

Никитина Мария – Сибирские рецепты здоровья. Чудодейственные средства от всех болезней



СЕРИЯ «ПРИРОДНЫЙ ЛЕКАРЬ»:

ДОКТОР МЁД. Здоровье и красота из улья ЗОЛОТОЙ УС. Лучшие рецепты лечения КАЛЕНДУЛА — золотые цветки здоровья ЛЕЧЕБНАЯ СИЛА живых проростков ЛЕЧЕБНЫЕ НАСТОЙКИ ЛЕЧЕНИЕ СОЛЬЮ ЛЕЧЕБНЫЕ ЧАИ, СБОРЫ, НАСТОИ ЛЕЧИМСЯ ПИЯВКАМИ ПЕРЕКИСЬ ВОДОРОДА — природное лекарство РАСТЕНИЯ-АНТИВИРУСЫ. Гриппу - бой! РАСТЕНИЯ ПРОТИВ БОЛЕЗНЕЙ СУСТАВОВ СИБИРСКИЕ РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ СИНИЙ ЙОД — и недуг уйдет ХЛЕБ И ВИНО. Библийская диета ЧЕСНОК — целебная приправа ЧИСТОТЕЛ от ста болезней ЯБЛОЧНЫЙ УКСУС - эликсир здоровья

МАРИЯ НИКИТИНА

Сибирские РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ

Чудодейственные средства от всех болезней

OCR: e-puzzle.ru

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ ИК «КРЫЛОВ» 2010

УДК 615.32 ББК 53.51 Н66

Никитина М. В.

Н66 Сибирские рецепты здоровья. Чудодейственные средства от всех болезней. — СПб.: ИК «Крылов», 2010. — 128с. —

(Серия «Природный лекарь»).

ISBN 978-5-4226-0062-5

«На всякую болезнь зелье вырастает», — гласит старая русская народная мудрость, и с ней трудно не согласиться. Натуральные природные лекарства растительного и животного происхождения, о которых написано в этой книге, использовали в своей практике еще знаменитые врачеватели древности — Гиппократ, Авиценна. Гален. Тем не менее сегодня их можно назвать исконно русскими средствами, так как их действие было известно уже несколько веков назад сибирским народным целителям, шаманам и знахарям.

Медвежья желчь, медвежий и барсучий жир, бобровая струя, женьшень, кедровое масло и живица — вот отнюдь не полный список чудодейственных средств, которые по своим целительным свойствам зачастую превосходят готовые фармацевтические препараты. Вы узнаете, как добываются и готовятся эти природные лекарства, какими свойствами они обладают, как правильно ими лечиться.

Крепкого вам здоровья и долголетия!

© М. В. Никитина, 2010 © ИК «Крылов», 2010

Оглавление

От автора 7

Часть 1. Лечебные средства животного происхождения 10
Глава 1. Медвежья желчь 10
Показания к применению 12
Лекарственные формы 16
Использование желчи животных в официальной медицине 17
Добыча и консервация 19
Приготовление лекарств из медвежьей желчи в домашних условиях 22
Глава 2. Медвежий и барсучий жир 26
Основные показания к применению 28
Меры предосторожности 30
Применение в официальной медицине 31
Лекарственные формы 34
Технологии получения лечебного жира 35
Рекомендации по лечению 37
Приготовление лекарства для приема внутрь 38
Применение в косметологии 42
Глава 3. Бобровая струя 44
Показания к применению 48
Применение в медицине и парфюмерной промышленности 52
Лекарственные формы 55
Добыча и заготовка бобровой струи 57
Приготовление целебного настоя 59
Рекомендации по лечению и профилактике 60
Совместное применение бобровой струи,

животных жиров и медвежьей желчи 62
Часть 2. Лечебные средства растительного происхождения.. 65
Глава 1. Женьшень 65
Показания к применению 68
Результаты научных исследований 73
Лекарственные формы 76
Культивирование и сбор 77
Заготовка лекарственного сырья 80
Приготовление лекарств из женьшеня в домашних условиях 82
Рекомендации по лечению и профилактике 84
Глава 2. Кедровое масло 85
Употребление в пищу 88
Показания к медицинскому применению 91
Использование в косметологии 95
Результаты научных исследований 97
Выращивание кедров 102
Сбор орешков и получение масла 107
Лечение и профилактика заболеваний 109
Глава 3. Смола сибирского кедра 110
Показания к применению 112
Применение в официальной медицине и в промышленности 114
Получение лекарственного сырья 115
Лекарственные формы 116
Рекомендации по лечению кедровой смолой 117
Заключение 121

От автора

Испокон веков жили в российских деревнях богатыри, которым не страшны были никакие болезни. Душевное и физическое здоровье простых русских людей, их невероятная выносливость и сила сделали нашу страну великой и непобедимой державой.

О русском труженике-землепашце, способном «свернуть горы», написано множество книг и стихов. Что же случилось сейчас, почему практически все мы страдаем теперь от различных недугов, а наши дети в большинстве своем рождаются с целым «букетом» наследственных заболеваний?

Все дело в том, что организм каждого жителя большого города постоянно подвергается воздействию плохой экологии и других неблагоприятных факторов — переутомления, всевозможных стрессов, неправильного питания. Первой страдает от этого самая важная система нашего организма — защитная. В норме иммунитет надежно оберегает человека от любых инфекционных болезней и воспалительных процессов, роста раковых клеток, аллергии и множества других заболеваний. В последнее время врачи склоняются к мнению, что подавляющее большинство недугов возникает именно на почве сбоя в работе иммунной системы.

Причиной таких сбоев могут оказаться как генетически обусловленные факторы (первичный, или врожденный, иммунодефицит), так и нездоровый образ жизни, операции, травмы, голодные диеты или переедание, депрессии, а также прием антибиотиков и других лекарственных средств. В таких случаях говорят о вторичном, или приобретенном, иммунодефиците.

Таким образом, возникает губительный замкнутый круг: человек заболевает, ему делают операцию или назначают лекарственные препараты, а побочным эффектом лечения оказывается ослабление собственной иммунной системы организма. Назначение

специально разработанных препаратов — иммуностимуляторов — в некоторых случаях жизненно необходимо, но, к сожалению, часто проблема от этого только усугубляется, так как, получая нужные вещества и клетки извне, организм начинает «лениться» и перестает вырабатывать их в достаточных количествах самостоятельно.

Между тем ни один практикующий врач не станет отрицать как профилактическое воздействие многих природных факторов на здорового человека, так и лечебный эффект, который можно получить от использования натуральных препаратов — особенно на ранних стадиях заболевания. Этот научный подход имеет одновременно и глубокие национальные корни. Причем, согласно наблюдениям многих специалистов, наилучшее действие оказывают не экзотические средства, а те растительные и животные компоненты, которые присутствуют в нашей естественной среде обитания.

В этой книге речь пойдет о веществах, издавна используемых в Сибири и других северных районах России для лечения различных болезней и, согласно свидетельствам многих пациентов и врачей, обладающих мощным потенциалом в плане коррекции нарушений иммунитета и других важнейших функций организма именно у нас, жителей северных регионов. Так, например, многие сибиряки уверены, что своим крепким здоровьем они обязаны кедру. Регулярное употребление в пищу кедровых орешков и масла способствует улучшению кровообращения, повышению иммунитета и нормализации обмена веществ.

Вообще, основное отличие русской народной медицины от западноевропейской заключается в том, что наши знахари в своей врачебной практике полагались не столько на божественный промысел, сколько на силы природы, безграничная вера в которые была свойственна всем жителям Древней Руси. Мужчины, возвращаясь с охоты, приносили в деревню не только еду, но и ценные лекарственные средства — медвежий и барсучий жир, медвежью желчь, бобровую струю. Самое интересное, что современные научные исследования не только не опровергают истинности такого подхода к вопросам здоровья, но и детально объясняют причины целебного действия многих природных веществ.

Для хорошего самочувствия и долголетия необходимо постоянно укреплять иммунную систему своего организма, проводить профилактику инфекционных болезней и своевременно бороться с различными хроническими недугами, которые есть сегодня почти у каждого человека. Искренне желаю вам крепкого здоровья и надеюсь, что рецепты, предложенные здесь, окажутся для вас полезными и интересными.

Часть 1 Лечебные средства животного происхождения

ГЛАВА 1. МЕДВЕЖЬЯ ЖЕЛЧЬ

Медвежья желчь — богатый ферментами природный продукт, обладающий поистине огромным спектром полезных свойств. Она способна оказывать антибактериальное и противовоспалительное действие, улучшать состав крови, омолаживать организм и расщеплять жиры, нормализовать обмен веществ и работу желудочно-кишечного тракта.

Желчный пузырь большинства млекопитающих является важнейшей частью пищеварительной системы. В нем накапливается выделяемая печенью желчь, которая совместно с ферментами поджелудочной железы расщепляет в кишечнике жиры, благодаря чему они могут усваиваться организмом. Чем больше жиров содержится в пище животного, тем большие размеры имеют его печень и желчный пузырь. Поэтому желчь травоядных, в отличие от секрета желчного пузыря хищников, не оказывает такого выраженного лечебного воздействия на человеческий организм.

Целебные свойства желчи медведя известны во всем мире. В Индии и Китае о них знали еще в глубокой древности. Лекарства из желчи применяли в своей врачебной практике Авиценна и Гиппократ. Тибетская медицина также предлагает множество эффективных рецептов приготовления и использования различных лекарственных форм

на основе этого ценного вещества. В традиционной восточной медицине желчь хищных животных издавна считалась одним из важнейших лечебных средств.

В России методика лечения желчью стала известна в начале XVI века. Она пришла в восточные регионы нашей страны из Монголии, Китая и Кореи. Восточные купцы приобретали у русских звероловов консервированную желчь диких животных по очень высокой цене. Рецепты лечения этим средством были отлично известны и русским знахарям. Многие наши таежные целители имели весьма богатый опыт его применения. Охотники Сибири и Дальнего Востока с успехом использовали мази из желчи медведя, соболя и кабана для лечения язв и ран, в качестве болеутоляющего и антисептического средства, а также изготавливали и принимали лекарства на основе желчи с целью дегельминтизации.

Настойку медвежьей желчи брали с собой в походы великие русские полководцы. Александра Васильевича Суворова (1729—1800) она спасала от язвы желудка; Георгий Константинович Жуков (1896—1974) во время Второй мировой войны лечился ею от радикулита. Некоторые дошедшие до наших времен исторические документы свидетельствуют о том, что именно настойка медвежьей желчи поставила на ноги тяжелораненого Ивана Грозного (1530—1584), который получил травмы при взятии Казани. А Григорий

Распутин, выходец из семьи потомственных охотников, рекомендовал это средство цесаревичу Алексею, сыну Николая Второго, для лечения от «царской» болезни — гемофилии.

В народной русской медицине применяется желчь и других животных, однако предпочтение отдается именно медвежьей. Дело в том, что в желчи медведя содержится наибольшее количество биологически активных компонентов, что объясняется особенностями организма этого крупного хищника, который накапливает запасы всех необходимых веществ для 4—6 месяцев зимней спячки без еды и воды. Многие целители Якутии и Приамурья до сих пор используют в своей лечебной практике замороженную или высушенную желчь соболя, но соболиной желчи при изготовлении лекарств требуется примерно в 20 раз больше, чем желчи медведя.

Медвежья желчь — натуральное природное средство, которое в течение длительного времени применялось многими поколениями наших предков и является проверенным, не раз доказавшим свою эффективность лекарством. Традиции, связанные с использованием этого важнейшего продукта охотничьего промысла, с годами совершенствовались, и сегодня мы обладаем бесценными методиками оздоровления организма, которые нам предлагает народная медицина.

Показания к применению

Медвежья желчь рекомендуется тем, кто перенес тяжелые болезни, для ускорения периода реабилитации. Назначают ее и практически здоровым людям с профилактической целью, так как прием этого средства способствует повышению умственной и физической активности, укреплению иммунитета, улучшению обмена веществ; предупреждает заболевания печени; вызывает прилив сил и помогает поддерживать жизненный тонус.

При помощи этого высокоэффективного средства можно вылечить более 100 различных заболеваний, среди них те, которые официальная медицина зачастую признает неизлечимыми. Среди них — опухоли (в том числе злокачественные), лучевая болезнь (медвежья желчь обладает способностью выводить из организма радионуклиды), хронические гепатиты В и С, цирроз печени, эпилепсия, хронические панкреатиты, артриты, аденома предстательной железы. Очень важно то, что данное средство хорошо сочетается и может быть назначено одновременно со способами лечения, которые применяются в традиционной медицине: химиотерапией, лазеротерапией и т. д.

Лечение медвежьей желчью значительно улучшает состояние при сахарном

диабете, болезнях обмена веществ, простатите, импотенции; помогает останавливать внутренние кровотечения. При наружном применении желчи в виде компрессов, примочек и растираний успешно лечатся пролежни, злокачественные нарывы и язвы, сильные ушибы, гематомы, переломы. Очень быстро заживают свежие и старые раны, срастаются раздробленные кости, поврежденные связки и сухожилия, уменьшаются отеки и опухоли.

Медвежья желчь рекомендована при радикулите, ревматизме, остеохондрозе. Применяют ее и при язвах желудка и двенадцатиперстной кишки, колитах, гастритах, геморроидальных опухолях и других заболеваниях желудочно-кишечного тракта, а также при таких инфекционных болезнях, как дизентерия, вирусный гепатит и т. д. Кроме того, медвежья желчь обладает выраженным антигельминтным действием.

На заметку

Немаловажным преимуществом медвежьей желчи перед многими другими лекарственными средствами является тот факт, что она не вызывает аллергии.

Противопоказания и меры предосторожности

Как и любое сильнодействующее средство, медвежью желчь нужно применять очень осторожно. Важно помнить о том, что реакция каждого организма на тот или иной препарат индивидуальна и зависит от имеющихся сопутствующих заболеваний, общего состояния, возраста, веса пациента и множества других факторов. Именно поэтому врачи не рекомендуют заниматься самолечением никому. При определении дозировок и разработке схемы лечения даже самой безобидной на первый взгляд травкой нужна предварительная консультация специалиста, который должен учесть все особенности организма больного, а при необходимости назначить перед курсом приема препарата дополнительное обследование, чтобы выявить все возможные противопоказания.

Народная медицина не может и не должна считаться единственным способом борьбы с болезнями. К вопросам здоровья необходимо подходить комплексно, и все рецепты, которые вы можете почерпнуть из различных источников информации, в том числе и из этой книги, следует согласовывать со своим лечащим врачом. Экспериментировать можно с чем угодно, но только не с собственным организмом.

К сожалению, сегодня в России очень мало специалистов, которые имеют опыт работы с натуральными природными целебными веществами. Если ваш лечащий врач в принципе не возражает против такого способа лечения, но сам в своей практике никогда не использовал эти средства, лучше начать с минимальной дозы, иначе можно получить сильное отравление.

Прием медвежьей желчи внутрь абсолютно противопоказан детям, беременным и кормящим матерям, а также больным туберкулезом. Относительным противопоказанием к лечению желчью является повышенное артериальное и внутриглазное давление. В таких случаях специалисты рекомендуют либо совсем отказаться от этого способа, либо руководствоваться принципом: «В ложке — здоровье, в стакане — яд», то есть дозировки должны быть самыми низкими. Это, конечно, существенно удлинит срок лечения, но, к сожалению, быстро далеко не всегда означает хорошо.

На протяжении всего срока лечения нужно внимательно следить за реакциями своего организма и при появлении любых негативных симптомов обращаться к врачу. Нормальным при использовании медвежьей желчи считается горький привкус во рту, который может сохраняться в течение длительного времени после приема препарата. А вот жжение в желудке является тревожным сигналом, указывающим на возможное отравление по причине передозировки.

Предупреждение

На весь период лечения препаратами, изготовленными из медвежьей желчи, необходимо отказаться от употребления любых спиртных напитков, включая пиво.

Лекарственные формы

Из медвежьей желчи изготавливают порошки, пилюли, мази, настойки. Сухая желчь поставляется на рынок в виде желчного пузыря. Стоимость такого мешочка составляет от 200 до 250 рублей за грамм. Целый желчный пузырь медведя весит в среднем 30—80 г. На рынок поставляется и сухая гранулированная желчь без пузыря, но народные целители не рекомендуют своим пациентам приобретать такие средства, так как определить качество желчи в этом случае не представляется возможным.

Для промывания глаз при воспалениях, ячмене, катаракте используется свежая желчь (в чистом виде, а также разбавленная водой или настоями лекарственных трав). При воспалительных заболеваниях кожи, фурункулах, высыпаниях и язвах медвежьей желчь применяют в виде компрессов. Для лечения гастритов, колитов, язвенной болезни желудочно-кишечного тракта и заболеваний печени желчь настаивают на спирту.

Многие современные производители лечебно-профилактических средств, косметики и биологически активных препаратов используют медвежьей желчь в качестве основного компонента своей продукции. Помимо медвежьей желчи в их состав входят и другие натуральные растительные и животные продукты. Следует отметить ценовую доступность этих препаратов.

Использование желчи животных в официальной медицине

Современная официальная медицина тоже использует рецепты, которые были изобретены нашими предками несколько веков назад. В желчном пузыре медведя, в отличие от других животных, вырабатывается уникальное вещество — урсодезокси-холиевая кислота (УДХК). На основе этого ценного продукта, являющегося на сегодняшний день самым эффективным средством для лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта, производятся медицинские препараты **уросан** и **урсофальк**. Помимо гепатопротекторного данные препараты оказывают также желчегонное, холелитолитическое, гиполипидемическое, гипохолестеринемическое и некоторое иммуномодулирующее действие. Показания к их применению: неосложненная желчнокаменная болезнь, острый и хронический гепатит, лекарственные и алкогольные поражения печени, первичный цирроз печени, кистозный фиброз (муковисцидоз) печени; атрезия внутрипеченочных желчных путей (в том числе врожденная атрезия желчного протока); дискинезии желчевыводящих путей; гастриты; холестериновые желчные камни в желчном пузыре (при отсутствии возможности их удаления хирургическим или эндоскопическим методами); профилактика рецидивов камнеобразования после холецистэктомии; профилактика поражений печени при использовании гормональных контрацептивов и цитостатиков. Однако правильно приготовленные настойки на основе натуральной медвежьей желчи гораздо более эффективны.

Фармацевтические предприятия выпускают также препараты **холензим**, **аллохол** и **биллиарин** из желчи свиней и крупного рогатого скота. Помимо таблетированных форм существуют лекарства на основе консервированной желчи.

Следует заметить, что область применения желчи животных в официальной медицине ограничивается довольно небольшим спектром заболеваний. Препараты на ее основе назначают преимущественно при хронических гепатитах, холециститах и некоторых других болезнях печени и желудочно-кишечного тракта. В качестве наружного средства желчь иногда используют для лечения ревматизма и артрита. В спортивной медицине она применяется наружно для обезболивания и лечения ушибов, травм, гематом; при растяжениях связок и сухожилий.

К сожалению, биологические особенности желчи диких животных изучены пока еще недостаточно — соответственно, не разработаны и технологии получения из нее фармакологических препаратов широкого спектра действия, которые были бы рекомендованы врачами к применению и находились в свободной продаже. Пациентам в такой ситуации приходится прибегать к услугам фирм, приобретающих продукцию непосредственно у заготовителей, или покупать готовые лекарственные средства в виде

биологически активных добавок.

Добыча и заготовка желчи диких животных, в частности медведя, ведется сегодня в России в недостаточном объеме, а спрос на данную продукцию постоянно растет. В настоящее время ученые-охотоведы разрабатывают единые стандарты соответствия для консервированной желчи медведя и проект заготовительных цен, так что есть все основания надеяться, что очень скоро об этом эффективном лечебном средстве станет известно самому широкому кругу врачей и пациентов и оно займет наконец достойное место среди врачебных назначений.

Предупреждение

Настойки из желчи крупного рогатого скота, которые продаются в аптеках для лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата, предназначены только для наружного применения!

