

Vicențiu Naumescu

**REMEDII VECHI  
PENTRU NOUL CORONAVIRUS**  
însoțite de leacuri și rețete

**Coronavirus  
2020**

Colecția: 2020  
Coperta: Stelian BIGAN

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**  
**NAUMESCU, VICENȚIU**

**Remedii vechi pentru noul Coronavirus,**  
**însoțite de leacuri și rețete / Vicențiu Naumescu. -**

București : Integral, 2020

Conține bibliografie

ISBN 978-606-992-405-1

641.55

© INTEGRAL, 2020

Editor: Costel POSTOLACHE

Tehnoredactor: Stelian BIGAN

Tiparul executat la Tipografia REAL

Orice reproducere, totală sau parțială, a acestei lucrări,  
fără acordul scris al editorului, este strict interzisă  
și se pedepsește conform Legii dreptului de autor.

ISBN 978-606-992-405-1

Vicențiu Naumescu

**REMEDII VECHI  
PENTRU NOUL CORONAVIRUS**  
**însoțite de leacuri și rețete**



INTEGRAL



# Sumar

Notă introductivă / 9

## FARMACIA NATURII – PLANTE VINDECĂTOARE ȘI REȚETELE ASOCIATE / 11

Ardei iute / 11

Arnica / 15

Cătină / 16

Ceapă / 18

Cimbru / 19

Ciupercile de pădure / 19

Crucifere: broccoli, conopidă, kale, varză, varză de Bruxelles / 23

Fructe de pădure: afine, acrișe, mure, zmeură / 27

Gogoșari / 30

Grapefruit / 30

Leurdă / 31

Lumânărică / 34

Mierea-ursului sau plămănărică / 34

Morcovi / 35

Muștar galben / 36

Oregano / 37

Podbal / 37

Semințe oleaginoase: alune, fistic, migdale, nuci / 37

Sfeclă roșie / 41  
Struguri roșii / 42  
Sunătoare / 45  
Urzici / 48  
Usturoi / 50  
Ciuperci cu maioneză ușoară (fără ou!) și usturoi / 52

**ALIMENTE ȘI INGREDIENTE PENTRU  
ÎNTĂRIREA SISTEMULUI IMUNITAR / 53**

Condimente și mirodenii: cuișoare, curcuma,  
piper, scorțișoară, turmeric etc. / 53  
Iaurt, chefir și alte surse de probiotice / 57  
Lapte de iapă / 60  
Miere și propolis / 61  
Scoici și fructe de mare / 66  
Semințe de țelină / 70  
Zeamă de lămâie / 70  
Zer / 72

**ALOE VERA ȘI PLANTE DE LEAC, PLUS ALTE DEZINFECTANTE  
LA ÎNDEMÂNĂ ORICUI, CARE PURIFICĂ AERUL DIN CASĂ / 73**

Rețeta de Aloe vera – macerat cu miere / 75  
Sfaturi pentru alegerea și îngrijirea plantelor  
care purifică aerul în casă / 77  
Alte plante de interior care mențin aerul curat / 79  
Alcool izopropilic / 90  
Leșia și alte dezinfectante folosite de strămoșii noștri / 91  
Clorul / 95  
Sarea / 100  
Oțetul / 108  
Bicarbonatul de sodiu / 110

**Apa oxigenată / 111**  
**Borax / 115**  
**Cojile de lămâie / 116**  
**Apa de argint / 117**  
**Zincul / 123**  
**Vitamina C / 124**  
**Uleiurile esențiale: lămâie, levănțică, oregano, busuioc, pin etc. / 129**  
**Ce este «Uleiul Hoților» / 139**

