого долго не кисло. Оно долго не скисало, даже в жаркие дни. А все почему! Да потому, что лягушечья кожа выделяла в молоко бактерицидные вещества, которые и останавливали размножение молочнокислых бактерий.

А недавно ученые обнаружили в коже лягушек церулин — вещество, благотворно влияющее на работу пораженного раком кишечника человека. Это обезболивающее и регулирующее перистальтику средство. Особенно много церулина в коже древесных лягушек.

Почему бывает икота?

Каждый из вас, наверно, хоть раз в своей жизни испытывал это непонятное состояние. У одних она бывает чаще и легче вызывается, например, смехом, у других – реже. Известно, что икота возникает за счет периодического сокращения некоторых дыхательных мышц груди и диафрагмы. Но для чего она нужна, какую функцию выполняет, науке пока точно не известно. Вернее, на этот счет есть несколько гипотез.

Некоторые сравнивают икоту с судорожным состоянием скелетных мышц, когда, обычно, после сильного перенапряжения, некоторые мышцы рук или ног начинают самопроизвольно ритмично сокращаться. Другие, винят не мышцы, а особые нервные центры в продолговатом и спинном мозгу человека. Икота также может быть и невротического происхождения, появляясь после сильного стресса или внезапного испуга. Что интересно, что икоту можно как вызвать, так и устранить, сильно испугавшись чего-либо. При сильной икоте даже может возникнуть ощущение, что перехватывает горло и становится нечем дышать. В этом случае врачи рекомендуют сделать глубокий вдох и задержать дыхание на несколько десятков секунд, потом выдохнуть, и так несколько раз, до прекращения икания.

От чего еще бывает икота? У некоторых людей она появляется из-за сильного переохлаждения. Тут уже виноваты не нервы, а мышцы.

Переполненный желудок также может стать причиной икоты. В этом случае совет один - не переедать.

Вот еще несколько проверенных "народных" способов, как избавиться от икоты. Необходимо медленно выпить стакан холодной воды (именно холодной, только не застудите горло), наклонившись вперед. Потом задержать дыхание на время, сколько кто сможет, при этом, соединив на обеих руках мизинцы с большими пальцами - и икота пройдет. Если вы дома, может помочь горячая ванна или душ. Тепло, как известно, снижает мышечную и нервную активность, действует седативно на дыхательный центр.

Иногда икота бывает упорной, болезненной и длится часами. Такое состояние возможно при ряде серьезных заболеваний, в том числе затрагивающих центральную нервную систему (при кровоизлиянии в мозг, инфаркте миокарда), болезнях пищевода и некоторых других. В этой ситуации необходима консультация врача.

Запрещенные к применению пищевые добавки

Пищевых добавок, запрещенных к применению в пищевой промышленности России, пока всего три и их легко запомнить:

E121 - краситель цитрусовый красный;

E123 - краситель амарант;

E240 - консервант формальдегид.

Кроме того, у нас запрещено применение бутадиен-стирольного каучука в пищевых продуктах. Несмотря на отказ в сертификации, подобная продукция - в основном, жевательная резинка для детей - иногда еще встречается на прилавках магазинов.

Живая и мертвая вода и как нельзя хранить мед

Заливая в термос крутой кипяток, никогда не закрывайте его пробкой сразу же, советует доктор Ильин в книге "Тайны исцеления". Закрыв, вы получите в термосе ту самую мертвую воду, которая часто упоминается в русских сказках. Ею можно смачивать ранки, царапины на коже - это помогает их заживлению. Но употреблять мертвую воду внутрь нежелательно. Дайте термосу постоять в открытом состоянии минут 20 и только тогда закупоривайте. За это время его содержимое остынет лишь слегка, зато вода (чай, настой) останется живой.

Если мед длительное время хранится при температуре выше 25 градусов по Цельсию, в нем образуется гидроксиметил-фурфурол - ядовитое соединение, сообщает доктор Ильин. Таким медом можно даже отравиться.

Свиное сало - очень полезный продукт

В последнее время утверждают, что свиное сало способствует повышению содержания холестерина в крови и развитию атеросклероза. Между тем, свиное сало - очень полезный продукт, утверждает газета "Здоровый город". Сало содержит так называемую арахидоновую кислоту, которая относится к ненасыщенным жирам и участвует в строительстве клеток, в образовании многих гормонов и холестерина обмене.

Кроме того, в нем присутствуют и другие ценные жирные кислоты. Причем по их содержанию сало опережает сливочное масло. На Руси всегда жарили различные продукты именно на насыщенных жирах - свином сале и топленом масле. И ничего страшного со здоровьем не происходило, на атеросклероз не жаловались. Почему? Современной наукой доказано, что биологические

качества растопленного бараньего жира, не говоря уже о говяжьем, а тем более свином сале, значительно улучшаются. А для тех, кто хочет подстраховаться, есть простой рецепт: в качестве гарнира к салу подавать салат из свежих овощей, обильно сдобренный нерафинированным растительным маслом и винным уксусом - яблочным или виноградным, - который является сильным антиоксидантом.

При подготовке материала использовались информационные медпорталы: «Lenta.ru», «InfoArt News Agency», «BBC.com», «CNN.com», «Doctor.ru».