Добыча и консервация

Заготовка медвежьей желчи — сложный и ответственный процесс, поэтому приобретать сырье можно только у проверенных поставщиков. Очень важно, чтобы продукт был получен от здорового животного. Изъятие пузыря из туши должно производиться незамедлительно: через 2—3 часа после добычи зверя его желчь уже теряет свои лечебные свойства. Самыми ценными качествами обладает желчь самок, так как у самцов менее интенсивный обмен веществ.

Хорошая желчь только что убитого зверя представляет собой желеобразное вещество красновато-желтого цвета, темнеющее и быстро сгущающееся при высыхании. Она липкая и имеет специфический запах. Лучше всего, если отстрел производился в осенне-зимний период: желчь медведя, добытого весной или летом, более жидкая и плохо сгущается.

Желчный пузырь — темно-серый мешочек длиной около 10 см — отделяют от печени после снятия шкуры и извлечения остальных внутренностей. Самое главное при изъятии пузыря — не повредить его, так как даже самые незначительные разрывы приводят к утечке содержимого во время сушки, а также создают условия для проникновения через оболочку болезнетворных микроорганизмов.

Из желчного пузыря выходит проток. Его перевязывают прочной ниткой, а затем отрезают. Остатки крови и жира с поверхности желчного пузыря аккуратно удаляют (загрязненный пузырь лучше не покупать, так как это считается дефектом, и хорошие заготовители никогда не допустят такой ошибки).

Консервацию медвежьей желчи производят разными способами. Самый простой из них — это длительная сушка, или завяливание (обычно этот процесс занимает около месяца). Данный метод традиционно используется охотниками Алтая и Забайкалья. Сушить желчный пузырь в жарком помещении, у костра или на солнце недопустимо. Лучше всего, если сушка производится на открытом воздухе, в тени. Можно сушить и в помещении, но обязательно вдали от предметов, имеющих сильный запах, любых отопительных приборов и открытого огня. Для просушивания пузырь подвешивают за нитку и оставляют так до тех пор, пока его содержимое не приобретет консистенцию пластилина.

Народы Приморья используют другой метод консервации желчи — выпаривание. Отделенный от туши желчный пузырь с перевязанным выводным протоком приносят зимой в помещение и подвешивают за нитку, чтобы желчь оттаяла. Затем перевязанную часть пузыря отрезают, а все его содержимое выли

вают в металлическую посуду — эмалированную или из нержавеющей стали. Если в желчи содержатся посторонние включения (песок или желчные камни), ее фильтруют через марлю. Емкость с желчью устанавливают на горячую печь, доводят до слабого кипения при постоянном помешивании и выпаривают до пластилинообразного состояния при температуре 60—70 °С. Процедуру следует продолжать до десятикратного уменьшения объема массы сырой желчи. Пока желчь выпаривается, пустой желчный

пузырь очищают от крови, жира и слегка просушивают над огнем (в результате этой процедуры пузырь должен стать не высушенным и твердым, а эластичным, как замазка или пластилин). Сгущенную желчь тщательно соскребают со стенок емкости и закладывают в подготовленный чистый пузырь. После придания пузырю нужной формы его шейку снова перевязывают ниткой.

Современные фармацевтические предприятия консервируют желчь животных методом пастеризации, который можно рекомендовать и для личного использования. Для этого желчь необходимо отфильтровать через 2—3 слоя марли, добавить в нее 96-процентный этиловый спирт из расчета 100 г на литр, спиртовой раствор фурацилина (1 г на литр желчи) и ароматическую отдушку (тоже 1 г на литр). Полученную смесь пастеризуют в течение 30 минут при температуре 60 °С, а затем разливают в стерильные флаконы.

Условия хранения

Хранить медвежью желчь следует в прохладном и защищенном от света месте. При соблюдении этих условий консервированная желчь сохраняет свои лечебные свойства в течение 2,5—3 лет.

Приготовление лекарств из медвежьей желчи в домашних условиях

При лечении гепатитов А, В и С, запущенной онкологии, лучевой болезни и некоторых других заболеваний, с которыми не может справиться официальная медицина, наибольшей эффективностью обладают спиртовые настойки из сухой желчи медведя.

Спиртовая настойка из сухой желчи

Желчь тщательно измельчить (крупные частицы могут повредить желудок и вызвать отравление!). Измельченную желчь поместить в емкость из темного стекла и залить водкой или 40-процентным спиртом: 25 г желчи на 500 мл водки. Емкость плотно закупорить и настаивать смесь в темном месте при комнатной температуре в течение 1 месяца, ежедневно взбалтывая.

Как уже было сказано выше, дозы приема зависят от заболевания, состояния организма больного и должны определяться врачом. Как правило, настойку из медвежьей желчи принимают 3 раза в день за час до еды по 1 ч. ложке при весе человека до 50 кг, десертной — при весе до 80 кг и столовой — при массе тела от 100 кг и выше. Заедать и запивать лекарство нельзя ничем, даже обычной водой.

Для лечения гепатитов, доброкачественных и злокачественных опухолей, при сильной степени облучения принимать лекарство следует 1—2 месяца, затем в течение месяца делать перерыв и только после этого начинать повторный курс. При хронических гастритах и холециститах, нарушениях эрекции и простатитах у

мужчин, эндометриозе и доброкачественных опухолях матки и яичников у женщин время приема не должно превышать 2—3 недели (как правило, этого оказывается вполне достаточно). При желудочно-кишечных расстройствах и кратковременных нарушениях пищеварения иногда хватает одного приема.

Для лечения эпилепсии медвежью желчь рекомендуется настаивать в тех же пропорциях не на водке, а на вине и принимать по 1—2 капли 1 раз в день в течение 40 дней.

Водная настойка

Лечение желчью рекомендовано и при циррозе печени, токсическом гепатите, хроническом алкоголизме. В этих случаях спиртовой раствор принимать нельзя, нужно приготовить водный. Если печень увеличена и болит, медвежью желчь принимают длительно. Улучшение наступает обычно через 4 месяца.

Для приготовления настойки кусок желчи отрезают ножом (можно вместе с прилегающей частью стенки желчного пузыря), измельчают в ступке и растворяют 0,5 ч. ложки в 100 мл теплой воды. При регулярном помешивании раствор будет готов к употреблению довольно быстро. Принимать его нужно по 1—2 ч. ложки за 30 минут до еды 1—2 раза в день.

Применение медвежьей желчи с лечебными травами

Для лечения опухоли печени в качестве основы можно использовать спиртовые настойки травы зубчатки поздней, скерды кровельной и т. д. Чтобы приготовить лекарство, нужно взять 20—25 г медвежьей желчи на 0,5 л настойки трав и выдержать при регу

лярном встряхивании 3 дня. Принимают такую настойку по 20—30 капель 3 раза в день 1 месяц, затем делают перерыв на 7—10 дней.

Для лечения болезней опорно-двигательного аппарата настои трав (аконита джунгарского, окопника и т. д.) и медвежьей желчи применяются наружно и не одновременно, а с перерывом в 2—3 часа.

Предупреждение

Некоторые травы (например, солодка, клевер, хмель, пион, чабрец, петрушка и др.) снижают эффективность лечения желчью.

Настойка из сгущенной медвежьей желчи

Для лечения ревматических болей, артрита и радикулита 20—30 г сгущенной медвежьей желчи растворяют в 500 мл 60-процентного спирта. Настойку выдерживают в течение недели при периодическом встряхивании в темном месте. Применяют наружно в виде компрессов, растираний, как обезболивающее и рассасывающее средство.

Мазь из медвежьей желчи с медом

Для наружного применения можно использовать и свежую жидкую желчь, которую подсушивают на маленькой сковороде с добавлением меда (1 : 1) до консистенции густой сметаны. Такую мазь можно применять при геморрое, опухолях матки и яичников у женщин, опухолях предстательной железы у мужчин. Для лечения этих заболеваний следует пропитать мазью тампон и ввести внутрь на 1—2 часа. При лечении пролежней, наружных ран, язв и нагноений пораженную область сначала очищают, а затем густо смазывают мазью.

Мазь с травами, маслом какао и прополисом

Для лечения геморроя и злокачественных опухолей прямой кишки мазь готовится по следующему рецепту: 1 ст. ложку корня кровохлебки и 1 ст. ложку травы спорыша залить стаканом кипятка и держать на огне в течение 30 минут. Процедить в теплом виде, добавить 1 ч. ложку порошка желчи в 200 мл отвара трав. Помешивая, добавить масло какао и жидкий прополис, довести до консистенции мази. Введение такого лекарства в прямую кишку помогает уменьшить отеки и боли, способствует исчезновению ложных позывов и постепенному рассасыванию опухолей.

Рекомендации народных целителей

Медвежья желчь используется в народной медицине так широко, что все рецепты перечислить просто невозможно. Смесь из медвежьей желчи, меда и перца втирают в кожу головы для лечения облысения; в сочетании с соком фенхеля медвежья желчь улучшает зрение. Она является прекрасным кровоостанавливающим, противовоспалительным, обезболивающим средством, обладает иммуностимулирующим и противораковым действием.

Заканчивая эту главу, хотим привести еще один рецепт. В состав самого этого раствора желчь не входит, но многие народные целители советуют использовать его как сопутствующее средство при лечении медвежьей желчью.

Известковая вода

Для очищения гнойных раневых поверхностей берут 1 ст. ложку негашеной извести на 1 л чистой воды, настаивают в течение 5—6 часов и фильтруют через марлю.

Внимание! Еще раз обращаем ваше внимание на то, что все рецепты нужно перед применением согласовывать со своим лечащим врачом. — *Примеч. ред.*

ГЛАВА 2. МЕДВЕЖИЙ И БАРСУЧИЙ ЖИР

Сало животных, впадающих в зимнюю спячку, уже более двух веков широко

применяется в официальной и народной медицине как высокоэффективное лечебно-профилактическое средство. Этот натуральный продукт служил нашим предкам универсальным лекарством: избавлял от простуд и суставных болей, заживлял раны, поднимал на ноги тяжелобольных. В северных районах России им традиционно спасались от обморожений. Во время Великой Отечественной войны охотничьи хозяйства Сибири, Камчатки, Сахалина и Дальнего Востока поставляли в госпитали медвежий жир (сало) для лечения тяжелораненых бойцов.

Во время зимней спячки температура тела медведей и барсуков снижается лишь на 1—3 градуса. В их жире содержится огромное количество биологически активных веществ (белков, витаминов, микроэлементов, органических кислот и т. д.), которые легко и без остатка усваиваются человеческим организмом. Они способны повышать сопротивляемость организма к инфекциям и являются незаменимым средством для лечения простудных и легочных заболеваний: туберкулеза, затяжных форм пневмонии, бронхитов, в том числе с астматическими проявлениями. На ранних

стадиях медвежьим и барсучьим жиром успешно лечат даже рак легких.

В народной медицине используется сало и других животных — сурков, гусей, бобров и т. д., однако предпочтение всегда отдавалось медвежьему жиру ввиду его более богатого и разнообразного состава. Об уникальных омолаживающих свойствах этого ценнейшего продукта знала еще первая красавица Египта — царица Клеопатра, рецепты которой до сих пор являются предметом интереса многих специалистов в области эстетической медицины.

Второе место занимает жир барсука, который особенно активен в отношении туберкулезных бацилл. Народные целители и дипломированные врачи во все времена назначали барсучий жир больным чахоткой, и до сих пор этот способ лечения данного заболевания считается одним из самых эффективных во всем мире.

Препараты из жиров медведя и барсука изготавливают по одинаковой технологии. Как медвежий, так и барсучий жир абсолютно безопасен, нетоксичен и является экологически чистым лекарственным средством, оказывающим иммуностимулирующее, противомикробное и ранозаживляющее действие. При приеме лекарств из медвежьего и барсучьего сала внутрь усиливается белковый обмен, нормализуется состав крови, активизируется секреторная деятельность желудочно-кишечного тракта, повышается общий тонус организма и улучшается настроение. Последнее свойство жиров позволяет использовать их также для лечения затяжных депрессий.

Кроме того, научные исследования доказали благотворное влияние медвежьего жира на функции печени, поэтому не так давно препараты на его осно

ве стали назначать в качестве гепатопротекторного средства после длительного приема антибиотиков и химиопрепаратов, применяющихся при лечении онкологических заболеваний.

Основные показания к применению

Барсучий и медвежий жир назначают при любых простудных заболеваниях, хронических болезнях легких, бронхопневмонии, трахеите, туберкулезе легких, бронхитах курильщиков, некоторых видах астмы, силикозе и других профессиональных повреждениях дыхательных путей. Как вспомогательный компонент животный жир может быть добавлен к препаратам из медвежьей желчи и бобровой струи при лечении онкологических заболеваний легких.

Назначают его и при заболеваниях желудочно-кишечного тракта: язве желудка и двенадцатиперстной кишки (в том числе в стадии обострения, так как этот натуральный препарат действует очень мягко и не раздражает слизистую желудка), колитах, гастритах, панкреатитах, воспалениях слизистой оболочки рта, горла и пищевода, а медвежий жир также — при острых и хронических заболеваниях печени.

Для лечения и профилактики болезней опорнодвигательного аппарата (остеохондрозов, радикулитов, артритов, ревматизма, а также профессиональных

заболеваний моряков, геологов, охотников, рыбаков и других людей, чья работа связана с частыми переохлаждениями) особенно эффективно применение барсучьего или медвежьего жира в бане, сауне или горячей ванне.

Поскольку эти средства обладают прекрасным противовоспалительным и антисептическим действием, они также очень эффективны при различных кожных травмах и заболеваниях (ранах, ожогах, обморожениях, порезах, царапинах, укусах, нагноениях, свищах, трофических язвах, псориазе, экземе, нейродермите, сыпи, кожном зуде и диатезе у детей). Благодаря выраженному омолаживающему эффекту, обусловленному большим содержанием в медвежьем и барсучьем жирах витаминов А, В₂, В₅, В₁₂, К, РР, Е, пектинов, каротина и многих других необходимых организму веществ, они нашли широкое применение в современной косметологии. Регулярное применение косметических средств, содержащих наряду с другими природными компонентами натуральные животные жиры, способствует разглаживанию морщин, помогает справиться с облысением, повышает упругость кожи и улучшает цвет лица.

Косметические маски из медвежьего и барсучьего жира особенно рекомендуется применять при нахождении на улице в суровых погодных условиях (снег, ветер, мороз), когда кожа мерзнет и шелушится. Вообще, это природное средство способно компенсировать влияние очень многих неблагоприятных факторов. Так, например, при неполноценном питании употребление даже небольшого количества топленого медвежьего жира предотвращает нарушение фермент- тообразования и препятствует общему истощению организма.

Лекарства на основе жиров барсука и медведя являются отличным средством для профилактики различных нарушений у людей среднего и пожилого возраста: атеросклероза, преждевременного угасания половых функций, понижения уровня гемоглобина,

нарушений в работе желудочно-кишечного тракта, ослабления иммунитета и многих других заболеваний, связанных со старением. Поэтому немолодым людям рекомендуется принимать такие препараты длительными курсами.

Противопоказания

Барсучий и медвежий жир нельзя принимать внутрь детям до 3 лет; при индивидуальной непереносимости; во время обострения аллергических заболеваний. Не рекомендован одновременный прием барсучьего жира с препаратами, оказывающими нагрузку на печень.

Меры предосторожности

Животные жиры являются нетоксичными природными лекарствами, поэтому главная опасность в данном случае заключается не в передозировке приготовленного из них препарата, а в приобретении некачественного продукта, который вместо лечебного действия может вызвать прямо противоположный эффект. Сегодня на рынке очень много поддельной, испорченной, разбавленной продукции, а также жира, полученного с грубыми нарушениями производственных технологий.

При покупке обязательно требуйте копию ветеринарного свидетельства по форме 2 (согласно законодательству Российской Федерации, такой документ должен выдаваться на каждую партию барсучьего и медвежьего жира).

Качественный медвежий жир имеет белый или светло-желтый цвет, при температуре от +6 до +10 °С

приобретает вязкую консистенцию, но не застывает. Барсучий жир выглядит так же, как и медвежий, имеет характерный (но не прогорклый!) запах, а при комнатной температуре быстро тает (в отличие, например, от свиного или говяжьего жира).

Испорченный жир может иметь резкий кислый или гнилостный запах, прогорклый вкус и ярко выраженный желтый оттенок. Такой продукт не только не имеет никакой биологической ценности, но и представляет серьезную опасность для здоровья.

Кроме того, необходимо помнить, что жир является высококалорийным продуктом,

поэтому пациентам, которые должны соблюдать строгую диету (например, страдающим ожирением), следует принимать во внимание это обстоятельство и учитывать количество калорий, содержащихся в препарате, при составлении своего суточного рациона.

Применение в официальной медицине

Лечебные свойства медвежьего жира были досконально изучены специалистами из Санкт-Петербургского института биорегуляции и геронтологии. В результате проведенных исследований удалось установить, что компоненты этого биологически активного продукта могут в неизменном виде проникать в клетки человеческого организма и способствовать их регенерации. Таким образом, ученые доказали, что регулярный прием медвежьего жира действительно повышает иммунитет, активизирует выведение токсинов, приводит к восстановлению жизненного тонуса и многих других утраченных функций. Биологическое

действие этого вещества обусловлено наличием в нем цитаминов (гепатамина, карамина, тимусамина, брон- холомина, авариамин, церебромина, ренисамина, ветрамина, панхрамина), тритерпеновых гликозидов (паноксозидов, пактинов, саломинов), полиненасыщенных жирных кислот (ПНЖК) омега-3 и омега-6, витаминов и т. д.

Современные фармакологические предприятия освоили производство **цитаминов** в виде биологически активных добавок к пище.

Справочная информация

«Цитамины относятся к классу парафармацев-тиков — пищевых продуктов, обладающих лечебными свойствами. По своему составу эти вещества являются биологически активными комплексами натурального происхождения, содержащими белки, нуклеиновые кислоты, микроэлементы, минеральные вещества (медь, цинк, магний, марганец, железо, фосфор, калий, кальций, натрий и др.) и витамины (тиамин, рибофлавин, ниацин, ретинол, В-токоферол и др.), представленные в легкоусвояемой форме, что обуславливает их высокую пищевую и физиологическую ценность.»

*Процесс усвоения клетками тканей человека питательных веществ получил название „нутрицепция“ (от латинских слов *пишйо* — питание и *гесерИо* — восприятие). Феномен нутрицепции наблюдается в любых тканях, схожих с цитаминами. Эти вещества обладают свойством поддерживать гомеостаз соответствующих органов, в том числе в процессе адаптогенной реакции при стрессе, физических нагрузках, заболеваниях и других состояниях организма. Благодаря оптимизации клеточного метаболизма при их приеме повышается устойчивость организма к болезнетворным агентам любого*

происхождения, нормализуется иммунитет, снижается потребность клеток в эндогенных белках.

Основные показания к применению цитаминов:

- повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных психоэмоциональных, социальных, профессиональных, экологических, климатических и иных стрессорных факторов;*
- коррекция различных патологических состояний, повышение эффективности реабилитации после травм и хирургических операций;*
- ускорение реабилитационно-восстановительных процессов в условиях повышенных физических и эмоциональных нагрузок у спортсменов различного уровня, работников экстремальных специальностей (пожарные, спасатели), служащих подразделений специального назначения силовых ведомств;*
- поддержание и нормализация функций основных систем организма в гериатрической практике у лиц пожилого и старческого возраста с целью снижения риска возникновения заболеваний и продления активной жизнедеятельности, то есть реальное улучшение качества жизни человека;*
- нормализация обменных процессов и иных функций организма при неполноценном*

и некачественном питании, а также в случаях использования различных диет, направленных на коррекцию массы тела. Применение цитаминов способствует нормализации

функций органов и систем организма, оптимизации защитных механизмов, что в итоге предупреждает возникновение и развитие различных заболеваний».

Цыган В. Н. Применение цитаминов: концептуальные подходы // Медицинский вестник. — 2007. — №7

Цитамины не имеют противопоказаний и побочных действий; совместимы с любыми лекарствами.