**ALCOOLUL ETILIC ȘI DISTILATELE – ÎNTRE MIT ȘI REALITATE / 142**

**REMEDII PROVENIND DIN CULTURA CHINEZĂ  
ȘI ALTE CULTURI TRADIȚIONALE / 148**

**Acai / 148**  
**Acerolă / 149**  
**Acetomel / 150**  
**Acupunctură și rolul plămânilor în abordarea  
holistică a medicinei chineze tradiționale / 151**  
**Arabinogalactan / 155**  
**Ceai matcha / 156**  
**Ceai verde / 158**  
**Cordyceps sinensis / 158**  
**Echinacea / 159**  
**Eucalipt / 160**  
**Fructul de noni / 161**  
**Frunze de măsline / 163**  
**Ghimbir / 166**  
**Ginseng / 167**  
**Iarba mare / 168**  
**Kimchi / 169**  
**Lobelia / 171**

**Maitake / 172**

**Rădăcină de lemn dulce / 172**

**Rădăcină de osha / 173**

**Reishi / 173**

**Shiitake / 174**

**Notă bibliografică / 175**



## Notă introductivă

O sumedenie de remedii din vechime, ale căror efecte benefice – consfințite de înțelepciunea populară, dar și certificate de știința modernă – revin în actualitate în contextul pandemiei, merită să fie trecute în revistă ca posibile terapii complementare și, mai ales, ca mijloace de prevenire a suferințelor produse de viruși.

Farmacia homeopată a Naturii, împreună cu felurite metode și soluții folosite de bunicii noștri, nu se substituie medicinei alopate, ci contribuie, alături de aceasta, la instaurarea unei stări generale de bine pentru trup și suflet. Podbalul și cimbrul nu înlocuiesc hidroxiclороchina sau redemsivirul: ele ajută, totuși, sistemul imunitar și produc efecte „colaterale” binevenite, între acestea nu o dată aflându-se și cele legate de gust și savoare.

Luați în considerare sfaturile practice expuse în acest volum, însă nu uitați ca, în prealabil, să consultați și medicul de familie sau specialiștii din diferite

domenii. Nu luați în seamă tot ceea ce se scrie pe internet, ci consultați sursele oficiale de știri.

Uniți și instruiți, putem învinge pandemia!

# Farmacia Naturii – plante vindecătoare și rețetele asociate

## Ardei iute

Ardeiul iute este un antiinflamator natural și întărește imunitatea. Ardeiul iute conține o substanță miraculoasă care îl face să fie un adevărat medicament natural, cu multiple utilizări. „Ardeiul iute conține capsaicină, o substanță responsabilă și de iuțea ardeiului. Această substanță este un adevărat antiinflamator natural și ajută mult în tratarea artritei ca supliment natural. Tot datorită capsaicinei, ardeiul iute ameliorează și durerile la nivelul articulațiilor. Poate fi eficient și în durerile de cap date tot de inflamație”, spun medicii.

Ardeiul iute, mai ales cel roșu, este bogat în vitamine. Ardeiul iute are multă vitamina A și C și poate întări sistemul imunitar. Este foarte bun și la răceli, mai ales dacă aveți dureri de cap din cauza nasului înfundat sau a inflamației sinusurilor. Există chiar picături de nas

naturale pe bază de ardei iute care ajută mult în cazul răcelilor comune și nu numai.

Ardeiul iute poate fi consumat în stare brută, fiert, uscat sau adăugat ca ingredient principal în sosuri. Acesta prezintă o aromă puternică și picantă atunci când îl tai crud ca să-l mănânci imediat. Iuțeala ardeilor se datorează aceluși alcaloid activ numit capsaicină.

Ardeiul iute proaspăt este recomandat a se introduce în alimentația curentă, atât în scop preventiv, dar și pentru tratarea unor afecțiuni precum gripa, răceala, guturaiul, accelerarea metabolismului, având efect anti-inflamator. Se poate introduce în salate, iar pentru potențarea efectelor se consumă cu supă, borș, ciorbă fierbinte. Se poate ține – după obținerea avizului medicului de familie sau curant – și o cură cu ardei iute, începându-se 1,5 g de ardei și se crește progresiv până se ajunge la 100 g pe zi. Cura nu trebuie să dureze mai mult de 30 de zile, după care se face o pauză de 15 zile.

