**Болотов по поводу лечения рака**

**Полезно : 1 – Сок красной свёклы –** стимулятор ферментов в организме которые справляются и с опухолями.

**2 – Морская капуста –** хороший стимулятор формирования защитных реакций организма в борьбе с опухолями.

**3 – Солёная сельдь** { и рыба вообще }, **крабы, кальмары, креветочное масло, паста “Океан”, икра, рыбные хрящи.**

**4 – Грибы в виде солений и квашений.**

**При болях – применять внутрь 10-15 раз { до снятия болей } 9% виноградный уксус по 1**

**Столовой ложке на ½ стакана воды или кислого молока, йогурта,**

**Простокваши или чая.**

**Правила питания:**

**1 – Кушать то что вкусно** – тогда еда будет и полезна, и питательна, и калорийна.

**2 –** Постепенно **рацион насыщать мясной пищей с острыми приправами**

**3 – Соблюдать парность**  для лучшего усвоения пищи :

**Сосиски – с капустой, картошка – с рыбой или кислым молоком, холодец – с**

**Горчицей, мучные блюда {** **клёцки, макароны, лапша } – с молоком, сыры –**

**С хреном, пельмени – с перцем и уксусом, рыбные фарши – с маслинами или**

**Лимоном, мясо птиц – с яблоками, хлеб – с маслом, творогом или молоком,**

**Творог – со сметаной или мёдом, ягоды – с молоком, все каши { кроме**

**Кукурузной – её растительным } заправлять сливочным маслом.**

**4 - Первыми есть блюда из мяса, рыбы, яиц, молочных продуктов, грибов**  ибо

Они требуют для переваривания сильные { крепкие } желудочные соки.

**Супы, борщи и другие блюда содержащие много жидкости – употреблять**

**После первых через 10 – 30 минут.** Иначе желудочные соки будут сильно

Растворяться, понижая свою концентрацию.

**5 – Рацион преимущественно должны составлять – мясо, рыба, яйца** { в том

Числе сырые } **, молочные продукты, грибы и всевозможные квашения** –

От капусты, огурцов, помидоров, яблок, свеклы, репы – до картофеля, гороха,

Гречки, риса и т.д.

**6 – Каши стараться делать только из проквашенных круп.**