Тритерпеновые гликозиды — соединения с очень высокой биологической активностью противомикробного, противопаразитарного, противогрибкового и противовирусного характера. Угнетают клеточное деление и тормозят опухолевый рост.

В связи с этим официальная медицина выделяет ряд заболеваний, при которых возможно назначение медвежьего жира в качестве основного или вспомогательного лечебного средства. Данный продукт врачи рекомендуют при депрессиях, проблемах с обучением и концентрацией внимания, гиперактивности (ADHD), различных неврологических и психологических дисфункциях, расстройствах сна, а также назначают препараты на его основе для заживления ран и улучшения состояния при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Лекарственные формы

Медвежье и барсучье сало поставляется на рынок в натуральном виде (топленый жир); продается в аптеках в виде биологически активной добавки к пище; входит в состав лечебных и косметических кремов и мазей.

Хорошо зарекомендовали себя медвежий и барсучий жиры в виде БАДов для внутреннего и наружного

применения; крем-бальзам «**Тажный**» (содержит барсучий и медвежий жир, CO₂-экстракты), а также крем-бальзам «**Сибирский**» (в его состав входят барсучье и медвежье сало, пихтовое масло и другие натуральные компоненты).

Кремы предназначены для массажа и лечения бронхолегочных патологий. Массаж грудной клетки с применением этих средств способствует профилактике заболеваний при переохлаждениях и скорейшему выздоровлению в составе комплексной терапии при различных болезнях органов дыхания (бронхитах, трахеитах, плевритах и т. п.). Для профилактики респираторных вирусных инфекций и лечения заболеваний ЛОР-органов (синуситов, ринитов) крем наносится на область носа и в преддверие каждого носового хода. При различных проблемах кожи (ранах, ожогах, дерматитах и т. д.) кремы с медвежьим и барсучьим салом оказывают выраженное регенераторное действие.

Технологии получения лечебного жира

Качество продукта зависит от многих факторов. Очень важно, чтобы технология выработки соблюдалась на всех этапах, начиная от добычи сырья и заканчивая его консервацией и хранением. Как правило, медвежье и барсучье сало вытапливается на водяной бане или в русской печи при температуре не более 100 градусов. Продукт, полученный при более высокой температуре, не обладает практически никакими полезными свойствами. В настоящее время разрабо-

таны и более совершенные технологии, позволяющие получать из сырца высококачественный жир без запаха, неокисленный, очищенный от водорастворимых белков и элементов соединительной ткани: автоклавирование, центрифугирование и т. д.

Жир всех животных подразделяется на подкожный и внутренний. По весу накопленный внутренний жир примерно в два раза меньше, чем подкожный, и обладает неприятным специфическим запахом, который при нахождении сырца в туше убитого зверя постепенно усиливается, поэтому при заготовке очень важно извлекать жир из брюшной полости животного сразу же после добычи. Затем, после снятия шкуры,

срезают подкожный жир, удаляя с него кровь, грязь и вкрапления мяса. И подкожный, и внутренний жир промывают в холодной проточной воде, после чего сырье тщательно измельчают при помощи мясорубки.

Наилучшими свойствами обладает продукт, полученный в центрифуге либо в автоклаве. В домашних условиях вместо автоклава можно использовать обычную скороварку. При этом способе бак (скороварку) на $\frac{1}{4}$ заполняют кипящей водой, закладывают измельченный жир и тщательно перемешивают (сырцовая масса должно быть в 2 раза больше, чем воды). После этого бак плотно закрывают крышкой с герметизирующей прокладкой. На сильном огне быстро доводят смесь до кипения и сразу же уменьшают огонь так, чтобы из клапана постоянно выходила небольшая струйка пара. Продолжительность вытапливания при давлении 1,5 атм. составляет приблизительно 3 часа. После отключения обогрева давление в баке постепенно выравнивается с атмосферным. Через 25—30 минут жир из бака вычерпывают ковшом, фильтруют через 4—5 слоев марли и сливают в стерилизованную посуду.

Эта технология выработки жира позволяет сохранить в нем максимум целебных веществ. Для длительного хранения такой жир замораживают или добавляют в него консерванты.

Готовый продукт следует хранить в темном месте, в неметаллической посуде при температуре не выше +5 °С. При обработке и хранении нужно свести к минимуму контакт жира с воздухом, так как это **приводит** к его окислению и порче (посуда с жиром должна быть заполнена до краев и **плотно закупорена**). При соблюдении этих правил медвежий и барсучий жир сохраняют все свои полезные свойства в **течение 2 лет**.

На заметку

Отсутствие консервантов снижает срок годности жира (до одного года в холодильнике), но исключает возможность возникновения аллергических реакций.

Рекомендации по лечению

Способы применения животных жиров, дозировки и длительность курсов лечения зависят от возраста, диагноза, общего состояния пациента, условий его жизни и многих других факторов. Как правило, внутрь жир назначают натощак, за 1 час до еды, взрослым — по 1 ст. ложке; детям в возрасте от 3 до 8 лет — по 1 ч. ложке; от 9 до 14 лет — по 1 дес. ложке 3 раза в день на стакан горячего молока, добавляя по вкусу мед (при отсутствии аллергии) или варенье. Эта стандартная схема лечения применяется при острых респираторных инфекциях, ангинах, бронхитах, язве желудка, язве двенадцатиперстной кишки, колитах, гастритах, панкреатитах и при общем истощении организма. При устойчивом улучшении состояния больного или по истечении двух недель следует перейти на двухразовый прием (утром, за 30—40 минут до завтрака, и на ночь, через 2—3 часа после ужина), а затем на однократный (перед обедом или на ночь). Дневную дозу лучше разделить на 2 приема (за час и за полчаса до еды).

Совет

Здоровым людям с целью профилактики во время эпидемий гриппа и при переохлаждении, а также пожилым и ослабленным пациентам для поддержания общего тонуса организма рекомендуется принимать лекарство 1 раз в день в течение месяца.

Как уже было отмечено выше, качественный продукт практически не имеет неприятного привкуса и запаха. Тем не менее лекарства на основе животных жиров нравятся далеко не всем. При употреблении медвежьего или барсучьего жира внутрь в него можно добавлять различные компоненты, обладающие сильным приятным ароматом: малину, какао, смородину и т. д. В крем или мазь для наружного применения желательно добавить несколько капель эфирного масла.

Приготовление лекарства для приема внутрь

Взять 150 г свежего внутреннего барсучьего или медвежьего жира и перетопить. Пока жир горячий, смешать его с 2 ст. ложками порошкового какао и добавить несколько

столовых ложек меда. Когда немного остынет (но не застынет!), добавить стакана сока алоэ с мякотью. Хорошо перемешать. Слить в стеклянную банку (должно получиться чуть больше 250 г) и хранить в холодильнике. Смесь для разового приема брать не сверху, а по всей высоте банки, так как при замерзании она расслаивается. Принимать в стакане горячего, лучше только что вскипяченного молока.

Совет

При непереносимости молока жир можно намазывать толстым слоем на черный хлеб и запивать чем-нибудь горячим: чаем с малиной, черной смородиной, отваром плодов шиповника или цветков зверобоя.

При тяжелых легочных заболеваниях

При туберкулезе, пневмонии, гнойном бронхите жиры назначают по 1—3 ст. ложки 3 раза в день натощак в течение месяца. Затем следует сделать перерыв от 2 до 4 недель (индивидуально в зависимости от тяжести заболевания), после чего курс можно повторить.

При туберкулезе народные целители советуют принимать смесь из 100 г барсучьего жира, 100 г меда и 50 г алоэ по 1 ст. ложке 3 раза в день за 20—30 минут до еды.

Второй рецепт для лечения туберкулеза: взять 10 лимонов, 10 яиц, 0,5 л коньяка, 1 л барсучьего жира, 1 л меда. Лимон с цедрой пропустить через мясорубку, залить этой смесью яйца на 3—5 дней, размять скорлупу и все компоненты перемешать. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Для лечения рака легких смесь из 0,5 л барсучьего жира, 0,5 л коньяка, 0,5 л сока алоэ и 0,5 л меда принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за 20—30 минут до еды.

При бронхиальной астме

Взять в равных частях мед, барсучий или медвежий жир, сок алоэ и красное вино. Все тщательно перемешать, поместить в глиняный сосуд с узким горлышком, закупорить и замазать пробку глиной. Сутки держать в горячей золе. Готовое лекарство пить 3 раза в день по 1 ст. ложке.

При простуде, кашле, насморке, ангине

Взять 2 ст. ложки любого жира и смешать с тертой луковицей. Эту смесь втереть перед сном в область шеи и груди, приложить салфетку и замотать теплым шерстяным шарфом. Компресс рекомендуется держать 1—2 часа.

При ангине и кашле перед приемом жира внутрь следует прополоскать горло.

При насморке полезно закапывать в нос смесь жира с соком алоэ или каланхоэ.

Для голосовых связок

Певцам, артистам разговорного жанра, дикторам, учителям и т. д., а также тем, чья профессиональная деятельность связана с длительным пребыванием на морозе, народные целители рекомендуют применять жир в чистом виде. Для быстрого смягчения гортани и улучшения состояния голосовых связок нужно принять 1 ст. ложку растопленного жира комнатной температуры.

При истощении

Смешать 100 г барсучьего или медвежьего жира, 100 г меда, 100 г какао, 50 г свежих измельченных листьев алоэ, 50 г сливочного масла, 1 г пчелиного прополиса, 2 г экстракта мумие и 1 ч. ложку 94-процентного спирта. Растворить 1 ст. ложку смеси в стакане горячего кипяченого молока и пить мелкими глотками за час до еды по 2—4 раза в день. Эту же смесь можно использовать для растирания тяжелобольных, смешав в равных пропорциях с водкой. Втирать в стопы, область груди и спины 1 раз в сутки на ночь.

Предупреждение

При растирании груди и спины любым согревающим средством важно помнить, что такие бальзамы и мази нельзя наносить на область сердца.

Лечение детей

Детям до 3 лет прием животных жиров внутрь не рекомендуется. Для лечения и

профилактики простудных заболеваний эту смесь им втирают в стопы и икры.

Взять в равных пропорциях барсучий жир, мед, тщательно измельченные грецкие орехи, курагу и изюм. Детям старше 3 лет принимать смесь по

1 ч. ложке 3 раза в день за час до еды.

Растирание для лечения простуды, травм, заболеваний костей и суставов

Растопить на водяной бане 100 мл барсучьего или медвежьего жира. Снять с огня и смешать с 25 мл масла зародышей пшеницы или жожоба, добавить по 10 капель эфирных масел розмарина и лаванды и 5 капель эфирного масла мяты или чайного дерева.

Такое растирание снимет боль в мышцах и суставах, поможет при простуде, переохлаждении, спортивных травмах.

А вот рецепт смеси для компресса при простудах и ревматических болях. Взять 4 ст. ложки медвежьего жира, 1 стручок жгучего красного перца, пропущенный через мясорубку, 2 ч. ложки пихтового масла, 2—3 ст. ложки скипидара. Все перемешать. Дать сутки настояться. Тело перед нанесением этой смеси нужно распарить в бане или в ванной. После нанесения больное место плотно укутать шарфом.

Применение в косметологии

Медвежий и барсучий жир прекрасно смягчает и питает кожу, способствует заживлению ран и трещин, разглаживанию морщин; обладает мощным омолаживающим действием. Ниже мы приводим рецепты, по которым можно в домашних условиях изготовить действенные и недорогие косметические средства.

Смягчающий крем для рук и ног

Вечером взять 25 мл розовой воды или водки, добавить туда 1 ч. ложку лецитина и оставить на ночь. Утром растопить на водяной бане 50 мл жира, 25 мл миндального масла и 10 г пчелиного воска, перемешать, добавить растворенный лецитин и снять с огня. Непрерывно помешивая смесь, влить в нее 20 капель эфирного масла чайного дерева или лаванды, перелить полученный крем в баночку с завинчивающейся крышкой и поместить в холодильник. Крем поможет

смягчить грубую потрескавшуюся кожу рук, локтей и стоп, заживит трещины.

Питательный ночной крем для лица и шеи

Смешать 50 мл масла какао или ши с 50 мл барсучьего или медвежьего жира и разогреть на водяной бане до полного растворения. Добавить 1 ст. ложку масла зародышей пшеницы или жожоба, снять с огня и, постоянно помешивая, дать охладиться. Когда смесь остынет, ввести в нее отдушку: 8 капель масла иланг-иланга, 8 капель масла герани и 5 капель масла розового дерева. Крем перелить в баночку и использовать по мере необходимости.

Крем для кожи вокруг глаз

Смешать 30 г животного жира, 50 мл миндального масла и 2 яичных желтка. В 60 мл дистиллированной воды растворить $\frac{1}{4}$ ч. ложки сорбита и влить в смесь из жира, масла и желтков. Все тщательно перемешать.

На заметку

Все косметические средства на основе натуральных жиров следует хранить в холодильнике.

Защитный крем для лица

Взять 10 мл барсучьего или медвежьего жира, 2 ч. ложки порошка какао, 6 мл масла зародышей пшеницы, добавить по 1 капле масел жасмина и мяты и по 3 капли апельсинового масла и масла розового дерева.

Крем идеально подходит для сухой кожи, обладает питательным, увлажняющим и защитным действием, оказывает заметный лифтинговый эффект. Подходит как для ночного, так и для дневного использования.

Крем для роста волос и бровей

Мякоть зерен граната освободить от косточек, разогреть с медвежьим или

барсучьим жиром, охладить и добавить оливковое масло (все компоненты взять в равных пропорциях). Крем оказывает благотворное влияние на волосяные луковицы: брови и волосы при его регулярном применении становятся гуще и быстрее растут.

ГЛАВА 3. БОБРОВАЯ СТРУЯ

Бобровая струя является уникальным природным средством, не имеющим аналогов в мире. Органические вещества, которые у всех остальных животных выводятся с мочой, у бобра откладываются в организме и впоследствии выделяются им для разметки своей территории и привлечения особей противоположного пола. Однако слово «струя» в названии этого природного средства вовсе не является эвфемизмом для обозначения слова «моча», как ошибочно полагают некоторые пациенты. Бобровой струей называют вещество, которое вырабатывается особыми железами бобров. У самца три пары этих желез, у самки — две. Моча бобра, правда, тоже играет свою роль в образовании струи, проходя через эти железы и образуя на их стенках отложения, но название происходит от внешнего вида самих желез — пары мешочков, соединенных перепонкой и имеющих удлиненную грушевидную форму.

В состав бобровой струи входит более 40 органических соединений — спирты, фенолы, природные

стероиды, кислоты, эфиры, минеральные компоненты и другие биологически активные вещества, оказывающие при правильном применении мощное лечебное воздействие на человеческий организм. Замечательные свойства бобровой струи объясняются, в частности, тем, что эти животные питаются только свежими целебными растениями (крапивой, конским щавелем, таволгой, дягилем, снытью, тростником, кувшинками — всего в их рационе около 150 наименований лекарственных растений).

Ценные свойства бобровой струи были известны людям с незапамятных времен. В Древнем Египте, где струя бобра ценилась на вес золота, фараоны применяли ее для улучшения потенции, о чем свидетельствуют некоторые дошедшие до нас рисунки на стенах пирамид. Древний врач и философ Авиценна использовал это вещество в сочетании с другими средствами для избавления пациентов от головной боли, судорог, истерии, бессонницы, склероза, расстройств слуха и обоняния.

В Средневековье бобровой струей лечили «падучую болезнь» (эпилепсию). Muskusное вещество, вдыхаемое больными, приостанавливало патологический процесс. В те времена это был практически единственный способ облегчать течение припадков у больных эпилепсией. Средневековые рыцари принимали бобровую струю, чтобы ускорить заживление ран. Также это уникальное природное вещество входило в состав практически всех известных противоядий.

В XVI веке препараты, изготовленные из бобровой струи, широко использовались в официальной медицине для повышения защитных сил организма, профилактики и лечения нарушений репродук-

тивной функции у мужчин и женщин, при заболеваниях центральной и периферической нервной систем, поражениях мочеполовой, сердечно-сосудистой сферы, дыхательного аппарата, а также наружно — при тромбозах и варикозном расширении вен. В XIX веке бобровую струю использовали во всем мире для лечения тяжелых затяжных нервно-психических заболеваний: эпилепсии, маниакально-депрессивных психозов и т. д. Многие врачи того времени считали бобровую струю практически панацеей.

В России это средство применяется со времен Александра Невского. Ею лечились все, от простого народа до коронованных особ. Воины носили с собой настойку бобровой струи для заживления ран (от стрел, копий, мечей) и предупреждения образования опухолей. Петр I использовал это природное средство для снятия похмельного синдрома и профилактики респираторных заболеваний. Во времена правления Екатерины II бобровая струя также пользовалась большой популярностью. Добытое сырье не только в избытке хранилось при дворе для нужд знати, но и экспортировалось во Францию, где

его использовали для изготовления духов.

Народные целители держали рецепты лекарств из бобровой струи в большом секрете и применяли их для лечения множества разных болезней. Медвежью желчь, бобровую струю, женьшень традиционно использовали старoverы и охотники Сибири. Благодаря наличию в этих веществах сильнодействующих натуральных стимуляторов, абсолютно безопасных для здоровья, прием лекарств на их основе способствует повышению тонуса, работоспособности и улучшению настроения. Наверное, это одна из причин, по которым наши предки могли выживать в суровых климатических условиях, зачастую сутками обходясь практически без еды и сна и сохраняя при этом бодрость духа и ясное сознание.

Еще одно удивительное свойство бобровой струи заключается в том, что она является сильнейшим **природным** афродизиаком. Свежий мускус имеет очень **резкий**, отвратительный запах, но при значительном **разведении** мускусный аромат оказывает ярко **выраженное** эротическое действие, вызывая определенные **желания**, причем у обоих партнеров. Бобровую струю **часто** называют природной «виагрой», но это, как мы **уже** успели выяснить, далеко не единственное ее **полезное** свойство. Резко пахнущее мускусное вещество **оказывает** настолько сильное антибактериальное действие, что способно убивать даже палочку Коха — **возбудителя** туберкулеза. Эффективно оно **и** при лечении **других** легочных патологий.

Благодаря тому что препараты на основе бобровой **струи** оказывают комплексное воздействие на весь **организм**, они способны бороться даже с теми **заболеваниями**, против которых зачастую оказываются **бессильны** антибиотики и другие мощнейшие **современные** фармакологические препараты: сепсисом, лучевой **болезнью**, вирусными и грибковыми поражениями, параличами и т. д.

На заметку

Прием природных лечебных средств на основе бобровой струи рекомендован не только тяжелобольным, но и абсолютно здоровым людям при повышенных нагрузках, а также для профилактики авитаминозов, депрессий, различных заболеваний и улучшения качества жизни.

Показания к применению

Так же как и медвежья желчь, бобровая струя применяется для лечения более 100 различных заболеваний. Она представляет собой универсальное природное вещество, оказывающее общеукрепляющее, тонизирующее и омолаживающее действие на организм; помогает улучшать работу кровеносной, сердечно-сосудистой, нервной и иммунной систем, нормализовать гормональный фон, останавливать воспалительные и опухолевые процессы, снимать судороги, нейтрализовать последствия радиационного облучения.

Способность бобровой струи быстро повышать иммунитет и оказывать антибактериальное действие позволяет с успехом использовать ее для лечения герпеса, гайморита, вирусных респираторных заболеваний, гнойной пневмонии, туберкулеза, саркоидоза и силикоза легких и т. д. Особенно быстро можно достичь эффекта при совместном применении барсучьего или медвежьего жира и бобровой струи: очень быстро проходит кашель, в том числе и кашель курильщиков, уничтожаются болезнетворные бактерии, вирусы и грибки.

Бобровая струя доказала свою эффективность при лечении тяжелых заболеваний крови, процессов опу- холеобразования, гепатитов А и В, заболеваний желудка, печени и поджелудочной железы. Применяется она и при стенокардии, ишемической болезни сердца, атеросклерозе, пониженном и повышенном артериальном давлении, а также для восстановления утраченных функций при параличах на почве инсульта.