Pulberea de ardei iute (boiaua de ardei iute) se obține prin măcinarea ardeilor uscați într-un mojar, sau cu ajutorul unei râșnițe de cafea. Se folosește la infuzii, la prepararea tincturii și a unguentului de ardei iute. Infuzia se prepară turnând o cană cu apă fierbinte peste o linguriță de pulbere și se lasă la infuzat timp de 10 minute, după care se ia o linguriță din lichidul astfel obținut și se amestecă cu o cană de apă fierbinte, și se bea la nevoie. Este recomandat pentru răceală, gripă, guturai, arderea grăsimilor, circulație deficitară,

accelerarea metabolismului, se poate folosi ca apă de gură, ajută la videcarea aftelor și a problemelor gingivale, tratarea ulcerului gastric, a depresiei, oboselii cronice sau a epuizării.

Tinctura de ardei iute se prepară, în funcție de afecțiune, în diferite concentrații. Pentru a obține o concentrație de 10% se folosesc 10 g de pulbere și 100 ml de alcool de 70 de grade. Se amestecă cele două ingrediente într-un recipient din sticlă, se închide ermetic și se lasă la macerat timp de 10 zile, agitând de 3-4 ori în fiecare zi, după care se strecoară cu ajutorul unui tifon și se păstrează în sticlute închise la culoare.

Tinctura de ardei iute de concentrație 10% se folosește ca stimulent gastric, luându-se câte 10-20 de picături diluate în apă, cu 20 de minute înainte de fiecare masă. Pentru cura de dezintoxicare alcoolică se diluează câte 50-60 de picături într-o cană cu ceai amar și se bea ori de câte ori se simte nevoia de a bea. Pentru migrene se iau 50 de picături de tinctură și se diluează într-un pahar de ceai verde cu suc de lămâie. Se pot bea până la șase căni pe zi.

Extractul în apă de ardei iute are proprietăți antiinfecțioase puternice, fiind recomandat în stadiile incipiente ale virozelor respiratorii, dureri în gât. Un sfert de linguriță de semințe de ardei iute se pun în 50 ml de apă clocotită și se lasă timp de 20 de minute la infuzat, după care se amestecă cu puțină miere de albine locală, bio sau organică, și se consumă cu înghițituri mici.

Decoctul de ardei iute este recomandat în caz de disfonie (oboseala corzilor vocale). Pentru preparare se taie un ardei iute și se va fierbe timp de 15 minute într-o cană de apă, după care se strecoară și se face gargară.

Uleiul de ardei iute se prepară astfel: într-un borcan se pune un pahar de ulei de măsline și un sfert de pahar de pulbere de ardei iute sau ardei iute tocat foarte fin și se închide ermetic, lăsându-se la macerat timp de 14 zile, după care se filtrează cu ajutorul unui tifon și se păstrează în sticlulețe închise la culoare.

Atenție mare, ardeii iuți sunt contraindicați persoanelor care iau medicamente anticoagulante, pentru că pot potența efectul acestora!

### *PÂINE CU ARDEI IUTE ȘI BRÂNZĂ*

*Ingrediente:* 1 ceașcă apă, 3 ½ cești făină integrală, ½ ceașcă făină de porumb (mălai), 2 linguri zahăr brun, 1 linguriță sare, 1 ½ lingurițe unt moale, 2-3 lingurițe ardei iute tăiat foarte fin, 1 ceașcă brânză de vacă tare (tip Cheddar) rasă, 2 ½ lingurițe drojdie uscată

*Preparare:* Rețetă picantă mexicană, care folosește, la modul ideal, ardei Jalapeno (roșii, iuți, cu dimensiunea de 5-9 centimetri). După ce bucata de pâine este scoasă din mașina de pâine sau din cuptor, cât încă este caldă, poate fi unsă cu puțin unt, folosind o pană de găscă sau o pensulă mică de bucătărie, cum e cea folosită pentru ungerea fripturilor cu sos.