ЛЕЧЕБНЫЕ СРЕДСТВА ЖИВОТНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ ^U

При различных заболеваниях опорно-двигательного аппарата, радикулитах, остеохондрозах бобровая струя применяется наружно для растирания: боль проходит

практически с первого применения. Прием лекарств, изготовленных из бобровой струи, внутрь помогает почти в два раза ускорить заживление ран и сократить период реабилитации после различных травм и хирургических вмешательств. Происходит это благодаря тому, что вытяжка из бобровой струи является натуральным средством, усиливающим обмен веществ и стимулирующим восстановление организма.

Благотворное влияние бобровой струи на кровеносную систему заключается в укреплении стенок венозных сосудов, рассасывании старых тромбов и предупреждении образования новых. Поэтому она является незаменимым средством при лечении тромбофлебитов и варикозного расширения вен. Терапевтический эффект проявляется в виде полного исчезновения болей, уменьшения отеков, снятия воспаления и достижения долговременного улучшения, вплоть до полного выздоровления.

Мощное противовоспалительное действие бобровой струи позволяет с успехом использовать ее для лечения кожных заболеваний различного происхождения: фурункулеза, экземы, псориаза и т. д. При закапывании настоя этого средства в глаза вылечиваются ячмени и аллергические заболевания, снимается воспаление, пропадает зуд, а за счет активизации кровообращения в сосудах очень быстро улучшается зрение. То же самое происходит и со слухом при закапывании целебного настоя в уши. Рассасываются Ушные пробки, излечиваются поражения слухового нерва и даже ускоряются мыслительные процессы,

что является результатом улучшения кровоснабжения сосудов головного мозга.

Вообще, при лечении бобровой струей различных тяжелых заболеваний пациенты очень часто наблюдают у себя «побочные явления» в виде неожиданного подъема настроения, появления огромной работоспособности, нормализации показателей крови, улучшения внешнего вида и состояния нервной системы, а также повышения потенции и усиления полового влечения. Являясь экологически чистым, абсолютно натуральным и безвредным ненаркотическим стимулятором, бобровая струя нормализует работу нервной системы, оказывая одновременно успокаивающее и тонизирующее действие. В отличие от медикаментозных препаратов для лечения нервно-психических срывов, подавленного состояния, переутомления и депрессии это природное средство бодрит, не вызывая перевозбуждения, и успокаивает, не приводя к возникновению заторможенности и сонливости. При этом замечено, что малые дозы бобровой струи помогают снять напряжение и раздражительность, а большие действуют бодряще, вызывая прилив сил и повышая физическую активность.

Хорошие результаты достигаются при лечении бобровой струей гинекологических заболеваний у женщин; импотенции, преждевременной эякуляции и воспалительных процессов в половых органах у мужчин. Благодаря регулярному приему настоя бобровой струи можно без операций справиться с аденомой предстательной железы, простатитом, а также с такими заболеваниями мочеполовой системы, как циститы, уретриты и т. д. Практически сразу же после начала применения этого средства пропадают боли и рези при мочеиспускании, у женщин рассасываются

кисты, проходят кольпиты и кандидоз, исчезают бартолиниты и другие заболевания, трудно поддающиеся обычному консервативному лечению. Это целительное действие бобровой струи объясняется, опять-таки, ее способностью улучшать кровообращение — в данном случае восстанавливается нормальный приток крови к области малого таза. Пациентам среднего и пожилого возраста применение бобровой струи можно рекомендовать с целью омоложения и предупреждения преждевременного угасания половой функции организма. К тому же это вещество существенно снижает риск возникновения атеросклероза и способствует рассасыванию холестериновых бляшек.

На заметку

Так же как и медвежья желчь, бобровая струя хорошо сочетается практически со всеми фармакологическими препаратами и способами лечения, применяемыми в

официальной медицине.

Меры предосторожности и противопоказания

Поскольку прием лекарственных средств на основе бобровой струи ведет к увеличению сексуальности, следует учитывать состояние больного и точно соблюдать дозировку. Это не всегда бывает легко, так как подбор дозы в данном случае должен производиться индивидуально в зависимости от состояния сердечнососудистой и нервной систем, массы тела пациента и многих других факторов. При некоторых кардиологических патологиях сексуальная активность строго противопоказана — соответственно, при таких заболеваниях принимать бобровую струю следует очень осторожно или вообще отказаться от этого средства. В любом случае, если вы страдаете каким-либо серъ

езным недугом, все способы лечения нужно согласовывать со своим лечащим врачом, а начиная курс приема любого нового для вас препарата, внимательно следить за своим состоянием, особенно в первые дни приема лекарства.

Дозировка для здоровых людей также подбирается индивидуально, начиная с минимальной — 1—2 капли вытяжки или малюсенькая щепотка на кончике чайной ложки сухого средства 1 раз в сутки.

Применение в медицине и парфюмерной промышленности

Химический состав бобровой струи был изучен в середине прошлого века. В ней выделены такие соединения, как бензиловый спирт, борнеол, п-этил- фенол, ацетофенон, бензойная, коричная, салициловая кислоты и многие другие вещества, обладающие высокой биологической активностью. В состав содержимого бобровой струи входит также мускус (эфирное масло красно-бурого цвета, придающее ей характерный запах), касторин, холестерин, углекислый аммоний, углекислый кальций, фосфорнокислый кальций.

В медицинской литературе есть описание применения бобровой струи при различных заболеваниях. Наличие в этом средстве сильного природного антисептика — салициловой кислоты — позволило с успехом использовать его в дерматологии для лечения гнойничковых заболеваний кожи. Институт космической медицины проводил исследования и изготавливал из этого природного продукта настойки для космонавтов, позволяющие им легче справляться со стрессом и перегрузками. Бобровую струю назначали чернобыльцам для лечения лучевой болезни, лейкемии, лейкозов, а в токсикологии она использовалась в качестве антидота при отравлениях. На африканском континенте бобровая струя до сих пор является одним из основных компонентов противо- змеиной сыворотки.

Тем не менее промышленный способ производства фармакологических препаратов широкого спектра действия из бобровой струи пока еще не разработан. Сходный химический состав с мускусом имеет камфора. Показания к ее применению во многом совпадают с таковыми для бобровой струи.

Справочная информация

Камфора возбуждает центральную нервную систему, стимулирует кровообращение и тонизирует дыхательный центр; оказывает положительное влияние на обменные процессы в миокарде и альвеолярную вентиляцию; улучшает легочный кровоток. Под влиянием камфоры суживаются периферические кровеносные сосуды. Выделяясь из организма через дыхательные пути, камфора способствует отделению мокроты. Имеются указания, что данное лекарственное средство ингибирует агрегацию тромбоцитов, в связи с чем оно может быть рекомендовано к применению для улучшения микроциркуляции.

При острой и хронической сердечной недостаточности, гипотонии, коллапсе, для профилактики и лечения нарушений кровообращения при инфекционных заболеваниях, пневмонии, гнойном плеврите, отравлениях наркотиками масляный 20-процентный раствор камфоры вводят подкожно. При ревматизме, артритях назначают наружно

10-процентный масляный раствор. Для предупреждения образования пролежней используется камфорный спирт (1 часть камфоры, 7 частей этилового спирта и 1 часть воды). Внутрь назначают растертую камфору в порошке.

При эпилепсии, склонности к судорожным реакциям, недостаточной лактации подкожно препарат не вводят. С осторожностью применяют при острых эндокардитах, аневризме крупных сосудов.

Из производных камфоры применяется 3-бромкамфора в качестве седативного средства.

В настоящее время бобровая струя применяется в иммунологии для повышения резистентности организма и в сексопатологии в качестве природного средства, стимулирующего сексуальную активность; рекомендуется спортсменам для достижения рекордов. В отличие от других натуральных стимуляторов, таких как, например, женьшень, бобровая струя не повышает артериальное давление, а нормализует его, поэтому данное средство можно назначать пациентам среднего и старшего возраста, страдающим гипертонией. Под воздействием бобровой струи увеличивается выработка тестостерона как в мужском организме, так и в женском, что способствует повышению либидо и потенции даже в пожилом возрасте.

Современная официальная медицина не отрицает лечебных свойств бобровой струи, однако в силу дороговизны натурального сырья для производства фармакологических препаратов используются синтетические аналоги веществ, входящих в его состав. Более широкое применение в настоящее время бобровая струя нашла в парфюмерной промышленности

как фиксатор запахов самых дорогих духов, придающий им своеобразный «животный» аромат. Начатый в 1963 году (тогда еще в СССР) организованный промысел бобра позволил отказаться от импорта бобровой струи и обеспечил отечественную парфюмерную промышленность собственным сырьем.

В 2000 году в Европе был найден синтетический заменитель бобровой струи для использования в парфюмерии. Ученые открыли химическую формулу вещества, запах которого оказался максимально приближен к мускусу бобровой струи.

Предупреждение

Химическая «бобровая струя», предназначенная для нужд парфюмерной промышленности, не применяется в медицине. Это соединение нельзя использовать при лечении каких бы то ни было заболеваний по причине его вредного воздействия на организм.

Лекарственные формы

Заготовители поставляют на рынок бобровую струю в натуральном виде (цельная сухая железа), а также в форме порошков и готовых настоек. Некоторые народные целители изготавливают из натурального сырья сильнодействующие растирания и мази.

Существенным недостатком этого лечебного средства является его довольно сильный специфический запах. Однако современным производителям препарата на основе натуральной бобровой струи удалось справиться с этой проблемой, заключив действующее

вещество в капсулу из желатина. Этот препарат, предназначенный для лечения мужской импотенции и бесплодия, получил название **касолин**.

Сырье получают от бобров, обитающих в России и Беларуси. Измельченный секрет желез бобра в течение месяца настаивают на спирту, затем алкоголь выпаривают, в результате чего остается концентрированное действующее вещество в виде масляного экстракта, которое и заключают в мягкую желатиновую капсулу.

Исследования на животных показали высокую эффективность и безопасность касолина. В результате его применения у самцов подопытных крыс существенно увеличилась репродуктивная способность, а также умственная и физическая активность.

Воздействие касолина на человека было исследовано в марте 2000 года на трех

клинических базах Минска. В результате у 70—80 процентов испытуемых (мужчин в возрасте от 40 до 80 лет) был отмечен положительный эффект лечения, выраженный в повышении потенции, улучшении состава и качества спермы. Побочных эффектов и аллергических реакций не возникало.

Касолин совместим со всеми лекарствами. В случае сочетания препарата с успокаивающими и спазмолитическими средствами растительного происхождения происходит взаимное усиление их действия на организм. Всасывание в желудочно-кишечный тракт происходит через 30 минут после приема, а через час лекарство поступает в кровь.

Рекомендуемый курс лечения составляет 1—2 месяца. Полученный эффект сохраняется в течение полугода, после чего терапию следует повторить.

Добыча и заготовка бобровой струи

На территории России встречается два вида бобров: бобр речной и бобр канадский, который отличается более крупным телом и узким черепом. В Средние века лекари особенно ценили русскую, или сибирскую, бобровую струю. Струя канадских бобров меньше по весу и беднее по составу.

Являясь грызуном, бобр имеет ярко выраженные признаки этого отряда и в то же время ряд приспособительных особенностей, связанных с полуводным образом жизни. Размоченная ивовая кора, преобладающая в рационе бобров, является источником салициловой кислоты, которая обнаруживается в бобровой струе и обуславливает ее ранозаживляющие свойства.

Для лечебных целей можно использовать струю от животных, добытых в любое время года. Некоторые народные целители утверждают, что для лечения импотенции у мужчин лучше применять струю, полученную во время гона (периода спаривания животных). У бобров он проходит в январе-феврале. Однако добыча бобра в этот момент затруднена тем, что водоемы покрыты толстым слоем снега и льда.

В начале XX века бобры находились на грани истребления и были взяты государством под охрану, но сейчас их численность восстановилась и охота на них снова разрешена. В настоящее время созданы также специальные фермы по выращиванию бобров и разработана методика получения бобровой струи у живого зверя, но она еще не нашла широкого при

менения. Специалисты продолжают исследования в данной области и работают над тем, чтобы увеличить количество этого ценного вещества, вырабатываемого животными.

Считается, что лечебные свойства струи самцов и самок практически не различаются. Возможно, данным вопросом просто никто не занимался всерьез, так как внешне самца очень сложно отличить от самки, которая не выкармливает в этот момент потомство, даже опытному охотнику. Наверняка определенные нюансы в целебных особенностях есть, но их знают только те немногие знахари, которым сумели передать свои знания их предки.

Масса бобровой струи взрослого животного составляет 170—200 г (у молодых бобров меньше). Существенной разницы по этому показателю между свежими железами самцов и самок нет, однако во время сушки содержимое мешочков, полученных от самок, теряет в весе от 5 до 15 процентов, а от взрослых самцов — до 30 процентов.

Сразу же после добычи бобра железы извлекают из тушки и тщательно очищают от жира, крови и слизи. Сама железа содержит вещества, обладающие сильными антибактериальными свойствами, поэтому она может храниться достаточно долго, а вот остатки мяса и жира способствуют тому, что струя начинает портиться и приобретает нехарактерный гнилостный запах.

Извлеченную бобровую струю можно сразу же использовать в сыром виде, но для хранения необходима сушка. Железы сушат в темном прохладном месте примерно в течение месяца. Правильно высушенная (но непересушенная!) струя может храниться несколько лет.

Приготовление целебного настоя

Высушенную железку нужно мелко нарезать (чем мельче, тем быстрее она настоится) и залить водкой: 100 г струи на 500 мл. В течение 2—3 дней бобровая струя должна настаиваться при комнатной температуре, после чего вытяжку необходимо снова разбавить водкой. Пропорции определяются по цвету — разбавлять нужно так, чтобы настойка была не темно-коричневой, а приобрела цвет коньяка. Обычно из струи массой 100 г получается от 800 до 1200 мл вытяжки.

Другой способ: настаивать бобровую струю не на водке, а на 70-градусном спирте. В этом случае не обязательно ждать 2—3 дня, иногда лекарство бывает готово уже через полчаса. Готовую настойку нужно разбавить водой в соотношении 1 : 1 и убрать на хранение в темное место. Это не обязательно должен быть холодильник, можно хранить и при комнатной температуре. Главное, чтобы на лекарство не попадал свет.

Процеживать настойку и убирать из нее осадок не нужно. После использования лекарства осадок можно будет снова настоять (водки в этом случае следует брать в половину меньше, чем в первый раз).

Совет

Людам, которым прием спиртовых настоек противопоказан (больным аллергией; алкоголизмом при наличии вшитой ампулы или приеме препарата «Эспераль»), бобровую струю можно употреблять в виде порошка.

Рекомендации по лечению и профилактике

К сожалению, бобровая струя обладает далеко не самым приятным запахом и выраженным горьким вкусом (особенно это касается свежей железки). Наши предки употребляли лекарства на основе этого продукта с другими природными веществами — медом, настоями целебных растений и т. д. На данный момент самым лучшим средством, помогающим отбить неприятный запах и вкус бобровой струи, является кофе (при аллергии и других заболеваниях его можно заменить напитком на основе ячменя или цикория). Сначала нужно набрать в рот немного кофе (он должен быть не горячим, а теплым) и, не глотая, добавить к нему ложечку бобровой струи, после чего быстро все проглотить.

Отличные результаты достигаются и при наружном применении бобровой струи (обязательно при одновременном приеме внутрь).

Принимают бобровую струю обычно 1 раз в день, утром. Для профилактики заболеваний и поднятия общего тонуса достаточно 20 капель (1 ч. ложки) спиртовой настойки или кусочка сухой железки размером со спичечную головку. Лечебные дозы определяются индивидуально, в зависимости от состояния. Как правило, это та же чайная (реже — десертная) ложка настойки или маленький кусочек сухого лекарства от

1 до 3 раз в день.

Лечение простудных и легочных заболеваний

Этот способ подходит для лечения всех респираторных и бронхолегочных заболеваний, в том числе туберкулеза. Настой бобровой струи используется в **таких** случаях для ингаляций.

Банку со спиртовым настоем следует открыть и сделать несколько резких **ВДОХОВ** носом и ртом. Одновременно для повышения иммунитета принимать по 1 ч. ложке настойки струи внутрь (лучше утром, натощак).

Лечение варикозного расширения вен и отеков мягких тканей

При ноющих болях от варикозного расширения вен, синяков, опухолей настойку бобровой струи назначают одновременно наружно и внутрь.

Больное место распарить в бане, сауне или ванне, а затем втереть настойку легкими массажными движениями. Внутрь принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день за час до еды, ничем не заедая и не запивая. Результаты (исчезновение болевых ощущений, уменьшение опухоли, повышение настроения и аппетита) проявляются, как правило, через три недели

после начала лечения.

Свечи от геморроя и простатита

Основой служат обычные ректальные свечи, которые продаются в аптеке (лучше всего — с экстрактом красавки). Купленные свечи поместить в ковшик и поставить в теплую воду. После того как лекарство растает, добавить к нему перетертую бобровую струю (1 спичечная головка сухого средства на 1 свечу), тщательно перемешать и залить в формочки. В качестве формочек удобно использовать одноразовые инсулиновые шприцы с обрезанным кончиком со стороны иглы (поршень вытянуть на длину свечи). Заполненные шприцы установить вертикально на подставке в холодильник. Лекарство готово к применению сразу же после застывания.

Свечи следует выдавливать поршнем и использовать 1 раз в день на ночь в течение 10 дней, затем сделать перерыв и снова повторить курс лечения. Одновременно по утрам пить настойку бобровой струи по 1 ч. ложке в день.

Лечение кандидоза (молочницы)

Спиртовую настойку бобровой струи разбавить слегка теплой кипяченой водой (2 ч. ложки настойки на 1 стакан воды). Пропитать раствором тампон и ввести во влагалище. Как правило, хватает одного применения.

Напиток для быстрого восстановления сил

Добавить в чай или кофе 1 ч. ложку спиртовой настойки бобровой струи. Пить теплым (но не горячим!). При бессоннице и повышенном артериальном давлении вместо чая или кофе можно использовать настои ягод и целебных трав.

Совместное применение бобровой струи, животных жиров и медвежьей желчи

Исключительно сильные результаты достигаются при чередовании или одновременном применении (в зависимости от назначений врача) медвежьей желчи, медвежьего и барсучьего жира и бобровой струи. Эффективность такого лечения увеличивается во много раз.

Лечение ушибов, переломов, опухолей и гематом

Смесь настоев медвежьей желчи и бобровой струи **применяют** в таких случаях наружно для компрессов и примочек. Данное средство очень эффективно при **сложных** переломах, разрывах связок и сухожилий; способствует уменьшению отеков и быстрому заживлению ран.

Лечение онкологических заболеваний

При доброкачественных, а также злокачественных опухолях прием бобровой струи и медвежьей желчи рекомендуется чередовать. Курс лечения каждым средством составляет обычно один месяц, затем делается небольшой перерыв, и лечение повторяют вновь.

Капли из медвежьей желчи и бобровой струи

Смешать в равных пропорциях спиртовые настойки медвежьей желчи и бобровой струи и растворить в 20 частях воды. Эти капли отлично помогают при заболеваниях глаз, ушей, ОРВИ и гриппе. Для лечения конъюнктивита, слезоточивости, ощущения песка в глазах нужно смазать капелькой раствора край века, и неприятные ощущения исчезнут. Также очень полезно пользоваться этим средством при повышенной нагрузке на глаза (например, тем, кто много времени работает за компьютером).

Во время эпидемий гриппа перед выходом на улицу и по возвращении домой этим раствором нужно смазывать слизистую оболочку носа или закапывать по 2—3 капли в каждый носовой ход. При ангинах рекомендуется 3—4 раза в день капать по 5—8 капель целебной жидкости на гланды, а при отитах — закапывать по 3 капли в уши.

e-puzzle.ru

Лечение кандидоза

Женщинам для лечения молочницы 20-процентным водным раствором спиртовых настоек медвежьей желчи и бобровой струи нужно пропитать тампон и ввести вечером

во влагилице на 1—2 часа. При отсутствии неприятных ощущений тампон можно оставить до утра. При начальной стадии заболевания достаточно одной-двух процедур, при запущенной — 5—6 ежедневно с одновременным приемом концентрированного состава внутрь.

Лечение туберкулеза

Для лечения туберкулеза обычно требуется так называемый полный курс бобровой струи (не менее 100 г железы). Спиртовую настойку бобровой струи употребляют 3 раза в день за 2 часа до еды. Через час после настойки принимают по 1—2 ст. ложки медвежьего или барсучьего жира. Вечером перед сном делают растирания небольшим количеством жира области груди и спины (лопаток).

Часть 2 Лечебные средства растительного происхождения

ГЛАВА 1. ЖЕНЬШЕНЬ

Женьшень — многолетнее травянистое растение семейства аралиевых. Наши предки называли его корнем жизни. О чудодейственной силе этого ценнейшего подарка природы во всем мире складывались предания и легенды. Традиции применения женьшеня в лечебных целях уходят корнями в глубокую древность. В восточной народной медицине женьшень известен не менее 4000 лет. Первые сведения о нем встречаются в древнейших китайских сочинениях, написанных за двадцать веков до нашей эры. Большое место отведено описанию женьшеня в сводной китайской фармакопее XVI века, состоящей из 52 томов.

Слово «женьшень» заимствовано из китайского языка (в дословном переводе оно звучит как «человек- корень»). Это название было дано растению за поразительное сходство его корня с человеческой фигурой. Корейское название женьшеня — «инсам». В Корее и

Китае корень женьшеня используют не только в медицине, но и для приготовления пиши.

Восточная медицина утверждает, что прием препаратов, приготовленных из женьшеня, продлевает жизнь и помогает сохранить молодость. Народы Востока давали ему различные поэтические названия: «Дар богов», «Чудо природы», «Дух земли», «Божественная трава» и т. д. В одной старинной восточной легенде рассказывается о том, что женьшень вырос на месте прозрачного горного источника, в который ударила молния, и поэтому он таит в себе силу небесного огня. В другой сказке говорится, что женьшень появился после того, как на землю упали слезы прекрасной девушки, которая оплакивала своего брата, в третьей — что это растение является сыном тигра и красной сосны. Легенды говорят и о том, что женьшень, имеющий сверхъестественную силу, умеет превращаться в дикого зверя и даже в человека. Корень женьшеня входил в число традиционных подарков к знаменательным датам, а настойку из него называли «эликсиром жизни».

В Европу корень женьшеня был завезен в XVII веке голландскими купцами, побывавшими в Китае. Применять его рекомендовалось «при всякой слабости, в случаях телесного или душевного утомления и усталости», а также «против внезапных головокружений в жару». В России о целебных свойствах женьшеня стало известно еще раньше, чем на Западе, благодаря научному труду русского посланника, жившего в Китае, который был опубликован в 1675 году. Русские таежные целители и знахари издавна использовали женьшень для лечения различных заболеваний, но держали эту информацию в строгом секрете. Возможно, что именно настой женьшеня явился прототипом **сказочной** «живой воды», способной воскрешать мертвых. Согласно старинному поверью, растертый корень женьшеня, смешанный с чаем или настоем целебных **трав**, возвращал умирающим сознание и помогал им прожить еще несколько часов.

В Китае женьшень, считавшийся панацеей от всех болезней, оценивался по весу в три раза дороже золота и в двести раз дороже серебра. Запасы его постепенно

истощались, и в конце позапрошлого века поиски «корня жизни» переместились в русскую приморскую тайгу. Постепенно вместе с китайскими собирателями женьшеня его поисками начали заниматься и русские «корневщики», как тогда называли людей, занимавшихся этим промыслом. Первой страной, наладившей массовое выращивание культивированного женьшеня, была Корея, затем плантации этого целебного растения появились во Вьетнаме. Реликт, произраставший еще в третичный период, свыше миллиона лет назад, сумевший пережить резкие перемены климата и сохраниться в таежных лесах до наших дней, в настоящее время находится под охраной и занесен в международную Красную книгу и в Красную книгу России. Одной из мер по его сохранению в естественных условиях является широкое культивирование женьшеня на плантациях промышленного типа и участках женьшеневодов-любителей.

Многочисленные исследования, проводившиеся специалистами всего мира, доказывают, что женьшень действительно имеет исключительные целебные свойства и является мощным природным иммуномодулятором и адаптогеном. Согласно утверждению советских дальневосточных фармакологов, женьшень как стимулятор является даже более сильным, чем такие общеизвестные средства, как лимонник, пантокрин

и фенамин, способным оказывать выраженное тонизирующее действие на человеческий организм. Ярче всего это проявляется в повышении умственной и физической работоспособности. При однократном применении настойки из женьшеня исчезает сонливость во время ночной работы, человек ощущает бодрость и прилив сил. Прием в течение четырех недель способствует долговременному и устойчивому увеличению физической активности. Регулярное и длительное употребление данного средства в меньших дозах приводит к улучшению общего состояния организма, повышению иммунитета и нормализации деятельности сердечно-сосудистой системы. При этом важно то, что в отличие от допингов женьшень не истощает естественные резервы организма.

На заметку

Женьшень обладает ярко выраженной сезонной активностью, поэтому препараты на его основе рекомендуется принимать в холодное время года.

Показания к применению

Женьшень признан официальной медициной и широко используется в качестве общетонизирующего, биостимулирующего и адаптогенного средства. Его назначают в период восстановления после тяжелых заболеваний, хирургических операций при возникновении осложнений различной этиологии, а также при истощении организма в результате длительного физического и психического переутомления. В качестве профилактического средства женьшень рекомендуется представителям тяжелых и вредных профессий; во время эпидемий инфекционных заболеваний; пожилым и ослабленным людям.

Повышая устойчивость основных физиологических систем к вредным воздействиям, препараты женьшеня значительно усиливают адаптационную способность организма, что проявляется в стойком повышении сопротивляемости к стрессовым ситуациям и неблагоприятным воздействиям внешней среды — переменам климата, жаре, холоду, различным инфекциям, отравлениям и т. д. Настойка женьшеня действует на организм неспецифически, то есть мобилизует защитные силы организма независимо от характера вредного воздействия. Происходит это благодаря тому, что данное лекарственное растение способствует усилению выработки организмом ферментов, необходимых ему для борьбы с последствиями воздействия стресса.

Давно отмечено положительное воздействие женьшеня на уровень гемоглобина в крови у больных анемией, а в последние годы учеными были получены данные о том, что женьшень также оказывает выраженное защитное действие от внутреннего облучения при инкорпорации радиоактивного стронция, плутония, фосфора и других

радионуклидов, что, по всей вероятности, связано с усилением обмена кальция в костной ткани. Поступление женьшеня в организм как до, так и после воздействия гамма-облучения повышает выживаемость, замедляет потерю массы тела и уменьшение количества эритроцитов, нормализует содержание гемоглобина, ретикулоцитов, лейкоцитов в крови и предупреждает развитие лучевой болезни.

Положительное воздействие женьшеня на иммунную систему и его противовоспалительное действие в

настоящее время тоже научно доказано рядом специалистов, и исследования в этой области продолжаются. На данный момент установлено, что препараты из этого растения сами по себе не убивают болезнетворные бактерии, однако они помогают организму бороться с воспалением, стимулируя выработку в организме противовирусных антител.

Стимулирующее воздействие женьшеня на центральную нервную систему позволяет с успехом использовать его для лечения различных нервных и психических заболеваний. В зависимости от дозы женьшень может возбуждать или успокаивать кору головного мозга, оказывая терапевтическое воздействие при неврозах, неврастении, нейроциркуляторной дистонии (НЦД) по гипотоническому типу, астении различной этиологии. Регулярный прием препаратов на основе женьшеня способствует восстановлению нервных клеток, улучшению настроения и сна.

Общеизвестно, что женьшень способен заметно улучшать функциональную деятельность сердечно-сосудистой системы. Он усиливает снабжение организма кислородом, повышает устойчивость его к гипоксии (кислородному голоданию вследствие недостатка кислорода в воздухе), уменьшает одышку. Под влиянием препаратов из женьшеня отмечается усиление амплитуды сердечных сокращений и урежение частоты сердечного ритма. Его часто назначают при гипотонии с целью повышения артериального давления; имеются благоприятные результаты применения при тахикардии и миокардиодистрофии.

Кроме того, это целебное растение оказывает метаболическое, противорвотное действие и стимулирует аппетит. Регулярный прием препаратов, изготовленных из женьшеня, снижает содержание холестерина и глюкозы в крови (что очень важно при сахарном диабете), предотвращает избыточное отложение жира в печени, активизирует деятельность надпочечников, регулирует обмен нуклеиновой кислоты и белков, способствует обновлению тканей, улучшает ассимиляцию питательных веществ и помогает пищеварению.

Особенно полезен женьшень людям пожилого возраста, у которых наблюдается постепенное угасание всех жизненно важных функций организма. Женьшень оказывает мягкое стимулирующее действие на половую систему; на начальных стадиях глаукомы улучшает зрение; омолаживает организм и продлевает жизнь.

На заметку

Женьшень хорошо сочетается практически со всеми лекарственными средствами, что позволяет успешно применять его в комплексной терапии различных заболеваний.

Меры предосторожности и противопоказания

На лечение женьшенем необходимо получить разрешение врача. Многие люди думают, что растительные препараты безвредны в любых дозах и не имеют никакого побочного действия. Это заблуждение.

Передозировка женьшеня очень опасна. Известны случаи смертельного отравления в результате одновременного приема 150—200 г женьшеневой настойки! Даже незначительное превышение доз, которые определил врач, или самостоятельное увеличение длительности курса лечения могут привести к появлению головных болей, болей в сердце, головокружений, к повышению артериального давления и бессоннице.

Симптомы острого отравления проявляются в виде затрудненного дыхания, озноба и кровотечений.

Противопоказаниями к приему настойки женьшеня являются: повышенная возбудимость, бессонница, лихорадочный синдром на фоне острых инфекционных заболеваний, гипертоническая болезнь, сердечная недостаточность, кровотечения, атеросклероз, а также индивидуальная непереносимость. Как уже было отмечено выше, данный растительный препарат хорошо сочетается с другими лекарственными средствами, однако во время лечения им запрещено употреблять алкоголь.

Кроме того, женьшень входит в группу лекарственных растений, которые нельзя принимать перед операциями ввиду риска развития послеоперационных кровотечений и уменьшения эффекта от применения препаратов для общего наркоза. Такими же свойствами обладают лук, чеснок, сельдерей, петрушка, гвоздика, зеленый чай, эхинацея, валериана, зверобой. Воздерживаться от их приема нужно не менее 10 дней перед предстоящим хирургическим вмешательством.

Несмотря на то, что современная медицина располагает достаточным количеством данных о применении женьшеня, в этой области остается еще много противоречивой информации, поэтому решение

о целесообразности назначения данного средства в каждом отдельно взятом случае должен принимать квалифицированный врач.

Предупреждение

Категорически запрещается применять женьшень при беременности, во время кормления грудью и для лечения детей дошкольного возраста!

Результаты научных исследований

Из всех народных средств, традиционно применявшихся нашими предками для лечения различных болезней, женьшень является самым известным и хорошо изученным специалистами. Советский Союз первый среди европейских стран официально признал женьшень лекарственным средством и внес его в государственную фармакопею. По международной анатомо-терапевтической-химической классификации (АТХ) женьшень относится к общетонизирующим препаратам (группа А1 ЗА).

Химический состав растения изучен очень хорошо. В результате научных исследований было установлено, что фармакологическая активность женьшеня обусловлена содержанием в нем сапониновых гликозидов (панаксозиды А и В, панаквилон, панаксин), эфирных и жирных масел, стеролов, пептидов, витаминов и минералов.

Справочная информация

Корень женьшеня содержит:

- *сапонины: гинзенозиды (панаксозиды) — тритерпеновые гликозиды;*
- *ксатриолы — группа гликозидов, агликоном в которой служит олеаноловая кислота;*
- *биологически активные полиацетилены: фалькаринол, фалькаринтриол, панаксинол (содержание в порошке красного женьшеня 250 мкг/г), панаксидол (содержание 297 мкг/г), панакситриол (содержание 320 мкг/г), гептадека-1-ен-4,6-дин-3,9-диол;*
- *пептиды — низкомолекулярные N-глутамил олигопептиды, состоящие из нескольких остатков аминокислот;*
- *полисахариды (содержание водорастворимых полисахаридов достигает до 38,7%, щелочерастворимых — около 7,8—10%) и эфирные масла (до 80% эфирных масел — сесквитерпены, из которых наибольшая доля (до 5—6%) — фарнезол);*
- *витамины (С, группы В, пантотеновая, никотиновая, фолиевая кислоты), слизи, смолы, пектин, аминокислоты;*
- *макроэлементы: калий, кальций, фосфор, магний;*
- *микроэлементы: железо, медь, кобальт, марганец, молибден, цинк, хром, титан.*

Ученые доказали, что гликозиды женьшеня, поступающие в организм при приеме

спиртовой настойки растения, в условиях стресса используются им для выработки гормонов самозащиты, заменяя расход мышечной энергии. Это объясняет стимулирующее и тонизирующее воздействие препаратов женьшеня на человеческий организм.

Сравнительно недавно внимание исследователей было привлечено к содержанию в препаратах женьшеня металлического германия или его солей. Предполагается, что присутствие этого химического элемента в препаратах женьшеня важно для проявления их лечебного действия.

В настоящее время исследования свойств этого лекарственного растения продолжаются. Спорным остается вопрос о воздействии женьшеня на онкологические опухоли, которое связано с его способностью влиять на рост кровеносных сосудов. Так, одни ученые утверждают, что женьшень способствует рос-



ту опухолей, а другие — что он замедляет этот процесс. Последние данные свидетельствуют о том, что в женьшене действительно содержатся вещества с прямо противоположным действием — одни угнетают, а другие стимулируют рост сосудов. Первые могут оказаться полезными при лечении рака, так как, уменьшив кровоснабжение опухоли, можно остановить ее рост, а вторые — для заживления ран. По-видимому, в разных сортах женьшеня преобладают различные вещества, которые и определяют то воздействие, которое оно оказывает на организм.

Раньше считалось, что все сорта этого растения обладают сосудосуживающим действием, поэтому прием препаратов на его основе вызывает повышение артериального давления, однако не так давно исследователи установили, что применение этого лекарственного средства может способствовать и нормализации давления. Такими же неоднозначными остаются мнения специалистов о влиянии женьшеня на сон. Одни врачи рекомендуют принимать настойку женьшеня только в утреннее время для предупреждения нарушений сна, а другие считают, что этот биологический стимулятор не обладает антигипнотическим эффектом, то есть не препятствует сну.

Данные противоречия нашли свое отражение и в народной медицине Востока. Одни восточные целители утверждают, что возбуждающее действие оказывает средняя часть корня женьшеня, а нижняя, представленная отростками, влияет на организм угнетающе. Другие полагают, что эффект зависит от того, корни каких растений используются для лечения — культивируемых или дикорастущих. Однако научные данные, которые удалось получить на сегодняшний день, не свидетельствуют в пользу ни одного из этих мнений.

Уникальные свойства женьшеня способствовали возникновению попыток создать вещество, близкое к нему по химическому составу, искусственным путем, но достичь положительного результата ученым пока не удалось. Во второй половине XX века биотехнологическими методами из клеточной культуры тканей корня женьшеня была *in vitro* получена биомасса, близкая по составу, органолептическим и фармакологическим свойствам к природному сырью. Это сделало женьшень более доступным для использования в медицине и косметологии, хотя опыты по ускоренному тканевому размножению женьшеня показали, что ткань, выращенная в искусственных условиях, значительно уступает натуральному корню женьшеня по своим целебным свойствам.

Лекарственные формы

Сложный комплекс действующих веществ женьшеня не разделен, и они в отдельности пока не получены, поэтому из корней этого целебного растения изготавливают настойки и экстракты.

Наиболее употребительной в лечебной практике является спиртовая настойка для

приема внутрь. Противопоказания для ее назначения — цирроз и другие заболевания печени, алкоголизм, эпилепсия, а также отдельные болезни и состояния организма, описанные выше в соответствующем разделе этой книги.

Растительное сырье поставляется на рынок в виде пластин прямоугольной или треугольной формы, длиной до 10 см, шириной 0,2—1,8 см и толщиной 0,2—0,8 см. Цвет желтовато-белый, запах специфический, вкус сладкий и жгучий, затем горьковатый. В пластинках хорошо видны кусочки тонких нитевидных корешков.

Сухой экстракт женьшеня представляет собой порошок светлого цвета, который в указанных дозировках можно добавлять в пищу. В 60 г лекарства содержится 4 процента сапонинов.

В аптеках продается также жидкий экстракт женьшеня **Red Ginseng Extract Gold** или **Red Insam Extract Gold** массой 50 г. Это густая, вязкая жидкость темного цвета, содержащая 7, 10 или 12 процентов сапонинов. Лечебный раствор для приема внутрь готовится следующим образом: мерная ложечка лекарства (1 г) растворяется в воде. Для улучшения вкусовых качеств напитка в него можно добавлять фруктозу или мед.

Для удобства приема и дозировки фармацевтические компании выпускают также лекарства, изготовленные из женьшеня, в виде капсул — «Доппельгерц женьшень» (180 мг), «Гербион женьшень» (350 мг). **Red Ginseng Extract Capsule** (300 мг) и таблетки, покрытые пленочной оболочкой, — «Геримакс женьшень» (200 мг).

Культивирование и сбор

Женьшень культивируется на плантациях России, Северной и Южной Кореи, Китая, Японии, США, Вьетнама. Дикий женьшень произрастает в настоящее время на Дальнем Востоке, в Китае, а также в Тибете, на Алтае, Урале и в Сибири. В ареал естественного произрастания этого лекарственного растения входит также Центральный горный район Вьетнама.

При благоприятных условиях женьшень размножается самосевом, создавая колонии растений разного возраста. Такие «семьи» состоят чаще всего из трех-пяти кустиков, однако в художественной литературе имеются описания о произрастании в одном месте 50 и более корней женьшеня. А по утверждению «корневшиков» — профессиональных сборщиков корней женьшеня, — в тайге встречаются колонии и из 100 растений.

В медицинских целях применяют высушенные корни дикорастущего и культивируемого женьшеня обыкновенного (*Panax ginseng*), женьшеня пятилистного (*Panax quinquefolium*) и женьшеня ползучего (*Panax repens*).

В Китае различают 15 видов женьшеня. Специалистами этой страны накоплен огромный опыт, позволяющий им успешно культивировать женьшень.

Российским работникам вновь организованных промышленных плантаций, а также многочисленным садоводам-любителям, решившим выращивать женьшень на своих садовых участках, необходимы специальные знания, так как это растение обладает рядом биологических особенностей.

Культура очень тенелюбива, поэтому плантации накрывают навесами, которые пропускают не более 20—30 процентов солнечных лучей. Кроме того, растение сильно истощает почву, поэтому повторно его можно высаживать не ранее чем через 10 лет. Для приготовления лекарственных средств используют женьшень 6-летнего возраста, так как только к этому времени количество сапонинов в нем достигает требуемого уровня. Изучение распределения в корнях женьшеня пяти микроэлементов (меди, железа, молибдена, марганца и цинка) показало явное повышение их содержания к концу вегетационного периода, поэтому специалисты рекомендуют производить сбор растений именно в это время.

Возраст дикорастущего женьшеня можно приблизительно определить по внешнему виду корня и количеству листьев. Корень у женьшеня стержневой, веретенообразный, ветвящийся, достигающий до 25 см в длину и 0,7—2,5 см в толщину, с 2—5 крупными

продольно- или спирально-морщинистыми, хрупкими разветвлениями (реже без них), излом ровный. «Тело» корня утолщенное, почти цилиндрическое, вверху с ясно выраженными кольцевыми разрастаниями. В верхней части имеется суженное поперечно-морщинистое корневище — «шейка». Корневище короткое, с несколькими рубцами от опавших стеблей, наверху образует «головку», представляющую собой расширенный остаток стебля и верхушечную почку (иногда 2 или 3 почки). От «шейки» иногда отходят один или несколько придаточных корней. «Шейка» и «головка» могут отсутствовать. Цвет корней на поверхности и в разрезе желтовато-белый, на свежем изломе белый.

Согласно биологическому описанию, вес корня женьшеня колеблется в среднем от 30 до 100 г, однако отдельные корни, найденные в Уссурийской тайге, достигали 200 г. В 1980 году в Уссурийской тайге был найден корень весом 419 г, а за последние десять лет в тайге И майского района Приморского края были обнаружены корни весом по 320 и 260 г. Специалисты определяют их возраст в 300—350 лет. На Востоке самым большим корням принято давать собственные имена, например: «Великий отшельник», «Император», «Уссурийский старец» и т. д. Подобные находки, размером с человеческую руку от кисти до локтя,

попадают промысловикам не чаще чем один раз в 30—50 лет.

Пальчато-сложные длинночерешковые листья женьшеня сходятся в мутовку на вершине стебля, высота которого составляет от 30 до 70 см. Небольшие бледно-зеленые цветки, отдаленно напоминающие звездочки, собраны в зонтик на цветочной стрелке, начинающейся в центре листовой мутовки. Плод женьшеня — ярко-красная костянка с двумя плоскими семенами.

«Корневщики»-китайцы давали женьшеню особые названия в зависимости от количества листьев. Растения, имеющие три листа, назывались «тантаза», четыре — «сипие», пять — «упие», а редко встречавшиеся растения с шестью листьями — «липе».

Заготовка лекарственного сырья

Найденный женьшень сортируют по нескольким критериям, среди которых вес и размер корня, наличие или отсутствие отверстий, вид на просвет и даже на схожесть с фигуркой человека. По традиции различают четыре вида женьшеня: небесный (heaven), земной (earth), хороший (good) и резаный (cut). Стоимость корня очень сильно различается в зависимости от классификации. Отбор в ту или иную группу происходит по многим параметрам, например, самый дорогой, «небесный» корень должен весить не менее 68 г, не иметь отверстий, быть похожим на человека, прозрачным на просвет и т. д. Кроме того, хороший корень не имеет никаких механических повреждений.

По установленной с древних времен традиции женьшень выкапывают вечером, на заходе солнца, чтобы корень как можно меньше времени находился на свету. Почву осторожно раскапывают на расстоянии метра от корня с помощью костяной палочки. Затем растение бережно вынимают, стебель отламывают от шейки и укладывают корень в конверт, сделанный из куса кедровой коры и застеленный влажным мхом, чтобы женьшень не пересыхал, а сверху обязательно присыпают его несколькими горстями земли, в которой он произрастал.

Люди во все времена очень бережно относились к этому целебному растению и выработали особые правила его сбора. Семена женьшеня «корневщик» сразу же заделывал в почву, а рядом на дереве оставлял условный знак, по которому другие сборщики могли через 6—7 лет найти на этом месте новый кустик. Надземные части — стебель и листья — сжигались на костре. Просто выбросить их считалось неуважением к священному растению. Многие современные сборщики дикорастущего женьшеня также следуют этим традициям.

Сушка женьшеня производится строго определенным образом, позволяющим сохранить первоначальное качество лекарственного сырья. Сначала с корней аккуратно счищают прилипшую землю (опытные «корневщики» делают это при помощи

шелковой нитки), затем корни тщательно промывают и подготавливают к сушке. В зависимости от способа обработки готовые к употреблению корни женьшеня подразделяются на «белые» и «красные».

Чтобы получить «красный» корень, его в течение часа обрабатывают парами кипящей воды, затем сушат днем на солнце, а ночью — над слабым огнем.

При этом крахмал в корне превращается в клейстер; корень становится твердым, полупрозрачным и приобретает красно-коричневый цвет. Его масса при этом уменьшается в 2—4 раза.

«Белый корень» ценится ниже «красного» и получается путем сушки на солнце. В совхозе «Женьшень» Приморского края сушка корней производится без предварительного пропаривания в хорошо вентилируемых калориферных сушилках при температуре от 40 до 60 °С. Влажность высушенного лекарственного сырья не должна превышать 10 процентов. Крупные корни перед сушкой разрезают на пластинки.

На заметку

По исследованиям дальневосточных ученых, «красные» сухие корни женьшеня сохраняют в себе почти в 2 раза больше биологически активных веществ, чем «белые».

Приготовление лекарств из женьшеня в домашних условиях

Максимальному извлечению действующих веществ из корня женьшеня способствует настаивание его на 40-процентном растворе спирта или на водке. Очень важно точное соблюдение пропорций: при более высокой концентрации спирта экстракция полезных веществ ослабляется.

Настойка из свежего корня

Корень весом в 40—50 г залить холодной, слегка подслащенной кипяченой водой и оставить на

ЧАСТЬ 2 ОI

СРЕДСТВА РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ О-3

3—4 часа. После этого размоченный корень разрезать на мелкие кусочки, поместить в банку, добавить 500 г водного раствора спирта крепостью 30—40 °С и настаивать в темном месте при комнатной температуре в течение 3—4 недель, периодически взбалтывая. Готовую женьшеневую настойку хранят в темном месте.

Настойка из сухого корня

Сухой корень измельчить до порошкообразного состояния. Взять 15 г полученного порошка, поместить в стеклянную посуду и добавить 500 г 30-процентного водного раствора спирта. Настаивать так же, как свежий корень.

Женьшеневый мед

Измельчить в порошок при помощи кофемолки 30 г сухого корня женьшеня. Взять 1 кг меда и разогреть на водяной бане до температуры 40 °С. Всыпать порошок женьшеня в разогретый мед, тщательно перемешать и разлить по стеклянным банкам. Хранить в темном месте.

Вторичное использование лекарственного сырья

Как правило, после употребления настойки женьшеня на дне банки остается осадок. Его заливают в половину меньшим количеством 40-процентного водного раствора спирта, чем первичное сырье (по весу), и настаивают так же, как в первый раз.

Другой способ: по мере уменьшения количества настоя постепенно доливать в него водку или 40-градусный спирт.

Совет

При покупке лекарственного сырья у заготовителей учитывайте, что на один курс лечения вам потребуется 50—100 г сырого корня или 15 г сухого. Разница в количестве объясняется тем, что в свежем корне содержится до 70 процентов воды.

Рекомендации по лечению и профилактике

Женьшеневую настойку принимают внутрь 1—3 раза в день за 20—40 минут до

еды. Дозы и частота приема определяются врачом в зависимости от цели (лечение или профилактика), сопутствующих заболеваний и общего состояния организма. Как правило, для профилактики простудных заболеваний и общей тонизации организма назначают по 20—50 капель настойки (в зависимости от массы тела) 2—3 раза в день. Максимальная суточная доза для лечения взрослых не должна превышать 200 капель. Дозы для детей старше 7 лет устанавливаются лечащим врачом строго индивидуально.

Женьшеневый мед принимают обычно 3 раза в день по 1 ч. ложке за 15—20 минут до еды.

На заметку

При желании лекарства на основе женьшеня можно запивать или разбавлять водой.

Общий курс лечения женьшенем состоит из 3 месяцев приема с двумя 10-дневными перерывами, при этом в первые 10 дней каждого курса доза должна быть меньше, чем в последующие 20 дней. Проводить

данный курс можно только один раз в год. Правила для лечения женьшеневым медом те же, что и для спиртовой настойки.

ГЛАВА 2. КЕДРОВОЕ МАСЛО

Кедровое масло — ценнейший пищевой и лекарственный продукт. В России его получают от сибирской сосны (Ртв 51Ьтса), именуемой в народе сибирским кедром.

Кедровые сосны — это деревья-фармацевты. Многие полезные свойства как самих деревьев, так и кедровой тайги успешно использовались нашими далекими предками в лечебных целях. При царствовании Ивана Грозного кедровый орех был предметом экспорта — Россия ежегодно продавала в Швецию, Англию, Персию и другие страны до 300 тысяч пудов этого дорогостоящего продукта. Упоминания о лекарственных свойствах сибирского кедра встречаются и в монастырских записях, относящихся к XVI веку, когда под Ярославлем была заложена Толгская кедровая роща. Некоторые деревья в этой роще сохранились до наших дней. В XVII веке сибирские кедры были посажены во многих княжеских усадьбах Подмосковья. Также кедровые рощи есть в Санкт-Петербурге и его окрестностях, в Вологодской области, в Карелии, на острове Валаам, в Архангельской, Псковской, Калужской, Владимирской, Нижегородской, Ивановской и во многих других областях и регионах России.

В Сибири и на Урале из содержимого шишек орехоплодных сосен извлекали кедровое масло и готовили из него растительные «сливки», по своим питательным свойствам вдвое превосходившие продукты, получаемые из коровьего молока! Русские врачи применяли масло кедровой сосны при лечении гипертонии, атеросклероза, язвенной болезни желудка. Использовали его и наружно — лечили ожоги, кровоподтеки, применяли для ингаляций, массажа и целебных ванн. В народной медицине масло ореха сибирского кедра использовали для лечения более 100 различных недугов, включая заболевания желудочно-кишечного тракта, ожоги, обморожения, общее истощение организма, кожные болезни и туберкулез. Сибирские знахари готовили целебные снадобья и из молодых побегов, хвои, коры и смолы кедра (живицы), но выше всего ценилось всегда именно масло из кедровых орехов.

В настоящее время область применения продукта, получаемого из семян шишек орехоплодных сосен, чрезвычайно обширна. Кедровое масло признано как народной, так и официальной медициной; хорошо изучен его состав и механизм воздействия на человеческий организм. Установлено, что оно оказывает выраженное общеукрепляющее и иммуностимулирующее действие, снимает синдром хронической усталости, повышает физическую и умственную работоспособность, усиливает половую функцию, способствует выведению солей тяжелых металлов, улучшению состава крови и является источником огромного количества витаминов и других биологически активных веществ, необходимых для нормальной жизнедеятельности организма.

Особенно полезно кедровое масло жителям больших городов. Загрязнение внешней

среды токсическими веществами, постоянные стрессы, нездоровый образ жизни и неправильное питание истощают организм и лишают его естественных защитных сил.

Употребление в пищу большого количества рафинированных углеводов и животных жиров приводит к истощению систем антиоксидантной защиты организма и, как следствие, к активации свободных радикалов. Вступая в химические реакции, эти соединения повреждают ферментные системы, липиды, белки, приводят к нарушениям функций клетки. В результате возникают такие заболевания, как атеросклероз, онкология, вторичные иммунодефициты, ведущие к преждевременному старению и сокращению продолжительности жизни. Врачи всего мира возлагают в этой ситуации большие надежды на растительные антиоксиданты — вещества, препятствующие окислению веществ, необходимых для нормального функционирования организма, свободными радикалами. Кедровое масло является прекрасным природным антиоксидантом.

Так же как и несколько веков назад, семена шишек сибирского кедра сегодня высоко ценятся во всем мире. Отдаленные регионы Сибири являются экологически чистыми ареалами произрастания этой уникальной хвойной породы — источника натурального лекарственного сырья. Несмотря на все достижения современной науки, синтезировать и получать искусственным путем кедровое масло пока еще не удалось, и оно остается незаменимым природным средством для лечения множества болезней, а также для детского и диетического питания.

На заметку

Являясь абсолютно безвредным и нетоксичным натуральным пищевым продуктом, кедровое масло не имеет никаких противопоказаний к применению в лечебно-профилактических целях.

Употребление в пищу

С доисторических времен человек использовал в своем питании различные животные и растительные жиры, улучшающие вкусовые качества еды, обеспечивающие ощущение сытости и являющиеся концентрированным источником энергии и ценным строительным материалом для клеток и тканей. Современный человек часто получает с пищей гораздо больше калорий, чем он способен потратить при малоподвижном образе жизни, и значительно меньше витаминов и незаменимых жирных кислот, чем требуется для нормальной работы организма. Диетологи утверждают, что для сохранения здоровья необходимо не количественное ограничение жиров, которые поступают в наш организм с пищей, а внимательное отношение к их качественному составу.

Кедровое масло на Руси всегда считалось деликатесом. По своим питательным и биологическим свойствам оно значительно превосходит лучшие сорта прованского масла, получаемого из маслин, а по калорийности не уступает животным жирам. В то же время масло, полученное из ореха сибирского кедра, легко усваивается и не требует введения никаких вкусоароматических добавок. Высокая пищевая ценность и биологическая доступность, нежный аромат и превосходные вкусовые качества делают кедровое масло непревзойденным продуктом для диетического питания.

Масло сибирского кедра содержит необходимые организму углеводы (глюкозу, фруктозу, сахарозу, крахмал, декстрины, пентозу, клетчатку, золу); бел

ки, относящиеся к альбуминам, глобулинам, глотелинам и проламинам; аминокислоты, жиры, витамины и минеральные элементы. По содержанию витамина Е кедровое масло в 5 раз превосходит оливковое и в

3 раза — кокосовое масло. Энергетическая ценность кедрового масла — 898 ккал на 100 г.

Кедровое масло можно добавлять в различные блюда — салаты, каши, грибы, овощи, рыбу — для улучшения их вкусовых качеств. Оно прекрасно хранится: высокое содержание природных веществ, обладающих антиоксидантными свойствами, обеспечивает его устойчивость к прогорканию. Регулярное использование в пищу этого

натурального растительного продукта обогащает рацион веществами, оказывающими мощное оздоровительное действие на организм. Следует, однако, учитывать, что при длительном нагревании до 120—180 °С многие полезные свойства натуральных растительных масел теряются, а при более высоких температурах они приобретают неприятный запах, поэтому лучше применять их для приготовления холодных блюд. Кратковременное нагревание (например, во время жарки) допустимо, но ни в коем случае нельзя использовать масла для этой цели повторно, а тем более — многократно, поскольку в процессе жарки в них появляются вещества, обладающие канцерогенными свойствами.

Ниже мы приводим рецепты вкусных и полезных блюд на основе кедрового масла, которые легко можно приготовить в домашних условиях. Опытные хозяйки сразу заметят, что во всех этих рецептах отсутствует важный ингредиент — соль. Дело в том, что соль в растительном масле не растворяется, поэтому, прежде чем заправить им какое-либо блюдо, его вначале солят и только потом поливают маслом. Также следует помнить, что соусы, подливы и заправки на основе растительных масел не рекомендуется готовить в больших количествах и хранить более 2—3 дней.

Еще одно важное условие сохранения полезных свойств кедрового масла — готовить все блюда из него в неметаллической посуде. При соприкосновении с металлом происходит разрушение биологически активных веществ, оказывающих целительное воздействие на организм, поэтому контакт масла с металлическими кастрюльками, ложками и вилками следует исключить.

Соус к сырым протертым овощам

Смешать $\frac{1}{2}$ стакана кедрового масла с 1—2 ст. ложками яблочного или виноградного уксуса, добавить $\frac{1}{4}$ ч. ложки сахара, черный молотый перец по вкусу. Тщательно взбить деревянным венчиком.

Ореховый соус

Истолочь в ступке 200 г очищенных кедровых или грецких орехов с небольшим количеством кедрового масла, чтобы получилась каша. Добавить еще масла (3 ст. ложки на $\frac{1}{2}$ ст. ложки кашицы), влить 1 ст. ложку лимонного сока и тщательно растереть до получения однородной массы.

Горчично-лимонный соус с зеленью

Смешать 1 ст. ложку горчицы и 1 ст. ложку кедрового масла, добавить половину мелко нарезанного лимона, 1 ч. ложку сахара, 2 дольки чеснока, по 1 ч. ложке мелко порубленной зелени петрушки и укропа. Подавать к рыбе или мясу.

Томатная подлива

Смешать в стеклянной посуде 8 частей кедрового масла, 4 части томатного сока, 1 часть лимонного сока и 1 часть тертого корнеплода сельдерея. Подавать к салатам из свежих овощей.

Весенняя подлива

Смешать равное количество лимонного сока и кедрового масла. Добавить немного рубленого зеленого лука, петрушки и взболтать. Подавать к сырым или отварным овощам.

Заправка для салатов

Такая заправка способствует увеличению содержания в салатах витаминов и улучшению их усвоения. Для приготовления вам потребуется: 2 яичных желтка, 1 луковица, по 1 ст. ложке рубленой кинзы и укропа, 100 мл виноградного или яблочного уксуса, 100 мл кедрового масла, молотый душистый перец, соль.

Вареные яичные желтки протереть сквозь сито, смешать с солью, перцем, мелко нарезанным репчатым луком, укропом и зеленью кинзы. Уксус и кедровое масло тщательно перемешать, залить ими приготовленную смесь и снова перемешать.

Совет

Добавление кедрового масла в продукты при консервировании значительно

увеличивает срок их хранения.

Показания к медицинскому применению

Результаты испытаний, проведенных в ряде институтов Российской академии медицинских наук, свиде-

тельствуют о высокой терапевтической эффективности кедрового масла. При лечении простудных заболеваний — трахеитов, ларингитов, ангин — масло сибирского кедра традиционно используется как средство, оказывающее смягчающее и противовоспалительное действие на слизистые оболочки верхних дыхательных путей и усиливающее в них процессы регенерации. Для лечения этих заболеваний его употребляют в виде масляных ингаляций, а также принимают внутрь.

Общеукрепляющее действие кедрового масла и его способность выводить из организма соли тяжелых металлов и другие токсические вещества позволяют широко использовать это средство для профилактики различных заболеваний у людей, живущих и работающих в неблагоприятных климатических и экологических условиях; занятых на работах с повышенным расходом энергии и избыточными психоэмоциональными нагрузками. Лечение кедровым маслом назначают для ускорения выздоровления после перенесенных полостных операций и различных тяжелых заболеваний. Рекомендуют его и абсолютно здоровым людям любого возраста для поддержания антиоксидантного статуса организма, иммунитета и работоспособности.

Противовоспалительное и обезболивающее действие кедрового масла находит применение в хирургии, где этот продукт используют наружно как средство для ускорения заживления швов и рубцов на коже и слизистых оболочках в послеоперационном периоде, а у тяжелобольных — для обработки пролежней. Так же как и в далеком прошлом, сегодня его применяют при ранах, ожогах и обморожениях. Дерматологи назначают это средство для лечения различных кожных заболеваний: псориаза, нейродермита, диатеза, эрозий, крапивницы, при покраснениях и отечности в результате аллергических реакций. Его также рекомендуют при облысении, повышенной хрупкости волос и ногтей, варикозном расширении вен и трофических язвах.

В стоматологии кедровое масло используется как действенное лекарство против стоматита, пародонтоза, периодонтита, а также как обезболивающее, антибактериальное и антисептическое средство.

Способность кедрового масла ускорять процессы регенерации слизистых оболочек используется и при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта. Клинические испытания, проведенные в Томском НИИ курортологии МЗ РФ, показали, что включение кедрового масла в комплексное лечение язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки приводит к сокращению сроков рубцевания язвы. А при разведении с молоком масло сибирского кедра оказывает противовоспалительное действие при сопутствующих холециститах и гепатохолециститах. Врачи во всем мире назначают его при гастритах, эрозивно-язвенных поражениях желудка и двенадцатиперстной кишки, хронических панкреатитах, эзофагитах, геморрое и трещинах в тканях прямой кишки. Это природное средство оказывает гепатопротекторное действие, нормализует секреторную и моторную функции желудка, способствует регенерации тканей слизистых оболочек желудочно-кишечного тракта и полости рта.

Регулярное употребление кедрового масла в пищу оказывает антисклеротическое действие, приводит к улучшению мозгового и периферического кровообращения, способствует насыщению органов и тканей кислородом, снижает или устраняет нарушения жирового обмена, восстанавливает барьерную функцию мембран на клеточном и молекулярном уровнях. Это позволяет рекомендовать включение данного продукта в оздоровительные диеты для профилактики нарушений липидного обмена и использовать его в лечебном питании больных ожирением и атеросклерозом. Входящий в состав кедрового масла магний способствует расширению кровеносных сосудов и

снятию повышенной возбудимости нервной системы, поэтому прием масла рекомендован также при артериальной гипертонии и некоторых неврологических патологиях. У пожилых людей применение кедрового масла способствует увеличению продолжительности жизни и восстановлению утраченных функций.

Широкое применение кедровое масло находит в акушерстве и гинекологии. Его используют для лечения эрозивно-язвенных поражений шейки матки, а во время беременности назначают как средство, предотвращающее патологии развития плода, обеспечивающее будущую маму и ребенка витаминами, улучшающее плацентарное кровообращение и облегчающее транспорт питательных веществ, поступающих к плоду. Употребление кедрового масла кормящими мамами повышает уровень лактации, улучшает состав молока и предупреждает возникновение у младенцев кишечных коликов.

Являясь легкоусвояемым природным продуктом, кедровое масло оказывает благотворное воздействие на детский организм, в связи с чем педиатры рекомендуют его для питания детей от 1 года. Введение в рацион ребенка масла сибирского кедра способствует полноценному формированию растущего организма, предупреждению возникновения детских дерматитов, инфекционных заболеваний и нарушений в работе нервной системы. Дети, употребляющие кедровое масло.

меньше болеют и лучше развиваются. Наружно масло применяют для детского массажа и бережного ухода за кожей младенцев при опрелостях и диатезах.

Способность этого удивительного природного вещества нейтрализовать яды и токсины позволяет применять его с целью уменьшения интоксикации организма при длительном приеме химических препаратов, отравлениях и аллергии; в эндокринологии кедровое масло назначают для лечения некоторых заболеваний щитовидной железы. Употребление масла сибирского кедра способствует улучшению состава крови, повышению уровня гемоглобина, усилению жизнестойкости и активности женских и мужских половых клеток. у мужчин предотвращает пролиферацию клеток простаты и способствует восстановлению функций предстательной железы. Массаж с использованием кедрового масла помогает снять усталость, поднять жизненный тонус, оказывает целительное воздействие на кожу и весь организм. И это — далеко не полный перечень показаний к применению кедрового масла.

На заметку

Кедровым маслом можно заменить любое растительное масло (облепиховое, репейное, кокосовое, прованское, миндальное и т. д.) во всех случаях медицинского применения. При этом само кедровое масло полноценно заменить не возможно ничем.

Использование в косметологии

Кедровое масло является важнейшим ингредиентом высококачественной парфюмерной и косметической продукции — духов, одеколонов, туалетной воды, скрабов, кремов, лосьонов, шампуней и т. д. Вещества, входящие в состав этого природного продукта, стимулируют синтез коллагена; способствуют регенерации эпителиальных тканей, из которых состоят кожа и слизистые оболочки; увлажняют и питают кожу; активизируют рост и устраняют ломкость ногтей и волос, возвращая им жизненную силу и блеск.

Употребление кедрового масла в пищу и его наружное применение в качестве косметического средства замедляют процесс старения кожи, придают ей эластичность и упругость. Антиоксиданты кедрового масла защищают ткани от агрессии свободных радикалов, а жиры образуют на поверхности кожи тончайшую пленку, удерживающую влагу, но не препятствующую кожному дыханию.

Среди многообразия косметической продукции часто бывает сложно выбрать индивидуальное, наиболее подходящее и доступное по цене средство. Кедровым маслом можно заменить практически любой продукт по уходу за кожей. Оно обеспечивает ее всеми необходимыми витаминами и жирами, подходит для кожи любого типа и может

быть использовано как средство для удаления макияжа, особенно с участков вокруг глаз. Вопреки распространенному заблуждению, жирная кожа нуждается в питании ничуть не меньше, чем сухая, и кедровое масло может служить для нее источником всех необходимых органических веществ.

Косметологи применяют кедровое масло для лечения практически всех кожных заболеваний (нейродермита, себореи, угревой сыпи и т. д.), включают его в состав масок против увядания кожи, используют для смягчения кутикулы, кожи рук, ног и всего тела. Масло сибирского кедра прекрасно впитывается в кожу и может быть использовано как основа для введения других биологически активных веществ. Защитное действие масла позволяет рекомендовать его в качестве средства для загара. В ароматерапии кедровое масло часто применяется как основа для различных ароматических эфирных масел, так как само оно обладает выраженным лечебным действием.

На заметку

Кедровое масло является универсальным лечебно-косметическим средством и подходит для кожи любого типа.

Результаты научных исследований

В последние годы интерес официальной медицины к сибирскому кедру заметно возрос, благодаря чему был досконально изучен состав масла кедрового ореха и дано научное объяснение того благотворного влияния, которое оно оказывает на здоровье человека.

По данным современных исследователей, кедровое масло содержит широкий набор полезных для организма веществ. В состав этого ценного продукта входят незаменимые жирные кислоты: пальмитиновая, стеариновая (насыщенные) и предельно ненасыщенные — олеиновая (до **35,8%**), гадолеиновая (до **1,04%**), линолевая (до **71,1%**) и линоленовая (до 27,75%), макро- и микроэлементы (калий — **0,66%**, магний — **5,51%**, железо — **0,19%**, марганец — **16%**, медь — **9%**, цинк — **0,13%** и другие), витамины (А, В, О, Е, В₁, В₂, В₃ (РР) и др.).

Справочная информация

«Витамины — группа низкомолекулярных органических соединений, объединенная общим признаком: не включаясь в обмен веществ как строительный материал или как источник энергии, витамины играют исключительно важную роль в регуляции обмена веществ. Исходя из этого определения, незаменимые аминокислоты и прочие соединения, которые расходуются в обмене веществ как строительный материал для синтеза других молекул, витаминами не являются.»

Исторически витамины обозначали латинскими буквами по порядку их научного описания. В дальнейшем оказалось, что некоторые вещества, изначально отнесенные к витаминам, таковыми не являются. К примеру, флавоноиды ранее выделяли в группу витамина Р, а незаменимые жирные кислоты — в группу витамина Р. С другой стороны, фракция, изначально обозначенная как витамин В, при более пристальном исследовании оказалась смесью веществ, которым пришлось присвоить индексы, начиная с В₁. Более того, ряд витаминов оказался химически сходным с витаминами группы В — их перенесли в эту группу. Витамин, изначально названный РР, теперь обозначают как витамин В₃.

На сегодняшний день в официально утвержденный список витаминов входят девять водорастворимых витаминов (витамин С и восемь витаминов группы В) и восемь жирорастворимых витаминов (витамины А, Е, К и пять витаминов группы И). В отечественных публикациях можно по-прежнему встретить такие названия, как витамины В, Р или РР, но эти обозначения не имеют официального статуса и сохранились исключительно по историческим причинам.

В научной литературе, а зачастую и в популярных публикациях наряду с индексами используют тривиальные названия витаминов. Так, витамин С достаточно широко известен под названием „аскорбиновая кислота“. Интересная

история связана с вышеупомянутым витамином РР, ныне В₆. Химически это соединение представляет собой никотиновую кислоту — окисленное производное никотина. Чтобы избежать нежелательных ассоциаций в массовом сознании витамина с никотином (который витамином отнюдь не является) был изобретен термин „ниацин“.

Андрей Конечный, ООО «ПК Лимонник»

Незаменимые аминокислоты — необходимые для нормальной жизнедеятельности организма вещества, которые не могут быть синтезированы им самостоятельно, поэтому должны в достаточном количестве поступать с пищей.

Витамин А (ретинол) способствует росту и развитию, поэтому кедровое масло рекомендуется для детского питания. Ретинол активизирует деятельность иммунной системы и защищает организм от простуд, гриппа и инфекций дыхательных путей. Ввиду своей тесной связи со слизистыми оболочками и эпителиальными клетками он благотворно влияет на функционирование легких. Наличие в крови витамина А является одним из главных факторов, ответственных за то, что дети в более развитых странах гораздо легче переносят такие инфекционные заболевания, как корь и ветряная оспа, тогда как в странах с низким уровнем жизни намного выше смертность от этих «безобидных» вирусных инфекций. Ретинол необходим для нормального эмбрионального развития, питания зародыша и уменьшения риска такого осложнения беременности, как малый вес новорожденного. Витамин А обладает выраженным антиоксидантным действием, активно участвует в регуляции синтеза белков, способствует нормализации обмена веществ, функции клеточных и субклеточных мембран, играет важную роль в формировании костей и зубов; способствует росту новых клеток и замедляет процесс старения. При повреждениях кожи (раны, солнечные ожоги) витамин А снижает опасность инфицирования раневой поверхности, ускоряет процессы заживления и улучшает качество вновь образующейся ткани.

Витамин В₁ (тиамин) повышает устойчивость организма к радиоактивным излучениям и способствует оптимальному использованию углеводов, основного источника энергии; регулирует деятельность нервной системы. Суточная потребность организма в витамине В₁ составляет 1,3—2,6 мг. Она значительно увеличивается при болезнях желудочно-кишечного тракта, острых и хронических инфекциях, ожоговой болезни, сахарном диабете, лечении некоторыми антибиотиками. Содержание тиамина в кедровом масле — 0,39—0,66 процента.

Витамин В₂ (рибофлавин) помогает организму в трансформировании белков, жиров и углеводов в энергию. Необходим для формирования и поддержания функций тканей организма. Суточная потребность — 1,5—3,0 мг. Потребность возрастает при анацидном гастрите, хроническом энтероколите, гепатите, циррозах печени, анемиях, некоторых болезнях глаз и кожи. Содержание рибофлавина в кедровом масле — 0,14—0,17 процента.

Витамин В₃ (ниацин) важен для синтеза жиров, белкового обмена и преобразования пищи в энергию.

Суточная потребность организма — 14—28 мг. Потребность возрастает при заболеваниях желудочно-кишечного тракта (особенно сопровождающихся диареей), болезнях печени, атеросклерозе, длительном приеме противотуберкулезных препаратов. Содержание ниацина в кедровом масле — 1,05—1,40 процента.

Витамин В₄ (кальциферол) регулирует минеральный обмен в организме, в частности обмен кальция и фосфора. Способствует всасыванию их в пищеварительном тракте и отложению в костной ткани. Предупреждает слабость мускулов, повышает иммунитет (уровень витамина Э в крови служит одним из критериев оценки ожидаемой продолжительной жизни больных СПИДом), необходим для функционирования щитовидной железы и нормальной свертываемости крови.

Витамин Е (токоферол). Слово «токоферол» в переводе с греческого обозначает

«несу потомство». Такое название витамин Е получил за свои уникальные биологические свойства. Он оказывает положительное влияние на функцию половых и других эндокринных желез (восстанавливает потенцию у мужчин, способствует сохранению беременности и повышению лактации у женщин, помогает усвоению жиров и нормализует обмен веществ). Регулярное употребление в пищу продуктов, богатых витамином Е, снижает способность холестерина к образованию бляшек, что является лучшей профилактикой атеросклероза и его осложнений — стенокардии, инфаркта миокарда, гипертонии, инсульта и т. д. Стабилизируя синтез витаминов А и О, витамин Е участвует в процессах тканевого дыхания и стимулирует деятельность мышц. Мощное антиоксидантное действие токоферола предохраняет организм от образования избыточного количества свободных окислительных радикалов.

Незаменимые жирные кислоты (по старой классификации — витамин И) обеспечивают проницаемость клеточных мембран, укрепляют иммунную систему, улучшают усвоение организмом кислорода и способствуют снижению уровня холестерина в крови. Они активизируют работу мозга и помогают при проблемах в обучении, гиперактивности, нарушении концентрации внимания и депрессиях; благотворно влияют на деятельность печени, почек, надпочечников и щитовидной железы, пищеварительного тракта и эндокринных желез. Поскольку некоторые из них не синтезируются в организме человека, то высокое содержание их в кедровом масле определяет его особую ценность. При недостатке этих веществ развиваются респираторные заболевания, диабет, синдром хронической усталости и преждевременное старение организма; у грудных детей возникают дерматиты.

Незаменимые аминокислоты являются великолепным питательным и строительным материалом для клеток всего организма, в том числе кожи и волос. Линоленовая кислота (омега-3) снабжает кожу кислородом и приводит в действие механизм рождения новых клеток. Линолевая кислота (омега-6) отвечает за образование лецитина, который защищает кожу от вредного воздействия воды, придает ей упругость и здоровый **ВИД**:

Выращивание кедров

Сибирский кедр — дерево высотой до 40 м, с диаметром ствола 1,5—2 м, растет медленно, живет до 500—800 лет. Плодоносить начинает в возрасте 40—

60 лет, а иногда и позже. С одного дерева можно получить до 12 кг орешков.

В естественных условиях кедр произрастает в Западной и Восточной Сибири, а также на Урале. На запад от Урала распространяется до Тиманского кряжа. В Центральном Алтае верхняя граница произрастания кедра лежит на высоте 1900—2000 м над уровнем моря, а в южных районах она поднимается до 2400 м. Сибирский кедр растет также на территории Монголии, Северного Китая и в горах Сихотэ-Алинь, где он встречается наряду с корейским кедром (РтиБ копеп515).

Узнать в тайге сибирский кедр можно по описанию. Крона у молодых деревьев остропирамидальная, у взрослых — широкораскидистая, часто многовершинная. Ветвление мутовчатое. Верхние ветви канделябровидные, приподняты вверх. Корневая система стержневого типа с распростертыми боковыми корнями.

Кора на молодых стволах и ветвях пепельно-се- ребристая, с бурыми поперечными чечевичками, в дальнейшем трещиноватая, серо-коричневая. Хвоя длиной 5—12 см, мягкая, трехгранная в поперечном сечении, темно-зеленая с сизым налетом; сохраняется на дереве 3—7 лет. Мужские колоски расположены обычно в средней части кроны, женские шишечки — на концах верхних побегов дерева по 2—3 возле вершинной почки. Плодоносит лишь верхняя часть кроны.

Шишки вытянутые, яйцевидной формы, сначала фиолетовые, а затем светло-бурые. Вызревают на второй год после цветения, в течение 14—15 месяцев. Зрелые шишки достигают 6—13 см в длину и 5—8 см в ширину и имеют плотно прижатые чешуи с утолщенными щитками. Каждая шишка содержит от 30 до 150 орешков (семян кедра).

Семена крупные, длиной 10—14 мм, шириной 6—10 мм, без крыльев, коричневого цвета. При полном формировании наружная оболочка семени темнеет, шишки усыхают, уменьшается их смолистость, и в августе-сентябре они опадают с дерева. В урожайный год один крупный кедр может дать до 1000—1500 шишек.

Среди народов Сибири существует поверье: для того чтобы излечение от недугов при помощи кедрового масла происходило быстрее и успешнее, нужно посадить и вырастить хотя бы один кедр. Садоводы могут культивировать кедры на собственных участках. Уход за ними непростой, но результат того стоит! Живые изгороди из хвойных пород необычайно декоративны, способствуют улучшению микроклимата, привлекают лесных животных и служат прекрасными уголками живой природы. Хвоя сибирского кедра обладает высокой фитонцидностью (способностью обеззараживать окружающий воздух) и выделяет в окружающую среду множество ценных летучих органических веществ. Пребывание в таких условиях уже само по себе способствует сохранению здоровья и долголетию, а если добавить к этому радость от созерцания результатов собственного труда, то успеху лечения будет способствовать еще и психоэмоциональный фактор. В лечебных целях можно использовать и кедровую кору: народная медицина рекомендует ее как эффективное слабительное, мочегонное и антигельминтное средство.

Кедровая сосна сибирская — порода резко континентального климата. Не выносит холодных почв (северная и восточная границы произрастания кедра совпадают с юго-западной границей распространения вечномерзлотных грунтов). Растет на разных почвах, но предпочитает дренированные глубокие легкосуглинистые и суглинистые. Дерево влаголюбиво, отличается повышенной требовательностью как к увлажненности почв, так и к относительной влажности воздуха, особенно в зимний период. Эта требовательность обусловлена очень большой поверхностью хвои, поэтому в местах с сухим климатом кедр произрастать не может. Опыт создания посадок кедра в разных лесорастительных условиях Средней Сибири убедительно показал, что усиления его роста и высокой сохранности можно добиться лишь при проведении ухода в течение 7—9 лет.

Сибирский кедр относится к теневыносливым древесным породам, однако в зрелом возрасте лучше растет и плодоносит в условиях достаточного освещения. Плохо переносит загрязнение воздуха дымом и пересадку во взрослом состоянии.

В природе кедровая сосна сибирская размножается семенами, распространяемыми кедровкой, бурундуком, белкой, соболем и другими животными, питающимися кедровыми орехами; в культуре — преимущественно сеянцами и саженцами. Особо ценные формы размножают прививками.

Для выращивания сеянцев рекомендуются весенние посевы семенами, прошедшими стратификацию (длительное пребывание в холодной и влажной среде для стимуляции прорастания). Стратификацию семян сибирского кедра проводят в течение 3—5 месяцев при температуре от -4 до +3 °С (в леднике, глубокой траншее, холодном подвале, в ящиках под снегом или в обычном бытовом холодильнике). Для этого их предварительно смешивают с 2—3-кратным объемом стерильного субстрата (песок, опилки, торф, мох). При стратификации в траншее следует обеспечить хороший дренаж и защиту от грызунов. Для создания запаса жизнеспособных семян кедровых сосен могут использоваться способы длительного (до 2,5 года) хранения в глубоких траншеях (2,5 м). В последних обеспечивается постоянно пониженная температура и влажность. Всхожесть семян сибирского кедра сохраняется до

4 лет. В случае дальних транспортировок важно не допускать пересыхания (ниже 8—10 процентов влажности) или самонагревания, наступающего при влажности семян свыше 20 процентов и их хранении при повышенной температуре.

Для ускорения появления всходов и уменьшения потерь от грызунов при весеннем посеве целесообразно использовать слабо наклюнувшиеся семена. На 1 м земли размешают 120—140 семян на глубине 3—4 см. Защита проростков от птиц обеспечивается покрытием поверхности почвы слоем опилок (3—4 см). Прорастают

семена в год посева или на следующий (реже — на 3-й год), после прорастания молодые всходы следует затенять и поливать. Вообще, технология выращивания сеянцев кедра не отличается от применяемой для других хвойных (затенение, полив, защита от полегания, рыхление, прополка). Очень удобно выращивать рассаду хвойников в специальных корзинках, ящиках или банках, вкопанных в грунт. Такие саженцы готовы для пересадки на постоянное местожительство в любое время года. Крону молодое растение приобретает обычно к 5—7 годам. В 20—30 лет начинается отмирание нижних ветвей, и крона кедра приобретает яйцевидную форму.

Более простое решение — взять саженец кедра из питомника или пересадить на свой садовый участок из леса. В последнем случае не рекомендуется брать

деревца, которые растут в затененных местах, так как они, скорее всего, погибнут от солнечных ожогов и сухости воздуха. Лучше остановить свой выбор на кедрах, растущих на открытых солнечных полянах или на опушке леса. Перевозить саженцы на участок следует с комом влажной земли на корнях, предварительно обернув их мешковиной. В оптимальных условиях роста и при интенсивной агротехнике растения сибирского кедра уже в 15-летнем возрасте достигают высоты 3,5—5 м.

Сбор орешков и получение масла

Семена кедровых сосен заготавливают с середины августа — начала сентября до середины ноября. Чтобы не наносить вред кедру, для сбора урожая выжидают момент, когда шишки сами начнут опадать с дерева. Если этого не происходит (так бывает, например, когда осень стоит сухая и безветренная), то сбор шишек производят весной.

Орешки освобождают от скорлупы и перебирают вручную. Полученный после шелушения шишек орех необходимо использовать для выжимки масла не позднее чем через три месяца с момента сбора. Масло изготавливается методом холодного прессования, без нагрева и добавления химических реагентов. Во время обработки кедровый орех не должен соприкасаться с металлом. При нарушении этой технологии все полезные свойства кедрового масла теряются — разрушаются витамины и другие биологически активные вещества, поэтому при отсутствии возможности собрать орехи и получить кед

ровое масло самостоятельно приобретать его можно только у известных, хорошо зарекомендовавших себя производителей. В начале XX века кедровое масло можно было купить на любой сибирской ярмарке. Сейчас старые традиции снова возрождаются. Кроме того, в аптеках имеется большой выбор натуральных продуктов в виде биологически активных добавок к пище (например, очищенное кедровое масло «**Кедрон**»).

Качественное масло кедрового ореха представляет собой густую прозрачную жидкость приятного золотисто-сломоного цвета с очень слабым, нежным ореховым запахом. Хранить его следует в прохладном месте без доступа света, в таре из темного стекла с узким горлышком (для меньшего контакта с воздухом). Природные антиоксиданты, содержащиеся в кедровом масле, защищают его от прогоркания, но для увеличения срока хранения желательно соблюдать те же правила, что и при хранении всех остальных растительных масел. Осадок, образующийся при хранении нерафинированного масла, не вреден для здоровья и состоит из полезных для организма фосфолипидов, макро- и микроэлементов.

В современной фармакологии широко используются также различные вытяжки и концентраты. Производители лекарственных препаратов на основе натуральных растительных масел освоили выпуск БАДов в виде желатиновых капсул в пластиковых упаковках. Изготовители утверждают, что применение капсулированного кедрового масла в несколько раз повышает эффективность его действия, снижает общее необходимое количество, увеличивает срок хранения и упрощает прием в лечебных целях.

Предупреждение

Профилактическое и лечебное действие на организм оказывают только те растительные масла, которые получены методом холодного отжима!

Лечение и профилактика заболеваний

Для получения стойкого лечебно-профилактического эффекта кедровое масло необходимо применять в течение 2—3 месяцев по 3 раза в день. Народные целители советуют употреблять его в светлое время суток, так как активность некоторых витаминов, входящих в состав этого натурального продукта, проявляется только в условиях естественного солнечного освещения. Вся посуда для хранения и употребления кедрового масла должна быть неметаллической.

При лечении кожных заболеваний кедровое масло назначают одновременно наружно и внутрь. Минимальный курс для восстановления структуры кожных покровов, ногтей и волос состоит из 10—15 процедур.

На заметку

Поскольку кедровое масло употребляют в пищу, опасность передозировки при лечении им отсутствует. Для достижения терапевтического эффекта его нужно принимать в чистом виде, латошак, по 1 ч. ложке за 30—50 минут до еды.

Компресс для улучшения состояния кожи

Теплое кедровое масло втереть легкими круговыми движениями в чистую сухую кожу. Оставить на 10 ми

нут, затем смыть теплой водой без мыла и промокнуть полотенцем.

Ванна с кедровым маслом

При псориазе, нейродермите и других заболеваниях, сопровождающихся кожным зудом, кедровое масло добавляют в ванну (достаточно нескольких капель). Вода для лечебных ванн должна быть на 1—2 градуса теплее температуры тела, но ни в коем случае не горячей.

Лечение ран, ожогов и обморожений

Для обеззараживания раневых поверхностей и ускорения процесса заживления кедровое масло должно воздействовать на кожу постоянно. Им пропитывают стерильные марлевые повязки и накладывают их на больное место. Смену повязок следует производить

1 раз в сутки.

Особенно сильный лечебный эффект достигается при совместном применении масла и смолы сибирского кедра (терпентинового бальзама), рецепты лечения которым мы приведем в конце следующей главы.

ГЛАВА 3. СМОЛА СИБИРСКОГО КЕДРА

Исконно русским лекарством является и смола сибирского кедра, получившая в народе название «живица» за свою способность быстро заживлять раны. С давних пор жители Сибири и Урала применяли ее для лечения нарывов, порезов, ожогов. По свидетель-

ствам путешественников XVIII—XIX веков, обитатели сибирских деревень постоянно жевали кедровую смолу для предотвращения заболеваний зубов и десен.

Первые официальные упоминания о целебных свойствах смолы сибирского кедра относятся к 1638 году: жителям Тобольска, который считался тогда столицей Сибири, в государственной грамоте было предписано вместе со зверобоем собирать и заготавливать кедровую смолу для лечения раненых воинов. Во время Великой Отечественной войны из кедровой живицы был получен терпентиновый бальзам, который успешно применялся в военных госпиталях. Пропитанные кедровым бальзамом тампоны действовали как эффективное обезболивающее, останавливали начавшуюся гангрену, предохраняли раны от инфицирования и нагноений. Применение этого народного средства способствовало сокращению сроков лечения раненых бойцов и их скорейшему возвращению на фронт. Многим людям оно спасло жизнь.

Народные целители в своей многовековой практике успешно применяли кедровую

смолу для лечения зубной боли, переломов, использовали ее в качестве противоядия при укусах насекомых и змей. В литературе встречаются сведения о том, что русские знахари применяли живицу даже для лечения рака.

В настоящее время орешки и смола сибирского кедра также ценятся очень высоко. В отличие от смол других хвойных пород живица кедра долго не кристаллизуется и не теряет своих бактерицидных качеств. Кедровое масло выполняет регенерирующую функцию, предоставляя организму все необходимые строительные вещества, а живица играет роль мощного катализатора, увеличивая скорость обмена веществ на клеточном уровне в десятки раз. Способность кедровой смолы заживлять раны и регенерировать клетки была доказана учеными, и сегодня исследователи всего мира проявляют к этому народному средству большой интерес.

Показания к применению

Натуральная кедровая живица оказывает выраженное терапевтическое действие при лечении хронических язв различного происхождения (варикозного, трофического, гнойничкового) и применяется при всех заболеваниях кожи как средство, способствующее эпителизации. Смолу сибирского кедра и получаемый из нее терпентиновый бальзам назначают для лечения молочницы, рожистого воспаления кожи, угревой сыпи, дерматитов, экземы, псориаза и жирной себореи.

Являясь мощным природным антиоксидантом, кедровая смола обладает общеукрепляющим действием, устраняет синдром хронической усталости, повышает умственную и физическую работоспособность, а благодаря своим антисептическим свойствам оказывает лечебное действие при туберкулезе легких, пневмонии, бронхите, кашле, при различных воспалительных заболеваниях носоглотки (синусите, гайморите, фарингите, отите). Для профилактики и лечения простудных заболеваний, а также с целью предохранения зубов от кариеса, профилактики пародонтоза и различных воспалительных процессов в полости рта, для снятия зубной боли и облегчения состояния при стоматитах кедровую смолу рекомендуется подолгу жевать, оставляя во рту даже на ночь.

Внутри терпентиновый бальзам назначают для очищения крови; при застое лимфы, цистите, воспалении почек, инфекциях мочевыводящих путей, предменструальном синдроме, бессоннице, истерии и в составе комплексной терапии тяжелых заболеваний нейроэндокринной системы.

Также установлено, что терпентиновый бальзам способствует восстановлению структуры и функций клеток печени и поджелудочной железы, оказывает противоязвенное действие, нормализует работу желудочно-кишечного тракта и обмен веществ, уменьшает интоксикацию при приеме химических препаратов и позволяет выводить из организма соли тяжелых металлов. Имеются статистические данные об успешном применении кедровой живицы при лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата (подагры, артрита и др.) и сердечно-сосудистой системы.

Терпентиновый бальзам используется также для всех видов массажа (классического, сегментарно-рефлекторного, косметического, тканево-соединительного, внутриматочного и т. д.) и для ухода за кожей лица и тела. Применение живицы при массаже усиливает общий эффект от процедуры, способствует снятию утомляемости, повышению жизненного тонуса и работоспособности. Нанесение на кожу в косметических целях способствует устранению мелких морщин и гиперпигментации, оказывает витаминизирующее и омолаживающее действие. При косметическом массаже за счет насыщения тканей кислородом подтягиваются мышцы и улучшается внешний вид кожи. В педиатрии бальзам из кедровой смолы применяется для закапываний, массажа, втираний, смазываний и т. д.

Меры предосторожности

В отдельных случаях наблюдается индивидуальная непереносимость, поэтому, перед тем как приступить к лечению кедровой живицей, необходимо провести тест на

предрасположенность к аллергии. Для этого в тыльную часть руки нужно втереть 3—5 капель препарата и выждать 24 часа. Если на следующий день на месте втирания не появится красных пятен, раздражения или шелушения кожи, то данное средство можно использовать для лечения.

Предупреждение

Внутрь можно употреблять только 5-процентные (и менее) бальзамы из кедровой смолы. Терпентины с концентрацией живицы более 5 процентов предназначены для наружного применения! Исключение составляет лечебная программа «Сибирская чистка» (см. ниже).

Применение в официальной медицине и в промышленности

Смола кедра успешно применяется в промышленности при выработке скипидара, канифоли. Она служит сырьем для получения иммерсионного масла, необходимого для специальной микроскопической техники, которая позволяет определять показатели преломления мельчайших частиц вещества. Из нее производят абиетиновую кислоту, глицериновые эфиры, пластификаторы.

Живица сибирского кедра содержит 30—35 процентов летучих веществ: скипидар и его производные, кислородные соединения и янтарную кислоту.

Остальная часть (65—70%) представлена смоляными кислотами и их производными, а также растительными примесями, витаминами С и О.

Полученный из живицы скипидар (эфирное, терпентиновое масла) содержит 80 процентов пиненов, которые являются исходным материалом для синтеза камфоры — лекарственного средства, стимулирующего деятельность дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Камфора применяется при лечении различных заболеваний и входит в состав многих современных лекарственных препаратов (более подробно об этом средстве было рассказано в главе, посвященной лечебным свойствам бобровой струи).

На заметку

Лечебные свойства кедровой живицы изучены еще не полностью. В настоящее время ученые установили, что она действительно обладает сильным бактерицидным, эпителизирующим, противовоспалительным и адсорбирующим действием.

Получение лекарственного сырья

С одного гектара кедрового леса ежегодно можно получать от 40 до 60 кг живицы. Первые заготовки кедровой смолы велись в Горном Алтае начиная с 1932 года. В 1947 году в Томской области был заложен промышленный участок, а уже через год стали создаваться лесные хозяйства по добыче живицы. В настоящее время такие хозяйства есть также в Красноярской, Новосибирской, Архангельской областях и во многих других регионах России и ближнего зарубежья.

В прежние времена для сбора кедровой смолы на деревьях не делали надрезов (так называемой «подсочки») — живицу собирали, когда она вытекала с естественно поврежденных ветвей или ствола. Целебной считалась только та смола, при сборе которой знахарь не причинял вреда дереву. Однако современные исследователи утверждают, что кедровые деревья обладают очень высокой способностью к самозалечиванию. Раны, полученные при «подсочке», обычно зарастают древесиной в первый же год, а через некоторое время исчезают полностью, и деревья, с которых производился сбор смолы, ничем не отличаются от остальных. Есть даже свидетельства, что «подсочка» ускоряет рост хвои и способствует накоплению в кроне питательных веществ, которые обеспечивают плодоношение. С другой стороны, точно доказан тот факт, что количество полнозернистых семян у таких кедров уменьшается.

Лекарственные формы

Купить свежую кедровую живицу можно у заготовителей. В сети Интернет очень много частных объявлений и предложений от различных фирм.

Для приготовления **терпентинового бальзама** собранную смолу очищают и

процеживают, а затем смешивают с кедровым и другими растительными маслами. Лечебный эффект при совмещении этих компонентов увеличивается в несколько раз. Согласно старой традиции кедровый бальзам изготавливают только из натуральных компонентов, без добавления консервантов. Хранить его нужно в сухом, темном месте. Срок хранения — 12 месяцев.

Рекомендации по лечению кедровой смолой

В русской народной медицине имеется множество рецептов лечения живицей кедра. При заболеваниях органов дыхания сибирские знахари рекомендуют вдыхать пары живицы, медленно сгорающей на углях. В русской бане ее можно нанести на стены, и тогда все пространство парной наполнится чудесным целебным ароматом сибирской тайги.

Для приема внутрь кедровая смола должна быть тщательно очищена. Приготовленную по старым народным рецептам живицу принимают по 5 капель в день, начиная с 2—3 капель и постепенно увеличивая дозировку, как сильное антисептическое и общеукрепляющее средство. Можно растворить несколько капель очищенной кедровой смолы в спиртовой настойке валерианы и принимать по 5 капель в день, затем — по 10, постепенно доводя количество капель до цифры, составляющей ваш возраст.

При наружном применении смолу сибирского кедра смешивают с маслом или вазелином и делают повязки для лечения ран.

«Сибирскую жвачку» можно жевать 24 часа в сутки, обязательно — после завтрака, обеда и особенно после ужина. Хранить ее лучше в тепле, при температуре 15—20 °С.

«Сибирская чистка»

Этой методикой пользовались сибирские шаманы для повышения сопротивляемости к инфекциям, для оздоровления и омоложения организма. Современные народные целители утверждают, что применение

і і о СИБИРСКИЕ

11 О РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ

данной лечебной программы способствует очищению от шлаков с последующей регенерацией тканей всего организма на клеточном уровне. За время «чистки» происходит очищение печени, кровеносных сосудов; у многих пациентов нормализуется кровяное давление, исчезают боли в суставах. Вылечиваются холециститы, колиты, энтероколиты, гепатиты, гастриты и язвы, восстанавливается микрофлора кишечника, происходит регуляция обмена веществ, повышается общий тонус и улучшается настроение. Все железы и органы начинают работать интенсивнее.

Для соблюдения точной дозировки терпентинового бальзама удобно использовать инсулиновый шприц без иглы на 40 единиц. В первый день «чистки» с утра, натощак, за 30 минут до еды нужно выпить 5 единиц 10-процентного терпентина. При желании его можно запивать водой, так как смола имеет горький вкус, но лучше просто сразу же почистить зубы, и привкус пройдет. Принимать пищу можно через 30 минут после бальзама. Во второй день нужно выпить 10 единиц, в третий — 15 и так далее. Добавляя каждый день по 5 единиц, на 40-й день вы дойдете до дозировки в 200 единиц (5 мл). Со следующего дня следует начать снижать дозу, также по 5 единиц в день. В целом вся «чистка» длится 79 дней.

Иммунитет повышается практически сразу же. Через неделю после начала «чистки» возможно обострение старых хронических болезней. Если вы почувствуете себя плохо, «чистку» следует прекратить, а через

2 месяца начать заново. Как правило, во второй раз она проходит гораздо легче.

Дозировка рассчитана на человека средней комплекции. Если ваш вес составляет от 80 до 100 кг, то вам лучше взять за основу 7—8 единиц и каждый день добавлять такое же количество. Тем, чей вес больше 100 кг, начинать следует с 10 единиц. Таким образом, на курс лечения вам потребуется от 200 до 400 мл 10-процентного терпентинового бальзама.

На заметку

Во время проведения «сибирской чистки» следует свести к минимуму употребление животной пищи и отдавать предпочтение растительной.

Применение у детей

Терпентиновый бальзам можно применять для лечения детей от 3 лет. Для снижения температуры разотрите ребенку ладошки и стопы 5-процентным терпентиновым бальзамом. При насморке или боли в горле можно сделать ингаляцию (5 капель бальзама на 500 мл воды). Во время эпидемии гриппа перед выходом на улицу смажьте носик ребенка 5-процентным терпентином — это защитит его от инфекции.

Лечение простудных и бронхолегочных заболеваний

Прием бальзама внутрь полезно в этих случаях сочетать с ежедневными растираниями спины и груди. При насморке терпентиновый бальзам можно закапывать в нос, а при заболеваниях горла каждые 5—6 часов смазывать миндалины ватной палочкой, пропитанной препаратом. Наружно сделать компресс на 10—15 минут.

Рецепт для лечения туберкулеза

При лечении туберкулеза дополнительно к бобровой струе и жирам можно использовать кедровую живицу (бальзам, состоящий из 5% живицы и 95%

Ш СИБИРСКИЕ РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ

кедрового масла). Принимать по 5—7 капель 3 раза в день.

Легкий способ бросить курить

Курильщикам для облегчения состояния при отказе от этой вредной привычки рекомендуется в первое время постоянно жевать «сибирскую смолку» — натуральную жевательную резинку, состоящую из смолы сибирского кедра. Природные витамины и антиоксиданты помогут организму восстановиться и быстрее справиться с такими последствиями курения, как заболевания легких, пародонтоз и нарушения в работе желудочно-кишечного тракта.

Заключение

Натуральные природные лекарства растительного и животного происхождения, о которых написано в этой книге, использовали в своей практике еще знаменитые врачеватели древности — Гиппократ, Авиценна, Гален. Тем не менее сегодня их можно назвать исконно русскими средствами, так как их действие было известно уже несколько веков назад сибирским народным целителям, шаманам и знахарям. Применение медвежьей желчи; жиров животных, впадающих в зимнюю спячку; бобровой струи и целебных растений — женьшеня и продуктов, получаемых от сибирского кедра, — давно уже стало частью русской культуры и нашло свое отражение в сказках, поговорках, былинах, лечебных заговорах, песнях и других дошедших до нас примерах устного народного творчества.

Знаменитый русский писатель и режиссер Василий Макарович Шукшин, который был истинным знатоком и увлеченным исследователем нашего национального фольклора, в своих произведениях часто упоминал о целебных свойствах этих чудесных подарков сибирской тайги. Ими лечились Александр Сергеевич Пушкин, Федор Иванович Шаляпин и многие другие блестящие представители русской творческой интеллигенции.



СИБИРСКИЕ РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ

Конечно, в наше время народная медицина не должна считаться альтернативным способом борьбы с болезнями, так как сегодня помимо испытанных многими поколениями целебных природных веществ существует огромное количество не менее надежных, проверенных и действенных

медикаментозных препаратов. Тем не менее возможности традиционной медицины хоть и очень велики, но, к сожалению, не безграничны. До сих пор нет по-настоящему действенных средств для лечения онкологии, СПИДа и многих других смертельных заболеваний. Поэтому в некоторых случаях полезно обратиться к многовековому опыту наших предков.

«На всякую болезнь зелье вырастает», — гласит старая русская народная мудрость, и к ней трудно не прислушаться. К проблемам здоровья нужно подходить комплексно, используя все ресурсы, которые имеются в нашем распоряжении, и тогда у болезни не останется никаких шансов! Крепкого вам здоровья и долголетия, дорогие наши читатели!

СИБИРСКИЕ РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ Чудодейственные средства от всех болезней

Ведущий редактор *Н. М. Казимирчик* Литературный редактор *О. С. Холодковская* Художественный редактор *Е. С. Гузенко*

Подписано к печати 13.05.2010. Гарнитура Таймс. Формат 84x 108 2/3. Объем 4 печ. л. Печать офсетная. Тираж 2500 экз. Заказ

52.91

Налоговая льгота — общероссийский классификатор продукции ОК-005-93, том 2 - 953000

Адрес для рукописей nmk@vkrylov.ru

ИК «Крылов».

Адрес для писем: 190068, Санкт-Петербург, а/я 625.

Отдел сбыта: тел./факс (812) 714-44-70, 571-26-25, 970-33-21.

E-mail:

sales@vkrylov.ru

sales_vkrylov@mail.ru

<http://www.vkrylov.ru>

По вопросам размещения рекламы обращайтесь: тел.(812) 714-48-97, e-mail: ep@vkrylov.ru

Отпечатано по технологии СтР в ООО «Северо-Западный печатный двор», г. Гатчина, ул. Железнодорожная, 456.

Мария НИКИТИНА

СИБИРСКИЕ РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ

«На всякую болезнь зелье вырастает», — гласит старая русская народная мудрость, и с ней трудно не согласиться. Натуральные природные лекарства растительного и животного происхождения, о которых написано в этой книге, использовали в своей практике еще знаменитые врачеватели древности — Гиппократ, Авиценна, Гален. Тем не менее, сегодня их можно назвать исконно русскими средствами, так как их действие было известно уже несколько веков назад сибирским народным целителям, шаманам и знахарям.

Медвежья желчь, медвежий и барсучий жир, бобровая струя, женьшень, кедровое масло, живица — вот отнюдь неполный список чудодейственных средств, которые по своим целительным свойствам зачастую превосходят готовые фармацевтические препараты. Вы узнаете, как добываются и готовятся эти природные лекарства, какими свойствами они обладают, как правильно ими лечиться.



Используйте ВОЗМОЖНОСТИ природного лекаря!
«КРЫЛОВ»